A XII. Kerületi Polgárok Lapja

HEGYVIDÉK

LI./17.

WWW.HEGYVIDEKUJSAG.HU • MEGJELENIK KÉTHETENTE • 2021. OKTÓBER 5.

NEWS FROM HEGYVIDÉK – PAGE 2

Az első fecske a városban: elkészült a közszolgálati apartmanház

A Hegyvidéken különösen nagy gondot jelent a megüresedő álláshelyek betöltése az óvodai, bölcsődei vagy a szociális területen, jelentősrészt amiatt, mert a közalkalmazottak számára gyakorlatilag megfizethetetlenek a környékbeli albérletárak. Ezért az önkormányzat az állam támogatásával teljes egészében felújította az Alkotás utca 21. szám alatti épületét, ahol közszolgálati apartmanházat hozott létre.

„Ez egy nagyon szép bérház, de nem így nézett ki másfél évvel ezelőtt. Miután sikerült új helyet találni a korábbi bérlőknek, a lomtalanító munkások másfél emeletnyi magasságban összesen hatszáz köbméter sittet, lomot, szemetet hordtak ki a lakásokból" – illusztrálta a felújítás előtti állapotokat Pokorni Zoltán polgármester. Mint mondta, a fejlesztés során mintegy kétmilliárd forintból 58 lakás jött létre a közalkalmazottaknak, köztisztviselőknek, többek között óvónőknek, bölcsődei dolgozóknak, gondozónőknek, rendőröknek, hivatali alkalmazottaknak.

„A fővárosban 147 ezer forint az átlag, itt, a XII. kerületben ennél is magasabb az átlagos albérleti díj. Ezt szinte lehetetlen kifizetni a kezdő közalkalmazotti fizetésből" – indokolta a polgármester, miért döntöttek úgy, hogy létrehozzák az egész országban párját ritkító fecskeházat az Alkotás utcában. Kitért rá, hogy a bérleti díjat az egyszobás lakások esetében a kereset 10 százalékában, a két- vagy többszobás ingatlanoknál pedig a jövedelem 15 százalékában határozták meg.

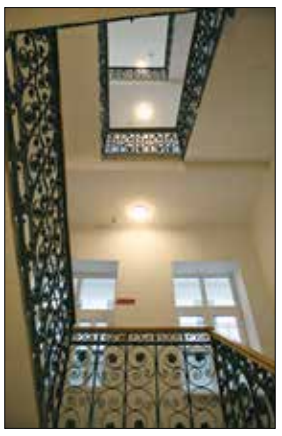
A polgármester arról is beszélt, hogy a 40 év alatti bérlőknek lakástakarék céljából félre kell teniük legalább a bérleti díjjal megegyező összeget, így a bérleti idő – legfeljebb öt év – lejártával esélyük nyílhat arra, hogy saját ingatlant vásárolhassanak. E kötelezettség alól a krízishelyzetben lévő, 40 év feletti lakók, valamint a rendőrségi dolgozók mentesülnek.

Az Alkotás utcai épületet kívülbelül teljesen felújíttatta az önkormányzat. A lakások vadonatúj nyílászárókat és burkolatokat kaptak, felszereltségükhöz a beépített, gépesített konyha is hozzátartozik. Mivel a mosógép túl sok helyet foglalna a kis alapterületű otthonokban, ezért három szinten közös mosókonyhát alakítottak ki a lakóknak.

„A csepeli albérletem bérleti díja és rezsije is elég magas volt, mindemellett másfél órát kellett utaznom, hogy bejussak a munkahelyemre" – mondta a fecskeház egyik új lakója, az egri születésű Szidey Vivien, a polgármesteri hivatal munkatársa, aki a debreceni egyetemi évei után, két évvel ezelőtt költözött Budapestre. Hozzá hasonlóan Észak-Magyarországról, Szécsényből származik Gajzinger Judit is, a Svábhegyi Bölcsőde kisgyermeknevelője. Ő hat éve érkezett a fővárosba, az elmúlt időszakban Kőbányáról járt dolgozni a Hegyvidékre.

Judit arról mesélt, hogy eddig a testvérével együtt bérelt lakást, de most egyedül költözött az Alkotás utcába. „Kicsit féltem attól, milyen lesz egyedül lakni, de itt biztonságban érzem magam" – tette hozzá. Megemlítette azt is, hogy rendkívül nyitott a lakóközösség, bármikor számíthatnak egymás segítségére, a költözés napjaiban például az egyik szomszédja segített felfúrni a karnist, de ruhaszárítót is kapott kölcsön, amikor épp szüksége volt rá. „Kicsit olyan, mint a Barátok közt" – érzékeltette találóan Vivien, mennyire családias hangulata van a fecskeháznak.

k.



Könnyebbé válhat a helyben lakók parkolása

A helyben lakók parkolását megkönnyítő speciális szabályok kidolgozásáról, új településképi rendelet megalkotásáról, a Lejtő úti sporttelepre vonatkozó változtatási tilalom elrendeléséről, valamint a második világháború XII. kerületi áldozatainak készülő városmajori emlékmű feliratáról is döntött a képviselő-testület a legutóbbi ülésén.

A parkolási övezetben sokszor az esti órákban sem találnak maguknak szabad parkolóhelyet a helyben lakók. A zónahatároknál pedig, ahol már nem kell parkolási díjat fizetni, az okoz gondot az ott élőknek, hogy az agglomerációból érkezők napközben elfoglalják az ingyenes helyeket. Megnyugtató megoldást nyújtana, ha a parkolóhelyek egy részét kizárólag a helyben lakók használhatnák, ezért a képviselő-testület a szeptemberi ülésén felhatalmazta Pokorni Zoltán polgármestert, hogy a kizárólagos lakossági parkolási rendszer kialakítása érdekében folytassa le a szükséges egyeztetéseket a fővárossal.

A polgármester elmondta, kísérleti jelleggel először a Hegyvidék legsűrűbben lakott részén, az 5. számú parkolási zónában (a Márvány utca–Győri út–Avar utca–Hegyalja út–Alkotás utca által határolt területen) vezetnék be, hogy a parkolóhelyek mintegy harmadán este 6 és reggel 8 óra között kizárólag az engedéllyel rendelkező helyi lakók várakozhassanak járműveikkel. Erről kikérték a zónában várakozási engedéllyel rendelkezők véleményét, akiknek a túlnyomó többsége támogatta a javaslatot.

Hajdu Mária képviselő (LMP) felvetette, hogy a kizárólagos lakossági parkolást a kerékpárok, rollerek elhelyezésére alkalmas mikromobilitási pontok kialakításával kellene összekapcsolni. Pokorni Zoltán szerint a két kérdést nem szerencsés egyben kezelni, mint hozzátette, leginkább a szanaszét hagyott közösségi rollerekkel van gond, ezek rendben tartása viszont a szolgáltatók feladata lenne.

ÚJ RENDELET A VÁROSKÉP VÉDELMÉBEN

Új településképi rendeletet fogadott el a testület, valamint ehhez kapcsolódóan módosította a Hegyvidék településképi arculati kézikönyvét. A most hatályba lépő rendelet területi védelmet biztosított a XII. kerület három különleges karakterű, egységes megjelenésű részterületének: a Hollósy Simon utcai és a Margaréta utca páratlan oldalán lévő lakóépületeknek, valamint a Tartsay Vilmos utca és a MOM Park között található egyemeletes sorházak együttesének.

A kerület építészeti örökségének védelem alatt nem álló, ugyanakkor előzetes vizsgálat vagy lakossági kezdeményezés alapján helyi védelemre javasolt elemeit eddig az úgynevezett elővédelmi jegyzék tartalmazta, ennek alkalmazására azonban az állami főépítésszel történő egyeztetések alapján nincs mód a jövőben. Ezért a jegyzékben szereplő közel negyven ingatlant – amelyeknél már rendelkezésre áll az értékvizsgálati dokumentáció – védetté nyilvánította az új rendelet, míg a többi épület esetében a képviselő-testület tulajdonosi és városfejlesztési bizottsága indíthatja el az értékvizsgálati folyamatot. Az eljárás alatt álló ingatlanokra ugyanazok a településképi követelmények vonatkoznak, mint a védett épületekre.

VÁLTOZTATÁSI TILALOM A SPORTTELEPRE

Az önkormányzat már évekkel ezelőtt kijelölte értékesítésre a Lejtő út 28. szám alatti egykori sporttelepet, azzal a kitétellel, hogy azt a leendő tulajdonosnak a későbbiekben is sportcélra kell hasznosítania. A folyamatban lévő, nyilvános, versenyeztetés útján történő értékesítési eljárásban is szigorúan ki van kötve a sportfunkció megtartása. E szerint az önkormányzat elállhat az adásvételi szerződéstől, és a vételár 100%-ának megfelelő meghi-

(Folytatás a 3. oldalon)

Több kamera, kevesebb betörés

Már hosszabb ideje kifejezetten alacsony az évekkel ezelőtt sok gondot okozó lakásbetörések, gépjárműlopások és -feltörések száma, és ez a kedvező helyzet szerencsére az idén sem változott – erről Sztanyó István rendőr alezredes beszélt az általa vezetett XII. kerületi rendőrkapitányság közbiztonsági fórumán. Kiemelte, hogy a vagyon elleni bűncselekmények alacsony szinten tartásához nagyban hozzájárultak kollégái, akik úgy tudták tovább növelni az intézkedések, elfogások számát, hogy nem bővült a létszámuk. A közbiztonság terén elért eredmények ugyanakkor nemcsak a rendőri munkának köszönhetők, a sikerekben az önkormányzat által kiépített kamerarendszer, valamint a Hegyvidéki Rendészettel és a polgárőrséggel kialakított hatékony együttműködés is komoly szerepet játszik.

Az eredmények kapcsán természetesen arról sem szabad megfeledkezni – tette hozzá Sztanyó István –, hogy a Hegyvidéken élők túlnyomó többsége igyekszik betartani az alapvető biztonsági szabályokat. Az emberek ma már jobban figyelnek arra, hogy az autó utasterében ne maradjon táska, laptop, hiszen köztudott, hogy a látható helyen hagyott értékek vonzzák a gépkocsifeltörésre specializálódó tolvajokat.

A rendőrkapitány kitért arra is, hogy a hajléktalanokkal összefüggő problémák kezeléséhez sok segítséget kapnak a Magyar Máltai Szeretetszolgálat utcai gondozóitól. Ehhez kapcsolódva Kubik Nikolett, a szolgálat munkatársa megjegyezte: noha mindenkinek fel tudnak ajánlani intézményi ellátást, senkit nem kötelezhetnek arra, hogy elhagyja az utcát.

Adamik András rendőr százados, a rendészeti osztály megbízott vezetője arról beszélt, hogy minimális emelkedés tapasztalható a balesetek számában, ám ezzel együtt is jóval kevesebb a személyi sérüléssel járó eset. A Hegyvidéki Rendészet szolgálatvezetője, Zámbó Attila megerősítette a kapitányságvezető által elmondottakat. A rendőrséggel történő kiváló együttműködésre példaként hozta fel, hogy az idén is közösen teljesítettek szolgálatot iskolakezdéskor a forgalmas helyen található intézményeknél, továbbá együtt készülnek a halottak napjára, amikor a Farkasréti temetőben és annak környékén a nagy tömeg irányítása, biztonságának szavatolása jelent pluszfeladatokat.

