





## Are you a foreign citizen living in Hegyvidék?

FIND OUT THE MOST IMPORTANT INFORMATION ON THE DISTRICT IN ENGLISH!

Read the news in English in the Hegyvidék bi-weekly newspaper! Coming in September!

To receive English-language newsletters, register here: [hegyvidek.hu/english/newsletter](http://hegyvidek.hu/english/newsletter)

Be an up-to-date Highlander!

Municipality of 12th District of Budapest



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

## Jelenléti oktatás biztonságos körülmények között

Új szabályokkal kezdődött meg a tanév. A legfontosabb, hogy a gyerekek és a pedagógusok egészségének megóvása mellett folyhasson a hagyományos jelenléti oktatás, azaz ne legyen szükség a digitális tanrend bevezetésére.

részt egymás közvetlen közelében. Elkerülhetetlen a csoportosulások kialakulása, a közvetlen kapcsolat az iskolatársak, tanárok között, tehát olyanokkal, akik nem ismerhetik pontosan egymás egészségi állapotát.

Mint Hajnissné Anda Éva, a Közép-Budai Tankerületi Központ vezetője elmondta, arra kell összpontosítani, hogy a koronavírus ne „robbanjon be” az iskolákba, ne legyen szükség kényszerből egész osztályokat hosszabb-rövidebb időre a digitális oktatásra átállítani, és természetesen a gyerekek ne legyenek veszélyben a COVID miatt. Mindezek érdekében a kormány átfogó intézkedéscsomagot fogadott el, amely bár enyhébb az elmúlt tanévihez képest, így is számos ajánlást fogalmaz meg.



Amellett, hogy mindenhol javított betartása, a sikeres védekezésnek és a magas átoltottságnak köszönhetően az óvodákban és az

iskolákban sincsenek szigorú korlátozó intézkedések. Sőt, jóval nagyobb döntési szabadságot kaptak az intézmények, amelyek saját működési rendet is alkalmazhatnak.

Ami a kereteket illeti, lényeges elem, hogy meghatározott időközönként fertőtlenítőtakarítást kell végezni az iskolákban, valamint felhívni a szülők figyelmét, hogy tüneteket mutató gyereket ne vigyenek köztérbe. A mindennapokhoz hasonlóan nem kötelező a maszkviselés, de azt nem lehet megtiltani.

Bármelyik tanuló az intézmény bármely pontján tartózkodhat maszkban.

Nem kell mérni reggeli belépés-kor a testhőmérsékletet, és kötelező tesztelés sem lesz, ugyanakkor az iskola saját szabályzata ezt előírhatja. Szintén nincs a távolságtartásra vonatkozó előírás, az intézmények viszont továbbra is dönthetnek úgy, hogy tágasabb termekben helyezik el az osztályokat. Lehetőségük van arra is, hogy a nagyobb csoportosulások megelőzése érdekében az étkezéseket, vagy a testnevelésórákat bontásokban tartsák meg. A testnevelés egyébként szeptembertől zárt térben is megoldható.

Sarkalatos szabály, hogy a koronavírus tüneteit produkáló gyereket nem szabad közösségbe vinni. (Folytatás a 3. oldalon)

## Új helyre került a buszforduló

### Fellelegezhet a Normafa

A Normafa rehabilitációja keretében a Hegyvidéki Önkormányzat fokozatosan szabaddá teszi a legszebb fekvésű központi területet az aszfalttól és a gépjárművektől. A program részeként kezdődött el májusban a Normafa Síház melletti parkoló elbontása, rövidesen pedig a mellette lévő buszvégállomás is megszűnhet. Elkészült ugyanis az új Eötvös út mellett, valamint a KFKI előtt az új buszforduló és végállomás, a csillebérci gyerektábor előtt pedig új műszaki pihenőhely várja a buszforgókat.

„Most jutottunk el oda, hogy azt mondhatjuk: a buszok végre nem a természetvédelmi területen állnak, melegednek, pöfögnek, hanem a természetvédelmi területtől, a főváros legszebb panorámájú gerincétől egy kicsit távolabb”

továbbá az Eötvös út felső szakaszának lezárásával mintegy fél kilométerrel meg lehet hosszabbítani a Jánoshegyi úti sétányt. Az egykori parkoló helyén zöld terület lesz, valamint oda kerül át a sokak által kedvelt lánghozó, ré-



tesező, a jelenleginél jóval rendezettebb formában.

„Buda zöldje Buda tüdeje, vigyáznunk kell rá, de vigyáznunk kell az itt élők nyugalma is” – emelte ki Fürjes Balázs Budapest és a fővárosi agglomeráció fejlesztéséért felelős államtitkár, aki szerint a mostani változtatásokkal csökken a Normafa környezetterhelése. Mint hozzátette, nemcsak a Normafánál, hanem a város más részein is fejlesztik a zöld területeket: a Hegyvidéken nemrég készült el a MOME-kampusz új, 15

részeként a Normafához csak alacsony padlós, klimatizált, a legmagasabb környezetvédelmi besorolású buszokat indítják, továbbá lehetővé tették, hogy – a fogaskepek mellett – a 21-es buszcsaládon is szállítani lehessen kerékpárt.

A Hegyvidéki Önkormányzat már évek óta készül a Normafa Síház melletti parkoló, valamint a buszvégállomás és buszforduló megszüntetésére. Az ehhez szükséges lényeges átalakítások – az

ezer négyzetméteres közparkja, és a Városmajor megújításán is dolgoznak.

Az államtitkár arról is beszélt, hogy a Volánbusz 100%-os kormányzati finanszírozásban nyolcvan új elektromos buszt vásárolt, ami szintén hozzájárul ahhoz, hogy zöldebb, tisztább legyen Buda. Az októberben forgalomba álló járművek egy része a XII. kerületiek által is sűrűn használt 22-es vonalán közlekednek majd.

„Támogatunk minden olyan beruházást, ami Budapest élhetőségét, fenntarthatóságát építi, fejleszt” – mondta dr. Walter Katalin, a Budapesti Közlekedési Központ (BKK) vezérigazgatója. Kitért rá, hogy a Normafa a főváros egyik közkezdelt kirándulóhelye, örülnek a megújításának, ezért évek óta együtt dolgoznak a kerülettel a különböző feladatok megoldásán.

A vezérigazgató a BKK és a főváros célkitűzésének nevezte a közösségi közlekedés színvonalának további javítását, valamint a környezeti terhelés csökkentését. Ennek

(Folytatás a 3. oldalon)



## ARE YOU A FOREIGN CITIZEN LIVING IN HEGYVIDÉK?

READ THE LOCAL NEWS IN ENGLISH!

Find out the most important information on the district in the Hegyvidék bi-weekly newspaper delivered right to your post-box, beginning in September!

To receive English-language newsletters, register here: [hegyvidek.hu/english/newsletter](http://hegyvidek.hu/english/newsletter)

Cultural news

Sport activities

Green info

Road constructions

Local tax info

Be an up-to-date Highlander!

# Sikeres volt az első Hegyvidéki Kipakoló

Egyszerre bolhapiac és garázs vásár, sőt annál is több a Hegyvidéki Kipakoló: egy új és üde színpontja a XII. kerület közösségi életének. Az ötlet három itt élő fiataltól származik, Fernezelyi Nóra, Simon és Sára kezdeményezése a Hegyvidéki Önkormányzat segítségével valósult meg. Azt, hogy ez jó döntés volt, bizonyítja, hogy már az első alkalommal megtelt eladókkal és vásárlókkal a Városháza tér.

„Nem gondoltam volna, hogy ilyen sokan lesznek, úgy látszik, mások fantáziáját is megmozgatta a vásár. Több régi ismerőssel találkoztunk, szinte már fesztiváli a hangulat” – foglalta össze tapasztalatait Maros Máté, aki a barátnőjével érkezett a Hegyvidéki Kipakolóra. „Szeretjük a kilencvenes évek stílusos ruháit, ilyenekre vadászunk, és találtunk is néhányat, úgyhogy minden szempontból elégedettek vagyunk” – csatlakozott Mátehoz lelkesen a párja.

Hasonlóképpen látta az „eladói oldalon” álló Zsuzsa, aki szerint nemcsak az adásvétel, hanem a társaság miatt is érdemes volt eljönni: „Nincs okom a panasza, rövid idő alatt szép bevételre tettem szert, és ami különösen tetszett, hogy jó helyre kerültek a régi, szeretett tárgyaink. Több dolgot olyan régi ismerősök vettek

meg, akikkel egy ideje nem találkoztunk.”

Az ötletgazda Fernezelyi testvérek elmesélték, hogy családi utazásaik során mindig szívesen megnézték a helyi vásárokat. In-

„Európa szinte minden jelentős városában rendeznek bolhapiacokat, ezek sok ezer embert vonzanak. Mi viszont nem akartunk ekkora rendezvényt, sokkal inkább egy a Hegyvidék arculatához

resték meg az önkormányzatot. „Először kicsit csodálkoztunk, de aztán hamar ráérettünk arra, hogy igenis lesz helye ennek a kerületben. Manapság az emberek jó része állandóan vásárol, a régi holmikak pedig egyszerűen kidobják. Ez pedig a környezetvédelem szempontjából is rendkívül aggasztó” – mondta Fonti Krisztina.

A Hegyvidéki Kipakoló lehetőséget ad arra, hogy a megunt tárgyak tovább szolgáljanak, míg az eladói oldalon némi bevételt hozzanak. „Vásárlóként a használt cikkek megvételével nagyon sokat teszünk a fogyasztói kultúra miatt kialakuló túltermelés ellen, ezzel is kímélve a bolygónkat” – folytatta az alpolgármester. Ő is kiemelte, hogy a vintage kultúra, azaz a használt tárgyak és főleg a ruhák vásárlása nagy divat a fiatalok körében, a kerületi rendezvényen azonban valamennyi korosztály képviseltette magát.

A kipakolón szigorúan szabályozva van az árusítható tárgyak köre, tilos új árucikkeket, valamint kézműves termékeket, élelmiszert, élő állatot vagy növényt kínálni. A standbélésre regisztrálni kell, amit a Hegyvidéki Önkormányzat e-ügyintézési portálján keresztül lehet megtenni. A regisztrációs díj a kerületi lakosok számára 1000, egyébként 10 000 forint – az önkormányzat ugyanis arra törekszik, hogy a Hegyvidéki Kipakoló valóban az itt élők programja legyen.

MM.

■ **További információk a Hegyvidéki Kipakolóról:** <https://garazsvasar.hegyvidek.hu/>



Egymásra találtak a vevők és az eladók

nen támadt az ötletük, hogy a XII. kerületben is létre kellene hozni valami hasonlót.

„Írtunk a körzeti képviselőnek, ők a polgármesteri hivatalhoz irányítottak, és az illetékesek támogatják a javaslatunkat. Annyiban más ez, mint a klasszikus garázs vásárok, hogy nemcsak a környéknek, hanem az egész kerületnek szól” – mondta Fernezelyi Soma. Testvére, Sára ezt azzal egészítette ki, hogy bár alapvetően fiatalos programnak szánták, a Hegyvidéki Kipakoló érezhetően az összes korosztályt megmozgatta. Sok volt a gyermekes család, jöttek középkorúak, és idősebbek is szép számban érkeztek.

illő eseményben gondolkodtunk, ami kifejezi a számunkra fontos zöld gondolatot is. A cél az, hogy adjunk új esélyt a megunt, nekünk már nem fontos, ám még használható tárgyainknak” – szölte az előzményekről Pokorni Zoltán.

A szervezők eredetileg harminc asztalt terveztek felállítani, majd a nagy érdeklődés miatt ezt negyvenre növelték. „Minden hónap utolsó vasárnapján lesz kipakoló, az első negyedév tapasztalatai alapján döntünk a folytatásról. Most azt látjuk, hogy egymásra találtak a vevők és az eladók, sikeres tehát a vásár” – összegzett a polgármester.

A Fernezelyi testvérek még a koronavírus megjelenése előtt ke-

## Közműfelújítások a XII. kerületben

Lakossági kérésre javíttatja meg a Hegyvidéki Önkormányzat a Fodor utca 62.-nél található lépcsőt. Egyelőre a kifordult elemeket helyezik vissza a szakemberek, valamint a meglévő kőburkolat felhasználásával megszüntetik a já-

rekonstrukciója. Itt a régi andezitburkolat elhasználódott, megérett a felújításra, ami még az ősszel megtörténik.

Fontos fejlesztés készült el a Maros utca felső szakaszán. A ze-

esetében a [www.hegyvidek.hu](http://www.hegyvidek.hu) oldalon, míg a fővárosi kezelésű helyszíneken – fő szabály szerint a főutakon és a tömegközlekedés által használt utakon – észlelt kátyúkat a 06-1/301-7500-as telefonszámon lehet jelezni.

Szeptember közepéig gázvezeték-rekonstrukció folyik a Zsámbéki utcában. A biztonságos gázellátást szavatoló fejlesztést az MVM Főgáz Földgázhálózati Kft. rendelte meg a Ramico Kft.-től.



Gázvezeték-rekonstrukció a Zsámbéki utcában

rőfelület töredezettségét. Nagyobb renoválásnak most nincs értelme, ugyanis a lépcsősor felénél lévő ingatlanon építkezés folyik, ezért jelenleg a balesetveszély elhárítása a cél.

Ugyancsak lakossági bejelentést követően kezdődhet meg a Pagony utca 2–4. közötti lépcső

lesüllyesztése a kivitelező, így az egy szintbe került a járdával, ezáltal biztosított lett az akadálymentes közlekedés.

Folyamatosan halad a kerületi utak kátyúzása, a balesetveszélyes úthibákat 72 óras határidővel javítják ki a munkások. A lakossági bejelentéseket XII. kerületi utak



Vízvezeték-felújítás a Csörsz utcában

A XII. kerület három pontján zajlanak nagyobb közműmunkák. A Csörsz utca Nagy Jenő utca és Böszörményi út közötti szakaszán a Fővárosi Vízművek megbízásából vízvezeték-felújítást végez a Csöfék Kft. A munkálatok várhatóan szeptember végéig tartanak.

Szintén szeptember közepéig zajlik a kábelfektetés a Felső Svábhegyi út 3–20. között. A munkával az Álomszer Kft.-t bízza meg az ELMŰ Hálózati Kft. Mindhárom fent említett szakaszon útszűkületre és parkolási korlátozásokra kell számítani.

mm.

## Pályázati felhívás

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat a tulajdonában álló ingatlanok bérbeadására pályázatot hirdet a **2021. szeptember 8. napjától 2021. szeptember 22. napjáig** terjedő időszakban.

A pályázható ingatlanok címe:

1. Bp. XII., Tartsay Vilmos utca 16. as. 1. ajtó és 3. ajtó alatti, 36 m<sup>2</sup> és 32 m<sup>2</sup> alapterületű helyiségek,
2. Bp. XII., Alkotás utca 21. szám alatti, 111 m<sup>2</sup> alapterületű helyiség,
3. Bp. XII., Alkotás utca 21. szám alatti, 109 m<sup>2</sup> alapterületű helyiség,

4. Bp. XII., Városmajor utca 40. szám alatti, 74 m<sup>2</sup> alapterületű helyiség,
5. Bp. XII., Greguss utca 6. as. 3. szám alatti, 43 m<sup>2</sup> alapterületű helyiség,
6. Bp. XII., Greguss utca 3. 1. ajtó alatti, 102 m<sup>2</sup> alapterületű helyiség,
7. Bp. XII., Csörsz utca 9. szám alatti, 44 m<sup>2</sup> alapterületű, üzlethelyiség-funkciójú öröklakás,
8. Bp. XII., Böszörményi út 3/c sz. alatti, 15 + 30 m<sup>2</sup> alapterületű helyiségek,
9. Bp. XII., Bán utca 6–8. psz. alatti, 115 m<sup>2</sup> alapterületű helyiség.

A pályázati hirdetés, amely részletesen tartalmazza az ingatlanok további adatait és a pályázati feltételeket, a pályázat időtartama alatt a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálatán, valamint a [www.hegyvidek.hu](http://www.hegyvidek.hu) internetes oldalon tekinthető meg.

**A pályázati ajánlatok 2021. szeptember 22. napján 16.00 óráig nyújthatók be.**

Az érdeklődők kérdéseire a polgármesteri hivatal vagyongazdálkodási irodájának dolgozói készséggel adnak felvilágosítást ügyfélfogadási időben vagy a 224-5943-as telefonszámon.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella jegyző

## Idősek világnapja – felhívás

A Hegyvidéki Önkormányzat az **idősek világnapja** alkalmából kulturális műsorral egybekötött ünnepséget szervez.

A rendezvény helyszíne:  
**MOM Kulturális Központ**  
(Csörsz utca 18.).  
Időpontja:  
**2021. október 1. (péntek) 13.00.**

A rendezvény csak regisztrációs jeggyel látogatható.

Regisztrációs jegy igényelhető  
**2021. szeptember 8–20-ig,**  
munkanapokon **9.00–11.00 óráig.**

A regisztráció személyesen,  
a XII. kerületi lakóhelyet igazoló lakcímkártya  
és a védettségi igazolvány bemutatásával történik  
az alábbi helyszínen:

Németvölgyi Gondozási Központ,  
1126 Budapest,  
Kiss János altábornagy utca 33/b



## Vakáció a Mátyás-táborban

- Nekem a kutyás bemutató!
- Inkább a tűzoltók a habbal!
- A Koronásparkban a kirándulás!
- Focizni a Pancho Arénában!
- A vízben pörgő keringőbogar!

– Ahogy néztük a vetítésen a csillagokat és a bolygókat!

Egymás szavába vágva sorolták a gyerekek a válaszokat kérdéssünkre, hogy mi tetszett nekik a legjobban az idei Mátyás-táborban. Aztán némi tanácskozás után megállapodtak, hogy ha mindenképpen meg kell egyezni valamilyen, akkor az legyen a pancsolás a medencében és a számháború. No és persze a társaság, hiszen egymás nélkül a legizgalmasabb program sem ér sokat.

Szerencsére barátokból nem volt hiány, sokan visszatérő vendégek a Hegyvidéki Önkormányzat gyermektáborában, az újak pedig hamar összeismerkedtek a többiekkel a közös játékok és programok közben. A kisebbek számára a nagyméretű játszótér volt a legjobb terep erre, ahol nemcsak hintázhattak, mászókazhattak, hanem homokból megépíthették kedvenc várukat is.

„Hoztunk vizet, és csináltunk egy kis tavat magunknak a palotánk mellé. Csak az a baj, hogy este esett az eső, és másnapra összeomlott. Szomorúak voltunk, de aztán megint megépítettük” – mesélte Noémi, aki mellesleg elárulta, hogy a palotában lakó királykisasszonynak saját maga készített apró karkötőt a kézműves foglalkozáson. Ez utóbbi a lányok nagy kedvence volt, lehetett gyöngyöt fűzni, szőni, fonni, mindenféle ajándéktárgyakat készíteni.

Ami a lányoknak a kézműveskedés, az a fiúknak a foci. „Én kétszer egy hetet voltam, és majdnem mindennap játszottunk. Jó az itteni pálya, a barátaimmal alig vártuk, hogy kapura rúghassunk. Tetszettek a bajnokságok, mert akkor sok gölt löttem” – lelkeskedett Dani. S ha már foci, akkor meg kell említeni az idei tábor egyik legnépszerűbb programját, a kirándulást a felcsúti Pancho Arénába, ahol az egész stadiont bejárhatták a gyerekek, sőt, a kispadra is leülhettek.

„A koronavírusra tekintettel az eddigienél is nagyobb figyelmet fordítottunk a higiéniaira, és arra törekedtünk, hogy minél több programunk legyen a szabad levegőn. Nem véletlenül választottuk mottónak, hogy jobb kint, mint

bent. Amikor az időjárás miatt ez nem volt lehetséges, az épületen belül is szellősebben lehettek a gyerekek, mert megkaptuk a tetőtér egy további, hatvan négyzetméteres részét” – mondta Párkányi Zsuzsa táborvezető. Az ELTE Gyertyánffy István Gyakorló Általános Iskola pedagógusa azt is megemlítette, hogy a gyerekek szívesen használták a tábor sokszínű sportfelszereléseit és játszószerkeit. A sport és a kézműveskedés mellett a másik állandó társas foglalkozás a zenéhez kapcsolódott, a szakképesítéssel rendelkező tanárok néptáncra tanították a résztvevőket.

„Minden héten szerveztünk kirándulást vagy más külső programot. Elvittük a gyerekeket a gyermekvasútra, jártunk a Normafánál, megnéztük a Lajta Monitor Múzeumhajót, felfedeztük a legjobb budapesti játszótéreket, voltunk a Tűzoltó parkban, a Benczúr-kertben. Egész napra elutaztunk Székesfehérvárra, ahol megnéztük a Koronásparkot, Felcsúton pedig a Pancho Arénát. A Dunavirág vízbizus interaktív mozgó vízi laboratóriumában a táborozók biológussá válhattak, közben pedig megismerkedtek a vizes élőhelyekkel és a környék természeti értékeivel” – sorolta a pedagógus.

A házi programok közül Párkányi Zsuzsa kiemelte az állatok szeretetére nevelő kutyás bemutatót és a Svábhegyi Csillagvizsgáló interaktív foglalkozását, ami a világűrbe repítette a csodákra oly fogékonny gyerekeket. Hasonlóan sikeresnek és hasznosnak bizonyult a születése óta vak Karvai Sándor érzékenyítő előadása, amin kiderült, hogy a fogyatékkal élő emberek is képesek boldogan élni. Ezt a táborozók egyébként is megtapasztalhatták, mivel együtt vakációjztak a Fekete István iskola sajátos nevelési igényű tanulóival.

A nyár folyamán 597 gyermek járt a Mátyás-táborban, ahol egészségügyi okokból a napi létszám maximum 95 fő lehetett. A legtöbben a Tamási Áron és az ELTE Gyertyánffy István iskolából érkeztek. A táborvezető elmondta, hogy erre a néhány hónapra megpróbálták elfeledtetni a gyerekekkel a vírus fenyegetéséből eltöltött időszakot. Arra törekedtek, hogy mindenki önfeledten szórakozhasson, és kellemes élményekkel térjen haza, ami remélhetőleg sikerült is.