A Természet- és Környezetvédelmi Polgárőr Egyesület elnöke, Kovács Sándor arra hívta fel a figyelmet, hogy a Normafa környékén rendszeresek a konfliktusok a hegyről lefelé száguldozó kerékpárosok és a kirándulók között. Váczi János polgármesteri főtanácsadó, a hegyvidéki közrendvédelmi közalapítvány kuratóriumi tagja szerint a pandémia idején nagymértékben megnőtt a Normafára látogatók száma, ezáltal a downhill kerékpárosok miatti összetűzések is gyakoribbak, ezek megelőzése azonban nem egyszerű feladat a hatóságok részéről.

A főtanácsadó arról is szólt, hogy a Hegyvidéki Önkormányzat eddig több mint száz kamerát telepített kerületszerte. A térfigyelő hálózat kiépítésével párhuzamosan látványosan javult a közbiztonság, ezért a rendszer további bővítését tervezik, most készítik elő az ehhez szükséges közbeszerzést. Az újabb kamerák helyét, mint ahogy eddig is, a rendvédelemben jártas szakemberek javaslatai alapján jelölik ki.

k.

Pályázati felhívás

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat a tulajdonában álló ingatlanok bérbeadására pályázatot hirdet a **2021. október 5. napjától 2021. október 19. napjáig** terjedő időszakban.

A pályázható ingatlanok címe:

1. Bp. XII., Tartsay Vilmos utca 16. as. 1. ajtó és 3. ajtó alatti, 36 m² és 32 m² alapterületű helyiségek,
2. Bp. XII., Alkotás utca 21. szám alatti, 111 m² alapterületű helyiség,
3. Bp. XII., Alkotás utca 21. szám alatti, 109 m² alapterületű helyiség,
4. Bp. XII., Városmajor utca 40. szám alatti, 74 m² alapterületű helyiség,
5. Bp. XII., Greguss utca 6. as. 3. szám alatti, 43 m² alapterületű helyiség,
6. Bp. XII., Greguss utca 3. 1. ajtó alatti, 102 m² alapterületű helyiség,
7. Bp. XII., Csörsz utca 9. szám alatti, 44 m² alapterületű, üzlethelyiség-funkciójú öröklakás,
8. Bp. XII., Böszörményi út 3/c szám alatti, 15 + 30 m² alapterületű helyiségek,
9. Bp. XII., Bán utca 6–8. psz. alatti, 115 m² alapterületű helyiség.

A pályázati hirdetmény, amely részletesen tartalmazza az ingatlanok további adatait és a pályázati feltételeket, a pályázat időtartama alatt a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálatán, valamint a www.hegyvidek.hu internetes oldalon tekinthető meg.

A pályázati ajánlatok 2021. október 19. 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

News from Hegyvidék

New sculpture in the district. The statue of Baron Loránd Eötvös (1848-1919) was set up in the Chestnut Garden, in the vicinity of the BAH road junction. The Hungarian physician, politician, academician, university teacher – also the eponym of the largest Hungarian University – was one of the most famous former residents of the district. One of his houses he had built for himself is still standing on the Sváb Hill.

The cinema of MOM Park is reopened. The cinema in the MOM Park shopping centre operates again under the name of CinemaMOM with a new operator (XII, Alkotás utca 53). The premier films „007 – No Time To Die" and „Free Guy" will be projected this week in English language, with English subtitles, and the Hungarian dramas titled „The Story Of My Wife" and the „Toxikoma" will also debut now. The digitally restored version of classic film „Szegénylegények" (The Round-up) may be also seen on the occasion that its director, Miklós Jancsó would be 100 years old this year.

Social Design Network symposium and exhibition. Interested people are awaited by lectures, round-table discussions covering the topic of social design on October 14, as the official program of the Budapest Design Week 2021 festival, at the Moholy-Nagy Art University (XII, Zugligeti út 9-25). The Social Futures exhibition will be opened one day before the symposium, on October 13 at 19.00 hours, and it will be open until October 22. At this exhibition, the students of the European universities working in the network – among others of the MOME, the Elisava of Barcelone and the Universität der Künste Berlin – will present their works reflecting the societal, ecological problems.

Voca People – Thank You for The Music. The Voca People are again in Hungary after seven years, its members will present evergreen songs only with voice, in a radically new and witty version! The program of the ensemble may be seen at 17.00 and at 20.00 hours on October 9 in the Budapest Congress Centre (XII, Jagelló út 1-3).

Iliza – The Forever Tour. This is the first time that Iliza Shlesinger – the actress worldwide renowned for her stand up performances – will be on stage in Budapest, in the framework of her new, international tour titled „The Forever Tour". The venue of her performances of October 12 and October 13 is MOMkult (XII, Csörsz utca 18).

Budapest Bár concert. In the framework of the Jewish Art Days, the concerts of Budapest Bár will be hosted by MOMkult (XII, Csörsz utca 18) on October 17 at 19.00 hours, with guest singers Dóri Behumi, László Kollár-Klemencz, András Lovasi, Juci Németh and Krisztián Szűcs. Literature is also a part of the coffee palace atmosphere that became the trademark of the ensemble, which is taken care of on this occasion by Krisztián Grecsó writer, poet, and song composer.

GetCloser Jazz Fest. The GetCloser jazz festival is continued in MOMkult (XII, Csörsz utca 18). The performance of Mike Stern & Bill Evands Band will start at 20.00 hours on October 19, the Párniczky Quartet will appear on stage at 19.00 hours on October 20, while the Jakob Bro Quartet will be seen on the stage on the same day at 20.45 in the MOM Cultural Centre.

Art days on the occasion of the World Day of the Elderly in the Hegyvidék Cultural Salon. An exhibition may be seen from the works of old people in the Hegyvidék Cultural Salon (XII, Törpe utca 2) from October 5 until November 4. The program of the Con Fuoco Clarinet Quartet titled „Hangok szárnyán a Föld körül" (On the wings of voices around the world) may be heard on October 7 from 16.00 hours. We may join on October 8, at 13.30 hours, the contemporary creative group of Dr. Éva Schmidt (Piroska) art teacher, painter, and Eddi Schmidt; and starting with 18.30 hours the music performance of Sanzon+ presenting the relationship of French chanson and Hungarian literature awaits those interested. Entry is free, but it is tied to registration.

Photographic Exhibition. Under the title of „Vintage Irons" graphic artist Gábor Sós presents his photographical works that were inspired by Oldtimer events, between October 1-31 in the Reich Károly Gallery of MOMkult (XII, Csörsz utca 18).

Budapest cogwheel railway shutdown. The Budapest cogwheel railway will not operate until November 16 due to track maintenance works. Replacement bus 60 carries the passengers between the Sváb Hill and the Széchenyi Hill. Replacement buses 60A and 60B start their route at „Szent János Kórház" for serving the vicinity of bus stops „Orgonás" and „Esze Tamás school". These latter buses operate on weekdays outside peak times (9.00-14.00 and 18.00-19.00 hours), and on weekends and on holidays during the entire operating time (6.00-19.00 hours) according to the demand. Therefore, you have to indicate your travelling demand either online on the telebusz.bkk.hu website or at client service phone number +36-1/3-255-255.

Eötvös Loránd-szobor a Gesztenyés kertben

Felavatták báró Eötvös Loránd fizikus, politikus, akadémikus, egyetemi tanár és hegymászó szobrát a Gesztenyés kertben. Eötvös alakja egy sziklatömbön ül, ezen pedig világhírűvé vált találmánya, az általa kifejlesztett torziós inga rajza látható, ami – a tudós által tervezett több más műszerrel együtt – egykor a Csörsz utcában, a Magyar Optikai Művek elődjében, Süss Nándor finommechanikai műhelyében készült.

„Közösségépítő tudós és államférfi volt. Ahol megjelent, közösségek jöttek létre körülötte, szellemi műhelyek a tudományban, a közéletben, és nem mellesleg turistacsoportok a természetjárók körében" – méltatta báró Eötvös Loránd munkásságát és közösségteremtő szerepét Fürjes Balázs, a Miniszterelnökség Budapest és a fővárosi agglomeráció fejlesztéséért felelős államtitkára a Gesztenyés kerti új Eötvös-szobor avatóünnepségén.

Az államtitkár szerint Eötvös báró mindenekelőtt tudósként vonult be a nemzet történelmébe; a geológia és vele a gazdaság számtalan területét forradalmasító torziós ingáján túl számtalan olyan eredményt köszönhetünk neki, amire a fizika sok területe épül napjainkban. Ugyanakkor számottevő sikereket ért el államférfiként is: mindössze hét hónapig volt kultuszminiszter, de ebbe a rövid időbe nemcsak négyszáz új népiskola megnyitása és az izraelita vallás egyenjogúsításának előkészítése fért bele, hanem az Eötvös-kollégium megalapítása is.

„Báró Eötvös Loránd itthon, de egyetemes érvénnyel művelte a tudományt. Részese és az egyik motorja volt a monarchiában az egyenjogúságát elnyerő Magyarország szellemi felemelkedésének, részt vett intézményeinek kiépítésében és a nemzetközi életbe történő bekapcsolásában" – jelentette ki Fürjes Balázs, hozzátéve: az Eötvös által ránk hagyott nagyszerű örökség ma is segít bennünket helyesen tájékozódni, személye és munkássága ma is iránymutató minden magyar tudós, politikus és közösségépítő polgár számára.

Pokorni Zoltán polgármester arról beszélt, hogy Eötvös Loránd a Hegyvidéken született, de nem csak emiatt kötődik kerületünkhöz: a Magyar Optikai Művek elődjében, Süss Nándor finommechanikai műhelyében készültek el találmányai, az Eötvös-inga, valamint azok a műszerek, amik világhírnevet hoztak számára. „Báró Eötvös Loránd azon kevés magyar tudós közé tartozik, akiknek a nevét szerte a világban ismerik, megbecsülik. A világ tudománya, ipara mind a mai napig sokat köszönhet a munkásságának" – folytatta.

Pályi András, Pokorni Zoltán és Fürjes Balázs leplezte le a szobrot

A polgármester megjegyezte, hogy Eötvös Loránd emlékét már egy park is őrzi a Hegyvidéken. Közkívánatra, nyílt szavazás eredménye alapján, a kerület legújabb pihenőhelyét – amit a Normafa mellett, a lebontott Hotel Olimpia helyén hoztak létre – róla nevezték el.

Az utókor emlékezete kapcsán Pályi András, az Eötvös Loránd Geofizikai Alapítvány kuratóriumi elnöke kritikusan szólt arról, hogy a 21. század első évtizedében elsorvasztották a tudós által 1907-ben alapított, majd a nevével fémjelzett, nemzetközi hírnévre szert tevő Magyar Állami Eötvös Loránd Geofizikai Intézetet. Pozitívumként említette ugyanakkor, hogy két évvel ezelőtt létrejött az Eötvös Loránd Kutatási Hálózat.