## Vigyáznak a gyerekek biztonságára

**A tanévkezdés minden évben kiemelt baleseti kockázatot is jelent: megnő a forgalom, az iskolák környéke pedig megtelik szaladgáló, vagy épp kicsit kialvatlan, szétszórt gyerekekkel. A diákok biztonsága érdekében a hegyvidéki rendőrök, rendészek és polgárőrök ez év szeptemberében is jelen vannak a tanítási idő kezdetén és végén azokon a helyeken, ahol a nagyobb forgalom miatt veszélyesebb az átkelés az úttesten. Az egyik ilyen helyszín a Kós Károly általános iskola előtti gyalogátkelőhely (képünkön)**



## Gigantikus fotómozaik

A Moholy-Nagy Művészeti Egyetem (MOME) és a LEGO Hungaria Kft. 2020 decemberében jelentette be hosszú távú együttműködési szándékát. A fő cél a design és a LEGO játérendszer összekapcsolása volt, s hogy ennek keretében

LEGO-val való közös munka eredményeként még számos értéktartó, kreatív projekt születhet – mondta, arra utalva, hogy a mostani felhívásra elkészült alkotás „nem csupán a mű megalkotóját dicséri, de a közös munka



**Az ötletgazda, Szabó Évu a díjnyertes mozaik előtt**

ben minél több színes és kreatív projekt valósuljon meg.

Ezt szolgálja a Talent Awards alkotói pályázat, amelynek résztvevőitől azt kérték, mutassák be saját világukat a LEGO kockák segítségével. A szervezők szándéka szerint a LEGO így túlléphet a hagyományos felhasználási módjain, magasabb szintre érhet, az egyetemi oktatást és munkát segítő designeszközként akár a MOME hétköznapijainak részévé válhat.

Ahogy a pályázaton nyertes terv alapján készült mű bemutatásán

örömet is sugározza, hiszen rengeteg kéz dolgozott azon, hogy elkészülhessen.

Siket Lóránt, a LEGO Hungaria Kft. kommunikációs vezetője szerint az eredmény mindenképpen önmagáért beszél, és méltó jelképe a MOME-val elhatározott közös küldetésüknek, amely a hazai kreatív élet fejlesztésére irányul.

A pályázaton első díjat nyert, rekordnagyságú mozaik ötletgazdája, Szabó Évu arról szól, hogy felülmúlhatatlan élmény a valóságban, ráadásul ekkora méretben



**Sokan dolgoztak a 150 kilogrammos alkotáson**

Grasselli Norbert, a MOME Innovációs Központ üzletfejlesztési igazgatóhelyettese fogalmazott, az egyetem örömmel vállal szerepet a játérendszer hazai használatának erősítésében a k+f és a design közös területein, kiaknázva a benne rejlő lehetőségeket a módszertanok, vagy a vizuális nyelvek fejlesztésében.

„Művészeti egyetemként számunkra fontos, hogy olyan partnerekkel dolgozzunk együtt, akikkel innovatívan együtt gondolkodva inspiráló és participatív projekteket hozunk létre. Ezek nemcsak a szakmának, de a nagyközönségnek is szólnak. A Talent Awards pusztán a kezdet, hiszen a

látni az elképzelését. A MOME tervezőgrafikus szakos hallgatójának digitális tervét megvalósító mű közel 170 ezer elemből áll, elkészítése több mint 300 órát vett igénybe. Megépítésében csaknem százan közreműködtek a hátrányos helyzetű fiatalokból álló tenger! kreatív csoport vezetésével.

A pop-art stílusú fotómozaik a „Beszélgetés a Campuson” címet viseli, és a művészet, a design, valamint a tudomány ezer szálán való kapcsolódását jeleníti meg. Az alkotás valóban gigantikus, hiszen 10 négyzetméternél is nagyobb súlya eléri a 150 kilogrammot.

sm.

## Új helyre került a buszforduló

(Folytatás az 1. oldalról)

Eötvös út új, elkerülő szakaszának kiépítése, továbbá a Konkoly-Thege Miklós úton az új parkoló kialakítása – befejeződtek, így



járat végállomása is új helyre került. Az új Eötvös út és a Konkoly-Thege Miklós út csomópontja előtt található a 21A, a 212-es és a 990-es busz utolsó megállóhelye, a Normafára igyekvők ott tudnak leszállni. Ennél a megállónál egy visszafordító épült, ezt azonban a járművezetők csak legfeljebb megállásra használhatják egy-két percig, kikapcsolt motorral, amíg újra visszaállnak a közlekedésbe.

Az önkormányzat

május 10-én megkezdődött a közlekedési funkcióitól megszabaduló központi terület megújítása.

Szeptember elején a 21A, a hétvégenként a Normafáig közlekedő 212-es és a 990-es éjszakai busz-

járát végállomása is új helyre került. Az új Eötvös út és a Konkoly-Thege Miklós út csomópontja előtt található a 21A, a 212-es és a 990-es busz utolsó megállóhelye, a Normafára igyekvők ott tudnak leszállni. Ennél a megállónál egy visszafordító épült, ezt azonban a járművezetők csak legfeljebb megállásra használhatják egy-két percig, kikapcsolt motorral, amíg újra visszaállnak a közlekedésbe.

Az önkormányzat két új pihenőállomást építtetett ki a buszsofőröknek: az egyik a Konkoly-Thege Miklós úton, a csillebérci üdülőtábor előtt, a másik pedig a KFKI-nál található. A sofőrök a buszokat kizárólag ott



**Fürjes Balázs, Walter Katalin és Pokorni Zoltán**

parkolathatják az előírt pihenőidőben.

A régi normafai parkoló helyén, a védett erdőövezet korábban aszfalttal borított részén hamarosan zöld felület, közösségi tér várja a látogatókat, a megszüntetendő autóbussz-forduló pedig parkos

közösségi térré alakul át. Jelentős mértékben növekszik a zöld terület mértéke: nemcsak füvesítés történik, hanem mintegy harvanthetven fa, valamint több száz cserje is díszíti majd a jövőben a Normafa szívét.

k.

## Jelenléti oktatás biztonságos körülmények között

(Folytatás az 1. oldalról)

ni, amíg fel nem gyógyul, illetve nincs meghatározva a betegsége. A fertőzött diákok azonnal el kell különíteni, és értesíteni kell az illetékes hivatalt. Akik kapcsolatba kerültek a fertőzött tanulóval vagy tanárral, önkéntesen alapon néhány napig maradjanak otthon, és figyeljék az esetleges tünetek megjelenését!

Az Emberi Erőforrások Minisztériuma belföldi osztályki-

Szintén lényeges változás, hogy a szülő csak alapos indokkal veheti ki a gyermekét az iskolából. Arról pedig az iskolaigazgató dönt, hogy a járványhelyzet miatti igazolt hiányzásnak fogadja el, vagy sem, amennyiben nem áll rendelkezésre orvosi igazolás a diák távollétéről. Erre a szigorításra azért volt szükség, mert az előző tanévben a vírus továbbadásától tartva sokan nem engedték el otthonról gyermeküket.



rándulásokat javasol. Ezek lehetnek többnapos, ott alvós utazások is, amik korábban tilosak voltak. Nyári tábor, gölyöztábor szeptember végéig lehet szervezni.

Azért, hogy ennek még kisebb legyen az esélye, szeptember elején négy napos iskolai oltási kampány zajlott. A családok előre jelezheték igényüket, a jelentkezők a saját iskolájukban vagy egy közeli isko-



labán kapták meg az oltást. Közel 48 ezer általános és középiskolást regisztráltak. Iskola- és házi orvostok oltották be Pfizer vakcinával a 12 év feletti diákokat, ők a második dózist három héttel később ugyanott kapják majd meg, ahol az elsőt.

A Közép-Budai Tankerületi Központ vezetője arról is beszélt,

hogy az oltási hajlandóság megnyugtatóan mondható a XII. kerületi iskolásoknál. Még gyorsabban halad a tanárok oltása, mostanra a pedagógusok több mint kilencven százaléka kapta meg a vakcinát, így nem kell tartani egész tanterületek megfertőzésétől a Hegyvidéken.

M.

### IFJÚ TUDÓSOK

Mezei Rozi Lili és Sikos Ágoston Soma, a Városmajori Gimnázium két tanulója képviseli a Hegyvidéket az Ifjú tudósok vetélkedő televíziós döntőjének történelem szekciójában. Az ország legjobb nyolc diákja jutott be a fináléba, ahol párokba osztva, kieséses rendszerben küzdenek meg az Év ifjú tudósa címért. A történelem szekció közép- és elődöntői esténként láthatók a Magyar Televízió m5 csatornáján, míg a döntőt szeptember 12-én, vasárnap 18.35-kor közvetíti a tévé.

## Rusznák András kapta a Kaszás Attila-díjat

Rusznák András, a budapesti Radnóti Miklós Színház művésze vehette át az idén a Kaszás Attila-díjat a közönség szavazatai alapján. A díjazott nevét Pokorni Zoltán, a Hegyvidéki Önkormányzat polgármestere, a díj társalapítója jelentette be a Győri Nemzeti Színházban tartott Országos színházi évadnyitón.

A Kaszás Attila-díj idei másik két jelöltje Gulácsi Tamás, a nyíregyházi Móricz Zsigmond Színház tagja és Fándly Csaba, a kaposvári Csiky Gergely Színház művésze volt. A jelöltekre a www.kaszasattiladij.hu oldalon adhatta le voksát a közönség. Az évadnyitón megjelent Fekete Péter, az Emberi Erőforrások Minisztériuma kulturális államtitkára, Bakos-Kiss Gábor, a Győri Nemzeti Színház igazgatója, valamint Dézsi Csaba András, Győr polgármestere is. A programban

közreműködtek a Győri Nemzeti Színház, a Győri Balett, a Győri Filharmonikus Zenekar, a Vaszkakas Bábszínház és a Fővárosi Nagycirkusz művészei.



**Rusznák András, Pokorni Zoltán és Fekete Péter a díjátadón**

Rusznák András a díj átvételkor úgy fogalmazott: egész életében szerencséje volt, mert olyan társulatoknál dolgozhatott, ahol fejlődni tudott, és barátok vették körül. Ahol megtanulta, hogy milyen társulati lét és a csapatmunka.

„Amikor a Miskolci Nemzeti Színházban játszottam a Padlás-

ban a Rádiós szerepét, akkor nagyon sokat hallgattam Kaszás Attilát felvételről. Becsuktam a szemem, és az volt az érzésem, mintha az ő nagyon különleges hangján keresztül az én gondolataim és érzéseim szólalnának meg. Olyan volt, mint egy belső hang” – mesélte a színművész még a júniusi online sajtótájékoztatón, a szavazás kezdetekor.

Pokorni Zoltán, a XII. kerület polgármestere az évadnyitón azt emelte ki, hogy a díj alapításakor a Kaszás Attila iránt érzett szeretet és a halála fölötti megrendülés

adta az elismerés erejét, ma pedig azok, akik megkapták és „ez így van rendjén”. A díj nem mérce, de hozzájárul ahhoz, hogy „legyen kihez mérni magunkat”, hogy a „színházcsináló művészek figyeljenek egymásra”. Hozzáette, hogy már a díjra való jelölés is elismerés, és csak „szere-

cse dolga”, hogy azt végül ki kapja meg.

Fekete Péter kulturális államtitkár köszönetét és háláját fejezte ki a koronavírus-járvány alatti helytállásért, azért a munkáért, amivel a művészek a „lelket tartották az emberekben”, felismerve, hogy a lelki egyensúly meghatározó a testi egészség megőrzésében. Arról is beszélt, hogy a színházakban előadni kívánt darabokat felelősséggel kell megtervezni, az intézményvezetőknek tudatosítaniuk kell munkájuk súlyát, mert nemzeti örökségünk megőrzése és továbbadása a tét.

A Kaszás Attila-díj a magyar nyelven játszó színművészek szakmai és emberi elismerésén túl a névadó szellemi hagyatékának ápolását is szolgálja, hiszen a fiatalon elhunyt színművész mindig komoly szerepet vállalt azoknak a társulatoknak a közösséggé formálásában, amelyekben dolgozott. A díj odaítélésének egyik fő kritériumaként – a kiemelkedő mesterségbeli tudás és művészeti teljesítmény mellett – az adott társulatban vállalt jelentős közösségépítő szerepet jelölték meg az alapítók.

(Forrás: hegyvidek.hu)

# Komposztálás a kertben

Ősszel a kertbarátok fejében mindig élénken jelen lévő – és rendszerint végtelen – feladatlistán a dobogós helyekre szokott felkúszni a komposztálás kérdése. Közel a lombhullás, kell a hely a friss zöldhulladékknak, és ilyenkor már van remény a kitermelésre is. Ha pedig még nem érett meg a komposzt a láda alján, akkor sem árt átforgatni a lassan korhadó szerves anyagot.

A Hegyvidéki Zöld Iroda mindig az őszi időszakra időzíti a komposztládák osztását. A lakossági akció már tizenhárom éve töretlenül zajlik, még a tavalyi, „sajátos” évben is megvalósult, igaz, kis késéssel. Újdonságként mostantól kizárólag online lehet majd regisztrálni, ügyfélkapus bejelentkezés után.

A kerületi keretek igénylésének hagyományosan „feltétele” egy hasznos szakmai előadás meghallgatása, amelyen gyakorló komposztmesterekkel lehet eltanulni a sikeres komposztálás technikáit. Persze felmerülhet a kérdés, hogy mi szükség van erre, hiszen ezt a műveletet nem lehet elrontani, a zöldhulladék magától, a természet törvényeit követve bomlik, aztán egyszer csak laza talajjá válik, amelynek tökéletesen jó helye van a gyűjtőláda aljában is. Így is működhet, de azért egy kis odafigyeléssel és munkával sokkal többet ki lehet hozni az impregnált deszkák közül.

Első lépésként fontos, hogy a komposztáló ne legyen szemetes, azaz ételmaradék, toboz, ágak nem kerülhetnek bele, mert azok vagy megromlanak és bűdösek lesznek, vagy nem bomlanak le

évek alatt sem – mindenesetre a talajképzésben biztosan nem vesz részt egyik sem. A konyhai zöld-



Zöldhulladékre vár az új komposztálókeret

hulladék a kerti fűnyesedékhez, lombhoz keverve gazdagíthatja a komposztot, de csak ebből nem lesz homogén talaj. A csonthéjas magok a keménységük, a banánhéj és a citrusfélék héja a tartósságukra használt vegyszerek miatt lassan vagy egyáltalán nem bomlanak le.

Örök kérdés a tojáshéj. Egyesek ajánlják, mert mézszóval javítja a talajt, mások óva intenek tőle, mert vonzza az éjszakai vendégeket, a nyestet, a rókát, a macskákat. Ha a tojáshéjat legalább valamennyire összetörjük, akkor már nem olyan csábító falat, és a kész komposztban sem éktelenkednek a nagy, fehér darabok.

A komposztláda töltésekor nincs más feladatunk, mint a tejetére helyezni az alapanyagokat, és időnként meglocsolni, hogy gyorsítsuk a bomlást. A frissen felhalmozott szerves anyag – különösen a nedves fű – könnyen összetömörödik, és a levegőtlen bomlás miatt felforrósodik. Ez önmagában nem baj, mert a magasabb hőmérséklet gyorsítja a bomlást, és attól sosem kell tartani, hogy kigyulad a komposztáló. Erre egyedül akkor van esély, ha grillezés, szalonnázás után a forró paraszat rádobjuk az egyébként száraz komposztra. A hűvösben lévő nyomelemek – mértékkel adagolva – valóban gazdagítják a komposztot, de nem forró!

Az őszi időszak ideális a megtelt komposzt átforgatására. Ilyenkor a felső, „nyers” rétegeket emeljük le, és az alsó, már érett komposztot termeljük ki. Ennek az értékes talajjavító anyagnak a

## HARC A MUSLINCÁKKAL

A komposztban és körülötte hemzsegnek a rovarok és a giliszták. Ez a komplex életközösség a láthatatlan baktériumok seregével „karöltve” aprítja, bomlasztja a szerves anyagokat, miközben maga is ragadozók prédájává válik. Legtöbbjükkel csak akkor találkozunk, ha a komposztban turkálunk, de a muslincák nyáron és ősszel a lakásokban is megjelenhetnek. Egyetlen elől hagytott gyümölcs is elég, hogy vígan szaporodjanak. Ellenük a legjobb módszer a megelőzés! Ha a komposztra gyümölcshéjat, romlott gyümölcsöt teszünk, takarjuk le lombbal, fűnyesedéssel, hogy a gyümölcszúg szaporodó apró muslincák ne férjenek hozzá. Így el lehet kerülni a hegyvidéki lakásokban a kevesek által kedvelt szeszfőzdehangulatot...

(Barta)



Kihajtott a kidobott avokádómag

kerti bokrok, rózsák alatt a helye, ahol serkenti a növekedést és a jövő évi virágzást.

Az éretlen komposztot átforgatva, összekeverve rakjuk vissza, ezzel is javítva a bontási folyamatokat, és elősegítve, hogy jobb minőségű végterméket kapjunk kertünk és edényben nevelt növényeink számára. Ennyi fáradságot biztosan megér a faládjában érlelt, morzsálékos, tápdús és saját készítésű komposzt!

# Szép, de veszélyes!

Az alkörmös nemzetség a szegfűfélék rokona. Nálunk két faja fordul elő: az amerikai és a kínai alkörmös. Bár származási helyük a földgömbön messze esik egymástól, megjelenésük hasonló. A robosztus felépítésű, nagyobb levelű és tömöttebb virágzatú a kínai.

Egyik sem őshonos Magyarországon. Európában 300 éve termesztették, főleg Franciaországban, borszínezékeknek. Sokáig olyan nagy volt a gazdasági jelentősége, hogy nemesítették is. Hazai betelepítése délről történt mintegy 75 évvel ezelőtt. Akkor komoly népszerűségnek örvendett, mert sötétlila bogoyóiból festéket nyertek ki, leveleit, hajtásait főzve fogyasztották, gyökereinek, egyéb szerveinek kivonatát gyógyhatásúnak tartották.

Aztán kiderült, hogy hangzatos képességei mellett olyan mérgező anyagokat is tartalmaz, amelyek kifejezetten veszélyessé teszik, így népszerűsége gyorsan megcsappant. A bogoyóiból készülő festékek az ezredfordulón kikapott az iparból, ezzel a természetese feleslegessé vált. A sokáig használt élelmiszer-színezékről megtudtuk, hogy bár gyönyörű, mélybordó színt kölcsönöz a bornak, károsítja az egészséget. Hazánkban be is tiltották. A laboratóriumi vizsgálatok azt is kiderítették, hogy a népi gyógyászatban neki tulajdonított hatások nem igazolhatók.

Maradt tehát egy tetszetős, nagy termető, mérgező dísznövény, amely – ha a gyerekek vagy a házi kedvencek nem férnek hoz-

zá – csak a természetbarátoknak okoz alapos fejfájást. Inváziós fajként meglepészik a tölgyesekben, és ahol gyökeret ver, ott gyorsan terjed. Nem könnyű irtani, mert vastos karógyökerei mélyen kapaszkodnak a talajba, a bogoyókat pedig az énekesmadarak lelkesen fogyasztják, hatékonyan terjesztve a magokat.

A bokor akár két méter magasra is megnőhet. Felálló, tömött fűrtben virító fehér virágai nyár elején nyílnak, a sötétlila bogoyók nyár végére érnek be. Ha össze nyomjuk, akár a bodza bogoyói, megfestik az ujjainkat.

A XII. kerületben inkább szórványosan van jelen, kertekben



Sötétlila bogoyó nyár végére érnek be

dísznövényként lehet találkozni vele. Erdőkben főleg a bolygatott talajú tölgyesekben telepszik meg. Napsütötte és félárnyékos élőhelyen is gyorsan növekszik, így az erdők alját benépesítő őshonos fajokat gyorsan beárnyékolja, elnyomja. Irtani a tövek kihúzásával lehet, de érdemes kesztyűt venni a művelethez, mert a hajtások és a levelek érintése bőrirritációt vált ki az érzékenyebbekből.

B.

# Lakossági ágaprítási program

Hasznosítsuk helyben, amit lehet!

2021. szeptember 13-tól lehet jelentkezni a Hegyvidéki Zöld Iroda lakossági akciójára, az ingyenes ágaprítási programra. Az akció keretében a Hegyvidéki Önkormányzat zöld irodája által megbízott vállalkozó a helyszínen felaprítja a kerti munkálatok során keletkezett ágakat, gallyakat. Az apríték a darálást követően helyben marad, így helyben felhasználható, hasznosítható (talajtakarás, komposztálás).

Felhívjuk szíves figyelmét, hogy az ágaprítási munka személyes kontaktus nélkül is elvégezhető, akár kerten belüli aprítás esetén is.



A szolgáltatás a kerületi lakosok számára ingyenes az alábbi feltételekkel:

- előzetes regisztrációhoz kötött,
- egy címen, egy időszakban csak egy regisztráció adható,
- regisztrált címenként maximum 10 m<sup>3</sup> zöldhulladék aprítása biztosított.

Nagyobb mennyiség esetén a darálást a vállalkozó visszautasíthatja!

Az ágak, gallyak előkészítése:

- frissen (egy évnél nem régebben) vágott, maximum 20 cm átmérőjű, szennyeződéstől mentes gallyak és ágak készíthetők össze,
- a levágott ágakat és gallyakat a vastagabb végükkel egy irányba rendezve kell előkészíteni,
- hosszában nem kell a gallyakat elvágni, darabolni (a nagyobb, egyben lévő ágakat könnyebb az aprítógépbe behelyezni),
- az egyberendezett ágakat és gallyakat nem kell összekötni,

– az összekészített ágakat és gallyakat az előzetesen egyeztetett időpontban a vállalkozó részére át kell adni (azokat a közterületre nem lehet kihelyezni),

– amennyiben az aprítás nem az ingatlan területén történik, az aprítékot a darálást követően mihamarabb be kell hordani a közterületről a magánterületre.

A helytelenül előkészített kupacok darálását a vállalkozó visszautasíthatja!

Az apríték felhasználásának lehetőségei és előnyei:

- komposztálható, körülbelül fél éven belül humusz keletkezik belőle,
- talajtakarásra használható – nem engedi kiszáradni a talajt, gátolja a gyomnövények elszaporodását, bomlás során tápanyaggal látja el a növényeket.

A jelentkezés módja:

- kizárólag online, a <https://eugyintezes.hegyvidek.hu/> honlapon, a Regisztrációt/Bejelentkezést követően, a Zöld Iroda fül alatt
- csak azonosított fiókkal rendelkezők tudnak
- legkésőbb 2021. október 29. (péntek) 13.00 óráig jelentkezni, a szabad időpontok függvényében.

További információk:

- előzetes érdeklődés a 06-70/938-8474-es telefonszámon,
- regisztrációt követően a 06-30/544-8778-as telefonszámon.

A jelentkezők a jelentkezési és a regisztrációs űrlap kitöltését követően részletes tájékoztatást kapnak e-mailben.

A Hegyvidéki Zöld Iroda a szolgáltatást a jelentkezés sorrendjében, a rendelkezésre álló költséget kimerüléséig tudja biztosítani.