Az elnök köszönetet mondott a kormánynak és az önkormányzatnak, hogy támogatták az alapítvány szoborállítási kezdeményezését. Így készülhetett el Rieger Tibor Kossuth-díjas szobrászművész köztéri alkotása, amely méltó emléket állít a „világhírű természettudós, kimagasló tudományszervező, oktatáspolitikus és oktató, értékeket létrehozó közéleti személyiség és nagyszerű sportember" alakjának.

k.

Kovács Kati énekelt a hegyvidéki időseknek

A legutolsó, két évvel ezelőtt megtartott idősek világnapi ünnepség óta túléltünk egy pandémiát, az élet azonban nem állt meg, sőt, „felértékelődött az emberség és a szeretet" – mondta az önkormányzat által szervezett idei program

köszöntőjében Fojtíková Katarína, a Hegyvidéki Szociális Központ vezetője. Mint fogalmazott, az idősekkel hivatásuk során találkozó munkatársaival együtt érzik és tudják, milyen igazak Pilinszky János szavai: *„Az ember szeretetre*

született. Mégis, szeretni is nehéz, s a szeretetet elfogadni is nehéz."

„Gondoljunk azokra, akik megszenvedték a járvány időszakát, és azokra is, akiket elvesztettünk" – szólított fel közös emlékezésre Pokorni Zoltán. A polgármester köszönetet mondott a Hegyvidéki Szociális Központ vezetőjének és Fonti Krisztina alpolgármesternek, hogy a legnehezebb időszakban létrehoztak egy jól működő segítőszervezetet, amely bevásárlással, ebéd- és gyógyszerkiszállítással támogatta az otthonaikba kényszerülő idős embereket. Elismerését fejezte ki azoknak a dolgozóknak és önkénteseknek is, akik a szabad idejüket áldozták a segítőmunkára.

Találkozás egy régi szerelemmel, Most kéne abbahagyni, Úgy szeretném meghálálni – ezeket az örökzöld slágereit is előadta Kovács Kati énekesnő a MOM Kulturális Központban rendezett ünnepi műsorban. A megjelentek ajándékcsomagokat vehettek át, míg a legidősebb résztvevőt, Vörös Lászlóné Terike nénit, aki az év végén ünnepli a 104. születésnapját, külön is köszöntötte Pokorni Zoltán.

(n.)

Felhívás

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

A vásár helyszíne: a hegyvidéki polgármesteri hivatal előtt és mellett kialakított közösségi tér (a Böszörményi út–polgármesteri hivatal–Kiss János altábornagy utca által határolt terület).
A vásár időpontja: 2021. november 27. – december 24.
(A vásári terület beépítése november 25–26-án történik.)
A bérbe vehető fapavilonok mérete: 4 m².
Bérleti díj: 11 088 Ft/nap.
Jelentkezési határidő: 2021. október 20.

A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat **gesztenyeárusok jelentkezését is várja** a Hegyvidéki Karácsonyi Vásárba.
Jelentkezési határidő: 2021. október 20.

Jelentkezés és további információk:
Budapest Főváros XII. Kerület Hegyvidéki Önkormányzat
Gazdasági Ellátó Szolgálat – Nóvé Katalin igazgató
Cím: 1126 Budapest, Királyhágó utca 18.
(Postacím: 1537 Budapest, 114. Pf.: 453/404)
Telefonszám: 06-1/488-7924, 06-1/488-7925, 06-1/488-7927, 06-1/488-7928
Faxszám: 06-1/201-8716
E-mail-cím: novek@gesz12.hu

Vágányzár a fogaskerekűn

A városmajori végállomásnál történő kitérőcsere és a vonal alsó szakaszán végzendő pályakarbantartás miatt november 16-ig nem közlekedik a fogaskerekű. A Svábhegyre a 21-es, a 21A vagy a 212-es autóbuszokkal lehet feljutni, míg a Svábhegy és a Széchenyi-hegy között 60-as jelzéssel pótlóbusz jár.

Az Orgonás és az Esze Tamás iskola megállóhelyek környékének ellátására a 60A és a 60B jelzésű pótlóbuszok indulnak a Szent János Kórháztól. Ez utóbbiak hétköznap csúcsidőszakon kívül (9.00–14.00 és 18.00–19.00 óráig), hétvégén és ünnepnapokon pedig teljes üzemidőben (6.00–19.00 óráig) igény szerint közlekednek, azaz online a telebusz.bkk.hu oldalon vagy a +36-1/3-255-255-ös ügyfélszolgálati telefonszámon kell jelezni az utazási igényt.

n.

Könnyebbé válhat a helyben lakók parkolása

(Folytatás az 1. oldalról)

úsulási kötbérre tarthat igényt, ha a vevő nem teljesítené vállalt kötelezettségeit. Ezeket a garanciákat elidegenítési és terhelési tilalom is biztosítaná az ingatlan-nyilvántartásban.

A képviselő-testület most, újabb biztosítékként, változtatási tilalmat rendelt el a Lejtő úti sporttelep területére, hogy az új építési szabályzat elfogadásáig ne lehessen építési tevékenységet folytatni ott. Az ingatlan leendő vevőjének tehát az új szabályozási tervhez kell majd alkalmazkodnia, ami kizárná a lakófunkciót, és csak sport-, valamint az ehhez kapcsolódó szolgáltató-, vendéglátó, egészségügyi és szállásfunkciók (legfeljebb 500 négyzetméter) elhelyezésére teremtene lehetőséget. A vevőnek mindemellett ingyenesen át kell majd adnia egy közel 400 négyzetméteres területet, ahol a környékbeliek kérésére játszótér épülhet.

A Lejtő úti ingatlan eladása kapcsán Élő Norbert képviselő (DK) arról beszélt, megvan a kockázata, hogy az önkormányzatnak nem lesz beleszólása, mi valósul meg, ha a kormány nemzetgazdaságilag kiemelt beruházássá nyilvánítja az új tulajdonos projektjét. Vadász Gábor képviselő (Momentum) úgy vélte, nincs garancia arra, hogy a magánerőből megújuló sporttelep megfizethető hely lesz a lakosság számára.

Pokorni Zoltán szerint a visszavásárlási garancia és a vételárral megegyező kötbér kiemelt beruházás esetén is biztosítékot jelent arra, hogy teljesüljenek az önkormányzat feltételei. A belépőárakra nem lesz ráhatása a kerületnek, de a magántulajdonosnak is az az érdeke, hogy a többség számára elérhető árú szolgáltatásokat nyújtson, hiszen látogatók híján nem térül meg a befektetése.

Vadász Gábor a téma kapcsán arról érdeklődött, hogy mikor kér bocsánatot az önkormányzat azoktól, akik számára kegyeletsértő volt a jelenlegi emlékmű, azaz a turulszobor felállítása. Azt is megkérdezte, hogy a korábbi indítványának megfelelően lesz-e emléktábla a Németvölgyi út 5. szám alatti egykori nyilasháznál, ahol száznál is több embert gyilkoltak meg.

Fonti Krisztina alpolgármester válaszában elmondta, hogy a társasház nem adta a hozzájárulását a Németvölgyi úti emléktábla elhelyezéséhez, míg Pokorni Zoltán arról szólt, hogy a bocsánatkérésnek nem egyszeri gesztusnak kell lennie. Ez, mint fogalmazott, összetett folyamat, aminek része egyebek mellett az új emlékmű tervezése, valamint a turulszobor körüli viták lefolytatása és a terület átépítése.

A polgármester elmondta, az önkormányzat felkérésére több tervezőcsapat dolgozik nyár óta azon, hogy javaslatot tegyenek a turulszobor közvetlen környezetének átalakítására. A szobor mellett egy kiállítóhely jön létre, amely bemutatná a turul mint szimbólum történetét, benne azt a szörnyű időszakot is, amikor a nyilasok elkövették a tömeggyilkosságokat. Az önkormányzat októberben időszakos kiállítást rendez a Hegyvidék Galériában, ennek tapasztalatai alapján áll majd össze a turulszobor mellé kerülő állandó tárlat.

KONSZENZUS AZ ÚJ EMLÉKMŰ KAPCSÁN

A második világháború XII. kerületi áldozatai új, városmajori emlékművének felirata is téma volt a testületi ülésen. A képviselők konszenzusra jutottak arról, hogy „a második világháború név szerint ismert és mind ez idáig ismeretlen XII. kerületi áldozataira, köztük polgári áldozatokra, katonai kórházban elhunytakra, munkaszolgálatosokra, elhurcoltakra és a nyilas tömeggyilkosságok zsidó áldozataira" kell emlékeztetnie a műalkotás feliratának. Vita nélkül jóváhagyták azt is, hogy az új emlékművön az áldozatok felsorolásánál ne szerepeljen annak a tizenhét személynek a neve, akik – bár nem követtek el bűncselekményt – tagjai voltak az egykori nyilaspártnak.

MÓDOSULT AZ ÖNKORMÁNYZAT KÖLTSÉGVETÉSE

A képviselő-testület módosította az önkormányzat idei költségvetését. Szűtsné Kiss Zsuzsanna, a polgármesteri hivatal költségvetési tervezésért felelős munkatársa a legfontosabb módosító tényezők között említette a 300 millió forintos kormányzati, valamint a 93 milliós európai uniós támogatást – az előbbi összeg a Szilágyi Erzsébet fasor 18. szám alatti épület felső szintjére tervezett háziorvosi rendelő kialakításához használható fel, míg az utóbbi a csapadékvíz-kezelési problémák megoldásával foglalkozó LIFE projektre érkezett.

Élő Norbert a pénzügyi bizottság elnökeként elmondta, finanszírozási oldalról nincs gond a költségvetésben, ugyanakkor bizonytalansági tényezőnek nevezte, hogy még nincs meg a szerződés a kormány által a kerületnek ítélt 300 milliós egészségügyi támogatás felhasználásáról. Pokorni Zoltán szerint remélhető, hogy rövid időn belül megérkezik az Emberi Erőforrások Minisztériumától várt szerződés.

A 2021. évi költségvetés I–VII. havi teljesítéséről szóló beszámolót ellenszavazat nélkül elfogadta a testület, ahogy a Gazdasági Ellátó Szolgálat tevékenységi körének bővítésére vonatkozó javaslatot is.

Központi beszerző szervezetként ezentúl a GESZ készíti elő és folytatja le a szükséges közbeszerzési eljárásokat az intézmények magasépítési és épületüzemeltetési feladatai kapcsán.

Döntés született arról, hogy az önkormányzat nem kíván élni elővásárlási jogával a cégek között gazdát cserélő, Eötvös út 2. szám alatti egykori szanatóriumépület adásvétele során, a képviselők jóváhagyták továbbá, hogy egyes ingatlanrészek és vagyontárgyak kerüljenek ingyenesen önkormányzati tulajdonba. A Pethényi köz 1. szám alatti tüdőgondozó területéből az önkormányzatra száll az a rész, ami a valóságban most is közterületként funkcionál, míg a Lauder Javne iskola és a Sztehlo Gábor Gyermekotthon jelenleg még közös – de az állam és a főváros között megosztásra kerülő – ingatlanából a kerület megkap egy közel 300 négyzetméteres részt, hogy az építési szabályzatnak megfelelően a későbbiekben útszabályozás történhessen az Árnyas úton. Miután az önkormányzat átvette az államtól a Művész úti óvoda és bölcsőde üzemeltetését, az ingatlannak és az ott található ingóságoknak is a kerület lesz a tulajdonosa.