# Kedvezményes gyümölcsfavásár

Hozzuk vissza az őshonos gyümölcsfákat hegyvidéki kertjeinkbe közösen!

A Gyümölcsöző Hegyvidék program részeként a Hegyvidéki Zöld Iroda kedvezményes gyümölcsfavásárt hirdet azoknak a XII. kerületi lakóhellyel rendelkező lakosoknak, akik szívesen ültetnének és gondoznának kertjükben őshonos gyümölcsfát, hogy az elkövetkező években egészséges gyümölcsöt termelhessenek helyben saját maguk és szeretteik számára.

A program keretében az önkormányzat jóvoltából ingatlanonként maximum 2 db gyümölcsfacsemete vásárolható meg féláron.

Minden megvásárolt gyümölcsfához ingyenesen biztosítunk egy darab karót és egy „Gondos csomagot”.

Jelentkezni kizárólag online, a <https://eugyintezes.hegyvidek.hu/> honlapon, a Regisztrációt/Bejelentkezést követően, a Zöld Iroda fül alatt, csak azonosított fiókkal rendelkezők tudnak.

Jelentkezési időszak:  
2021. szeptember 13-tól 2021. október 1. (péntek) 13 óráig.

A jelentkezési felületen már a kedvezményes árak láthatók!

A Hegyvidéki Zöld Iroda a szolgáltatást a jelentkezés sorrendjében, a rendelkezésre álló költségkeret kimerüléséig tudja biztosítani.

Megvásárolható fajfajták: Húsvéti rozsmaring alma • Aggteleki véralma • Arabitka körte • Gyöngygyökör • Besztercei muskotály szilva • Bódi szilva • Gönci magyar kajszli • Ceglédi bíbor kajszli • Feketecs meggy • Ercsi meggy

A fajfajokról bővebb információt a [zold.hegyvidek.hu/gyumolcsfa](http://zold.hegyvidek.hu/gyumolcsfa) oldalon talál.

A program a Méhbarát Hegyvidék kezdeményezést is támogatja, hiszen virágzó, mézelő fák ültetésével elősegítjük a kerületben a beporzó rovarok, köztük a házi méhek elterjedését. A méhek áldásos munkájának eredménye lesz majd az az alma, amelyet pár év múlva boldogan a szájunkhoz emelhetünk.

A programról további tájékoztatást a 06-70/938-8474-es telefonszámon és a [zoldpont@hegyvidek.hu](mailto:zoldpont@hegyvidek.hu) címen nyújtunk.

# VÁLTOZÁS!

2021 szeptemberétől a Zöld iroda programjaira

KIZÁRÓLAG a <https://eugyintezes.hegyvidek.hu/> oldalon keresztül azonosított fiókkal rendelkező ügyfelek számára lesz lehetőség jelentkezni.

- Komposztálókeret osztás
- Őshonos gyümölcsfavásár
- Ágaprítás
- Ismeretterjesztő előadások

Vadgesztenyefák kártevő-mentesítése

Azonosítással kapcsolatban segítséget az Ügyfélszolgálat munkatársaitól kérhet az [ugyfelszolgalat@hegyvidek.hu](mailto:ugyfelszolgalat@hegyvidek.hu) e-mail címen.



# Falra futtatható növények

Városaink zöldítésének egyik régi-új módja a kerítések, házfalak befuttatása, amivel látványos zöld felületeket és környezeti szempontból értékes lombtömeget nyerhetünk. Ráadásul a futónövényekkel borított részek védelmet is nyújtanak.

Kerületünkől egyáltalán nem idegen a futónövények használata, a helytörténeti gyűjtemény fotóinak tanúsága szerint eleink is kedvelték a természetközeli hangulatot árasztó zöld falakat. Manapság kevesebb ilyenrel találkozunk a Hegyvidéken, pedig az évről évre melegebb városok védelmében is jó szolgálatot tesznek a futónövények.

## ÖNTAPADÓ VADSZÓLÓ

A falra futtatható növények közül a legkézenfekvőbb megoldás a vadszőlő, annak is az a változata, amelyik tapadókorongokkal biztosítja magát a falon. A gyűjtőnéven belül ennek a növénynek a pontos elnevezése a háromkarjú repkény, vagy japán vadszőlő (*Parthenocissus tricuspidata* 'Veitchii').

Ez a gyorsan növekedő kúszónövény méteres hajtásokat fejleszt minden évben, így hamar beborítja a felületeket. Egy kőkerítés vagy kisebb kerti lak befuttatása

tett mintázata látható tavaszig, amikor néhány nap alatt ismét zöld díszcsomagolásba öltözteti a vadszőlő az épületet.

Hasonló megjelenésű rokon faj a tapadó vadszőlő (*Parthenocissus quinquefolia*), amelynek öt level-



Vadszőlő villanyoszlopon

kéből összetett levele valóban szőlőszerűvé teszi megjelenését. Bogyói mérgezők. Említést érdemel, hogy a vadszőlők – különösen ez a faj – az emberi településekről elvadulva, invazív fajként, természetvédelmi kárt is okozhatnak,

hatolnak a vakolatba, így nem is repeszti meg azt (hajtásaival gyakran éppen hogy megtartja, leveleivel pedig elfedi az esetlegesen pergő, hulló felületet). Másrészt a vadszőlő lombja védi a falat az esőtől és a hőingadozástól is.

A levélréteg nemcsak árnyékol, hanem az alatta kialakuló légréteg miatt hő- és kismértékben hangszigetel is. Ez főleg nyáron érezhető, amikor a befuttatott fal nem melegszik át annyira. A hatalmas levélfelület sok port ejt csapdába, amely így nem jut be az ablakokon át a lakásokba. A rovarok közül pedig a legbosszantóbbaknak (a szúnyognak és a poloskának) nem kell létra, hogy eljussanak az ablakokig, hiszen saját szárnyaik vannak.

A vadszőlő egyetlen hátránya, hogy ahol egyszer megtapadt, ott – még ha a hajtásokat akkurátusan el is távolítjuk – a gombostűfejű tapadókorongok megmaradnak. Ahol egyszer átengedjük neki a falat, ott érdemes a következő homlokzatfelújításig, szigetelésig, festésig megtartani, aztán újra felfuttatni.

## KLASSZIKUS BOROSTYÁN

A vadszőlő árnyéki alternatívája lehet a mindenki által ismert borostyán (*Hedera helix*). Tapadókorongjai nincsenek, de az idősebb hajtásokon fejlődő módosult gyökerei képesek rögzíteni fatörzsön, téglafalon, sőt akár márvány sírköveken is.

Növekedése komótos, sokáig csak vízszintesen terjed, erősödik, mielőtt nekiveselkedne a falra mászásnak. Ilyenkor is inkább célirányosan törekszik felfelé, és nem a szabad területek elfoglalására fordítja az erejét.

Mindezek ellenére – mivel az árnyékos falak esetében nincs vetélytársa – érdemes megfontolni a telepítését. Mivel leggyakrabban

idős erdőkben, arborétumokban és temetőekben látunk borostyánt, ezért a kertben is hűvös, múltidéző hangulat lengi körül a befuttatott falat, épületet. Ha ilyen céllal ültetjük, akkor érdemes a hagyományos változatokat előnyben részesíteni, mert a mintás levelű és egyéb nemesített változatok kevésbé lelkesen kúsznak, és sokkal igényesebbek is.

## ELNYÚHETETLEN TROMBITAFOLYONDÁR

Ez az amerikai trombitafolyondárként (*Campsis radicans*) is ismert, gazdagon virágzó dísznövény nem marad meg a sík falon, de ahol van egy kis támaszték, ott



Mindent beborít a trombitafolyondár

hatalmas lombzót fejleszt. Gyakran látni, ahogy a folyondár kúszó hajtásai egy villanyoszlopon felmászva lombos fává alakítják a holt törzset. Aztán a vezetékeken tovaftatva bajt is csinálhatnak, de ezt inkább ne rójuk fel neki, hiszen a futónövény már csak ilyen.

Ha falra szeretnénk futtatni, érdemes ritkás támasztékot készí-

masztékok körül, amelyeknek jelentős súlyuk van, ezért tartós anyagból készítsük a mászókat.

A nyáron nyíló, jellemzően narancssárga színű trombitavirágok tömege vonzza a tekintetet. Előtte és utána az összetett, sötétzöld levelek adnak tetszetős külsőt. Gondozása nem állítja különösebb erőfeszítés elé a kertészt, bírja a hideget, a szárazságot, és sarjaival jól terjed. Ezek kiásásával korábban tarthatjuk és szaporíthatjuk is. A virágok nektártartalma nemcsak a szárnyas beporzókat, de a hangyákat is csábítja, ami miatt a növény körül jelentős rovarmozgás figyelhető meg.

## ILLATOS LILAAKÁK

A gazdagon virágzó lilaakác (*Wisteria sinensis*) arasznyi virágfüzérei is képesek beborítani akár teljes homlokzatokat. Kerületünk is büszkélkedhet néhány olyan



Kapaszkodó lilaakác

külső falait átengedjük a növényvilágnak. Érdemes megkérdezni azokat a hegyvidéki szomszédjainkat, akik ilyen épületben laknak: megerősíthetik, hogy a levelek mögött kellemesebb a mikroklíma, és összességében is jobb élni, mint csupasz falak mögött!

(Barta)



A vadszőlő látványos őszi színe

egyetlen tőnek sem jelent problémát. Tenyérnyi, háromkarjú levelei módszeresen egymás mellé rendeződnek, no, nem azért, hogy a falat eltakarják, hanem hogy az életető napsugarakból a legtöbbet felfogják. Az eredmény azonban szinte tökéletes takarást is biztosít.

A jelentéktelen virágokból apró, kékes bogyók fejlődnek, de a növény sokkal látványosabb őszi dísz a pirosas lombszín. A levelek lehullása után a falakon az egyre vastagodó hajtások feszesen rögzí-

koznak. Ártéri erdeinkben lehet például találkozni a fák sűrű szövedékkel befutó kiterjedt vadszőlőlugasokkal.

Népszerűségét kissé beárnyékolja, hogy időről időre felbukkannak olyan hírek, miszerint a növény megbontja a homlokzatot, szabad bejárást biztosít a rovaroknak a lakásokba, és ehhez hasonló. Az igazság azonban az, hogy sokkal több jót tesz, mint amennyi kárt okoz. Egyrészt tapadókorongjai a felszínen maradnak, nem



Vegyes borostyán drótkerítésen

# Folytatódik a kertészeti szaktanácsadás

Fél évvel ezelőtt indította útjára kertészeti szaktanácsadási szolgáltatását a Hegyvidéki Zöld Iroda. Az eddig beérkező kérdéseket három kategóriába lehet sorolni: egyrészt a fák növényvédelmével, másrészt a tujákkal, harmadrészt pedig a szobanövények ápolásával kapcsolatban érdeklődtek a kerületi kertbarátok. Röviden összefoglaljuk a válaszokat, hogy ezzel mások kerti munkáját is segítsük.

A fák világa valahogy mindig is közel állt az emberekhez. Csodáljuk hatalmas termetüket, stabilitásukat, ahogy dacolnak az időjárás viszontagságaival, lenyűgöz minket életerejük, ahogy a kedvezőtlen időszakokban is túlélnek, fejlődnek. Ugyanakkor nehéz megértenünk fejlődésük ütemét, annyira különbözik ez felfokozott világunk folyamatos pörgésétől.

Az idős gyümölcsfák ifjító metszésével kapcsolatban a szakértő óvatosságra int. Egy természetes kerületi szilfa törzsén megjelenő sebekre és a belőlük folyó sűrű, ragadós nedvre vonatkozóan a növényorvos javaslata a sebek késéssel

történi kinyitása és a réztartalmú szerrel zajló többszöri kezelés volt. Ettől remélhető, hogy a törzs csatornáit megtámadó – valószínűleg gomba okozta – fertőzés visszaszorul, és a fa további évtizedekig zöldellhet, a környéken élők örömére. A vadgesztenyék – stilszerűen akár örökzöldnek is nevezhető – rovarkárttevők okozta problémájával kapcsolatban a megoldást a Hegyvidéki Zöld Iroda által szervezett egészség védekezés jelentheti, amire most szeptemberben is lehet jelentkezni.

Bár azt gondolhatnánk, hogy a hegyvidéki kertekben nem jellemző a tujá, sok kérdés felmerül ezzel

a növényvel kapcsolatban is. A levelek foltoszerű barnulását – a levélváltás természetes folyamatai mellett – szintén okozhatják gombafertőzések. Ezek visszaszorítása csak okszerű permetezéssel lehetséges. Jobb a bajt kiegyensúlyozott tápanyag-utánpótlással megelőzni, amire a kiskertbe és gyepre ajánlott (kálium- és magnéziumtartalmú) műtrágyakeverékek alkalmazása lehetnek.

Jót tesz a növényeknek, ha a tömörödött talajt felásva, kis adagokban, hőkezelt zsákos trágyát is beforgatunk. Ezzel a talaj levegő-



Elkél a tanács a kerti munkához

sebb lesz, javul a vízháztartás és a talajélet, ami végeredményben kedvez a tujáknak is. Az idősebb tuják törzse körül kialakuló, rendszerint kopár foltok megszépítésében a szakértő több szép növényt is javasol, például az ibolyát, hagymásokat, a csillagfürtöt, a terület mirtuszloncot, páfrányokat vagy az árnyliliomot.

Az árnyékos szobákba ajánlható, tetszetős, de igénytelen szobanövények iránt érdeklődők számára a következő növényeket ajánlja a kertész: a nagy termű és jól alkalmazkodó mexikói

bambuszpálmát, vagy gyompálmát, a túllöntözésre érzékeny, egyébként ellenálló anyónyelvet, a párat igénylő, ám cserébe tetszetős virágot nevelő broméliákat, a manapság sok dekorációban megjelenő, kúszó vagy szívlevelű filodendront, valamint a piros szegélyű leveleivel díszítő tarka sárkányfát. Ezek mindegyike viszonylag könnyen beszerezhető virágboltokból, nagyobb kertészetekből. Mivel többségük a trópusi erdők sűrű lombzata alatti sötét-höz szokott, jól viselik a félárnyékos vagy akár árnyékos szobai körülményeket, és megelégszenek heti egy-két öntözéssel.

BI.

■ Az önkormányzat Hegyvidéki Zöld Irodájának szaktanácsadási folytatódik, így az őszi kerti munkák során felmerülő kérdésekre is szívesen válaszol majd a felkért szakértő. A kérdéseket a [zoldpont@hegyvidek.hu](mailto:zoldpont@hegyvidek.hu) címre lehet elküldeni.

# HEGYVIDÉKI ŐSZ

PROGRAMOK KICSIKNEK ÉS NAGYOKNAK

2021.

**SZEPTEMBER 26-ÁN**  
10-15 óra között, 3 helyszínen

## LÓVASÚT

Kulturális és Rendezvényközpont

(XII. Zugligeti út 64.)

- **Rajzold zenét!**  
asszociációs festés  
gyerekeknek
- **Szörpkoktéلكészítés**
- **Rózsakunyhó**  
ehető virágok

A programok a létszámkorlát miatt regisztrációhoz kötöttek.  
Regisztrálni a [lovasut.hu](http://lovasut.hu) oldalon lehet.

## KULTURÁLIS SZALON

(XII. Törpe u. 2.)

- **Memóriaszüret**
- **kézműves foglalkozások**
- **Zöld tanösvény**
- **Szeniortánc**

Részletes program a Hegyvidék újság szeptember 21-i számában vagy a <https://12program.hu/> oldalon olvasható. A rendezvények látogatása során kérjük, tartsa be az aktuális egészségvédelmi előírásokat, vigyázzunk egymásra!

## MOMkult KERT

(XII. Csörsz u. 18.)

- **Zenebatyu**
- **Zurgó Együttes**
- **bábjáték-automata**
- **Mozogj szabadon, Hegyvidék!**
- **kézműves foglalkozások**
- **társasjátékok**
- **Rolandó bűvész**
- **street food**
- **receptcsere**

mOmKult



**VÁRJUK SZERETETTEL!**

# 52. Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszus a Hegyvidéken

## A hit a remény alapja

„A remény az ember élettője, cselekedeteinek motorja. A reményt megelőzi a hit, ami a remény alapja” – mondta dr. Prokopp Mária művészettörténész a MOM Kulturális Központ Reich Károly Galériájában rendezett kiállítás megnyitóján. Az Eucharisztia címet viselő tárlaton, amit az 52.



**Pálós Anna:**

Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszus tiszteletére állítottak össze, Angyal Júlia festőművész, Borza Teréz porce-

tőművész, valamint Végheő Klára festőművész válogatott alkotásai láthatók.

A Galéria 12 Egyesület művészeinek új kiállításán Prokopp Mária felidézte az ideai katolikus világtalálkozó jelmondatát, miszerint „Minden forrásom Belőled fakad!”, azaz az élet forrása a mindenható Isten. A művészettörténész szerint ezt az igazságot a művészet minden ága, a zene, az irodalom

érzelemre és az értelemre egyszerűen hat. Mindezt nagy jelentőségű a képzőművészet szerepe a Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszus számára éppen úgy, mint az emberiség szellemi-vallási fejlődése számára általában.

„Valamennyi alkotásból Isten földöntúli békéje, fénye, harmóniája, dinamikája és mély csendje árad. Az ember vágyait, álmait beteljesítő látomások mint realitások jelennek meg a remekművésztikai alkotásokon” – összegezte benyomásait a művészettörténész, az Eötvös Loránd Tudományegyetem professor emeritája, aki ez év augusztus 20-án vehette át a tudományos élet kiemelkedő képviselőinek járó állami elismerést, a Széchenyi-díjat.

k.

■ A kiállítás szeptember 30-ig látogatható a MOMkult-ban.



1938 után másodsor, szeptember 5. és 12. között Budapesten rendezik az 52. Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszust, az esemény zárónapján Ferenc pápa tart szentmisét a Hősök téren. A rendezvény nevében az eucharisztia oltárszentséget jelent, kongresszus alatt pedig nem a mai értelemben vett zárt, szakmai tanácskozást kell értenünk, hanem a szó eredeti, latin jelentését: összejövetel, nagygyűlés. Az esemény a fővárosban több helyszínen teremt lehetőséget az összejövetelre, így kerületünkben a Széll Kálmán téren is ünnepelhetik a találkozó résztvevői az eucharisziát, és kifejezhetik a Krisztus testéből épülő egyház egyetemességét és egységét



**Orient Enikő: Földre szállott**



**Orient Enikő: Közeledés**

lán- és szobrászművész, Makkai Márta textilművész, Orient Enikő textilművész, Pálós Anna fes-

és a képzőművészet egyaránt a teológia tudományánál közelebb tudja hozni az emberhez, mivel az

## Karácshalvai vendégek a XII. kerületben

Budapesten zajlik ezekben a napokban (szeptember 12-ig) a világ katolikus közösségének egyik legnagyobb találkozója, az 52. Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszus. A szervezők hetven országból több tízezer résztvevőre számítanak, de a Ferenc pápa személyes jelenlétével megtisztelt zárónapon akár százeken is lehetnek.

Az idelátogató hívők jelentős része fővárosi kollégiumokban, plébániákon és családoknál kapnak szállást. A vendéglátásból a Hegyvidék

is kiveszi a részét, például a kárpátaljai Karácshalváról érkező több mint ötvenfős csapatot az Istenhegyi Szent László Plébánia fogadja.

„Plébániánk a kárpátaljai csoport buszos utazását, szállását, ellátását egyaránt támogatja. Együtt látogatunk el a világtalálkozó több programjára, köztük a gyertyás körmenetre és a zárómisére. Karácshalvai testvéreink egy alkalommal nálunk vesznek részt a misén, ami után agapéra hívjuk őket” – mondta el lapunk-

nak Taraczky Dániel, a plébániaközösség tagja.

A vendéglátók nemcsak a kongresszus programjaira, hanem a város legszebb látnivalóihoz is elkalauzolják a látogatókat. Megtekintik a megújuló Városligetet, a Szépművészeti Múzeumot, továbbá a Várat, benne a – Várkapitányság segítségével – újjáépült Főőrséget és Lovardát, valamint a néhány hete megnyílt Szent István-termet a Budavári Palotában.

k.

## Isten a XXI. században



Az ideai Ars Sacra Fesztivál keretében, az Ars Sacra Alapítvánnyal együttműködve, a Károli Gáspár Református Egyetem fotóköri pályázati anyagából készült válogatás nyílt meg a polgármesteri hivatal (Böszörményi út 23–25.) I. és II. emeleti folyosógalériáján. Megtekinthető: szeptember 20-ig, ügyfélfogadási időben.



## Pályázati felhívás

civil szervezetek 2022. évi közösségfejlesztő programjainak támogatására

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat pályázatot hirdet a 8/2021. (VI. 24.) képviselő-testületi határozatával elfogadott pályázati felhívás szerinti civil szervezetek közösségfejlesztő programjainak támogatására.

### TÁMOGATÁSI CÉL

Az önkormányzat Budapest XII. kerületében, a Hegyvidéken 2022. december 31-ig a kerületi lakosoknak szervezendő nyitott, közösségteremtő, közösségfejlesztő tevékenységek, programok támogatására hirdet pályázatot.

### A PÁLYÁZÓK KÖRE

Pályázni lehet Budapest XII. kerületében aktivitást mutató, tevékenykedő, illetve olyan személyeknek és szervezeteknek, amelyekben a tagok többsége a XII. kerületben él. A pályázaton indulhatnak a XII. kerületben tevékenykedő civil szervezetek közül – a civil társaságok kivételével – az egyesületek és alapítványok, intézmények és olyan természetes személyek, akik vállalják, hogy a rendezvény megvalósítása érdekében legkésőbb a rendezvény időpontjáig egyesületté vagy alapítvánnyá alakulnak. Ez utóbbi esetben a támo-

gatási szerződés kizárólag a már megalakult, bejegyzett egyesülettel vagy alapítvánnyal kerülhet megkötésre.

### A MEGPÁLYÁZHATÓ ÖSSZEG

Összesen bruttó 10 millió Ft a pályázati keret. Egy pályázó minimum 50 ezer Ft, maximum 1 millió Ft pályázati támogatásban részesülhet.

A pályázati összeg felhasználható a támogatási szerződés aláírásának napjától 2022. december 31-ig megrendezett közösségfejlesztő programokra.

### A PÁLYÁZAT BENYÚJTÁSÁNAK MÓDJJA

A pályázatot pályázati adatlapon, a pályázati felhívásban megjelölt mellékletekkel, Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat polgármesteréhez címezve a polgármesteri hivatal oktatási és közművelődési irodájára kell benyújtani (1126 Budapest, Böszörményi út 23–25. sz. 29. szoba). A pályázatok benyújtására elektronikusan is van lehetőség, az oktat12@hegyvidek.hu e-mail-címen, ebben az esetben az eredeti iratokat aláírva, pecséttel ellátva, szkennelve szükséges csatolni és beküldeni.