FELSŐOKTATÁSI ÖSZTÖNDÍJPÁLYÁZAT

Az idén is csatlakozik az önkormányzat az Innovációs és Technológiai Minisztérium által kiírt Bursa Hungarica pályázathoz, amelynek célja, hogy a szociálisan rászoruló fiatalok számára is elérhető legyen a felsőoktatásban való részvétel. A jelenlegi főiskolai vagy egyetemi hallgatók, valamint a felsőoktatási tanulmányaikat kezdő diákok 2021. november 5-ig jelentkezhetnek az ösztöndíjra, amelynek a havi összege 15 ezer forint: ebből 10 ezer forintot az önkormányzat, 5 ezer forintot az állam folyósít. *(Részletek az 5. oldalon – a szerk.)*

Vita nélkül elfogadták a képviselők a II. Kerületi Hivatásos Tűzoltó-parancsnokságnak a múlt évben a XII. kerületben végzett munkájáról szóló beszámolót, valamint azt, hogy a házszámok megállapítására, megváltoztatására vonatkozó hatáskör a jegyzőhöz kerüljön. Hozzájárulásukat adták ahhoz is, hogy tábla állítson emléket dr. Tárkány Szűcs Ernő néprajztudósnak egykori lakóháza falán, a Kék Golyó utca 4. alatt.

k.

Turultörténeti kiállítás nyílt a Hegyvidék Galériában

A turulról mint szimbólumról rendkívül nehéz általános, egységes és elfogulatlan képet alkotni, amit jól jelez a XII. kerületi turulszobor körül kialakuló politikai és emlékezéstörténeti vita. Ennek bemutatására is vállalkozik az önkormányzat kiállítása a Hegyvidék Galériában, amely eredeti dokumentumok, műtárgyak és képek segítségével tárja elénk a szimbólum történetét az Árpád-kori gyökerektől a millenniumi ünnepségeken és a nyilasterroron keresztül napjainkig.

A kiállítótér közepén egy 4 méter hosszú idővonal látható, ami a turulszimbólum történetét hét különböző időszakra bontja. Mind a hét szakaszhoz egy-egy színkód és grafikai elem társul, amik a falakon lévő tablókon is megjelennek.

Két vitrinbe kerültek az Országos Széchényi Könyvtártól, valamint a Hadtörténeti Múzeum, a Kiscelli Múzeum és a Magyar Nemzeti Múzeum gyűjteményéből kölcsönzött relikviák. Az egyik tárlóban a régi könyvek és folyóiratok azt a kort mutatják be, amikor a turulszimbólum még „ártatlan" volt. A másikban az első világháborús kitüntetésektől a két világháború között működő jobboldali pártok jelvényein át a nyilaskeresztes korszakban készült kitűzőkig többféle formában is feltűnik a turulmadár. Különböző korokból származó régi plakátok reprintjein is, hol kisebb, hol nagyobb hangsúllyal, felbukkan a szimbólum. Mindezek mellett egy sematikus térképinstalláció látható, amely világító fénypontokként ábrázolja azt a rengeteg helyet a Kárpát-medencében, ahol jelenleg is állnak turulszobrok.

A bemutató szakmai anyagát Pokorni Zoltán polgármester felkérésére egy hattagú történészbizottság készítette. Ez ad majd alapot egy a mostaninál tömörebb állandó kiállításnak, ami a hegyvidéki turulszobor mellett lesz megtekinthető a helyszín átrendezését követően.

A kerületi önkormányzat az elmúlt évek kutatási eredményei alapján szembenézett egykori átgondolatlan döntésével. 2019 decemberében felkért egy háromtagú történészi szakmai bizottságot, hogy vizsgálja felül a második világháború XII. kerületi áldozatai emlékére felállított emlékművön szereplő névsort, valamint tegyen javaslatot a turulszimbólummal kapcsolatos ellentmondások feloldására.

A szobor kapcsán az a vélemény fogalmazódott meg, hogy ebben a formában kegyeletsértő. Ezért a Hegyvidéki Önkormányzat képviselő-testülete arról döntött, hogy a második világháborús Turul-emlékművet első világháborús emlékművé minősíti át, az áldozatok javított névsora pedig a városmajori templom mellett hamarosan felállítandó, új, második világháborús emlékművön jelenik meg.

Mivel a szobor körüli viták az első világháborús emlékművé történő átnevezése ellenére sem szűntek meg, Pokorni Zoltán polgármester javaslatára a műalkotás és környezete emlékezettörténeti kiállítóhellyé alakul át. Itt mindenki megismerheti a turul mint szimbólum, valamint a hegyvidéki emlékmű történetét.

k.

Közös gondolkodás a Városmajor fejlesztéséről

A Városmajor megóvásáért évtizedek óta küzdő Városmajori Parkbarátok Egyesülete találkozóra hívta mindazokat, akik szívükön viselik a zöld terület sorsát, és szívesen elmondják véleményüket a tervezett korszerűsítésekről. A régóta remélt parkfejlesztés a kormány támogatásával elérhető közelségbe került: a várható lépésekről Fürjes Balázs, Budapest és a fővárosi agglomeráció fejlesztéséért felelős államtitkár beszélt az egyesület fórumán.

A meglévő zöld terület rendbetétele mellett a park legalább kéthektárnyi növelése, az utcabútorok és a játszóeszközök megújítása, a belső úthálózat újragondolása, a közforgalom elől elzárt területek csökkentése és a „funkciótisztítás” – Fürjes Balázs államtitkár ezeket az alapvető célokat fogalmazta meg egy fórumon a Városmajor tervezett fejlesztése kapcsán. Ami a park jövőbeli funkcióit illeti, az egyik legfontosabb kérdés: mi legyen a Városmajori Szabadtéri Színpaddal? A politikus úgy véli, a színház túlzott terhelést jelent a hely és a környéken élők számára, ezért új helyszínt kellene találni az intézménynek, akár Pesten.

Az államtitkár arról is beszélt, hogy nincs szükség a jelenleg a parkban működő összes sportlétesítményre, és vizsgálandó, hogy a fogaskerekű üzemi területe elférne-e kisebb helyen. Szerinte rendbe kell tenni a park kiemelt megközelítési pontjait, az úgynevezett kaputérségeket, továbbá érdemes elgondolkodni azon, hogy a Vérmező és a Városmajor között gyalogos- és kerékpárosbarát kapcsolat jöjjön létre. Felvetette azt is, hogy a Szilágyi Erzsébet fasori oldalon zajvédelemre lenne szükség.

A tervezett lépések kapcsán Fürjes Balázs elmondta, hogy még ebben az évben nyílt tervpályázatot írnak ki, amelynek szakmai zsűrijébe Unger Zsuzsát, a Városmajori Parkbarátok Egyesületének elnökét is meghívják. Jövő áprilisban választanák ki azt a tervezőirodát, amely sok egyeztetéssel, a közösség bevonásával, várhatóan 2023 első negyedévére készíti el a kiviteli terveket. A tervek és engedélyek birtokában hirdetnek közbeszerzést a kivitelezésre, ami legkésőbb 2025-re befejeződhet.

Unger Zsuzsa a leginkább problémás intézmények között említette a röplabda- és ritmikusgimnasztika-csarnokot a mögötte lévő parkolóval, valamint a kardvívó- és kosárlabdacsarnokot a körülötte lévő pályákkal együtt, az „ideiglenes”, 10 méter magas sátorral fedett teniszpályákat és a szabadtéri színpadot, ami rossz helyen van, ráadásul állandóan „növekedni akar”. A színház, mint mondta, nemcsak a park szempontjából jelent gondot, a környéken lakókat az előadások zaja, valamint a jelentős gépkocsiforgalom is zavarja.

A fórumon megjelentek közül többen is kifogásolták a szabadtéri színpad működését. A Maros utcából egy hölgy amiatt panaszkodott, hogy már több a koncert a Városmajorban, mint a Margitszigeten, pedig ez utóbbi helyen a színpad közelében nincsenek lakóépületek. A Városmajor mellett élők nemcsak az esti előadásokat hallgathatják végig, akár szeretnék, akár nem, hanem a délutáni, szintén nagy zajjal járó, hangosított próbákat is.

A városmajori plébánia cserkészcsapatának vezetője megfontolásra javasolta, hogy a felújítandó parkban legyen több piknikezésre alkalmas zöld terület, valamint – a jelenlegi helyzettől eltérően – ne csak egyetlen ritkán üzemelő illemhely álljon a látogatók rendelkezésére. Zajvédő falra többek szerint nincs szükség, azt viszont támogatnák, hogy sűrűbb növényzet védje a parkot a forgalmas Szilágyi Erzsébet fasor zajától, porától.

A „növényfalat” a fórumon felszólaló LMP-s önkormányzati képviselő, Hajdu Mária is jó ötletnek tartja, aki arról is beszélt, hogy a szabadtéri színpadnak máshol lenne a helye, továbbá több térfigyelő kamerát kellene telepíteni. Emellett – a parkbarátok véleményét osztva – parkőrök alkalmazását ajánlotta. Szóba hozta azt is, hogy egy diszkréten működő vendéglátóhelynek is van létjogosultsága, szerinte az még vonzóbbá teheti a Városmajort.

A felmerülő javaslatokra reagálva Fürjes Balázs elmondta, a tervezési munka részeként közlekedési tanulmány is készül, hogyan csillapítsák a forgalmat a park környezetében – a szakértői anyagot, a többi tervvel együtt, széles körben bemutatják majd. Hamarosan új honlap és Facebook-oldal indul, amik a fejlesztés előkészületeiről adnak részletes tájékoztatást minden érdeklődőnek.

Az államtitkár kitért rá, hogy a szabadtéri színpad a fővárosé, ezért velük kell tárgyalni az elköltöztetésről. Egyetértett azzal, hogy több piknikezőhelyre van szükség, továbbá azzal a javaslattal is, miszerint a terület rendjének megőrzése érdekében célszerű lenne parkőröket alkalmazni.

k.

Emlékkereszt a Makkosi-réten

A közelmúltban Budapest adott otthont az 52. Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszusnak. Ennek az eseménynek az emlékére, az Agrárminisztérium koordinálásában, mind a huszonegy állami erdőgazdaság egy-egy hatalmas erdei keresztet állított.

A Pilisi Parkerdő Zrt. választása a XII. kerület határát jelentő Makkosi-rétre esett: a Budakeszi Angyalok Királynéja kegytemplom szomszédságában emelkedik a kirándulók fölé az öt méter magas és három méter széles, masszív tölgygerendákból ácsolt alkotás. Az erdei keresztekre egységesen az erdőgazdaságokat szimbolizáló huszonegy kis keresztet és a jeles eseménynek a Zsoltárok könyvéből származó mottóját faragták: „Minden forrásom belőled fakad”.