A pályázati adatlap beszerezhető a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálati irodáján (1126 Budapest, Böszörményi út 23–25.), valamint letölthető a Hegyvidéki Önkormányzat honlapjáról (www.hegyvidek.hu/palyazatok/önkormányzat által meghirdetett pályázatok).

**A pályázat benyújtásának határideje:**  
2021. szeptember 30.

### A PÁLYÁZAT ELBÍRÁLÁSA

A benyújtott pályázatokat egy háromtagú bizottság értékeli, amelynek tagjai az oktatási és kulturális bizottság elnöke és a polgármester által kijelölt két személy. A támogatásról az önkormányzat képviselő-testülete az oktatási és kulturális bizottság javaslata alapján dönt.

A pályázat eredményéről – a döntést követő 15 napon belül – a pályázók írásban értesítést kapnak. Amennyiben a pályázó támogatásban részesülhet, a döntéssel egyidejűleg tájékoztatást kap a támogatási szerződés megkötésének tervezett időpontjáról.

Az önkormányzat nem támogat olyan pályázatot, amelynek célja nem egyeztethető össze az egyesülési jogról, a közhasznú

jogállásról, valamint a civil szervezetek működéséről és támogatásáról szóló 2011. évi CLXXV. törvényben foglaltakkal vagy pályázó létesítő okiratában meghatározott céljában foglaltakkal. A kiíró fenntartja a jogot, hogy a pályázatot eredménytelennek nyilvánítsa, amennyiben támogatásra érdemes pályázatok a beadási határidőig nem érkeznek be.

### A PÁLYÁZATI TÁMOGATÁS IGÉNYBEVÉTELE

A támogatott szervezettel az önkormányzat támogatási szerződést köt.

**Csak az a szervezet részesülhet támogatásban, amely az előző években a civil szervezetek közösségfejlesztő programjainak támogatására meghirdetett pályázatokon elnyert támogatással a támogatási szerződésben foglaltak szerint az elszámolást teljesítette.**

A pályázatra és támogatásra vonatkozó egyéb szabályokat a hatályos magyar jogszabályok határozzák meg.

**Pokorni Zoltán** polgármester

■ A pályázat teljes kiírása [www.hegyvidek.hu](http://www.hegyvidek.hu) honlapon olvasható.

# A szentáldozás ostyája mint fénylő centrum

Az Ars Sacra Fesztiválhoz és a Budapesten zajló 52. Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszushoz csatlakozva közös kiállítása nyílt a Galéria 12 Egyesület művészeinek. Ami igaz, ami jó, az szép is, és ami szép, örömet ad – ezt hirdeti az Életforrás című tárlat.

A legidősebbek még emlékezhetnek a 34. Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszusra, amelynek 1938-ban Budapest adott otthont. Hosszú idő után most újra fővárosunkban rendezik meg a világ katolikus közösségének egyik legnagyobb találkozóját.

Az eredetileg a múlt esztendőre tervezett 52. Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszus a koronavírus-járvány miatt csak most, szeptember 5-én vette kezdetét. Jelentőségét fokozza, hogy az egy héten át tartó nagyszabású programsorozat záró szentmisét Ferenc pápa pontifikálja a Hősök terén. A rendezvények között számos művészeti esemény is helyet kap.

művészei e jelmondat szellemében rendezték meg új közös kiállításukat.

A tárlat címe – Életforrás – a fenti mottóra utal. Az eucharisztia hálaadást jelent, amely az ol-táriszentséggel függ össze, azt



Szamos Iván: Kiindulás

jelképezi, hogy a hívek a szentáldozáskor magukhoz vett, megszentelt ostyával Krisztus testéből részesülnek, másképpen fogalmazva a Megváltó a saját jelenlétével táplálja az áldozók lelkét. A szertartás feleleveníti mindazt, amit Jézus Krisztus az utolsó vacsorán mondott tanítványainak a testét és vérének szimbolizáló kenyérrel és borral kapcsolatban.

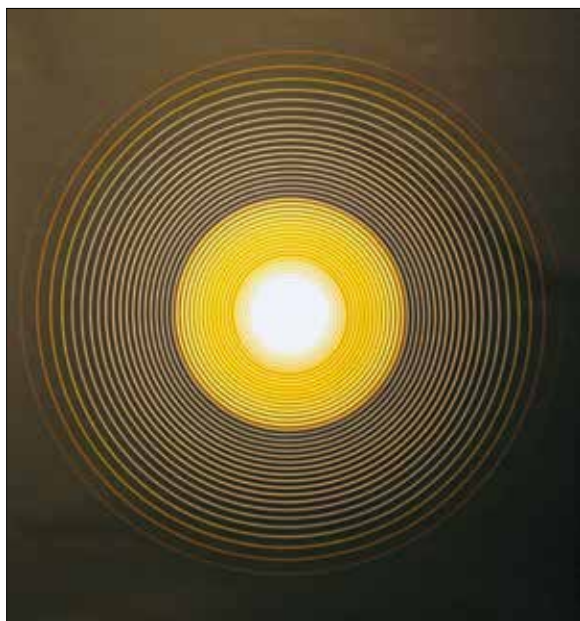
Sokféle gondolat, érzés jelenik meg a művekben, és sokféle technikával dolgoztak az alkotók – kezdte köszöntőjét Pálos Anna festőművész, a kiállítás rendezője. Vajon milyen energiaforrásokból merítkezhetnek a művészek, hogy a közösségért tudjanak alkotni? Szakrális jelképként több munkában is megjelenik a fény, az életforrás, ami-

ben az alkotók transzcendens jelentést keresnek, de ugyanígy lehet energiaforrás egy negatív élmény, egy nehézség, megpróbáltatás is, ami továbblépésre motivál – vélekedett a művész.

Dr. Prokopp Mária művészettörténész, mint mondta, ismét nagy örömmel érkezett a Galéria 12 Egyesület kiállítását megnyitni, olyan csodálatos együtttest tudnak ebben az otthonos környezetben bemutatni, ami mindig példaképként sugározza a hegyvidéki alkotóközösség híreit. Az Ars Sacra Fesztivál az igazi művészet mibenlétéről üzen, és ezt nem könnyű a mai, bizonytalan értékrendű világban közvetíteni. Szerencsére azonban Isten a saját képére és hasonlatosságára teremtette az embert

– folytatta gondolatát –, hiszen akármilyen hivatással, tehetséggel rendelkezik, minden emberből valami misztikus fény sugárzik, és ez különösen a művészekre jellemző.

Ritmus, harmónia a zenében, a képzőművészetben is megtalál-



Maczkó Erzsébet: Átváltozás I.

ható, és ahogyan arra a híres görög filozófusok, Platón, Arisztotelész rámutattak, a művészetek az igazat, a szépet közvetítik. Mindig új korszokok kezdődnek, ám az értékrendet meg kell őrizni! Ezt hirdeti a Galéria 12 kiállítása is: ami igaz, ami jó, az szép is, és ami szép, örömet ad. Miként az Ars Sacra Fesztivál és a Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszus jelszava az erőforrásra mutat, minden művészet, műalkotás attól válik igazivá, hogy a belőle áradó szép és jó örömmel tölti el az embert.

„Ha a művészekkel többet élnénk együtt, igazi művészi alkotásokkal vennénk körül magunkat a mindennapjainkban, boldogabb lenne a világ – összegzett Prokopp Mária. – Ez a tárlat az igazi fényt mutatja fel, amiért sokszor küzdeni kell, ahogyan azt például Pálos Anna Küzdelem a fény felé című alkotása szimbolizálja. A képen egy fény felé törekvő növényt látunk. Szép gondolat, hogy akárhová tesszük azt a cserép virágot, a fény felé fog törekedni. Hogyan keressük a fényt? Ezt kell felmutatni! A művész hivatása az is, hogy megfogalmazza, merre van a boldogság – Szél Ágnes csipkebokorról készült művészfotójának a címe is ezt jelzi. Fotójának kompozícióját ugyancsak jellemzi a sugárzó fény. Próbáljuk úgy élni az életet, hogy mellette ne legyen árnyék!” – tette hozzá.

Néhány további munkát is megemlégett a művészettörténész: Rainer Péter Üvegkatedrálisát, Angyal Júlia Újjászületését, Borza Teréz Eucharisztia születése című mű-

vét, amely a Pesti Vigadóban látható, a Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszus alkalmából rendezett kiállításokra utaló al-



Széchy Beáta: Az eljegyzett

kotás. Orient Enikő textilmunkáiról szólva figyelmünkbe ajánlotta a Klebelsberg Galériában nemsokára megnyíló Remény című csoportos textilművészeti kiállítást.



Angyal Júlia: Születés

„Ezekből a rendezvényekből is kitűnik, hogy kis hazánkban mennyi erő van – fejtegette. – Mindegyik egy sajátos erőforrás, és ha ezeket a művészi alkotásokat bemutatjuk az embereknek, a nehézségek, a szenvedés ellenére megtapasztalhatják az örömet a földön.”

A Dante-évre utalva az Isteni színjáték híres mondatát idézte: „...a Szeretet, mely mozgat napot és minden csillagot”. Az Ars Sacra Fesztivál is szeretetet, harmóniát

közvetít szűkebb és tágabb környezetünknek, megmutatja a különböző generációknak, hogy a boldogság a szeretetben van –

fogalmazott Prokopp Mária. Mint mondta, a művek sokfélesége végül is az isteni szeretetet sugározza. Az pedig, hogy az Ars Sacra Fesztivál egybeesik a Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszussal, igazi misztérium! A szentáldozás ostyájához hasonlóan, amely fénylő centrumként Maczkó Erzsébet Átváltozás I. című alkotásán is megjelenik.

Minden művön megvan a forrás, és mindegyikben másképpen, ahogyan minden embernek a saját életében kell megtalálnia rá jellemzően a sugárzó központot – e szavakkal nyitotta meg a kiállítást a művészettörténész. Az ünnepi hangulatot Szikora Borbála fuvalajátéka emelte, aki egy Debussy-szerzeménnyel örvendeztetette meg az egybegyűlteket.

Szd

■ Az Életforrás című kiállítás október 2-ig látogatható, mindennap 16.00–22.00 óráig (vasárnap zárva). Cím: Galéria 12 Kávészó és Borbár, XII., Hajnóczy József utca 21.

## Emlékezés a „rettenthetetlen lokálmatorra”, Ráday Mihályra

A Budapesti Városvédő Egyesület nemrég elhunyt örökös tiszteletbeli elnöke, **Ráday Mihály** emlékét és pótolhatatlan munkáját idézték fel barátai és tisztelői a Hegyvidék Galériában rendezett emlékest.

„Mindenkinek van róla valamilyen szívmengető, személyes emléke, mert nagyon barátságos, közvetlen, őszinte tudott lenni. Fájdó a hiánya, de nehéz róla szomorkásan beszélni, hiszen hallatlan élettel, derűs, magával ragadó ember volt” – így emlékezett Ráday Mihályra a róla szóló emlékest a Hegyvidék polgármestere. Pokorni Zoltán szerint Ráday „a magáénak, otthonának tekintette a várost”, ez a közvetlenség vezérelte városvédő munkájában. A Hegyvidéken pedig azt is megmutatta, hogy nemcsak védeni, hanem teremteni is tudja a hagyományokat: miután otthona közelében felfedezte Kovács J. honvéd síremlékét, minden év március 15-én ünnepséget szervezett oda.

Surányi András, a Budapesti Városvédő Egyesület (BVE) új elnöke arról beszélt a Hegyvidék Galériában tartott esten, hogy a napokban kísérték végső útjára

Ráday Mihályt, „szerető férjet, apát, nagyapát, Budapest és a Hegyvidék rettenthetetlen lokálmatorját, az ország városvédőjét”, akinek személyét és életművét „határtalan tisztelet és szeretet” övezi. Az elnök kijelentette: „a szellemet a palackból Mihály ki-eresztette, ez a szellem szállt meg



Pokorni Zoltán: „Ráday a magáénak, otthonának tekintette a várost”

minket, városvédőket, és ebben a szellemben visszük tovább Mihály szellemiségét.”

„Ráday Mihálynak sikerült felrázni az egész nemzetet, és egy párját ritkító mozgalmat elindítani. Műsora nemzedékek figyelmét irányította hétköznapiaink észrevétlenül maradt értékei iránt” – méltatta az „Unokáink sem fogják látni...” című, több mint harminc

évig létező tévéműsor jelentőségét Baliga Kornél, a BVE szakmai alelnöke. Hozzátette, hogy Ráday az építészeti gondolkodásra is hatással volt, hiszen az értékes részletek – tárgyak, épületrészek – iránt is érzékennyé tette a műemlékvédelemmel kapcsolatba kerülő szakembereket.



„Számára nem létezett kis horderejű dolog. A hagyományörző utcabútorok barátja volt, akinek fájt minden pusztítás” – kapcsolódott a szakmai alelnök gondolataihoz Hidvégi Violetta, a BVE általános alelnöke. Mint fogalmazott, Ráday Mihály „emlékezni tanított, nekünk pedig rá kell emlékezni, összefogással továbbvinni az értékek védelmére”.

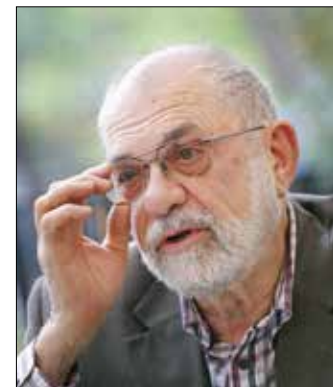
Személyes emlékeit osztotta meg a jelenlévőkkel Beöthy-Zsigmond Mária, a BVE XII. kerületi csoportjának vezetője, Müller Éva, a BVE fotócsoportjának tagja, Széphegyi László, a Város- és Faluvédők Szövetségének alelnöke, valamint Szöllösi Ferenc, a Város- és Faluvédő Alapítvány elnöke is. Nagy Gergely építész, az UNESCO Világörökség Bizottság állandó műemlékvédelmi és kulturális örökségvédelmi szakértő intézménye, az ICOMOS Magyar Nemzeti Bizottságának elnöke szerint Ráday Mihály arra tanított bennünket, hogy „mindaz, ami körülöttünk van, örökség, amiben – függetlenül attól, hogy védett, vagy sem – fel kell tudni ismerni az értéket”.

Ráday Mihály 79 évesen, július 16-án hunyt el, hamvait a Farkasréti temetőben helyezték örök nyugalomra. A Budapesti Városvédő Egyesület örökös tiszteletbeli elnöke, a Város- és Faluvédők

Szövetségének elnöke, a Nemzeti Panteon Alapítvány társelnöke, Budapest díszpolgára, a Kossuth- és Táncsics- és a Podmaniczky-díj, valamint sok más elismerés tulajdonosa a Színház- és Filmművészeti Főiskola filmoperatőri, majd az ELTE művészettörténet szakán végzett tanulmányait. 1968-tól a Magyar Televízióban dolgozott, ahol 1980-ban indította el híres városvédő műsorát.

Társával 1982–83 telén alapította meg a Budapesti Városvédő Egyesületet, majd 1986-ban a Város- és Faluvédők Szövetségét, aztán a Nemzeti Panteon Alapítványt. Az SZDSZ színeiben 1990–94 között országgyűlési képviselő, tizenhét éven át a Budapest Fővárosi Közgyűlés tagja volt. Döntő szerepet játszott a város helyi értékvédelmi rendeletének és helyreállításiakat támogató pályázati rendszerének kidolgozásában.

Megszervezte az Andrássy út kandelábereinek, a Lánchíd és az Alagút címereinek cseréjét, a Clark Ádám téri mozaikcímert helyreállítását, elindította Róth Miksa egykori házának emlékművet alakítását. A vidámparki körhinta felújítását, a Gresham- és a Centrál kávéház és a Gresham-



palota újjáépítését is kezdeményezte.

Számtalan városvédelemmel, épített örökséggel és az 1848–49-es szabadságharcra foglalkozó könyvet, cikket írt. Tagja volt a helytörténészek, újságírók, civilek részvételével működő Nagy Budapesti Társaságnak, amely 2004 márciusában újraindította a Budapest folyóiratot. A lap tavaly decemberben anyagi okok miatt megszűnt, a korábbi szerkesztőség munkatársai azonban most egy ingyenes Ráday Mihály-emlékszámmal kiadását tervezik. A kiadvány a szeptember 18–19-i Kulturális Örökség Napjain jelenhet meg.

77



# Aba-Novák Vilmos, a hegyvidéki „barbár zseni”

Még mindig méltatlanul kevés szó esik itthon a példátlan nemzetközi sikereket elérő Aba-Novák Vilmosról, akit Picasso barbár zseninek nevezett. Az újonnan átadott Szent István-terem mellett a Budavári Palota másik szenzációja talán végre ráirányítja a figyelmet a nyolcvan éve elhunyt festőművészre: egy 1936-ban készült festményét most először láthatja a nagyközönség.

Újra a régi fényében tündököl a Szent István-terem a több éve épülő Budavári Palota déli összekötő szárnyában, a hírek azonban nem csak ettől az iparművészeti remekről voltak hangosak az elmúlt hetekben. A terem mellett megnyíló Budavári Palota Csodája című kiállítás egyik kiemel-

szeti Főiskolán tanult tovább, ahol felvette az Aba előnevet. Már fiatalon megmutatkozott tehetsége.

Az első világháború elején, 1914 októberében bevonult a 29. honvédezdrebe, szolgált Galíciában, Bukovinában, Fiumében, majd Észak-Olaszországban. A



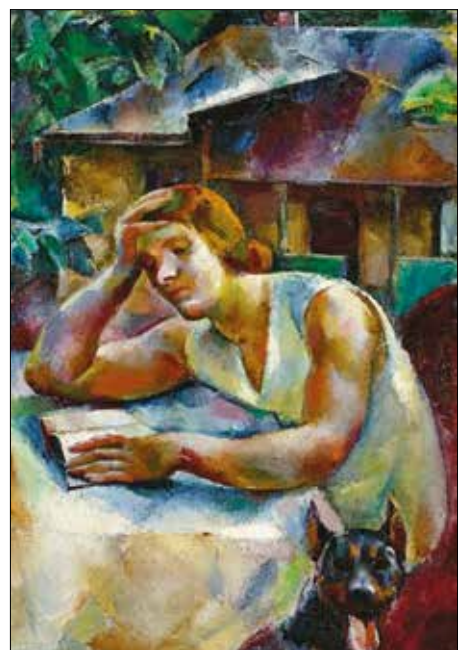
Őnarckép pipával 1.

kedő alkotása ugyanis egy eddig nem látott Aba-Novák Vilmos-festmény – amely a Hegyvidékhez is kötődik.

Gulyás Gábor, a kiállítás kurátora elmondta, hogy Aba-Novák munkája igazi szenzációnak számít, a művészettörténet tudott ugyan a létezéséről, de kiállítás mostanáig nem mutatták be. Ez annak is köszönhető, hogy a kommunizmus éveiben igyekeztek mindenhol „kiírni” a festőművészt, a második világháború után évtizedekig mellőzték őt, alkotásai nem kerülhettek kiállítótermekbe. Az 1936-ban készült kép azt a pillanatot jeleníti meg, amikor Szent István felajánlja a koronát Szűz Máriának. Eredetileg a hegyvidéki városmajori templom freskóterveként készült, és 1938-ban a Múcsarnok Szent István-kiállításán kiemelt első díjat kapott, utána azonban feledésbe merült, egészen mostanáig.

## A FESTŐ ÉS A HEGYVIDÉK

A művész Novák Vilmos néven született 1894-ben Budapesten. Gyerekkorát a Krisztinavárosban élte, majd 1912-ben érettségizett le a budapesti Toldi gimnáziumban. A Képzőművész-



Olvasó nő

háború után került szorosabb kapcsolatba a Hegyvidékkel, 1919-ben Berény Róbert Városmajor utcai műtermében alkotott Patkó Károllyal és Korb Erzsébettel együtt.

Fontos változást jelentett az életében, amikor 1924-ben családjával egy pár négyzetméternyi pesti mosókonyhából a budai

Zugliget egyik hangulatos vendéglőjének a Csillagvölgyi út 3-as szám alatti melléképületébe költözött. Ezt a helyet Aba-Novák többször megfestette. Itt született meg Judit lányuk, és itt örököltette meg feleségét anyaszerepben. A híres Olvasó nő is őt, Vulkovic Katót ábrázolja.

Az 1927-es budapesti Ernst Múzeum csoportos kiállításán a festőművész a nagyteremben mutathatta be azt a huszonnégy festményét, amit két év alatt a Zugligetben és Felsőbányán készített, megalapozva a hírnevét. A Pesti Hírlap úgy fogalmazott, hogy „a kiállítás néhány igen erős fiatal művészt mutat be [...] Aba-Novák

Vilmos szereplése meglepő fejlődését hirdeti. Grafikáiban egyszerűbb, őszintébb lett. Festményein viszont keresetten színes. Tájképein buja szín tarkaságba olvad össze az ég, a lomb, a föld, úgyhogy zugligeti erdőrészei is a Kongó-vidék egzotikusságára emlékeztetnek. Figurális dolgain kitűnően színes alakokat látunk.” (Pesti Hírlap, 1927. február 20.)

Az ezen a tárlaton látott munkáinak a nagy része a családi idillt és boldogságot, valamint a társas élet örömeit mutatja be. Mariay Ödön (1883–1952), a kitűnő író, aki a képzőművészeti kritika terén is elismerésre méltó örökséget hagyott maga után, azt írta, hogy „Aba-Novák Vilmos egyik legérdekesebb tagja ennek a csoportnak. Útja már meglehetősen különvált a többiekétől, ő a legegényibb és a legmerészebb. Izzó színeket áraszt vásznaira, amelyek szinte felforró erővel, égő felületeken lökik ki a formát.”

Az Olvasó nő című festményén Aba-Novák a művészértársasághoz tartozó Mattioni Eszter egyik kedvenc dobermannját is megfes-

tette. A festő így emlékezett vissza a zugligeti vidám összejövetelekre: „Már egészen fiatalon,



Zugliget tájkép

[...] kellemes időtöltés és kikapcsolódás volt a kollégákkal a világ dolgairól való eszmecsere, fesztelen diskurzus. Leginkább összeverődött a társaság az Aba-Novák Vilmosék megrendezte szilvesztereken. Erre az eseményre szinte egész éven át készültünk. Aba-Novákék akkoriban Zugligetben, egy öreg vendéglő oldalszárnyában éltek, ahol Kató, a feleség vaskályhán sütötte a hurokát, mi pedig rödliztünk a 28 fokos hidegben. Később budai, most már nagy műtermes lakásukban érdekes, intellektuális kisugárzású társaság gyűlt össze: a képzőművészek mellett írók, színészek, másfajta bohémek.”

mas, 14 darabból álló, egyenként 2x8 méteres képre, és így kiáltott fel: „Ki ez a barbár zseni?” Aba-Novák a magyar-francia kapcsolatokat foglalta össze monumentális képsorában, és ezzel a pannóval megalkotta a magyar képzőművészet egyik legértékesebb alkotását. Munkájával elnyerte a világkiállítás nagydíját, holott itt mutatták be Picasso Guernicáját is.