A Normafától könnyű sétával elérhető, a köznyelvben csak Makkosmáriaként emlegetett rét a város zajából kiszakadni vágyók kedvelt úti célja, ahol az erdő nyugalmát kereső és elmélkedni vágyó felnőttek éppúgy jól érzik magunkat, mint a méltóságteljes tölgyek alatt focizó gyerekek. Mostantól a lombok magasába nyúló fakereszt óvja az erre járók lépteit.

(B.)

Ismét pályázhatnak a társasházak

Vissza nem térítendő anyagi támogatással segíti a társasházakat az önkormányzat. A lakóközösségek a tervezett beruházások mellett vis maior helyzetek rendezésére is pályázhatnak, az ötven albetétnél nagyobb házak ötéves támogatási szerződést köthetnek.

Előre tervezhető felújításokra, javításokra és fejlesztésekre pályázhatnak a 4–49 lakásos társasházak (lakóközösségek, társasházzá nem alakuló épületek). Több épületből álló társasház esetében az önálló épület külön is pályázhat. Miként a korábbi években, úgy ezúttal is előnyt élveznek az elbíráláskor a városképi szempontból fontos homlokzatfelújítások. A zárt, előkert nélküli utcai homlokzatokat kötelező 3 méteres magasságig antigraffiti-védelemmel ellátni.

Támogatás kérhető a gyűjtőkémények modernizálására, kéményjavításra, a tető, bádogozás, lépcsőház, lépcsők, födémek, függőfolyosók, folyosói korlátok, erkélyek és épületszerkezetek felújítására, balesetmentesítésre, akadálymentesítésre, liftfelújításra, valamint hatósági kötelezvény vagy szakértői javaslat alapján statikai megerősítésre. Visszatérő kérés a vízszigetelés – amibe az utólagos falszigetelés is beletartozik –, a graffiti elleni védelem és a graffiti eltávolítása. Sok helyütt aktuális a gáz-, víz- és csatornaalapvezetékek, továbbá az elektromos vezetékek cseréje, amikre szintén lehet pályázni.

A támogatás a kéményseprői szakvéleményre, a műszaki ellenőr költségeire és más járulékos kiadásra is felhasználható, de utólag már nem emelhető, ahogyan a műszaki tartalmat sem lehet módosítani később. Amennyiben sikerül olcsóbban kivitelezőt találni, és a ház nem nyújt be kérelmet a különbözet más célú felhasználására, az önkormányzat annyival csökkentheti az odaítélt összeget.

Némileg másképpen működik a vis maior pályázat. Ezt rendkívüli káresemények – előre nem látható közműfelújítások, az épületszerkezetek gyors romlását okozó hibák – utólagos rendezésére lehet igénybe venni. A támogatás a káresemény (idetartoznak az előre nem látható közműfelújítások, valamint az épületszerkezetek gyors romlását okozó hibák) igazolását követően, a pénzügyi keret kimerüléséig, egészen 2022. november 30-ig folyamatosan kérhető. Jó tudni, hogy eredményes társasházi pályázat egy alkalommal módosítható vis maior helyzetek kezelésére.

A megkapható pályázati támogatás 4–8 lakásig 55 ezer, 9–12 lakásig 50 ezer, 13–20 lakásig 45 ezer forint, 20–49 lakásig 40 ezer forint lakásonként, de nem haladhatja meg a felújítás összköltségének 30 százalékát vagy a 1,5 millió forintot. Húsz százalékkal növelhető az összeg a graffiti eltávolítását és a graffitivédelem elvégzését is magában foglaló homlokzatfelújításnál. Utóbbi esetében kötelezettség, hogy két évig az újabb falfirkákat 168 órán belül eltávolíttatja a ház.

Feltétel, hogy a társasháznak nincs az önkormányzat felé fennálló tartozása és peres ügye, a munkák ellenőrzéséhez szakirányú végzettséggel rendelkező műszaki ellenőrt alkalmaz, valamint a lakások legalább 85 százalékában megtörtént az esedékes kéményellenőrzés, amely nem talált életveszélyes hibát. A támogatás kizárólag olyan munkákra adható, amik nem kezdődtek meg a pályázat előtt, kivéve a vis maior eseteket vagy a korábbi években meginduló, ütemekre bontott felújításokat.

A beadáshoz szükséges nyomtatványok beszerezhetők a polgármesteri hivatal ügyfélszolgálatán, vagy letölthetők a www.hegyvidek.hu honlapról. A beadási határidő: 2022. február 1. (kedd) 14.00 óra, vis maior pályázat esetében a rendkívüli eseményt követő 60. nap. Könnyítés, hogy ez utóbbit az a társasház is igényelheti, amely 2019. november 30-át követően az önkormányzatnál bejelentette a káresményt.

Külön pályázaton indulhatnak a legalább 50 albetétes társasházak. Ezekkel kétéves támogatási szerződést köt az önkormányzat, a kisebb házakhoz hasonló feltételekkel. A pályázatokat 2022. február 3-a (csütörtök) 14.00 óráig lehet beadni. A tulajdonosi és városfejlesztési bizottság 2022. március 31-ig határoz a támogatási összegekről.

M.

Pályázati felhívás

óvodavezetői beosztás megbízással történő betöltésére

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

A közalkalmazotti jogviszony időtartama: határozatlan idejű közalkalmazotti jogviszony, 3 hónap próbaidő kikötéssel.

A foglalkoztatás jellege: teljes munkaidő.

A meghirdetett munkahely neve: **Süni Óvodák.**

A munkahely címe: 1126 Budapest, Németvölgyi út 29. és 1126 Budapest, Orbánhegyi út 18.

A munkakör megnevezése: óvodapedagógus.

A beosztás megjelölése: óvodavezető.

A vezetői megbízással járó lényeges feladatok:
- az óvoda szakszerű és törvényes működtetése;
- takarékos gazdálkodás;
- munkáltatói jogok gyakorlása;
- kapcsolattartás a fenntartóval.

A vezetői megbízás időtartama: a vezetői megbízás határozott időre, 5 évre szól, 2022. január 1-jétől 2026. július 31-ig.

A megbízás feltételei:
- felsőfokú óvodapedagógusi végzettség és szakképzettség;
- cselekvőképesség;
- büntetlen előélet;
- vagyonnyilatkozat-tételi eljárás.

A megbízáshoz előírt kiegészítő feltételek:
- pedagógus-szakvizsga keretében szerzett intézményvezetői szakképzettség;
- legalább öt év pedagógus munkakörben szerzett szakmai gyakorlat.

A beosztáshoz kapcsolódó juttatások: illetmény és pótlék a nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXC. törvény és a 326/2013. (VIII. 30.) Kormányrendelet előírásai szerint.

A pályázatnak tartalmaznia kell:
- szakmai önéletrajz;
- vezetési program;
- végzettséget igazoló okiratok hiteles másolata;
- 3 hónapnál nem régebbi erkölcsi bizonyítvány;
- nyilatkozat arról, hogy a pályázati anyagban foglalt személyes adatainak a pályázati eljárással összefüggésben szükséges kezeléséhez, továbbításához hozzájárul.

A pályázat benyújtásának határideje: **2021. október 31.**

A pályázat benyújtásának helye, módja: Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal, Oktatási és Közművelődési Iroda, 1126 Budapest, Böszörményi út 23–25. A pályázatot (3 példányban) személyesen vagy postai úton kell benyújtani.

A pályázattal kapcsolatban érdeklődés: Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal, Oktatási és Közművelődési Iroda, Csepreginé Volosinovszki Mária irodavezető. Telefonszám: 06-1/224-5994.

A pályázat elbírálásának határideje: a személyügyi központ internetes oldalán (www.kozigallas.gov.hu) való megjelenéstől számított 90 nap, vagy az annak elteltét követő első képviselő-testületi ülés napja.

A kiíró az esetleges hiányok pótlására nyolc napot biztosít, amely határidő a hiánypótlási felszólítás pályázó általi kézhezvételének napjától kezdődik.

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

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

„A legfontosabb, hogy felismerjem, ki miben a legjobb”

Lázár Zsuzsa porcelántervező, a Budai Rajziskola alapító igazgatója, a Hegyvidék új díszpolgára kiváló szervező és tapasztalt oktatási szakember, aki javarészt édesanyjának köszönheti azokat a készségeket, amik alkalmassá tették a munkájára. Beszélgetésünkben arról is szót ejtett, hogy pedagógusként az egyénre fordított különös figyelem erejében hisz, amit szerinte mindenütt vissza kellene csempészni az iskolákba.

– Élete nagy részében azon dolgozott, hogy másokat segítsen a művészet általi kiteljesedésben. Önnek ki segített ebben?

– Mindenki. Fantasztikus miliőbe születtem. Mezőkövesden, szerető családban nőttem fel, ahol azt éreztem, hogy figyelnek rám. Csupa pozitív élményeim voltak a tanáraimmal, még egy úttörőházban tartott szakkörben is tanulhattam, ahová Miskolcról járt a grafikus tanár, ilyen felkészítéssel kerülhettem aztán tizennégy évesen Budapestre, a Képző- és Iparművészeti Szakközépiskolába. Az, hogy a szüleim meghozták értem ezt az áldozatot, és elengedtek, arra motivált, hogy jól teljesítsek.

– Honnan örökölte a kézügyességét?

– Több csatornán is örökölhettem. Anyai nagyapám egyszerű parasztember volt, de mesélték, hogy az állami gazdaságban olyan szénrajzot készített valamelyik épület frissen meszelt falára, amit aztán onnantól kezdve mindig körbemeszeltek. Édesanyám varrónő volt, igazi tervező. Naponta figyeltem, ahogy hat lépésre előre kitalálta, megtervezte a munkafolyamatokat. Mellette megtanultam hímezni, varrni, és közben rengeteget beszélgettünk. Nagyon szerettem, amikor a vendégei próba közben az életükről meséltek, tanácsot kértek tőle. Azóta hiszem, hogy ezt a figyelmes, elfogadó, segítő magatartást mindenütt, az iskolai környezetben is meg kell valósítani.

– A Budai Rajziskola nem sokkal a rendszerváltozás után született. Az alapításnak volt köze a megváltozó politikai légkörhöz?

– Annyiban biztosan, hogy akkoriban nyílt tér a civil kezdeményezéseknek. Az addigi szakkörök rendszere felbomlóban volt, és egyszerre űr keletkezett a művészeti iskolák felvételijére való felkészítésben. Én akkoriban tanársegédként dolgoztam az Iparművészeti Főiskolán, a mai MOME-n, ami nagyon jó gyakorlatot jelentett számomra, de elszomorított az intézményi rugalmatlanság és az, hogy minden újítás bevezetése egy örökkévalóságig tartott. Az ottani benyomások ugyanakkor jó kiindulási alapot adtak arra, hogy kialakítsam a saját tanításról alkotott elképzeléseimet.

– Két alapítótársát, Formanek Zsuzsannát és Hajdú Zsófiát még a Képző- és Iparművészeti Szakközépiskolában ismerte meg 1974-ben, közel ötven éve. Miért döntöttek művész létükre az iskolaalapítás mellett?