Kitüntetései is jelzik Aba-Novák elismertségét. Ekkorra már két ízben ítélték oda neki a Szinyei-díjat, megkapta Budapest Főváros jubileumi nagydíját, Bécsben a Vindobona, Pesten az állami kisaranyérem, Chicagóban a Watson F. Blair kitüntetés, a páduai egyházművészeti kiállítás aranyérmét, 1939-ben a Cor-



Aba-Novák Vilmos (1939)

menyezeti képek a világ teremtésének hét napját, Jézust, a Boldogságos Szűzet, az evangélisták, próféták és angyalok sorát ábrá-



Zugligeti részlet (1926)

vinkoszorút és 1940-ben a Veleneci Biennálé nagydíjat.

A Hegyvidékkel később is megmaradt a kapcsolata, miután megbízást kapott a Városmajori

szőlőházban a szentélyben az alumíniumlapokra festett két hatalmas mű egyikén az egyházalapító, a másikon az államalapító Szent István jelenik meg.



Tisza halászbárkák

## A VILÁGHÍRNÉV FELÉ

Aba-Novák dolgozott Szolnokon, Igalon, Felsőbányán, Budapesten, majd később Rómában és New Yorkban is, ahol nagy sikert arattak festményei. A legnagyobb elismerést az 1937-es párizsi világkiállításán kapta, ahol Pablo Picasso is megdicsérte művészetét.

A rendelkezésre álló források alapján az történt, hogy amikor Mihalik Sándor, a Magyar Nemzeti Múzeum akkori igazgatója vezetésével a magyar pavilonban éppen Aba-Novák Vilmos monumentális alkotását csomagolták ki, megjelent a teremben Picasso, a világkiállítás elnöke. Rácsodálkozott a hatal-

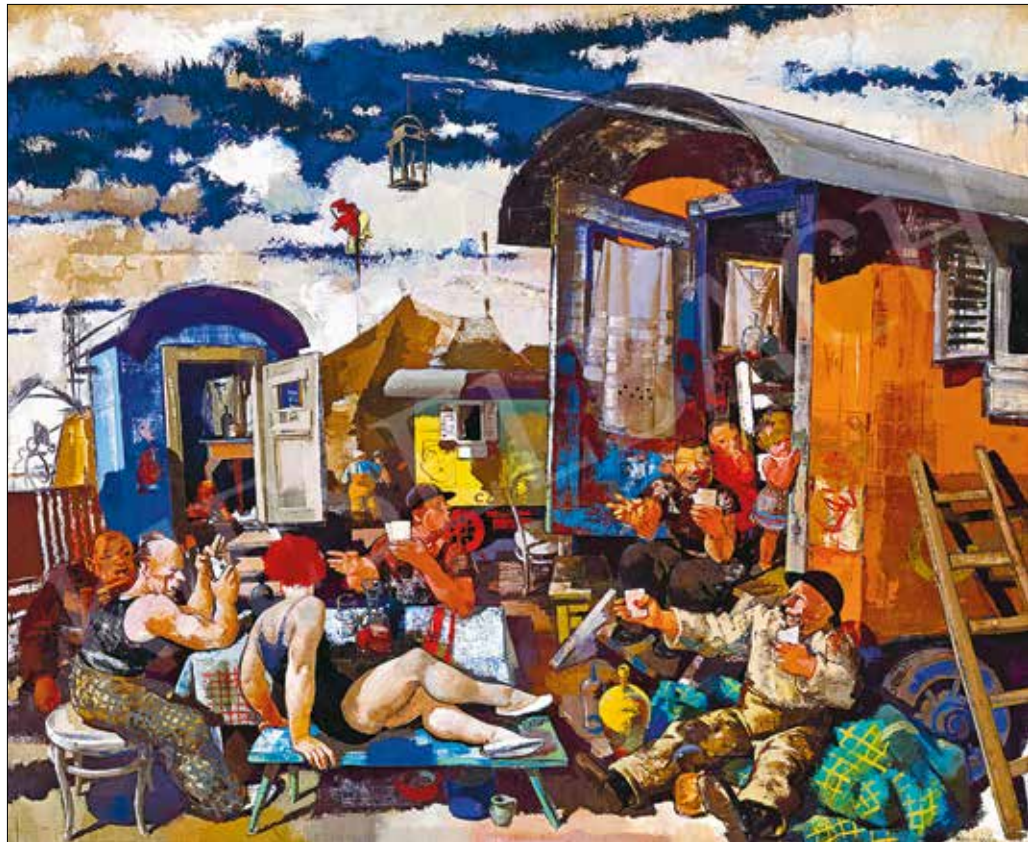
Jézus Szíve Plébániatemplom mennyezeti freskóinak és a szentély pannóinak elkészítésére. Munkáját 1938-ban fejezte be. A



Térzene

Alkotását nem sokkal élte túl, 47 évesen hunyt el, 1941. szeptember 29-én. Sírja a hegyvidéki Farkasréti temetőben található. A második világháborúban megrongálódó munkáit még kijavították a városmajori templomban, ám utána sokáig szinte sehol sem jelenhettek meg a képei.

Aba-Novák Vilmos, a magyar képzőművészet egyik legjelentősebb alakja számos nemzetközi díja ellenére itthon a mai napig nem kapott méltó elismerést. Remélhetőleg most, nyolcvan évvel a halála után a Budavári Palota Csodája című kiállítás bemutatott festménye újra felhívja a figyelmet rá és munkásságára. Ezt segítheti az is, hogy a Hild József által 1856-ban épített Fácán vendéglő háta mögötti egykori fogadóépületet az utolsó utáni pillanatban sikerült megővni a pusztulástól, és a tervek szerint, a Szépművészeti Múzeummal együttműködve, egy Aba-Novák múzeum kap majd itt helyet.



Cirkusz



**MOM KULTURÁLIS KÖZPONT**  
Csörsz utca 18.  
momkult.hu  
06-1/319-9854/222-es mellék  
06-70/908-4105  
jegy@momkult.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

**Sárik Péter Trió & Falusi Mari-ann** – jazzkivánságműsor magyarul (2.) szeptember 10-én 19.00. Az alkotók új albumának bemutatóján ismét magyar slágerek jazzfeldolgozásai hangoznak el.

**Zurgó táncház** szeptember 10-én 20.00. Moldvai csángó zene, tánc- és daltanítás, táncház.

**MOMkult #budapest100** szeptember 11-én 16.00–19.00. Az óránként induló, pincétől padlásig tartó épületsétákon Földváry Gergely, a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény vezetője mutatja be a terület, az épület történetét, múltját és a MOMkult munkatársai a kultúrtörténeti jelentőségű eseményekről, jelenlegi funkciókról beszélnek. A séták végén a látogatók a MOMkult múltjából származó emlékeket tekinthetnek meg az épület jellegzetes kupolatermében.

**Baker-Sosztakovics – Bősze Ádám és László Ferenc** Páratlan párok című estje szeptember 16-án 19.00. Táncosnő banánszoknyában, komponista tűzoltóságban: merészség és modernitás, túlélési technikák és történelmi tragédiák 1906 és 1975 között. A sorozatról: zeneszerző a táncosnővel, festő a filozófussal, költő az operatívával, író a karmesterrel – csupa szokatlan, meghökkenítő és páratlan párosítás Bősze Ádám és László Ferenc közös kortárskereső sorozatában.

**Beszélő Babakezek.** Ingyenes bemutató a babajelbeszédéről és a Beszélő Babakezek programról szeptember 23-án 10.00. Hatékony kommunikáció a babákkal már a beszéd megindulása előtt is. A babajelbeszéd segíti a szülő-gyermek kötődést, erősíti a szülő-gyermek kötődést. Előzetes jelentkezés: info@babakezek.hu, 06-20/479-2829, www.babakezek.hu, www.facebook.com/babakezek.

**Grace Mozgásművészeti Stúdió** – gyermek-balet-tanfolyamok 3-tól 12 éves korig, minden korosztályban, kis létszámú csoportokban. A kisebb korosztályba tartozók játékos formában, a nagyobbak már összetettebb gyakorlatokon keresztül ismerkednek meg a klasszikus balett mozgásrendszerével. Jelentkezés: kapcsolat@mmistudio.hu, 06-30/6994-3118, www.mmistudio.hu. Kezdés: szeptember 13.

**Nia** kedden 19.00. A Nia holisztikus fitneszirányzat, hozzásegít a test-sellem-lélek egészségének megteremtéséhez. A foglalkozást vezeti: Balázs Mari (mari.maryss@gmail.com, 06-30/973-2331).

**Ritmikus gimnasztika** hétfőn és csütörtökön 16.30. A Hegyvidék SE szakosztálya versenyzőkkel és tanfolyami csoportokkal egyaránt foglalkozik. A tanfolyami órákon

a szakemberek elsősorban az alapok elsajátítására és a sportág megszerettetésére koncentrálnak, valamint 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. Kezdés: szeptember 13.

**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 beilleszkedés (szocializáció, tolerancia). Célcsoport: akik keresik a játszótársat, akik óvodába készülnek. Jelentkezés: Csiszér Jolán, 06-20/594-4957, csiszer.jolan@gmail.com.

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

**Nosztalgia Társastánc** október 3-án 16.00. Tánc nosztalgikus dallamokra. Minden alkalommal táncbemutató nyugdíjas, amatőr táncosokkal. Standard táncok, latin táncok, swing, rock'n'roll. Táncbemutatók között és után: ösztánc! A belépés díjtalan. Információ: 06-30/231-7043, 202-1739. Védettségi igazolvány szükséges!

**Iciri-Piciri Tücsöktánc** kedden 17.15, csütörtökön 10.00. Játékos néptáncoktatás folyamatos csatlakozási lehetőséggel, néptáncpedagógus vezetésével. Az 1–4 éves gyerekek szüleikkel, kísérőikkel közösen kísérletezhetnek a tánclépések elsajátításával, miközben átítatódhatnak a népzene, a néptánc hangulatával. További információk: László-Pergel Tamara, 06-30/989-6040, http://www.tucsok-zene.hu, tucsoktanc@gmail.com. Fb-oldal: Tücsök-zene.

**Tücsök Zene** hétfőn 10.00, kedden 10.30. Ritmus-, ének-, zenefoglalkozás zenetanár vezetésével. Közös mondókázás, énekelgetés, zenélés. Célcsoport: 6 hónaptól 4 évesig. További információk: http://www.tucsok-zene.hu, tucsoktanc@gmail.com, László-Pergel Tamara, 06-30/989-6040. Fb-oldal: Tücsök-zene.

**Modern tánc** hétfőn 16.00, pénteken 16.00. 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: Csöngéi Barbara moderntáncpedagógus. Információ: 06-20/946-0848, 200-0138, www.omisk.hu, iroda@omisk.hu. Kezdés: szeptember 17.

### Lóvasút Kulturális és Rendezvényközpont

Zugligeti út 64.  
lovasut.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

**Forradalmi etüdök** – Arturo Toscanini szeptember 13-án 19.30. Bősze Ádám zenetörténész előadás-sorozata a Cziffra100 Emlék-



év keretében. A kifejezetten nem zeneesztétikai sorozatban Bősze Ádám azt mutatja be, hogy a kortárs hangversenykritika szerint mennyire volt forradalmár, újító előadóművész Paganini, Liszt, Rachmaninov, Toscanini, Callas, Horowitz vagy Cziffra.

**Márfi Márk: Telik** – egy óra az életről szeptember 15-én 20.30. A színházi előadás önadaptáció, egyfajta kísérlet a „szakdolgozat-színházi” formára, amely 26 évnyi emléktérképet terít ki azon nézők elé, akik száznak egy órát az életükből ennek megismerésére.

**Boggie-koncert** szeptember 16-án 19.00. Csemer Boglárka Boggie készülő negyedik nagylemezéről tart bemutatót zenekarával. A dalok először itt hangoznak el. (A koncert az NKA – Hangfoglaló program támogatásával valósul meg.)

**Farkas Gábor Band** szeptember 19-én 19.00. A különleges karakterű előadó, a magyar zenei paletta show-műfajának egyedülálló alakja a Pesti Balhé című film eredeti betétdala (Get a Life) mellett saját szerzeményeit is bemutatja. (A koncert az NKA – Hangfoglaló program támogatásával valósul meg.)

**Petruska: Egy szál gitár** szeptember 20-án 19.00. Petruska a magyar könnyűzenei szféra unikális képviselője. Kiforrott zenei stílusában a klasszikus rock energiái és a kortárs zene elektronikus ütemei keverednek, zenéjét meghatározza a játékos kísérletezés, határkeresés. (A koncert az NKA – Hangfoglaló program támogatásával valósul meg.)



Hollós út 5.  
jokaiklub.com

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

**Felhívás – meseíró pályázat általános iskolásoknak.** „Laboda Kornél, a Gavarin és az álomantenna című sci-fi meseregény írója általános iskolások segítségét kéri Gavarin újabb kalandjának befejezéséhez. Olvassátok el a megkezdett mesét, és próbáljátok kitalálni, vajon mi kerekedik ki ebből: kik zörgetnek az úrhajós-kabin ajtaján, miért olyan izgatott Makszimov, és egyáltalán: mi a gond a segítő kullancsokkal? Írjátok meg nekünk maximum 2000 karakter terjedelemben szeptember 20-ig! A szerző és az illusztrátor szüriznek, a legjobb értékű egyedi Gavarin-ajándékosomagot nyernek. Általános iskolások írásait várjuk a jokaiklub@jokaiklub.hu e-mail-címre. A levél tárgyában ne felejtsetek el feltüntetni a jelíget: Gavarin újabb kalandja! A mesét megtaláljátok honlapunkon.”

**Éltető vizek, műanyag szörnyek** – Molnár Jacqueline kiállítása. Az illusztráció visszatérő eleme a víz, emellett pedig a Spanyolor-

szágban élő, többszörösen díjazott magyar illusztrátor népszerű, a közösségi médiaoldalakon megosztott projektjei, kreált tengeri műanyag lényei is szerepelnek, ezzel felhívva a figyelmet élővízeink, „éltető vizeink” fenyegettségére. A kiállítás megtekinthető: szeptember 27-ig. Finisszázás: szeptember 25-én 10.00. Erre a belépés díjtalan, de regisztrációhoz kötött. Regisztrálni a jokaiklub@jokaiklub.hu e-mail-címen lehet. Partner: az FSZEK Ugcsoa utcai fiókkönyvtárának gyermekrészlege.

**Budapest Musical Iskola.** Művészeti vezető: Finta Gábor koreográfus, táncművész és táncpedagógus. Időpontok: hétfőn 16.00–18.30, kedden 16.00–17.00, pénteken 16.00–18.00. A szervezők olyan diákok jelentkezését várják, akik szeretnek táncolni és/vagy énekelni, és szívesen részt vennének profi színvonalú gyermekmusical-produkciók létrehozásában. A növendékek 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. Jelent-

kezés online: bpmusicaliskola@gmail.com, www.musicaliskola.hu. Telefonszám: +06-20/549-0893.

**Zumbafoglalkozás** felnőtteknek kedden és csütörtökön 20.00–21.00. Egyszerű, de eredeti és izgalmas latin mozdulatokkal, fülbemészó ritmusokkal. Vezeti: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató. Telefonszám: +36-20/549-0893.

**Szivárvány Táncszínház** formációs tánc, show-tánc és hiphop oktatása 7 éves kortól hétfőn 18.30–20.00, kedden 17.00–20.00, csütörtökön 16.30–20.00. Vezeti: Balázs Márta táncpedagógus. Telefonszám: +36-30/409-2400.

**NTC School Budapest** (holland bölcsőde-óvoda) 20 hónapos és 4 éves kor közöttieknek kedden 8.30–15.00, pénteken 8.30–11.30. Holland tanmenet szerinti foglalkozások flamand és holland anyanyelvű családok részére. Vezeti: Bori Martina (+36-30/241-2546, lesbories@t-online.hu).

**Klasszikus balett** szerdán 17.00–18.00. Klasszikus balett oktatása kezdőknek és haladóknak, már óvodáskortól. Vezeti: Kiss Stefánia balettművész. Telefonszám: +36-20/269-2314.

**Művészi torna** indul szeptember 25-én, szombaton 9.30–13.30. Mozdáskoordináció- és ritmusérzék-fejlesztő gimnasztika Berczik Sára módszere alapján. Vezeti: Pataki Rita mozgáspedagógus (+36-30/483-1897, patakiri@gmail.com).

**Csiri-biri torna** indul szeptember 24-én, pénteken 10.00–10.45. Az országos népszerűségnek örvendő Csiri-biri mozgásfejlesztő torna olyan 45 perces, dalolós, mondókázós, irányított foglalkozás, amin a gyermek a hétköznapi-tól eltérő mozgásformákkal ismerkedhet meg. Mivel a tomafoglalkozások nem egymásra épülnek, év közben bármikor lehet csatlakozni. Előzetes jelentkezés nem szükséges. Bővebb információ: Orszáczky Ildikó, www.csiri-biri.hu, info@csiri-biri.hu.

**Zumba Gold** kezdőknek, újrakezdőknek hétfőn és szerdán 9.00–10.00. Ízületkímélő, táncos mozgás latin zenére, egyszerű, de látványos koreográfiákkal, korhatár nélkül. Vezeti: Barta Sylvia zumbaftnesz-, Zumba Gold-, Zumba Kids-instruktor és aerobikoktató. Telefonszám: +36-30/625-6065.

**Beauty body** hétfőn és szerdán 10.00–11.00. Heti egészségmegőrző, alakformáló, preventív edzésprogram. Vezeti: Barta Sylvia zumbaftnesz-, Zumba Gold-, Zumba Kids-instruktor és aerobikoktató. Telefonszám: +36-30/625-6065.

**Fit-ball gerinctorna** pénteken 8.30–9.30. 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 különféle eredetű hát- és derékfájdások megszüntetésében, így iskoláskorú gyerekeknek, aktív dolgozóknak és idősebbeknek egyaránt ajánlott. Vezeti: Barta Sylvia okleveles aerobikoktató és Zumba Basic-, Zumba Gold-instruktor. Telefonszám: +36-30/625-6065.

## Budapest100

Az idei Budapest100 az I. és a II. világháború után – 1921–1930 és 1945–1957 között – épült, elkészült, átadott házakat mutatja be az ott élők és dolgozók közösségével együtt szeptember második hétvégéjén, 10–11-én. A kutatók listáján közel 400 épület szerepelt, közülük

40-nél is több megnyitására számíthatnak a látogatók. Izgalmas helyszíneken – kisvasút, páternoszter, szökőkút, légópince, puttonok, műteremlakások, munkáskolóniák, kovácsoltvas kapuzat, gépfegyverállítás a tetőn – izgalmas történetekről is szó lesz a beszélgetésekben.

További részletes információk, köztük a XII. programok: http://budapest100.hu.

A Budapest100 Android és iOS applikációjával könnyedén összeállítható a hétvégi néznivalók útvonala. Térképes leporelló is készült, amelyet előzetesen a KÉK-irodában (XI., Bartók Béla út 10–12.) vagy az OSA-portán (V., Arany János utca 32.), továbbá a hétvégén nyitva tartó helyszíneken lehet beszerezni. Mottó: Minden ház érdekes!

**TERMÉNYÜNNEP**  
szeptember 26. vasárnap  
Diana-park, 9 - 13 óráig

**PROGRAM**  
Szeretettel várunk kicsiket és nagyokat a terményekért hálát adó 9 órakor kezdődő Szentmisére és az azt követő kézműves foglalkozásokra, bábelőadásra, a Lochberg Táncsoprot bemutatójára, szőlőpréslésre és finom sváb falatokra.

A rendezvényt megnyitja:  
Fonti Krisztina  
alpolgármester asszony

**Meridiántorna** kedden 15.00–16.00. „Élj 100 évet egészségesen a 3-1-2 meridiánygyakorlatokkal!” Egészségvédelem az évezredek kínai tapasztalatok alapján. A torna a meridiánokból áramló energia-egyensúly helyreállításával a szervezet immunrendszerét erősíti. Nincsenek mellékhatásai, bármikor, bárhol gyakorolható. A tornán való részvétel ingyenes. Vezető: Hóka Ildikó. Telefonszám: +36-70/546-6498.

**Jiu-jitsu** hétfőn 17.30–20.30, szerdán 16.30–20.00. A jiu-jitsu rugalmas küzdősport, a csavarásokat, dobásokat, gáncsokat részesíti előnyben. Sokoldalú és változatos önvédelmi irányzat. Vezető: Derkényi László. Telefonszám: +36-20/323-8160.

**Kagami-ryu** indul október 6-án, szerdán 18.30–20.30. Jelentkezni személyesen edzésnapokon lehet. Az edzésekre 14 éven felüliek részére folyamatos a jelentkezési lehetőség. Vezető: Horváth Attila 2. danos mester. Telefonszám: +36-20/945-3901. www.jokaiklubdojo.hu

**Etka-jóga** erőgyújtó módszer kedden és csütörtökön 9.00–10.30. Hogyan szerezzük vissza gyermekkor rugalmasságunkat, frissességünket, velünk született légző- és mozgáskészségünket, tartásunkat, energiaszintünket? Erre bárki képes lehet, nemtől, kortól, egészségi állapotától függetlenül. Vezető: Nyerges Margit, az Etka-jóga Erőgyújtó Módszer oktatója. Telefonszám: +36-30/354-4399.

**Hatha-jóga** indul szeptember 16-án, csütörtökön 18.30–20.00. A hatha-jóga rendkívüli hatással van a testre és a lélekre egyaránt. A jóga az egészségvédelem és betegségmegelőzés mindennapos eszköze. Vezető: Pazonyi Mónika jógaoktató, rekreációs sportoktató. Telefonszám: +36-20/952-4685.

**Zsibongóra** indul szeptember 15-én, szerdán 11.00–11.45. Játékos mozgásfejlesztés 1–3 éveseknek. Vezető: Kuti Judit Ágnes jógaoktató (+36-20/932-8038, kutijudit@gmail.com).

**Baba-mama jóga** indul szeptember 15-én, szerdán 10.00–10.45. Vezető: Kuti Judit Ágnes jógaoktató (+36-20/932-8038, kutijudit@gmail.com).