– Bár az egyetem után különböző irányba mentünk tovább, később, amikor gyerekeink születtek, és Zsuzsa hazaköltözött Brazíliából, újra összeültünk, és azon merengtünk, milyen jó lenne egy olyan bázist teremteni, ahol kortól és előképzettségtől függetlenül bárki támogatást kaphat ahhoz, hogy kiteljesítse a művészi ambícióit. Első lépésként a Márvány utcai társasházban, ahol a családommal éltem, kivettük a szomszédos lakást, és elindítottuk a felvételi előkészítőt. Az elején csak hárman-négyen tanítottunk, aztán az oktatás időben és az életkori csoportokat tekintve is bővült. Lépésről lépésre alakítottuk ki azt a kreatív rajzolási módszert, amivel a felsős korosztálynak azt a segítséget adhatjuk, amire szüksége van, de magunknak kellett kidolgozni azt is, hogyan lehet a kisiskolásokkal foglalkozni. Olyan eszközökkel igyekszünk támogatni őket, amikkel nem korlátokat szabunk, hanem a fantáziájukat hozzuk mozgásba, hogy kifejezhessék a saját képzeletvilágukat. Mindemellett reagálnunk kellett arra a számunkra is váratlan helyzetre, hogy sok jó értelemben vett amatőr érdeklődő is jelentkezett hozzánk. Megtanultam becsülni a törekvéseiket, és megtapasztaltam, hogy negyven-, hatvanévesen is milyen fejlődőképes az ember. Így elindult a szabadiskolánkban egy olyan foglalkozás is, ami erre a jófajta hobbitevékenységre teremtett lehetőséget.

– Mi volt a következő lépcsőfok az iskola bővülésével?

– 1997 körül érkezett el az ideje, hogy az érettségire épülő szakmai képzéssel egyrészt kihasználjuk az egyre bővülő tanári karban lévő tanítási potenciált, másrészt segítséget nyújtsunk azoknak, akik később, a középiskola vége felé határozták el, hogy művészeti pályára lépnek. Ahogy a létszám bővült, úgy bővült a tanári kar is. Ebben az időben került alapítványi fenntartásba az iskola, aminek hála állami résztámogatásban is részesülhettünk. Sohasem szerettünk volna elitképzést csinálni, ezért a szabadiskolában és a szakképzésben is kialakítottunk egy olyan ösztöndíjrendszert, ami lehetővé teszi, hogy ne csak az járhasson hozzánk, aki ezt anyagilag megengedheti magának.

– Aztán a kibővülő iskolához meglett az épület is…

– Igen, az idén húsz éve, hogy a kerületi önkormányzattól kibérelhettük az Alkotás utcai épületet, amely azóta a székhelyünk. Hihetetlen év volt! Nem is tudom, hogyan tudtuk végigcsinálni egy nyár alatt a költözést, a felújítást, a berendezést, miközben folyamatosan tartott a képzés. A megvalósításhoz a bázisteremtés euforiája is hozzájárult, hiszen egy maroknyi csapatban találtuk ki, mire lesz szükség ahhoz, hogy a családias légkörű lakókörnyezethez képest valódi köznevelési intézményt hozzunk létre. Igazi hőskorszak volt.

– Amikor átvette a díszpolgári címmel járó oklevelet, azt mondta, ez nemcsak önt illeti, hanem a munkatársait is. Egyvalami mégis egyedül az ön érdeme: olyan körültekintően bízza rá a feladatokat a tanárokra, ahogyan talán egyetlen munkáltató sem.

– Szokták mondani, hogy mindenre nem lehet odafigyelni. De legalább törekedjünk rá, nem igaz? Iskolavezetőként a legfontosabb, hogy felismerjem, ki miben a legjobb, és megpróbáljak olyan feladatot találni a számára, amiben a tudását a legeredményesebben képes átadni. Azt gondolom, mindenkinek akkor a legjobb a közérzete, ha abban tud megnyilvánulni, ami a leginkább érdekli, amiben otthonosan mozog. A művészeti képzésnek nemcsak a szakmai tudásátadás a célja, hanem az önismeret fejlesztése is, amit csak kellő tanári elkötelezettség mellett tudunk elérni. Szép számmal vannak „szabálytalan” tehetségek, akik szociális hátrányból indulnak, vagy befelé forduló, szorongó alkatúak. Őket kiemelten kell támogatni abban, hogy a bennük rejlő adottságok kibontakozhassanak. Ahhoz, hogy valakinek stabil, reális önértékelése legyen, hosszú út vezet.

– Dvorszky Hedvig szerint, aki a díjátadáskor bemutatta a pályáját, a siker egyik titka a jól szervezett működési rendszerben rejlik. Ön is így látja?

– Ez olyan természetesen, lépésről lépésre alakult ki, hogy fel sem tűnt, egészen addig, amíg egy oktatási szakértő a MOME-n, egy előadáson követendő mintaként hozta fel a Budai Rajziskola egyedi képzési struktúráját. Ez a fajta egymásra építkező, sokszintű képzés egy intézményen belül tényleg egyedülálló Magyarországon. A legnagyobb előnye, hogy nem kell éveket várni, amíg valaki belekapcsolódhat a képzésbe.

– Tud időt fordítani arra, hogy naprakész legyen a művészeti élet változásaiban?

– Sokat segít ebben minden szakértői megbízás, valamint az is, hogy elnökként hosszú évekig részt vehettem a Moholy-Nagy Formatervezési Ösztöndíj bizottságának a munkájában. A szervezésben több mint egy évtizedig a Budai Rajziskola is részt vállalt, így évről évre találkozhattam a legkiválóbb frissen végzett dizájnerekkel, közvetlen információkat szerezhettem arról, mi történik a formatervezés világában.

– Adja magát a kérdés, hogy ekkora feladatok mellett hogyan lehet három gyermek édesanyjának is lenni.

– Komoly logisztika kellett hozzá, de akkoriban határtalan mennyiségű energiám volt. Arra törekedtem, hogy amikor otthon vagyok, csak rájuk figyeljek, és megnyugtató volt, hogy amikor nem voltam velük, a nagyszülőkre tudtam bízni őket. A munkámban meglelt öröm mindig pozitívan hatott a közérzetemre. Számomra a problémamegoldás önmagában is örömforrás. Szeretem, ha valami kiegyensúlyozott és működőképes körülöttem. Ha így van, és ezt sikerül is fenntartani, az kárpótol minden befektetett munkáért. Sokszor csak annyi kell, hogy résen legyek, és meghúzzam, ha kilazul egy csavar.

Sashegyi Zsófia

Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázat

A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat és az Innovációs és Technológiai Minisztérium támogatásával idén is havi rendszeres ösztöndíjhoz juthatnak a szociálisan rászoruló egyetemi és főiskolai hallgatók, valamint a felsőoktatási intézménybe jelentkező fiatalok.

Az „**A” típusú pályázatra** azok a XII. kerületi állandó lakóhellyel rendelkező felsőoktatási hallgatók jelentkezhetnek, akik felsőoktatási intézményben (felsőoktatási hallgatói jogviszony keretében) teljes idejű (nappali munkarend), alapfokozatot és szakképzettséget eredményező alapképzésben, mesterfokozatot és szakképzettséget eredményező mesterképzésben, osztatlan képzésben vagy felsőfokú, illetve felsőoktatási szakképzésben folytatják tanulmányaikat.

Az ösztöndíjra pályázhatnak a 2021 szeptemberében felsőoktatási tanulmányaik utolsó évét megkezdő hallgatók is. Amennyiben az ösztöndíjas hallgatói jogviszonya 2022 őszén már nem áll fenn, úgy a 2022–2023. tanév első félévére jutó ösztöndíj már nem kerül folyósításra.

Az ösztöndíjra pályázatot nyújthatnak be azok a hallgatók is, akiknek a hallgatói jogviszonya a felsőoktatási intézményben a pályázás időpontjában szünetel. Az ösztöndíj folyósításának feltétele, hogy a 2021–2022. tanév második félévére a hallgató aktív hallgatói jogviszonnyal rendelkezzen.

Az ösztöndíj időtartama az „A” típusú pályázat esetében két egymást követő tanulmányi félév.

A „**B” típusú pályázatra** azok a XII. kerületi állandó lakóhellyel rendelkező fiatalok jelentkezhetnek, akik

– a 2021–2022. tanévben utolsó éves, érettségi előtt álló középiskolások; vagy

– felsőfokú diplomával nem rendelkező, felsőoktatási intézménybe még felvételt nem nyert érettségizettek;

és a 2022–2023. tanévtől kezdődően felsőoktatási intézmény keretében teljes idejű (nappali munkarend) alapfokozatot és szakképzettséget eredményező alapképzésben, osztatlan képzésben vagy felsőoktatási szakképzésben kívánnak részt venni.

A „B” típusú pályázatra jelentkezők közül csak azok részesülhetnek ösztöndíjban, akik a 2022. évi felvételi eljárásban először nyernek felvételt felsőoktatási intézménybe, és tanulmányaikat a 2022–2023. tanévben ténylegesen megkezdik.

Esetükben az ösztöndíj időtartama 3x10 hónap, azaz hat egymást követő tanulmányi félév.

A Hegyvidéki Önkormányzat által nyújtott ösztöndíj havi összege 10 000 forint, amelyet az Innovációs és Technológiai Minisztérium havonta – várhatóan 5000 forinttal – kiegészít. Az elbírálás kizárólag szociális rászorultság alapján, a pályázó tanulmányi eredményétől függetlenül történik. A pályázat elbírálása során előnyt élveznek a hátrányos családi vagy szociális helyzetű felsőoktatási hallgatók, tanulni vágyó fiatalok.

A pályázat benyújtása a Bursa Hungarica Elektronikus Pályázatkezelési és Együttműködési Rendszeren (EPER–Bursa rendszer) keresztül történik. Az adatfeltöltést követően kinyomtatott és aláírt pályázati űrlapot a pályázóknak az önkormányzathoz kell benyújtaniuk, a szükséges mellékletekkel együtt.

A pályázati kiírások a www.hegyvidek.hu honlapon tekinthetők meg.

A Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázatot a Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal Népjóléti Irodájához lehet benyújtani **postai úton** (cím: 1126 Budapest, Böszörményi út 23–25. Kérjük, a borítékra írják rá: „*Bursa Hungarica 2022”.).* A népjóléti iroda telefonszámai: 06-1/224-5932, 06-1/224-5915.

A benyújtási határidő: 2021. november 5.

Az önkormányzat döntéséről december 6-ig az EPER–Bursa rendszeren keresztül, elektronikusan értesíti a pályázókat.

Az EPER–Bursa Rendszerrel kapcsolatban az Emberi Erőforrás Támogatáskezelő nyújt felvilágosítást (cím: 1381 Budapest, Pf.: 1418., telefonszám: 06-1/550-2700, e-mail-cím: bursa@emet.gov.hu, internet: www.emet.gov.hu).

Pokorni Zoltán polgármester

Új COVID-osztály a János kórházban

Minden szempontból kifogástalan körülmények fogadják a betegeket az Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő szeptember végén átadott COVID-osztályán. A 27-es épületben az ambuláns ellátás mellett a középsúlyos, súlyos, valamint a lélegeztetésre szoruló emberek ellátása is megoldott. A részletekről dr. Schandl László osztályvezető főorvost kérdeztük.

– Miért volt szükség a COVID-osztály létrehozására?

– Szerettük volna központosítani az ellátást, hogy a COVID-dal kapcsolatos minden gyógyítótevékenység egy helyen legyen az intézményen belül. A kezdetektől, azaz 2020. március 13-tól a kezelés teljes vertikuma elérhető nálunk, ám a kórház különböző pontjain. A külön COVID-osztállyal tovább növeljük a hatékonyságot, és ami legalább ennyire fontos, a páciensek számára komfortosabb elhelyezést biztosítunk.

– Ez utóbbi mit jelent?

– Megkaptuk a volt tüdőklinika épületének nagy részét, amely tágas, levegős, világos terekkel rendelkezik. A felújítás után barátságos körülményeket tudtunk teremteni, ez a gyógyulás szempontjából sem mellékes. Teljességgel megoldott a fekvő- és járóbetegek elkülönítése, valamint a zsilipelés, ahogyan az is lényeges, hogy az ápolószemélyzetnek kulturált pihenőhelyiségeket alakítottunk ki. Az orvosok és ápolók vírusmentes környezetben tudnak beöltözni a védőruhájukba, emellett a fertőzött és tiszta terek nem érintkeznek, így házon belül minimális az esély a kórokozó továbbadására.

A külön COVID-osztály komfortosabb elhelyezést biztosít a betegeknek

– Hogyan működik a COVID-osztály, kik kerülnek oda?

– Természetesen azok, akik bizonyítottan megfertőződtek, és emiatt valamilyen kezelésre szorulnak. COVID-gyanú esetén hozzánk küldik a betegeket a többi osztályról, mi pedig elvégezzük a szűrést, majd döntés születik arról, hogy szükséges-e befeküdni, vagy elegendő a járóbeteg-ellátás. Enyhe, középsúlyos, súlyos állapotot különböztetünk meg, ennek megfelelő az alkalmazott terápia. Az intenzív ellátás és ehhez kapcsolódóan a lélegeztetés is a mi feladatunk. Ez a komplex rendszer már tavaly tavasz óta működik a kórházban, most azzal tettünk egy újabb lépést előre, hogy minden egy helyen érhető el. Amit mindenképpen hangsúlyozni kell: függetlenül a fertőzöttségtől senki sem marad ellátatlan! Egyedül a tervezhető műtéteknél írja elő a jelenlegi protokoll a negatív teszt meglétét.

– Mik a legfrissebb tapasztalatok?

– Jelenleg nincs lélegeztetést igénylő betegünk. A bent fekvők többsége középkorú és idős, közülük sokan nem olttatták be magukat. Nyugodtan kijelenthetem, hogy rendelkezünk a kellő szaktudással, az elmúlt másfél év pedig rengeteg tapasztalattal vértezett fel minket, van hova visszanyúlni. Megnyugtató az is, hogy gyakorlott és kipróbált személyzet dolgozik az osztályon. A kórházvezetés részéről az első pillanattól prioritást kapott a COVID-ellátás. Gondoskodtak róla, hogy semmiből ne legyen hiány. „Kivont karddal” védtük a lakosságot, pénz, paripa, fegyver mind rendelkezésünkre állt, és áll ma is. Reméljük, ezekből egyre kevesebbre lesz szükségünk annak köszönhetően, hogy új lendületet vesz az oltakozás.

– Ön szerint is ez a megoldás?

– Mindenképpen, és ezt nem lehet eléggé hangsúlyozni! Manapság, divatos szóval élve, az orvos egyre inkább influenszer, hiszen sok ember elfogadja a véleményét. Ez különösen a jelenlegi helyzetben nagy felelősség, de vállalnunk kell ezt a feladatot. Bárki megkérdezte tőlem, mindig azt mondtam, hogy az oltás az egyetlen megoldás. Vagy teljesen megvéd, vagy legalább a tüneteket enyhíti, segít elkerülni a kórházi befekvést. Ezek ma már megdönthetetlen tények. Igyekszem jó példát mutatni, az egész családom többszörösen be van oltva, én is megkaptam a harmadik oltást. A szakértő szerint hét-nyolc hónap után gyengül a vakcina hatása, ilyenkor jön el az emlékeztető oltás ideje.

Dr. Schandl László osztályvezető főorvos

– Ezzel kivédhető a negyedik hullám?

– Az biztos, hogy minél többen lesznek az oltottak, és minél többen veszik fel a harmadik oltást, annál kisebb az esélye a negyedik hullámnak. Vagy ha mégis megérkezik, jóval kevesebb kárt okoz. És van még valami: vegyük nagyon komolyan a személyes higiéniát! Gyakran mossunk kezet, használjunk fertőtlenítőt, ezzel ugyanúgy a vírus ellen harcolunk.

sm.

Az új kórházi részleg bejárata

Közös sétával és zenével a demencia ellen

Az Alzheimer-kór nemzetközi szimbóluma a nefelejcs virág lila színe. Nem véletlen tehát, hogy a betegség világnapján megtartott közösségi program résztvevői lila lufikkal a kezükben sétáltak el a MOM Kulturális Központtól a Hegyvidéki Kulturális Szalonig. Így hívták fel a figyelmet az egyre többeket érintő demenciára is, amelynek oka leggyakrabban az Alzheimer-kór.

A Nemzetközi Alzheimer Társaság kezdeményezésére, az Egészségügyi Világszervezet (WHO) támogatásával, 1994-ben szeptember 21-e lett az Alzheimer világnapja. Magyarország 2011-ben csatlakozott a kezdeményezéshez, 2018 óta az Alzheimer Cafék aktív részvételével.

Másodszor szervezett támogató közösségi programot a XII. kerületben a Hegyvidéki Kulturális Szalon és a Hegyvidéki Szociális Központ Demencia Irodája, hogy helyi szinten is felhívják a figyelmet a demenciára, amit jelentős részben az Alzheimer-kór okoz. A szellemi leépülés, az elbutulás komplex kórkép, egyaránt megkeseríti a beteg és a hozzátartozók életét. Leginkább a gondolkodási és megértési funkciók károsodásával jár, méghozzá átfogó jelleggel és fokozatosan romló módon. Krónikus, tehát idült betegség, folyamatosan jelen van, nem gyógyítható.

A tavalyi évhez hasonlóan a demenciával küzdőket, a családtagokat és az érdeklődőket a MOM Kulturális Központnál várták a szervezők, hogy egy rövid, ám annál vidámabb bemelegítés után, a Monspart Sarolta által alapított gyaloglóklub invitálására, együtt sétáljanak el a Hegyvidéki Kulturális Szalonhoz. A közös séta egyben üzenet is, egyrészt a társas kapcsolatok fontosságára utal, másrészt arra, hogy a demens emberek életminősége, memóriája jelentősen javítható a rendszeres mozgással. De nem csak ezzel, mert legalább ennyire sokat segíthet a zene, amiből a szalon előtti téren mindenki ízelítőt kapott.

Mielőtt a Solti György Zeneiskola növendékeinek tolmácsolásában felcsendültek a klasszikus dallamok, Kocsis Judit köszöntötte a szép számú résztvevőt. A Hegyvidéki Szociális Központ Demencia Irodájának vezetője elsőként arra emlékeztetett, hogy a demens személyt gondozó családok 24 órában állnak helyt, ezért lényeges számukra pihenési, szórakozási lehetőséget biztosítani, bevonni őket a közösségi életbe. Ilyen a mostani alkalom, és ezen munkálkodik egész évben az iroda is, a Hegyvidéki Kulturális Szalonban működő Alzheimer Café klubbal vállvetve. Ez utóbbi egy nemzetközi minta alapján létrejövő önkéntes közösség, amelyben az Alzheimer-kórban vagy a demencia más típusában érintettek, családtagok, gondozók, a téma iránt érdeklődők hallgathatnak meg szakértői előadásokat, és támogató légkörben kaphatnak választ kérdéseikre, valamint lelki segítséget egymástól.

A szakember külön is szót ejtett a téren tartott koncertről, mint elmondta, ez egyfajta figyelemfelhívás, nyitás a gyerekek felé. Célja, hogy a kisebbek könnyebben megértsék, mi történik a demenciával küzdő idős emberekkel, a nagymamával vagy a nagypapával.

Varga Kovács Emese, a polgármesteri hivatal népjóléti irodájának a vezetője arról beszélt, hogy a Hegyvidék díszpolgára, Monspart Sarolta, sajnos, már nincs köztünk, ám a gyaloglóklubbal mégis itt lehet velünk. Az irodavezető szerint a pandémiával nehezített elmúlt másfél év még jobban megmutatta, mennyire nagy szükség van a demencia iroda munkájára, amely nemcsak a demens betegekre, hanem a hozzátartozóikra is kiterjed.

Szép számú érdeklődő előtt léptek fel a Solti György Zeneiskola növendékei

A program egyszerre figyelmeztet arra, hogy milyen fontos a betegség mielőbbi felismerése, valamint az egészséges életmód, amivel lassítható a szellemi leépülés. Hozzátette: a zene pozitív irányba befolyásolja a kognitív funkciókat, javítja az emlékezés képességét, egy ismerős dal, dallam felidézi az emlékeket, így gyakorol jótékony hatást a demens emberekre.

Mindezt Bolla Milán, a Solti György Zeneiskola művészeti vezetője azzal egészítette ki, hogy a zenével foglalkozó gyerekek jobban teljesítenek az iskolában, tanulmányi versenyeken szereznek díjakat, jobb a memóriájuk, a koncentrációs képességük. És ami legalább ennyire lényeges: megtanulnak egymásra figyelni, összhangban lenni a másikkal a többszólamú zenekari játék során. Különösen igaz ez a klasszikus zenére, és ezt egy érdekes kísérlet is alátámasztja. Tudósok fagyásban lévő víz mellett metálzenét kapcsoltak be, ekkor szabálytalan, míg a klasszikus zenére szabályos jégkristályok jöttek létre. A művészeti vezető szerint ez is azt mutatja, hogy a klasszikus zene harmóniát, megnyugvást hoz, ez pedig mindannyiunk életét megkönnyítheti.

MM.

„Örömmel kell énekelni!”

Százöt éve született Magyarország leghíresebb tenoristája, Simándy József, a Kossuth-díjas operaénekes, főiskolai tanár, a 20. század „igazi Bánk bánja”, a Hegyvidék díszpolgára. Közismert volt a XII. kerülethez való kötődése, több mint harminc évig élt a Mártonhegyen. Tisztelői, rajongói száma azóta sem csökkent, emléke, hangja összeköt bennünket.

Simándy József (1916–1997)

Simándy József operaénekes hangja és alakja a ma élő nemzedékek tudatában elválaszthatatlanul forr össze Erkel Ferenc Bánk bán című operájának címszerepével. A 20. század egyik igazi magyar sztárja volt, aki filmekben szerepelt, napi- és hetilapok címlapjain láthattuk, műsora volt a rádióban, tanított. Több évtizeden át élt a Hegyvidéken, egykori lakásánál, a Mártonhegyi úton tábla őrzi emlékét.