**A Harmónia Táncklub** társastáncanfolyamai szeptember 19-én indulnak, vasárnap 13.30–19.00. Kezdd verseny tánc, felnőtt-tánciskola. Vezető: Székely Attila táncművész. Telefonszám: +36-30/952-9477. www.harmoniatancklub.hu

**Tini Zumba** indul hétfőnként 15.00–16.00. A tinédzser korosztály számára kidolgozott komplex, táncos edzésprogram ötvözi a zumba, a balett és a jóga elemeit. További információk: Németh Krisztina, +36-20/549-0893.



**XII., Törpe utca 2.**  
**06-1/202-2509**

**info@kulturalisszalon.hu**  
**kulturalisszalon.hu**

*A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!*

**A Fények és Árnyak játéka** – Kovács Judit, az APS Fotóstúdió tagjának kiállítása megtekinthető szeptember 30-ig a Tamási Áron-teremben.

**Kortárs Alkotó Műhely** szeptember 10-én 13.30. A színek élménye mint terápia. Vezető: Schmidt Piroska festőművész. Jegy: a hegyvidéki lakosoknak ingyenes, a részvétel regisztrációhoz kötött.

**Te és Én** – dr. Schmidt Piroska festőművész és Schmidt Edi életmű-kiállításának megnyitóját szeptember 10-én 15.00. Laudáció: dr. G. Tóth Károly.

**Német társalgókör** – beszélgetés mindennapi témákról szeptember 17-én 13.30. Vezető: Schmidt Piroska, Schmidt Edi.

**A Magyar Rákellenes Liga rendezvénye** szeptember 20-án

14.00. Beszélgetés a járványhelyzetről, a védőoltásokról. Előadó: Joó Éva szakasszisztens.

**Meridiántorna** hétfőn 9.30. Vezető: Besseney Johanna. Részvételi díj: 200 Ft/alkalom. A hegyvidéki lakosoknak ingyenes.

**Gerinctorna** hétfőn, szerdán 9.30. Vezető: Glatz Zsuzsa. Információ: +36-30/295-1833, glatzzsuzsa@gmail.com. Részvételi díj: 1500 Ft/alkalom.

**Baba-mama hastánc** hétfőn 10.00. Vezető: Fritzt Mónika. Információ: +36-70/621-3794, 8.parvatisiva@gmail.com. Részvételi díj: 9000 Ft/4 alkalom. A bérlet egy hónapig érvényes.

**Nyugdíjastorna** hétfőn 11.15. Vezető: Latin Anikó. Részvételi díj: 500 Ft/alkalom, hegyvidéki lakosoknak 200 Ft/alkalom. A bérletet lehet váltani a hónap első alkalmával. Első alkalom: szeptember 13.

**Asszonyjazz** kedden 8.15 és csütörtökön 10.30. Vezető: Gellén Nanni. Információ: +36-30/389-2698, asszonyjazz@gmail.com. Részvételi díj: 2500 Ft/alkalom, 20000 Ft/10 alkalom. Első alkalom: szeptember 14.

**Székes jóga** kedden 9.00. Vezető: Ott Cecília. Információ: +36-20/917-8127, ott.cecilia@gmail.com. Részvételi díj: 2000 Ft/alkalom.

**Hatha-jóga** kedden 10.15. Vezető: Ott Cecília. Információ: +36-20/917-8127, ott.cecilia@gmail.com. Részvételi díj: 2000 Ft/alkalom.

**Szivarvány showtánc** – modern jazztánc gyerekeknek kedden és csütörtökön 15.30. Művészeti vezető: Balázs Márta. Információ: +36-30/409-2400, szivarvanytancszinhaz@gmail.com.

**Grace balett.** Balett-előkészítő 3-4 éveseknek kedden és csütörtökön 17.00. Vezető: Stubna Enikő. Információ: +36-30/994-3118, kapcsolat@mmstudio.hu. Első alkalom: szeptember 14. és 16.

**Autentikus hastánc felnőtteknek** kedden 19.00. Vezető: Fritzt Mónika. Információ: +36-70/621-3794, 8.parvatisiva@gmail.com. Részvételi díj: 8000 Ft/4 alkalom. A bérlet egy hónapig érvényes. Próbaóra: 1000 Ft.

**Nia** szerdán 9.30. Vezető: Balázs Mari. Információ: +36-30/973-2331, mari.maryss@gmail.com. Részvételi díj: 2000 Ft/alkalom. Első alkalom: szeptember 14.

**Szeniorörömtánc** szerdán 11.00. Vezető: Tóth Krisztina Apollónia. Információ: +36-70/775-8625, krisztina.apollonia.toth@gmail.com. Részvételi díj: 1000 Ft/alkalom.

**Meridiántorna** szerdán 11.00. Vezető: Pál-Szabó Gabriella. Részvételi díj: 200 Ft. A hegyvidéki lakosoknak ingyenes.

**Meridiántorna** csütörtökön 9.00. Vezető: Haide Éva. Részvételi díj: 200 Ft/alkalom. A hegyvidéki lakosoknak ingyenes.

**Nia** csütörtökön 19.00. Vezető: Bodor Virág. Információ: +36-20/946-9171, bodor.virag@gmail.com. Részvételi díj: 2000 Ft/alkalom.

**Nyugdíjastorna** pénteken 9.30. Vezető: Latin Anikó. Részvételi díj: 500 Ft/alkalom, hegyvidéki lakosoknak 200 Ft/alkalom. Havi bérletet lehet váltani a hónap első alkalmával.

**Kerekítő Mondókás Móka** (3 éves korig) pénteken 9.30 és 10.00. Vezető: dr. Bogdán Dóra. Információ: +36-30/205-5703, www.kerekito.hu. Részvételi díj: 1800 Ft/alkalom/család, 8500 Ft/5 alkalom/család.

**Kerekítő Manó Torna** (1–4 éveseknek) pénteken 10.45. Vezető: dr. Bogdán Dóra. Információ: +36-30/205-5703, www.kerekito.hu. Részvételi díj: 2000 Ft/alkalom/család, 9500 Ft/5 alkalom/család.

**Csicsergő Táncház és Kézműves Műhely** gyerekeknek pénteken 16.30. Szeptember 17-én elmarad, helyette 18-án 11.00-kor

ingyenes részvétellel Csicssergő foglalkozás a Szalon10 fesztiválon! Szeptember 10.: Mária napja: kézműves foglalkozás, tánc, játék, éneklés. Szeptember 18. 11.00 Kon-dás bál: kézműves foglalkozás, tánc, éneklés, játék. Szeptember 24.: Búzavetés: kézműves foglalkozás, játék. Váltócipő szükséges! Foglalkozásvezetők: Kovács Annamária népijátékszínház-vezető, kézműves és Márton Piroska néptáncos, óvodapedagógus, népijátékszínház-vezető, mozgásterapeuta. Információ: +36-20/220-8564, csicssergotanchaz@gmail.com, facebook.com/csicssergotanchaz. Részvételi díj: 1200 Ft/fő.

**Hastánc** szombaton 9.00. Vezető: Rezes Molnár Eszter. Információ: +36-20/944-9799, erezesmolnar@gmail.com. Részvételi díj: 7500 Ft/4 alkalom.

**Szabadtéri mozgásformák Meridiántorna** kedden 8.30. Találkozó: Gesztenyész kert, a Larus étterem előtt.

**Monspart Sarolta által alapított Gyaloglóklub.** Szeptember 21-én 9.00 órakor a Normafánál. Szeptember 14-én és 28-án 9.00 órakor a Margitszigeten. Klubvezető: Korik Vera. A nordic walking-csoport minden kedden 9.00 órakor találkozik a Normafánál. Vezető: (Folytatás a 12. oldalon)

## Vadon a markomban

„Ketten írtuk” Gévai Csillával

Folytatódik az Ugocsa utcai könyvtár meseíró és illusztrációs pályázata, a „Ketten írtuk”. A szervezők azoknak a jelentkezését várják, akik **18 év alattiak, és vagy a XII. kerületben laknak, vagy a kerületbe járnak iskolába, vagy tagjai az Ugocsa utcai könyvtárnak.**

A könyvtár 2004-ben indította útjára kezdeményezését. Minden évben felkér egy-egy gyerekeknek író hírességet, hogy kezdjen el egy mesét, amit a gyerekek fejezhetnek be. Korábban Lázár Ervin, Varró Dániel, Darvasi László, Boldizsár Ildikó, Békés Pál, Lackfi János, Tóth Krisztina, Berg Judit, Finy Petra, Bosnyák Viktória, Balázs Ágnes, Nógrádi Gergely, Turbuly Lilla, Tamás Zsuzsa, Molnár Krisztina Rita, Harcos Bálint és Mészöly Ágnes meséit folytathatták a „szerzőtársak”.

2021-ben Gévai Csilla vállalta a feladatot. A Vadon a markomban című mese elején megismerkedhetünk Piroskával, aki nagyon szeret könyvtárba járni, ám egy szép őszi napon a hazafelé vezet

úton eltéved, és találkozik Bukéval, az elegáns borzszal...

A történet elejét az Ugocsa utcai könyvtár honlapján (<https://fszek.hu/Entities/66>) lehet elolvasni, és – maximum két A4-es oldal terjedelemben – folytatni. Sőt, aki kedvet érez hozzá, illusztrálhatja is.

Az ünnepélyes eredményhirdetés és a legjobbak jutalmazása októberben, az Országos Könyvtári Napok alkalmával lesz a könyvtárban. A győztes Gévai Csillával együtt olvashatja fel meséjét, és a résztvevők megismerhetik az író által elképzelt befejezést is.

A Nemzeti Kulturális Alap által támogatott pályázatot a következő címre lehet beküldeni, vagy bevinni: **FSZEK Ugocsa utcai könyvtár, 1126 Budapest, Ugocsa utca 10.** Rá kell írni a nevet, az életkort, az osztályt és egy e-mail-címet, amin elérhető a pályázó. A pályamunkákat, mesefolytatásokat lehetőség szerint géppel írt formában várják a szervezők!

**A beküldési határidő: 2021. szeptember 25.**

**SZALON 10**

2021  
**SZEPT 21**  
KE 16:00

Sétáljunk és hallgassunk zenét együtt a demenciával élőkért!

Országos séta az Alzheimer Világhónapja alkalmából

Szeptember 21. az Alzheimer Világnapja, 1994-ben a Nemzetközi Alzheimer Társaság hívta életre az Egészségügyi Világszervezet (WHO) támogatásával. Magyarország 2011-ben csatlakozott a kezdeményezéshez, 2018 óta az Alzheimer Café-k aktív részvételével. Idén másodszor a Hegyvidék is kapcsolódik az országos rendezvényhez, a Hegyvidéki Kulturális Szalon és a Hegyvidéki Szociális Központ Demencia Irodájának közös szervezésében.

A rendezvény fővédnöke: Fonti Krisztina, a Hegyvidék alpolgármestere

16:00 Találkozó a MOM Kulturális Központ előtt.  
**Monspart Sarolta által alapított Gyalogló Klub**  
Lassú séta Korik Vera és Szász-Kerek Judit vezetésével a Hegyvidéki Kulturális Szalonhoz (1124 Bp. Törpe utca 2.).

Köszöntőt mond: Fonti Krisztina, a Hegyvidék alpolgármestere

Solti György Zeneiskola Vonószene-kara koncertje, Bolla Milán vezetésével.  
Filmzenék, klasszikus művek.

Fejezze ki szolidaritását az érintettekkel – sétáljon velünk!

Eső esetén a rendezvény elmarad.



DEMENCIA  
IRODA



Támogató:



a családbarát  
étterem

**SZALON 10**  
FESZTIVÁL

SZEPT 15 14:30 Szalonegyetem előadás

Köszöntőt mond Pokorni Zoltán, a Hegyvidék polgármestere  
Bepillantás a természetfotózás rejtelmeibe

SZEPT 15 18:00 Segítő kéz a családban előadás

Szorongáscsökkentés a mindennapokban

SZEPT 16 10:30 Szalon10 túra:

Fedezzük fel a Sas-hegyet!

SZEPT 16 14:30 Kíváncsi Kata előadás

A gésák titkos élete

SZEPT 16 16:30 Derús percek Dolnával előadás

Csak szerelem, és más semmi.  
Titkok és talányok az operett Világában.

SZEPT 17 15:30 Kulisszák előtt előadás

Takács Katalin színművészzel Szabéni Ágnes beszélget

SZEPT 18 9:30–12:30 Szalon10 családi hétvége

„Okos leszel, ha mézet eszel!”  
interaktív gyerek foglalkozás, kézműveskedés  
Csicssergő Táncház és Kézműves Műhely.  
Lurkóperencia: Gitár Gizi szüretel.

SZEPT 18 18:00 JazzOperett

SZEPT 14–18 Tornák és mozgásformák



10 éves a Hegyvidéki Kulturális Szalon

A rendezvény az aktuális járványügyi helyzet szerint kerül megrendezésre.



(Folytatás a 11. oldalról)

Szász-Kerek Judit. További információk: Normafa-Margitsziget Gyaloglókлуб Facebook-csoport.

**Nordic klub** kedden 10.00. Helyszín: Gesztenyés kert. Vezető: Mészáros Lászlóné Vali. Információ: +36-30/306-0760, meszaroslaszlonet@t-online.hu. Találkozó: a Larus étterem előtti sétányon, az első padnál.

**Egészségmegőrző erdőjárás** a budai hegyekben szerdán, szombaton és vasárnap 9.30. A Hegyvidéki Szomszédok közösségfejlesztő önkéntescsoport programja. Információ: T. Magdi, +36-70/576-7253.

**Meridiántorna** pénteken 8.30. Találkozó: Gesztenyés kert, a Larus étterem előtt.

**Zumba gold** pénteken 11.30. Helyszín: Gesztenyés kert. Vezető: Veronika Berger. Információ: +36-30/609-9369, berger@veronikaberger.com. Szeptember 17-én a Szalon 10 programsorozat keretében ingyenes bemutató, ami regisztrációhoz kötött! (Rossz idő esetén a szalonban lesz.)

azt kutatja a fotográfus, arra keresi a választ, hogyan lehetett túlélni az embertelen meghurcoltatásokat és a bezártságot, megőrizve közben az emberi méltóságot. A tárlaton való részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött. Regisztrálni a Hegyvidék Galéria honlapján, közösségi oldalain, valamint személyesen a helyszínen lehet. Maximális létszám: 30 fő. A kiállítás megtekinthető: szeptember 11-ig, keddtől péntekig 10.00–18.00, szombaton 10.00–14.00. Jegyek kaphatók, regisztrálni lehet a hegyvidekgaleria.jegy.hu oldalon, valamint a Hegyvidék Galériában.

**Kerekasztal-beszélgetés Kovalovszky Dániel kiállításán** szeptember 9-én 18.00. Szakemberek bevonásával lehetőség nyílik jobban megismerni a fotográfus által vizsgált történelmi korszakot, a fotósorozat létrejöttének folyamatát, a gondolati hátteret, a gyűjtés és feldolgozás kulisszatitkait, a képek technikai, esztétikai sajátosságait, valamint a téma pszichológiai szempontból is elemzésre kerül. Beszélgetőtársak: dr. Fliegauf Gergely kriminológus, pszichológus, Kovalovszky Dániel fotográfus, dr. Müller Rolf történész (Állambiztonsági Szolgálatok Történelmi Levéltára). A programon való részvétel regisztrációs jegy (200 Ft) megvásárlásával lehetséges. Maximális létszám: 40 fő.



**Királyhágó tér 10.**  
hegyvidekgaleria.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

**Egy pokoli színjáték díszletei** – Kovalovszky Dániel fotográfus kiállítása. A fotók a Rákosi- és a Kádár-korszak börtönvilágát, valamint a kommunista diktatúra meghatározó helyszíneit térképezik fel, mutatják be jelenkori állapotukban, és olyan idős emberek portréival, személyes történeteivel egészülnek ki, akik a művész által dokumentált helyeken raboskodtak politikai fogolyként. Az 1945–1963 közötti időszak fotókon történő feldolgozásával részben



**Hajnóczy József utca 21.**  
galeria12.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

**Életforrás** – a Galéria 12 Egyesület kiállítása az Ars Sacra fesztiválhoz kapcsolódóan. Megtekinthető: október 2-ig, vasárnap kivételével mindennap 16.00–22.00. (A kiállításról a 9. oldalon olvashatnak bővebben.)

## Ingyenes jóga tanfolyamok a Szatszang Jógaközpontban



(pránájámát) és rövid önvizsgálati meditációt végzünk a kiegyensúlyozottságért, a jobb erőnlétért, a jó keringésért, rugalmasságért, testi-lelki egészségért, belső békéért, önismeretért.

• **További tanfolyamok**, órarend és részletes információ a [www.jogaunio.hu](http://www.jogaunio.hu) honlapon.

A tanfolyamok helyszíne:  
**Szatszang Jógaközpont,**  
Nagyenyed utca 16. I. emelet 3., 12-es kapucsengő

[www.jogaunio.hu](http://www.jogaunio.hu)

A helyek száma korlátozott, bejelentkezés minden tanfolyamra szükséges a [jogabuda@gmail.com](mailto:jogabuda@gmail.com) e-mail-címen vagy az alábbi telefonszámokon az oktatóknál. A hétfői órára a 06-20/315-8857-es, a keddi órára a 06-20/984-2931-es, a pénteki órára a 06-70/934-4375-ös telefonszámon várjuk a jelentkezőket.

(x)



**BAJOR GIZI SZÍNHÁZ MŰZEUM**  
Stromfeld Aurél út 16.  
oszm.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

**Kertmozi** a Bajor Gizi Színház Múzeumban. Szeptember 16. 19.00 A tolonc (magyar film – 1914). A magyar színháztörténet kiemelkedő alakja, Jászai Mari egyetlen fennmaradt filmje, a Casablanca rendezője, Michael Curtiz egyik legkorábbi rendezése és a Janovics

Jenő által megteremtett kolozsvári filmgyártás egyik első darabja. A film kiegészítéseként a szervezők rövid színháztörténeti beszélgetésre várják az érdeklődőket. Belépődíj: 1000 Ft.

„Nemes nyomokon...” – **Színház a kolozsvári Farkas utcában.** Kiállítás megnyitóját: szeptember 24-én 16.00. A kolozsvári Farkas utcában 200 éve épült a Nemzeti Játékszín. Az 1821. március 12-én megnyíló kőszínház kivételes intézmény volt, hiszen korábban a hívatásos magyar vándortársulatok alkalmi játszóhelyeken, lehetetlen körülmények között léptek fel. Kolozsváron az erdélyi magyar főnemesség felkarolta és támogatta a magyar színészet ügyét, az anyanyelvi kultúra és műveltség terjesztésének egyik fő eszközét

látta benne. A kamarakiállítás a kolozsvári színjátszás és történetének kivételes eseményeit és szereplőit mutatja be, gazdag képes, írásos és tárgyi anyaggal illusztrálva. A tárlathoz kapcsolódó színháztörténeti társasjáték a múzeumpedagógia eszközeivel nyújt betekintést a vándorszínészet és az állandósulás színházi korszakába. A belépés ingyenes.

**Pincétől a padlásig** – villaséta Bajor Gizi egykori otthonában szeptember 25-én 19.00. Regisztráció szükséges: [szebenyi.agnes@oszm.hu](mailto:szebenyi.agnes@oszm.hu). Belépődíj: 2000 Ft.

**Felolvasószínház** az Örkény István drámáiról ösztöndíj 2020. évi nyertes pályaműveiből szeptember 28-án 18.00. Az ösztöndíj célja, hogy új magyar színművek létrejöttét segítse. A 2020-ban elkészült drámák közül a kuratóriumi testület javaslata alapján három művet választottak ki a szervezők, ezeket a darabokat felolvasószínházi keretek között ismerheti meg a közönség és a színházi szakma. Elsőként a vajdasági szerző, Lénárd Róbert 3222 Florence című műve kerül sorra. Az est során vendég lesz a szerző, aki a darab születéséről is beszél. A belépés ingyenes.

**Herceg a vasfüggöny mögül.** A Róna Viktorról szóló kiállítás szeptember 12-ig látogatható.

**MAKOVECZ KÖZPONT ÉS ARCHÍVUM**

Városkúti út 2.

A rendezvényekre a belépés ingyenes, de a ház befogadóképességére való tekintettel regisztrációhoz kötött. Regisztrálni az [office@makovecz.hu](mailto:office@makovecz.hu) e-mail-címen vagy a 06-30/314-4879-es telefonszámon lehet. Regisztráció nélkül a belépés a fennmaradó helyek függvényében lehetséges.

**Az ácsélet misztériuma** – Dudik János ácsmester és Csernyus Lőrinc, Makovecz Imre építész tanítványának beszélgetése szeptember 20-án 18.00.

**Táncház** szeptember 26-án 17.00. Magyar tánc ház és tánctanítás. Az élő zenét Olasz György és barátai szolgáltatják, a táncokat Csatai László Csida tanítja. Kezdőket, haladókat, újrakezdőket is szívesen látnak.



Zugligeti út 64.

**info@hegytortenet.hu helytörténetgyűjtemény.hu**  
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

**Az eltűnt idő nyomában** – a Budapesti Városvédő Egyesület XII. kerületi csoportjának vándorkiállítása. Műemlékek, helyi védettségű épületek és más kevésbé ismert, de művészettörténetileg vagy építészetiileg jelentős villák és lakóházak történetét ismerhetik meg a látogatók.

Az épületben található könyvtár újból várja az olvasni vágyókat és a kerület múltja iránt érdeklődőket. A gyűjtemény a megszokott nyitvatartás szerint, szerdától vasárnapig 10.00–18.00 óráig látogatható. Egyszerre maximum 8 fő tartózkodhat a kiállítóterben.



**A Napközi Plusz** tehetséggondozó, képességfejlesztő és szabadidőközpont (Szépkilátás út 3.) svábhegyi tanulószobája hétfőnként 17.00 órától díjmentes integrációs, felzárkóztató és felvételi előkészítő foglalkozásokat, próbafelvételeket szervez a kerületben lakó vagy itt tanuló diákoknak. Jelentkezni lehet a helyszínen személyesen, vagy írásban a Szent László-plébánián (Diana utca 15/a), vagy a +36-20/985-5137-es telefonszámon, vagy az [info@napkoziplusz.hu](mailto:info@napkoziplusz.hu) e-mail-címen.

2021.  
SZEPT. 18.-  
OKT. 9.

EMBERI ERŐFORRÁSOK  
MINISZTERIUMA

nka  
Nemzeti Kulturális Alap



BUDA  
PEST  
TÁNC  
FESZTIVÁL

[www.tancfesztival.hu](http://www.tancfesztival.hu)

# Magyar és befogadó kárpátaljai konyha

Az itthoni mellett az anyaországbéli, magyar lakta vidékek konyháival is szeretnénk megismertetni olvasóinkat a következő hónapokban. A jellegzetes leveseket, főételeket, desszerteket mindig igyekszünk „megfűszerezni”, kiegészíteni helyi apró gasztronómiai titkokkal, népszokásokkal, érdekességekkel. Első utunk Kárpátaljára vezet.



**Pikáns ízű, laktató, mégsem nehéz leves**

Arra a kérdésre, hogy milyen is a kárpátaljai konyha, röviden lehet válaszolni: magyar és befogadó. Mert, noha alig hihető, de igaz: ma Kárpátalján a kifőzdéktől a luxusétermek étlapjáig mindent az első helyen és állandó jelleggel egyetlen étel szerepel – a mi jó, húsos, sűrű levű, mélyvörös bográcsgulyásunk! Csipetkével, vagy ahogyan arrafelé mondják, csipkedlivel.

Népszerűségben a gulyást azonnal követi a babgulyás, a lacipecsénye, a töltött káposzta és a székelykáposzta. A kárpátaljaiak szívós kitartással őrzik a hagyományokat, az egyszerű, jóízű tiszaháti ételek sorát, a tócsnikat, a lapcsánkákat, a káposztás és babételeket, a puliszkákat, a túrós fogásokat, a mákkal, dióval, túróval töltött kóteseket, a palacsintákat, a kürtöskalácsot, a páskát, a mézes tésztákat, az erdei gombából készült téli leveseket.

Jellemző a kárpátaljai konyhára az a természetesség is, amivel befogadta a különböző nemzetiségűek ételeit. Ruszinok, ukránok, oroszok, németek, szlovákok, románok, lengyelek, örmények, fehéroroszok, moldovánok élnek ott évszázadok óta együtt, ezért nem hiányzik a magyarok asztaláról az ukrán céklaleves, a *borscs*, az orosz töltött húsos derelelye, a *pelmenyi* és társa, a krumpallival töltött *varenyiki*, a ruszin túrós derelelye, a székely *lucskos káposzta*, a román módra apróra tekert *töltött káposzta*, és végül a hucul konyha ékessége, a tejfőben főtt kukoricadara, a *bános*.

A nagy melegben mindenki szívesen megiszik egy pohár jégbe hűtött *kvász*t, ezt a roszból erjesztett, szláv eredetű üdítőitalt, vagy a szárított gyümölcsökből mézzel főtt ukrán *uzvárt*, ami nyáron – jegesen – tökéletes hűsítő, télen – forrón – melegít. Hosszan folytatnánk a sort, de most csak ízeletet adni van módunk, no meg biztatni: Kárpátaljával nemcsak a vadregényes hegyek, völgyek, romantikus polgárvárosok, történelmi látnivalók, hanem a sokizű konyha miatt is érdemes megismerkedni.

## UBORKALEVES

Ez a Kárpátalja-szerte népszerű leves ukrán eredetű, az ismert neve *roszolni*, és nem véletlen, hogy a magyarok is szívesen főzik. A sok zöldségtől könnyű, a hústól és az árpagyöngytől laktató, a sós uborkától pikáns, ízében, hozzávalókban gazdag, mégsem nehéz étel.

**Hozzávalók:**  
20 dkg füstölt hús  
1 közepes szál sárgarépa  
1 közepes szál petrezselyemgyökér  
fél fej karalábé  
1 nagy csokor petrezselyem  
1 maroknyi árpagyöngy  
1 közepes krumpli  
2-3 sós uborka  
1 evőkanál zsír  
1 púpozott evőkanál liszt  
késhegynyi pirospaprika  
tejfől

A füstölt húst egy éjszakán át hideg vízben állni hagyjuk. Ezután leszűrjük, kis kockákra vágjuk, majd másfél liter friss vízben

## KÁPOSZTÁS PASZULY

Paszuly, azaz bab nélkül elképzelhetetlen a kárpátaljai magyarok konyhája. Az alábbi ikonikus ételük nehéz fajsúlyú „alkotóelemei”, a káposzta és a bab ellenére könnyen csúszik, kellemesen pikáns ízű, a leves és a főzelék erejüket egyesíti. Aki csak teheti, füstölt hússal vagy kolbással készíti, de sokan állítják, hogy ezek nélkül is finom.

**Hozzávalók:**  
25 dkg szárás paszuly, azaz bab  
só  
50 dkg savanyú káposzta



**A leves és a főzelék erejüket egyesíti**

1 közepes fej vöröshagyma  
1 púpozott evőkanál zsír  
2 evőkanál liszt  
pirospaprika  
2 dl tejfől

A szárás paszulyt egy éjszakán át vízbe áztatjuk, majd másnap annyi enyhén sós vízben, amennyi éppen ellepi, puhára főzzük. A savanyú káposztát, ha kell, kiöblítjük, kifacsarjuk, és külön vízben ugyancsak megfőzzük. Ha mindkettő megpuhult, összekeverjük. A kis kockákra vágott vöröshagymát a zsíron megfuttatjuk, egy evőkanál lisztet megpirítunk rajta, pirospaprikával megszórujuk. Egy kevés hideg vízzel simára keverjük, és a káposztás paszulyt berántjuk vele. A maradék lisztet a tejfőben simára keverjük, az ételbe habarjuk. Még egyszer felforraljuk, majd tálaljuk. Ha füstölt hússal készül, először azt kell megfőzni, a babot pedig ebben a füstölt ízű lében megpuhítani.



**Az orosz eredetű göngyölt karaj ünnepi fogásnak számít**

## GOMBÁS GÖNGYÖLT KARAJ

Ebbe az orosz eredetű fogásba – *krucsenyiki* a neve – a kárpátaljaiak bátran használják a hegyekben gazdagon termő gombákat és

az orosz konyhában kedvelt főtt tojást. Miután húsos, gazdagon töltött, mutatós sült, az ünnepi ételek közé tartozik.

**Hozzávalók:**  
4 nagy szelet sertéskaraj  
só  
25 dkg gomba  
1 közepes fej vöröshagyma  
3 púpozott evőkanál zsír  
őrölt bors  
pirospaprika  
4 tojás

A karajszeleteket jól kiverjük, és beszóva állni hagyjuk. Közben a gombát megtisztítjuk, és vékonyan felszeleteljük. Az apróra vágott hagymát egy evőkanál zsíron megfonnyasztjuk, majd a gombát megpároljuk rajta. Megsózzuk, megborsozzuk, pirospaprikával megszórujuk. Közben a tojásokat keményre főzzük, meghámozzuk, és kockákra vágjuk. A gombával összekeverjük, és a hússzeletekre halmozzuk. Mindegyiket összegöngyöljük, és cénával jól megkötözzük, nehogy sütés közben szétnyíljanak. Ezután a töltött húsgöngyölegeket a maradék forró zsírban körös-körül hirtelen megpirítjuk, majd egy kevés vizet öntve alá fedő alatt puhára pároljuk. Végül zsírjára sütjük, és krumplicipetkével tálaljuk.

## JUHTÚRÓS RAKOTT PULISZKA

A kukoricadarát, közismertebb nevén a puliszkát itthon sokan ismerik, de biztosan sokkal kevesebben főznek belőle bármit is, mint a Kárpátok környékén élők. Köretként önmagában is megállja a helyét, de a tejben, vajban, tejfölben gazdag vidékeken ez a kiadósabb, juhtúrós, szalonnás változat a kedvelt. Egyszerűen, önmagában teszik az asztalra, ám nyáron kínálnak hozzá öntött salátát.

**Hozzávalók:**  
30 dkg kukoricadara  
só  
5 dkg vaj  
10 dkg füstölt szalonna  
30 dkg juhtúró  
2 dl tejfől

A kukoricadarát másfél liter lobogva forró, sós vízbe szórjuk, miközben állandóan keverjük. Ez az egyetlen kihívás van a készítésében: a puliszkát állandóan kevergetni kell, amíg megpuhul. Kis lángon kell főzni, egészen addig,



**A puliszkát állandóan kevergetni kell**

puliszkát elegyengetünk benne. Kockákra vágott és megpirított szalonnadarabkákkal megszórujuk, majd juhtúrót morzsolunk a tetejére. A rétegezést addig ismételjük, amíg az edény megtelik. A takaróréteg puliszka legyen! Jó meleg sütőben 10-15 percig sütjük. Kockákra vágva szedjük tálra. A rétegek közé, valamint tálaláskor a tetejére tejfölt locsolhatunk. A szalonna helyett néha tepertőt is használnak.

## GÖZÖN FŐTT, KÓTTES GOMBÓC

Kárpátalján nagy divatja van a fesztiváloknak. Minden évben rendeznek Asztélyban perec-, Benében barack-, Borzsovában le-



**Készül a fesztiváli gombóc**

csó-, Aklöhegyen cseresznye-, Beregszászban bor-, Mezőgecsén szilvalekvárfőző fesztivált. Utóbbiban a szilvalekvárral azonnal megtöltik a gombócokat, és a résztvevők nagy öröme az asszonyok helyben ki is főzik.

**Hozzávalók:**  
2 dkg élesztő  
10 dkg cukor  
0,5 dl tej  
1 kg liszt  
1 tojás  
só  
...a deszka  
beszórásához:  
liszt  
...tölteléknek:  
szilvalekvár  
...a tetejére: vaj,  
darált dió

Az élesztőt egy kevés cukorral elkeverjük, langyos tejben megfuttatjuk. Ha megkelt, a lisztet, a tojással, a maradék cukorral, csipetnyi sóval és annyi langyos vízzel, amennyit felvesz, közepesen kemény tésztává dagasztjuk. Ezután letakarva, langyos helyen

## Különleges, édes-savanyú paprika

főzzük. Ezután a paprikákat szűrőkanállal üvegekbe szedjük, és a forró páclével felöntjük. Azonnal lekötjük, és az üvegeket végleges helyükre, a kamrába állítjuk.

*Pákozdi Judit*

## Megjelent a Kárpátaljai kóstoló

Több évtizedes gyűjtőmunka eredményeképpen – 264 eredeti kárpátaljai recepttel, dokumentumértékű néprajzi ismertetéssel, színes képekkel – napvilágot látott Kárpátalja első, átfogó jellegű szakácskönyve.

Ára: 3000 Ft.  
Kapható, megrendelhető a Babér Kiadónál:  
– levélben: 1125 Budapest, Virányos út 16. • telefonon: +36-30/960-5919 • e-mailben: pakozdijudit@gmail.com



legalább egy órát kelesztjük. Ha a duplájára nőtt, beleszertett deszkán ujjnyi vastagra nyújtjuk, és féltegyernyi kockákra vágjuk. Mindegyik közepébe egy kevés lekvárt halmozunk, majd gombócokká formáljuk.

Egy vízzel töltött lábas tetejére „tillt”, azaz túlldarabot, vagy ritka vászon-

kendőt kötünk, és a gombócokat egymás mellé szépen rárakjuk. Lefedve, gőz fölött 8-10 percig pároljuk. Ha a gombócok megfőttek, tálra szedjük, a tetejüket olvasztott vajjal meglocsoljuk, és darált dióval megszórujuk.

## MÉZES PAPIKA, „TELÉRE”

A kárpátaljai asszonyok sok befőttet és savanyúságot, uborkát, csalamadét, paradicsomot tesznek el „telére”, ahogyan ők mondják. Különlegesnek számít a mézes lében tartósított édes-savanyú paprika. Azért, hogy étvágygerjesztőbb legyen, még arra is ügyelnek, hogy a zöldpaprikák közé piros színűek is kerüljenek. A szintén közkedvelt cseresznyepaprikát fel-fűzve akasztják fel száradni.

**Hozzávalók:**  
5 kg paprika, vegyesen  
sárga és piros  
...a tartósítóléhez:  
1 l víz  
5 dl ecet  
2 dl méz  
10 dkg cukor  
5 dkg só  
1 dl olaj  
2 babérlevél  
8-10 szem egész bors  
1 kiskanál tartósítószer

A paprikákat hosszában kettévágjuk, és a magházukat kiemeljük. A tartósítóléhez valókát összekeverjük, és tűzre tesszük. Amikor már forr, a paprikákat belerakjuk, és az újraforrástól számítva 2-3 percig





# Lesz programod

Látogass el az [oszihacacare.hu](https://oszihacacare.hu)-ra,  
és találd meg a hozzád legközelebbit!

ő s z i  
**HACACÁRÉ**



MAGYAR  
TURISZTIKAI ÜGYNÖKSÉG

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

## SZOLGÁLTATÁS

## ABLAK, AJTÓ, REDŐNY

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

**REDŐNY-,** relax-, harmonikaajtó-, szalagfüggöny-, napellenző-, szűnyogháló-, függönykarnis-javítás, -késztés. 356-4840, 06-30/954-4894.

**RÉZ- ÉS ROZSDAMENTES KÜSZÖBÖK,** beszereléssel. Zárak, kilincsek, pántok, zsanérok cseréje, régi ajtók, ablakok felújítása, szigetelése. 06-20/381-6703, 251-9483.

**ANTIALKOHOLISTA** csapat: szobafestés, mázolás, tapétázás, csempézést, gipszkartonozást, szőnyegpadlózat, víz-, villanyzerelést, nagytakarítást, parkettázást, favágást, ács-alpínistát, kőművesmunkát vállal. delabt@vipmail.hu, 06-20/998-2369.

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

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

**BÜTORKÁRPITÓZÁS.** Márkó István. Tel.: 06-1/201-8780, 06-70/406-0061.

**ELTARTÁS, GONDOZÁS, ÉLETJÁRADÉK**  
**ÉLETJÁRADÉKOT FIZETNÉK** havonta budapesti vagy vidéki ingatlanért. Tel.: 06-20/629-0916.

**APRÓHIRDETÉS**  
**Guru** www.AprohirdetesGuru.hu

**FIATAL HÖLGY KÖTNE** eltartási, életjáradéki szerződést. Autóval rendelkezem, hívjon bizalommal. 06-20/932-0983.

**GYAKORLÓTT IDŐS GONDOZÓ** eltartási szerződést kötne, ápolással, együtt lakva. Tel.: 06-20/2249-590.

**IDŐSSEGÍTŐ DÉDISZITTER** pedagógus I., II., XII. kerületi napi támogatása: látogatás, beszélgetés, séta, bevásárlás, csekkfeladás, gyógyszerkiváltás. 06-70/310-9919.

**ELTARTÁSI ÉS ÉLETJÁRADÉKI** szerződést kötne középkorú hölgy idős személlyel. 06-70/945-4140.

**ÉLETJÁRADÉKOT** fizetnék nyugdíjas személynek, ott lakás nélkül! Gondoskodó édesanya vagyok, megbízható anyagi háttérrel. Hívjon bizalommal, hogy személyesen is bemutatkozhassak: 06-30/948-8344.

**NEHEZEN JÖN KI** a nyugdíjából? Egyedül van? Nincs kire számítni? Mi segítünk! Köszönünk életjáradéki szerződést, havi fix fizetéssel! Hogy napjai gondtalanul teljenek, hívjon bizalommal! Már pár napon belül biztonságban érezheti jövőjét! Tel.: 06-70/420-7737.

**ÖRÖKSÖDÉSI SZERZŐDÉST** kötnek, életjáradékkal. Hivatalos szerződéssel, magán-személyként. 06-20/392-8289.

**ingatlanROBOT**  
ingatlan hirdető portál

**ÉLETJÁRADÉKOT FIZETNÉK LAKÁSÁRÉRT!** Leinformálható, referenciával rendelkező, megbízható személy vagyok! Kálny Csaba, 06-20/9494-940.

**BIZTOS ANYAGI HÁTTÉRREL** rendelkező fiatal nő életjáradéki vagy eltartási szerződést kötne ügyvéd vagy közjegyző jelenlétében. 06-70/758-4908.

## HÁZTARTÁSI GÉPEK, ELEKTRONIKA

**TV-JAVÍTÁS,** távirányító-javítás. Tv-, videoszerviz, mikroosztó és háztartási kisgépjavítása. Telefonszám: 249-3678, 06-20/961-4400.

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

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

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

**KERÜLETI MOSÓGÉP SZERELÉSE.** Automata mosógépek helyszíni javítása hétvégén is. Javítás 1 év garanciával. 06-1/421-5959, 06-30/942-2946.

## KERT, FAKIVÁGÁS

**FAKIVÁGÁS,** gallyazás, ereszcsonnatisztítás hegymászó technikával, reális áron, referenciamunkákkal. 426-5000, 06-30/942-6500, a@prodiva.hu

**FAKIVÁGÁS-gallyazás** hegymászó technikával, szállítással. Szakszerűség, megbízhatóság, 30 éves tapasztalat. Gond Ferenc, 06-30/977-1745.

**KERTÉPÍTÉS,** termőföldszállítás, öreg kertek ifjítása, metszés, peremtervezés, fűnyírás, fakivágás, szállítás, bokrok, sövények vágása. Egyéb kertészeti munkákat vállalkozok. Szilágyi Csaba, 06-20/970-7506.

**FAVÁGÁSSAL,** alpin favágással, telekrendezéssel, kertészettel kapcsolatos munkák elvégzése. Tel.: 06-70/617-9940.

**FAANYAGVEDELÉM.** Elérhetetlen faszerezetek, ereszlak, oromszékák, faanyag védelme alpin technikával is. Korona Alpin Kft. 06-30/952-6096, petryanialpin@gmail.com

**APRÓHIRDETÉS**  
**Guru** www.AprohirdetesGuru.hu

**FAVIZSGÁLAT, FAKOPP,** faápolás, fakivágás, faveszélytelenítés alpin technikával, szakvélemény, faültetés korrekcióját, korrekciót áron, favizsgáló-faápoló szakmérnöktől. Egervári Krisztián. Tel.: 06-20/5617-063.

## KÖLTÖZTETÉS, LOMTALANÍTÁS, SITTSZÁLLÍTÁS

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

**KÖLTÖZTETÉS,** fuvarozás! Gyors ügyintézésel, precíz munkavégzéssel. Igény esetén kartonozott biztosítók! Lomtalanítást is vállalunk. T.: 06-70/214-4235. T.: 280-2542.

## KŐMŰVESMUNKÁK

**HEGYSZÖVŐ TECHNIKÁVAL:** műkövezés, vakolás, festés, tető-, csatornájavítás, -szigetelés, ereszcsonnatisztítás. 426-5000, 06-30/942-6500. a@prodiva.hu

**KŐMŰVESMUNKÁK,** térkövezés, kerítések, járdák, vízóráknak készítése, javítása. Tel.: 06-30/341-3423.

## LAKÁSSZERVIZ

**LAKATOS,** zárcsere, kerítés, korlát, rács, rácsos ajtó, feltető, üsző- és tolokajuk javítása, ajtóbehúzó cseréje, aknafedések, épületlakatosmunkák. 06-20/380-8988.

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

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

**FESTÉS: 2000 Ft-tól,** tapétázás: 2500 Ft-tól, duguláselhárítás. Minőség, garancia! 06-70/250-9132.

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

**LAPOS TETŐK** csapadékvíz elleni szigetelése bádigos munkákkal együtt, garanciával, referenciával. Zsindelytetők javítása és készítése. 06-1/783-3803, 06-20/471-1870.

**ALPINISTA** munkák: homlokzatfelújítás, lefolyó és ereszcsonnák szerelése, kőműves és festőmunkák, veszélyelhárítás, függőfolyók felújítása, dryvit szigetelés. Tel.: 06-1/783-3803, 06-20/471-1870.

**SZOBAFESTÉS,** mázolás, tapétázás bútormozgatással. Parkettacsiszolás, aljzatkiegilyentés, PVC-, szőnyegpadló-lerakás. Minőség, precíz munka méretek árakon. (Alapítva: 1998.) Csapó György. Tel.: 06-30/780-6430, 06-1/229-5694. www.festemas.iw.hu

**FESTÉST, BURKOLÁST,** kisebb-nagyobb kőművesmunkákat vállalkozok. Zernyi Patrik. Tel.: 06-20/983-8391.

**LAKÁSFELJÚÍTÁS, SZOBAFESTÉS,** tapétázás, parkettázás, csempézés, vízszelvényezés, kőművesmunkák garanciával. Halász Tibor. Tel.: 202-2505, 06-30/251-3800.

**GENERÁLKIVITELEZŐKÉNT** teljes körű lakásfelújítást vállalkozok, referenciákkal. Tisztasági festés, burkolás, kőműves munkálatok, térkövezés, tetőbeázások javítása vagy felújítása, takarítás akár hétvégén is. Hívjon bizalommal! Tel.: 06-30/149-7767.

**APRÓHIRDETÉS**  
**Guru** www.AprohirdetesGuru.hu

**SZOBAFESTŐ** mester: 06-30/609-4294.  
**FÜRDŐSZOBA-felújítás:** 06-20/950-0035.

**TETŐDOKTOR**  
RÉGI, HAJLÓTT tetők javítása, cseréje, beázáselhárítás, bádigoszás, Lindab tető, új tető cserépezése, kisebb javítások, S.O.S munkák. Telefon: 06-30/622-5805, 06-20/492-4619.

**ingatlanROBOT**  
ingatlan hirdető portál

**ALAPMEGERŐSÍTÉS. MEGSÜLLYEDT, REPEDT** falazati lakóházak, társasházak, szakértői alapmegegyesítés saját cölöp technológiával. Talajvizsgálat, műszeres diagnosztika, statikus szakértés, kivitelezés 10 év garanciával. Lakásfelújítási támogatás igényelhető. www.muzsasi.hu. Tel.: 06-30/695-812.

## TAKARÍTÁS

**APRÓHIRDETÉS**  
**Guru** www.AprohirdetesGuru.hu

**MEGBÍZHATÓ, LEINFORMÁLHATÓ HÖLGY** kizárólag rendszeres takarítást vállal. Budapest területén. Tel.: 06-1/222-2664.

**BEJÁRÓNÓI ÁLLÁST** kerestek megbízható nyugdíjas hölgy. Telefonszám: 06-30/538-7904.

**TAKARÍTÓI, HÁZVEZETŐI ÁLLÁST** keresek Budán. 53 éves, megbízható, leinformálható, diplomás közalkalmazott vagyok, és mellékállásban végezném a munkát. Visszahívom. Telefonszámom: 06-20/500-5149.

**TÁRSASHÁZAK LÉPCSŐHÁZ-TAKARÍTÁSÁT,** kertjeik gondozását, közintézmények takarítását vállalkozok. Érdeklődni: 06-30/453-2832.