A 20. század „igazi Bánk bánja”

Simándy 1916. szeptember 18-án született Kistarcsán, egy kis Pest megyei településen, Schulder József néven. Édesapja géplakatos volt, édesanyja háztartásbeli. Az iskola elvégzése után 1939-ig egy taxivállalatnál dolgozott mint autószerelő. Az egyik művezetője figyelt fel az éneklő Simándyra, akinek azt javasolta, keressen fel egy énektanárt, és tanuljon énekelni.

Ekkor került Possert Emília magániskolájába, ahol ingyen pallérozta tudását a tehetséges, de szegény fiú. Később dr. Székelyhidi Ferencnél folytatta tanulmányait a Zeneakadémián, ahol egyből a második évfolyamot kezdhette meg 1943-ban. A második világháború után, 1945-ben politikai okokból nem vették fel Budapesten, így került Szegedre, az ottani Nemzeti Színház tagja volt 1947-ig. Déli városunkban mutatkozott be először a közönségnek Bizet Carmen című operájában, Don José szerepében. Hamar kitűnt tehetségével, ő lett évtizedekig a dalszínház vezető tenoristája. Erkel-, Verdi-, Puccini- és Wagner-hősöket alakított.

Szegedi évei után, 1947-től 1973-ig a Magyar Állami Operaház, 1956 és 1960 között a müncheni Staatsoper magánénekese volt. Gyakran hívták külföldre, több neves európai operaház próbálta marasztalni, de számára az jelentette az igazi örömet, ha az itthoni publikumnak énekelhetett. Egy alkalommal Vaszy Viktor ezt mondta Simándynak Verdi-bravúráriája végén: *„Ide figyeljen, Jóska! Magának háromszázezer cét ajándékozott a sors. Jól ossza be! Ne tékozolja őket. Háromszázezer céje van!”*

Simándy még a Bánk bán szerepe előtt, 1953-ban megkapta a Kossuth-díjat, 1990-ben a Magyar Állami Operaház örökös tagja lett. Munkásságáért a Magyar Köztársaság középkeresztje csillaggal tüntették ki 1996-ban, majd Magyar Örökség díjjal 1997-ben. A Zeneművészeti Főiskolán tanított 1978 és 1986 között. Növendékeinek mindig azt mondta, amit ő is élt egész életében: *„Örömmel kell énekelni!”*

Simándy József 1954-ben házasodott össze Hegedűs Judit balettművésszel. A házaspár mindvégig Budán lakott, a II., a XI., majd a XII. kerületben, mivel elmondásuk szerint fontos volt számukra a friss, jó levegő, ami az éneklést is segíti. 1963-ban költöztek a Hegyvidékre, a Mártonhegyi út 20/a szám alatti házba, ahol Simándy József a haláláig lakott. A környéken nagyon szerették, sokszor lehetett látni őt sétálni és énekelni. Gyermekeik, Judit, Katalin és Péter itt nőttek fel.

A híres énekest sokszor keresték fel hegyvidéki házában. A legtöbbször riportot kértek tőle, de akadtak sürgős esetek is. A beköltözés után nem sokkal történt, hogy az Otello szerepét éneklő előadónak elment a hangja, és Simándyt hívták fel, hogy azonnal menjen, és folytassa a szerepet, mert nincs tenoristájuk. A Film Színház Muzsika című lap így számolt be a különös napról:

„Vasárnap este fél kilenc után öt perccel fölberregett a telefon Simándy József Mártonhegyi úti lakásán. Dárday Andor, az Operaház titkára volt a vonal végén: – Jól vagy, Jóskám? – Kitűnően. Miért?

Ami előtte történt *– Pontosan másfél órával előbb Kórody András megjelent az Erkel Színház zenekari emelvényén s fölemelte karmesteri pálcáját. Két vendégművésszel, Margaret Tynes-szel és Ernő Mehringerrel megkezdődött az »Otelló« előadása. Kíváncsian figyeltük a nálunk még sohasem hallott tenorista bemutatkozását. Az első felvonást követő szünetben Mehringer lírai hangszínéről folyt a beszélgetés. A második felvonás egy nem is magas hangjánál esett meg a baj, s a boszszú-kettősre a tenorista már teljesen berekedt. Éreztük, aligha folytatja az előadást. Hosszú-hosszú szünet. Csaknem fél tíz volt, amidőn Mikó András főrendező a függöny elé lépett: – Vendégművészünk megbetegedése miatt Otelló szerepét Simándy József énekli tovább. És a harmadik felvonást kellett elkezdenie Simándynak, azt, amelyben a szenvedély már a tetőpontjára hágott; mint egy magasugrónak: tessék, ugorjon nekifutás nélkül száznyolcvanat. Különös, hogy Otellónak első mondata, mellyel Jágóhoz fordul, így hangzik a harmadik felvonásban: – Csak folytasd… Pedig igazán neki kellett valamit folytatnia, amit el sem kezdett.*

Murat kaftánja *– Felvonás után vastapsban futok föl, a vasajtón át, a színpadra. – Hogyan történt? – kérdezem Simándy Józseftől. – A kertben dolgoztam egész nap. Kiástam egy hetven kilós követ. Így, jóleső fáradtságban hallgattam este a rádióból a »Brankovics György«-öt. Feleségem éppen sonkát készített vacsorára, amikor megszólalt a telefon. Becsomagoltuk a sonkát, felöltöztem s már ott is volt értem a kocsi… Egyáltalán, szólt a hangom? Margaret Tynes borul a nyakába, majd Nádasdy Kálmán igazgató öleli át, meghatottan. – Látod, mi van rajtam? – kérdezi Simándy – Murat kaftánja a »Brankovics György«-ből! Amint kiderült a második felvonást követő nagy izgalomban: Simándy József Otellókosztümjét éppen tegnap vitték tisztítóba! Radányi János mesternek, a jeles öltöztető-szabónak támadt az a jó ötlete, hogy Murat ruháját adják a beugró tenoristára: bugyogó az bugyogó, kaftán az kaftán! Kertész Gyula, az éppen jelenlevő fotoriporter ugrott kocsijába, azt mondták neki: »Gyuszikám, te is csinálj valamit!« – és áthozta az Operaház épületéből Murat nagyvezírruháját.*

*„**Sono nervosa…**” – És jön a negyedik felvonás. És egyre forróbb a dráma. A törököt diadallal legyőző Otellón – még mindig a török ruha. Ám nem a ruha teszi a fényeshangú tenoristát! A felvonás végén vastaps! Már fél tizenkettő, a közönség nem megy el! – Sokszor ugrottam be, külföldön is – mondja Simándy József –, de ilyen, hogy az előadás közepén kellett volna beállnom, ilyen még nem volt… Most, most vagyok csak ideges! És meghajolnak ismét a vas előtt. Tynes mosolyogva emeli föl bal kezét: remeg. – Sono nervosa. Ideges vagyok – mondja ő is. Most keríti csak hatalmába őket az izgalom, hogy feloldódóban a feszültség. Dörög a taps. Mikó András boldogan jegyzi meg: – Olyan hálás a publikum. Nem kéne előadnunk az első és a második felvonást is?!”* (Film Színház Muzsika, 1963. május 4.)

Az újságírók és a fotósok szinte állandó vendégei voltak Simándy Józsefnek és családjának, több beszámoló és kép is megjelent róluk különböző lapokban. Az egyik ismert felvételt 1966. február 7-én Kotnyek Antal, a híres fotóriporter készítette. A fotón Simándyt látjuk mártonhegyi házában, ahogy fiát, Pétert tanítja zongorázni.

A Közlekedés című lap büszkén írta meg, hogy Simándy József kezdetben autószerelőként dolgozott. Az egyik riportjukban erről is beszélgettek vele, valamint szóba került, hogyan jutott el a világhírnévig. A cikk által mártonhegyi lakásába is bepillanthattunk kicsit: *„Berregésre nyílik az ajtó a Mártonhegyi úti házban, rohan elém Buksi, a fekete pumi, barátkozik azonnal, de csak a garázsajtóig jutunk, mert máris ott van a ház ura, Simándy József, kezében seprű, takarítja a BMW körüli olaj- és benzinfoltot. – Megengedi – kérdezi, s kicsit ott marasztal a garázsban, míg a munka végére nem ér, s csak azután mutatja fölfelé az utat a lakásba. Míg kezet mos a gazda, körbe nézem a három szobát, megcsodálom a kilátást innen a magasból, számba veszem a lakás értékeit: festményeit, a festett herendi tányérokat, amelyeken Simándy Józsefet ismerem föl egy-egy szerepében, kedves ajándéktárgyakat mutogat érdeklődésemre, amelyeket kollégáitól, tisztelőitől kapott, itt bekeretezve a Kossuth-díjról szóló diploma, még 1953-ból.”* (Közlekedés, 1982. június 1.)

Emléktábla egykori lakóháza falán

Az operaénekes pályafutása vége felé is teljes odaadással és szeretettel fordult az éneklés felé. Egy újságíró 1986-ban hegyvidéki lakásában megkérdezte tőle: *„Művész úr! Az 50-es években láttam-hallottam önt először a Dalolva szép az élet című magyar filmprodukcióban. Több, mint negyven esztendeje énekel nekünk. Ugye, megkérdezhetem: Dalolva szép az élet?”* Simándy József így válaszolt: *„Igen… igen. Örömet adott, hivatást, szent elkötelezettséget. Ha úgy adódna, hogy tízszer megszülethetnék és tízszer választhatnék, akkor mind a tízszer ezt a pályát választanám. Imádtam énekelni, és ma is ez a legnagyobb szenvedélyem.”* (Együttműködés, 1986. augusztus 1.)

Simándy József 81 évesen halt meg. Temetése 1997 márciusában volt a Farkasréti temetőben, a művészparcellában. Két évvel a halála után a Mártonhegyi út 20/a szám alatti ház falán emléktáblát helyezett el a Hegyvidéki Önkormányzat, az ünnepségen dr. Áder János, az Országgyűlés akkori elnöke is beszédet mondott.

Az énekes tiszteletére országszerte szobrok és táblák találhatók minden fontosabb helyen, ahol megfordult, iskola- és utcanevek is őrzik emlékét. A MOM Kulturális Központban 2011 óta egy terem viseli a nevét, ahol már többször nyílt emlékkiállítás a nagy énekes életéről.

A Hegyvidéki Önkormányzat 2015-ben posztumusz díszpolgári címet adományozott Simándynak, amelyet a tenorista özvegye, Simándy Józsefné Hegedűs Judit vett át. Pokorni Zoltán polgármester a díjátadón azt mondta Simándyról, hogy *„életműve cáfolja azt a régi mondást, miszerint senki sem lehet próféta a saját hazájában”*. Beszédét így zárta: *„Simándy József emléke, hangja összeköt bennünket […] Művészetének erejével magunkból formálunk valamivel többet, s tudunk közösséggé válni általa.”