**TAKARÍTÓNÓT KERESK** Normafához. Tel.: 06-30/519-5640.

## TÁRSASHÁZAK

**TÁRSASHÁZKEZELÉS,** közös képviselő korrekcióját, megbízható módon, referenciákkal. 274-6135, 06-70/561-1174. E-mail: flothometeam@gmail.com. www.tarsashazkezelobudapest.hu

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

**KÖZÖS KÉPVISELET,** társasházkezelés Budán! Tapasztalat, referenciák! Dr. Bíró Anna és Lőrincz Péter. 06-70/383-5004.

**TÁRSASHÁZAK/LAKÁSSZÖVETKEZETEK** könyvelését, beszámoló elkészítését vállaljuk. 300 Ft/albetét díjtól. Érdeklődés napközben: 06-1/605-5000 vagy www.petpek.hu.

**TÁRSASHÁZAK,** lépcsőházak takarítását, hólapátolást vállaljuk. 10 000 Ft/hó díjtól. Érdeklődés napközben: 06-1/605-5000 vagy www.petpek.hu.

**ingatlanROBOT**  
ingatlan hirdető portál

**TÁRSASHÁZKEZELÉS:** aktivhazkezo@gmail.com. Tel.: 06-30/990-7694.

**TÁRSASHÁZKEZELÉS,** közös képviselőt, megbízható, komplex szolgáltatások. Tel.: 06-30/206-5242. E-mail: info@interhaz.hu. www.interhaz.hu

## VÍZ, GÁZ, VILLANY, FŰTÉS

**HEGYVIDÉKI VILLANYOSZTÁG** kiváló referenciákkal, garanciával vállalja családi házak, lakások, társasházak belteri és külterületi villanyzerelését. Ügyfelbarát hozzáállás, lelkiismeretes munkavégzés. Forduljon hozzánk bizalommal! Elérhetőségeink: 06-30/400-2718, henrik.kiss@villanyosztag.hu. www.villanyosztag.hu

**GÁZKÉSZÜLÉK-GYORSZERVIZ.** FÉG cirkó, gázkonvektor, vízmegelőtő, gázkazán, kombi cirkó javítása. Vízvezeték-szerelés. Tel.: 06-70/294-9915.

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

**VILLANYSZERELŐ** vállalkozó Hiba-elhárítástól a teljes felújításig. Petrács József villanyzerelő mester. Tel.: 246-9021, 06-20/934-4664. ELMU-ügynökség.

**DUGULÁSELHÁRÍTÁS!** Fix 25 000 Ft-tól, kamerás csővizsgálat 25 000 Ft-tól. Tel.: 06-70/250-9132.

**VILLANYSZERELŐ** vállalkozó hiba-elhárítást, felújítást, elektromos tűzhely beüzemelését, bojler javítását, vízközlőelhárítást, elektromos fűtés kivitelezését. 06-70/432-2962.

**ingatlanROBOT**  
ingatlan hirdető portál

**DUGULÁSELHÁRÍTÁS** falbontás nélkül. WC-k, tartályok, csapok javítása, cseréje. Víz-szerelés. 06-20/491-5089.

**SZABÓ BALÁZS VÁLLALJA** kémények bélelését, építését, kondenzációs kazánok telepítését, teljes körű ügyintézésel. 06-20/264-7752.

**APRÓHIRDETÉS**  
**Guru** www.AprohirdetesGuru.hu

**TELJES VILLANYSZERELÉS** megbízható, szegedi szakemberekkel, garanciával. Tervezzen velünk! Időpontok foglalhatók november végétől. Tamás és Gábor, 06-20/544-5576.

**LAKÁS/INGATLAN/ BÉRELEMÉNY**

**„BUDAVÁR '89”** Ingatlanközvetítő Magániroda! 201-7719, Zwillingner.

**BAKOSLAK INGATLAN** kp.-es ügyfelei részére keres ELADÓ ingatlanokat azonnali fizetéssel. Tel.: 326-0618, 06-20/974-0571.

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

**XII., THOMÁN I.** utcában, téglalapú 3. emeleti komfortos, 53 nm-es, 2 szobás, étkezős lakás eladó tulajdonostól. Ár: 54,9 M Ft. 06-30/441-7236.

**IDŐSEK, MOZGÁSKORLÁTOZOTTAK!** Elcsérlőnk akadálymentesített, beludai, földszinti, kétszobás lakásunkat, autóbérelési lehetőséggel a kertben. Fonódó villamosok, 19, 17, 4, 1-es vonalán. Gyógyfürdők, kórházak szomszédságban. Önkormányzati örökklakásra. Gondozását is vállaljuk. Tel.: 06-70/7039-799.

**KULTURÁLT KÖRNYEZETBEN** keresek eladó lakást, vagy minimum egy évre bérelnék. Tel.: 06-30/729-7546.

**BP. XII., GYÖRGY ALADÁR** u., felújított, 55 nm-es, 2,5 szobás, kertkapcsolatos lakás igényes berendezéssel együtt eladó. Kocsibérlő és nagy tároló is tartozik hozzá. Irányár: 62,6 M Ft. Tel.: 06-70/237-9030.

**APRÓHIRDETÉS**  
**Guru** www.AprohirdetesGuru.hu

**ÁRON ALUL** eladó Törökúton 89 nm-es, felújított garázsos lakás. Irányár: 79 M Ft. Tel.: 06-70/949-4013.

**KIADÓ FELJÚJTOTT LAKÁST** keresek, bútorozva vagy bútor nélkül, 2-3 szobás, 200 000 Ft-ig. 06-70/949-4013.

**ELADÓ LAKÁST KERESK** (1-3 szobás) szép helyen. Pl.: Kis-Svábhgy, Istenhegy, Kútvolgy, stb. Esetleg hosszú távra bérelném is. 06-70/949-4013.

**ingatlanROBOT**  
ingatlan hirdető portál

**INGATLANIRODÁNK** eladó lakásokat keres! Jutalék 3,5%, ügyvéd ingyen, külföldi vevők elérése. Ismerős lakása eladó? Hívjon, Ön is jutalékot kap! 06-20/9600-600.

**ÉPÍTÉSI TELEK NAGYKOVÁCSIBAN** eladó: 700-nm, vízóra, villanyóra, csatorna telken belül. 43 800 000 Ft. Tel.: 06-30/492-5075.

## GARÁZS

**A VÁROSMAJOR UTCÁBAN** teremgarázshely kiadó. 38 ezer/hó. Tel.: 06-30/921-1750.

**APRÓHIRDETÉS**  
**Guru** www.AprohirdetesGuru.hu

**RÁTH GYÖRGY UTCÁBAN,** Onkológiai intézettel szemben kétbérelős, utcai garázs egyik bérelőhelye, nagyméretű személygépkocsi részére is, kiadó. Telefon: 06-30/397-6449.

**OKTATÁS**

**MATEMATIKATANÁR** felkészít: 06-30/749-2507.

**ANGOLTANÁR** vizsgákra felkészít: 06-30/343-8351.

**NÉMETTANÁR** 25 év tapasztalattal online nyelvtanítást vállal. Korrepetálás, nyelvvizsgafelkészítés, gazdasági nyelv oktatása. A bemutatkozó óra ingyenes. Tel.: 06-30/602-0094. richtersuzanna36@gmail.com

**MATEMATIKA** tanítását vállalja szaktanár, eredményekkel és referenciákkal. 06-30/981-6486.

**NÉMETHY NYELV-OKTATÁS** és korrepetálás kezdő és haladó fokon. Tel.: 06-30/948-0955.

**MATEKATANULÁS** felemlék nélkül, örömmel, általános iskolásoknak, gyakorlott pedagógiával a Lauder iskolánál. Felkészítés középiskolai felvételre. Francián tanítás középiskolások részére. 06-20/571-7554. 06-1/950-2285.

**MATEMATIKAKORREPETÁLÁS** középiskolásoknak online! Pótvizsgára, érettségire, középiskolai felvételre való felkészítés. Hiányszakok pótlása, felzárkóztatás. Matek-ozunk örömmel, szorgalmasan nélkül! Tel.: 06-20/273-7701.

**EMELT SZINTŰ** matematikaoktatás helyben általános és középiskolások fiatalok részére. Tel.: 06-20/459-9024, e-mail: educate@sznet.hu

**APRÓHIRDETÉS**  
**Guru** www.AprohirdetesGuru.hu

**SZERETNÉL GITÁROZNI?** Andrés vagyok, chilei gitáros, zenetanár. 15 éve tanítok kisgyerekektől felnőttekig minden korosztályt. Az órákat angolul vagy spanyolul tartom. reinaldorio@gnail.com, 06-30/681-8194.

## VEGYES

**SUZUKI IGNIST VAGY SK4-ET** vásárolnék részlete idős tulajdonostól. Kérem, este hívjon! Tel.: 06-20/629-0916.

**ELADÓ:** neoreneszánsz bútor, 3 ajtószekrény, szófa, komód, kiskiszéri, zsúrkócs, dohányzóasztal. Tartozékok: 1-6 mm aranyozott tükrök, 8 ágú csillár, 2 falikar. Költség miatt áron alul eladó. Tel.: 06-1/213-5816.

**ELADÓ:** 2 személyes, ágyneműtartós, mintás huzatú reklamié. 2 nagy fotel és egy dohányzóasztal. Költség miatt olcsón eladó. Tel.: 06-1/213-5816.

**APRÓHIRDETÉS**  
**Guru** www.AprohirdetesGuru.hu

**NERC-, RÓKA-, NUTRIA-** mindenfajta szőrmebundát vásárolok, illetve teljes ruhanevelő-hagyatékot, kiegészítőket: 06-20/229-0986.

**TESZÜNK SENIOR ÖNKÉNTES KLUB** meghívja a kerületi Seniorokat 2021. 09. 14. kedd 9:30-kor kezdődő eseményére a Lóvást Rendezvényközpontba. Megtekintjük a Gyűjteményt, majd főzési szokásainkról meghallgatjuk Saly Noémit.

**FILMFORGATÁSHOZ KERESK** régi töltőtollat, fényképezőgépet. 06-70/949-4013.

## RÉGISÉG

**FELVÁSÁROLNÉK:** herendi, Zsolnay tárgyakat, illetve férfi karórákat és zsebrórákat. VI. kerület, Teréz krt. 47. Tel.: 06-70/345-8959.

**KELETI SZŐNYEG- ÉS**

## AKTÍV HEGYVIDÉK

## ŐSZI PROGRAMOK

## VÁROSMAJORI FUTÓKLUB

Kedden 18.30–19.30

Gyülekező: 18.15

Helyszín: városmajori futópálya (rajt)

## NORMAFA FUTÓKLUB

Csütörtökön 18.30–19.30

Gyülekező: 18.15

Helyszín: Normafa

## MOZGÁS EGYETEME

Kedden 20.00–21.00

Helyszín: Testnevelési Egyetem, torna-épület (Alkotás utca 44.)

## AEROBIK – SZABADTÉREN

Hétfőn 18.00–19.00

Helyszín: a MOM Beach füves területén (Csörsz utca 14–16.) bejárata előtt

## Csütörtökön 17.00–18.00

Helyszín: Városmajor utca 29. (belső udvar)

## NIA MAMÁKNAK-BABÁKNAK

Csütörtökön 10.00–11.00

Helyszín: a MOM Sport balett-terme (Csörsz utca 14–16.)

## ZUMBA

Hétfőn 18.30–19.30

Szerdán 17.00–18.00

Helyszín: Városmajor utca 29.

## ÚSZÁS

Vasárnap 11.00–15.00

Helyszín: Hegyvidéki Sportközpont és Tanuszoda (Városmajor utca 29.)

Belépés: XII. kerületi lakcímkártyával. 4 év alatti gyerekek ebben az időpontban nem használhatják az uszodát!

## ASZTALITENISZ

Foglalkozásokat csak iskolai tanulmányi időszakban tartanak, iskolai szünetekben nem!

Hétfőn 17.30–18.30

Szombaton 9.00–10.00

Helyszín: Városmajor utca 29. (tornaterem)

## FUNKCIONÁLIS EDZÉS

Hétfőn 17.00–18.00

Szerdán 17.00–18.00

Helyszín: Városmajor utca 71. (a műfüves labdarúgópályánál)

## INTEGRAL YOGA

Szerdán 19.45–20.45

Helyszín: Városmajor utca 29.

## MUDITAYOGA

Kedden 17.30–19.00

Csütörtökön 17.30–19.00

Helyszín: Győri út 2/b



21,26 másodperc. Mindössze ennyi időre volt szüksége Hirling Márknak, hogy megbirkózzon 134 lépcsőfokkal, és futva feljusson a 23,5 méter magas János-he-



gyi Erzsébet-kilátó tetejére. Csak összehasonlításképpen: ez nagyjából egy panelház nyolcadik emeletének felel meg.

Az összetett győztes időeredménye egyben új kilátórekord, miként az eddigi valamennyi csúcs a Németvölgyi Általános

## Új csúcs, régi győztes a kilátófutáson

Iskola egykori növendékének nevéhez fűződik. Nem csoda, hogy eddig senki sem tudta legyőzni, nyugodtan nevezhetjük őt az idén már tizenkettedik alkalommal megrendezett Fuss a csúcsra! verseny örökös bajnokának. Van azért egy kis csavar a történetben, ugyanis tavaly a koronavírus miatt nem a kilátóban, hanem az oda vezető lépcsőn mérték össze tudásukat a versenyzők, és akkor egy másik futó bizonyult a leggyorsabbnak.

„Akkor nem én nyertem, és azon a pályán revansot sem tudok venni, mivel remélhetőleg csak egyszeri alkalomról volt szó. Egyébként nem zavar, ha legyőz-

Hirling Márk a szokásától eltérően ezúttal alig készült a versenyre, és más komolyabb megmérése sem indult a szezonban. Amin viszont nem változtatott, az a szerelése, és ez most is bejött. „Szinte hihetetlen, de mind a tizenegy versenyemen ugyanazt a futónadrágot viseltem, ami azt jelenti, hogy nem híztam meg” – mondta nevetve.

A győztes sorrendben hatodik alkalommal futott édesapja cipőjében, mert azóta sem talál jobbat a csúszós felülethez. „Értekes másodperceket lehet veszíteni, ha kipörög az ember lába, ezért ragaszkodom ehhez a jól bevált futócipőhöz – magyarázta. – Különbözőbb taktikám továbbra sincs, beledok mindent a rajttól kezdve, a végén pedig a korlátot is igénybe veszem, hogy mielőbb felérjek, szóval ott már kézzel-lábbal küzdök. Most azt gondolom, még néhány évig elindulok a versenyen, aztán meglátjuk, meddig jutok az időeredmény tekintetében. Utána átadom a helyem, és drukkolok a többieknek.”

Míg Hirling Márk és kihívói számára azért számít az eredmény, a János-hegyre kilátogatók döntő többségének valóban a részvétel a fontos. Így volt ezzel a Tóth család is, amely visszatérő résztvevője a sportrendezvénynek.

„Talán nyolc évvel ezelőtt indultunk először, akkor még ketten. Aztán megszületett a kislá-



nyunk, így kihagytunk pár évet, de most ismét eljöttünk, és hármasban hódítottuk meg a kilátót” – mesélte Tóth Ildikó, aki szerint igazi családi rendezvény a verseny, amely a számos kiegészítő programnak köszönhetően sokféle szórakozást kínál.



Móczán Mónika, a szervező Hegyvidéki Szabadidősport Non-profit Kft. vezetője arról beszélt, hogy egy év után térhettek vissza

az Erzsébet-kilátóba: „Tavaly nem lehetett belétegn futóversenyt rendezni, ezúttal viszont nincs ilyen korlátozás, így nem volt kérdés, hogy ismét itt lesz a futás. Még hozzá telt ház mellett, hiszen mind a háromszáz rajtszám elfogyott, ebből kétszázhetven már az

előnevezéskor gazdára talált.”

A sportvezető azt is elmondta, hogy a szokásokhoz híven minden résztvevőnek járt a szponzorok jóvoltából egészséges finomságokat tartalmazó befutócsomag, valamint egy póló, míg a korcsoportonként meghatározott szintidőt teljesítő ráadásajándékot kaptak. Az összetett női és férfi győztes 30 ezer forint értékű, a családi kategória leggyorsabbjai 8 ezer, a többiek 5 ezer forintos sport-szerutalványt vihettek haza.

577.

## Fair play díjat kapott a SOTE–MOM Sport vízilabdacsapata

HaBaWaBa, azaz „Happy Baby Water Ball” – ez a világ egyik legnagyobb utánpótlás-vízilabdatornájának a neve. Az olaszországi versenyen a SOTE–MOM Sport csapata több mint 120 induló között fair play díjat nyert. Az elismerésre a dr. Kamuti Jenő elnökletével működő Nemzetközi Fair Play Bizottság is felfigyelt, és példaként mutatta be mások számára a szeptember 7-i nemzetközi fair play nap alkalmából.

A SOTE–MOM Sport vízilabdacsapata 2017-ben alakult meg Merkely István utánpótlásért felelős egyesületi elnök irányításával. A klasszikus nevelőegyesületben 12 éves korukig tanulhatnak a gyerekek, akiket ezt követően az YBL Waterpolo Club vesz át. Elsősorban az alapok megtanítása, a fejlesztés és a tehetséggondozás a cél, a versenyztetést ennek rendelik alá.

Habár nincs eredménykényszer, vagy talán éppen ezért, a MOM Sport uszodájában edző korosztályos csapatok szép sikereket érnek el. Bajnoki meccseken olyan nagy múltú egyesületek gárdáit győzték már le, mint a Honvéd, az OSC vagy az UVSE.

Külön figyelmet fordít a klub a pólósok mentális felkészítésére, a sportszerű játék kialakítására. Er-

ről már Dorogi Balázs beszélt, aki a SOTE edzőjeként felel a gyerekek felkészítéséért.

„A vízilabda fizikális sport, hangsúlyos a test a test elleni küz-



delem, ráadásul mindez a vízben, ami már önmagában nehézséget okoz. Hamar elfáradnak a játékosok, elfogy az oxigén, és amikor egymásnak feszülnek a gyerekek,

tudni kell, mit szabad, és mit nem. Valójában ez a fair play alapja: hogy megmutassuk a határokat, és leginkább azt, hogy nem ellenségek, hanem ellenfelek kerülnek szembe egymással a meccseken” – foglalta össze a legfontosabbakat a szakember. Arról is szólt, hogy a csapategység kialakítására is erős hangsúlyt helyez az egyesület. Ha ez megvan, sokkal könnyebb elmagyarázni, hogy egy hozzájuk hasonló csapat ellen játszanak, amelyben szintén min-

denki vállvetve harcol a győzelemért.

„A HaBaWaBa, azaz a Happy Baby Water Ball minden évben kiosztja a fair play díjat, aminek

mi, edzők, különösen örülünk, hiszen ez a legnagyobb nemzetközi utánpótlástorna. A zsűri és a bírók az összes mérkőzésen pontszámokat adtak, figyelembe vették a játéktípust, a játékosok viselkedését és az edzők munkáját. Volt egy alkalom, amikor mérkőzés közben sikerült megüsznünk, kialakult egy emberelőnyös helyzet, amiből könnyen gólt szerezhettünk volna. Mi viszont megállítottuk a támadást, mert az ellenfél egyik játékosja megsérült. Talán ez volt az a momentum, ami a legnagyobb súllyal esett latba a díj odaítélésakor” – elevenítette fel az edző a történeteket, hozzátéve, hogy a torna azért is emlékezetes lett számukra, mert sikerült a mezőny első harmadában végezniük.

Bence András vezetőedző arra hívta fel a figyelmet, hogy az olaszországi viadalon maximálisan a fair play szellemében bonyolítják le a meccseket: „Nincs sima fault, azonnal kiállítás jár a szabálytalanságért, ami technikásabb játékokra ösztönöz. Érdekes látni, mennyire nehezen alkalmazkodnak ehhez az agresszivitást előtérbe helyező csapatok, nekünk viszont éppen hogy fekszik, mivel a technikára építünk. Ezt gyakorol-

juk itthon az egymás elleni játékok során.”

Hét-nyolc évesen ugyanis még nem lehet látni, ki milyen alkatú



lesz, mennyire erős. Ebben a korban különösen fontos a labdaügység kialakítása, a taktika megtanulása, hogy fejben ott legyenek a gyerekek a különböző meccshelyzetekben. Később azok a fiatalok is komoly hasznát látják majd mindenkinek, akik a testi adottságaikra sem panaszkodhatnak.

„Nálunk a sportszerű játék el-sajátítása a másik alapkövetelmény – folytatta Bence András. – Azt látjuk, hogy az ebben a légkörben felnövő gyerekek a mindennapi életben elfogadóbbak, tisztelődőbbek, és felnőtként magukkal viszik ezt az útvonalat.”

Egyetértett ezzel a megállapítással Daróczi Annamária, aki elkísérte a csapatot a külföldi tornára. „Szülőként azt tapasztaltuk,

A győztesek megvigasztalták a veszteseket, a vesztesek gratuláltak a győzteseknek, mindenki pacsizott mindenkivel.”

A SOTE–MOM Sport csapatában dolgozó edzőknek nem feltétlenül a győzelem számít, azt tanítják, hogy mindenből profitálni lehet, még a vereségből is. Heti öt edzést tartanak; a szakmai munka irányításában a nemzetközi szövetség szaktekintélye, Szedlmayer Ildikó is részt vesz. Merkely István zárásul elmondta, hogy a vízilabdacsapatba egész évben jelentkezhetnek a 2003 és 2009 között született gyerekek. Feltétel a megfelelő úszástudás, emellett már csak elhivatottságra van szükség.

-os

Kiadja: Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat megbízásából a Hegyvidék Lapkiadó

Főszerkesztő: SCHILLINGER ERZSÉBET • Felelős szerkesztő: STOFF CSABA • Szerkesztőségi titkár: BOUSSEBAA AICHA • Fotók: SÁRKÓZY GYÖRGY; a Hegyvidék Lapkiadó archívuma • Tördelészerkesztő: KOVENCZ PÉTER • Cím: 1126 Budapest, Beethoven utca 2/a fszt. Telefon: 356-3446. Fax: 225-8868. Internet: <http://www.hegyvidekujsg.hu>. E-mail: [szekeszto@hegyvidekujsg.hu](mailto:szekeszto@hegyvidekujsg.hu). • Eng. szám: 84-5965 • Nyomdai előállítás: Mediaworks Hungary Zrt. Cím: 9021 Győr, Újlak utca 4/a. Felelős vezető: Szabady Balázs műszaki igazgató. • Online apróhirdetés-felvétel a nap 24 órájában: <https://www.ingatlanrobot.hu/hegyvidek-ujsg/> vagy <https://www.aprohirdetguru.hu/budapesti-kerületi-lapok/hegyvidek/> - Fizetés lehetőség: az interneten keresztül bankkártyával, vagy készpénzzel bármely bankfiókban, vagy banki utalással. • Kéziratokat, rajzokat, fotókat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza!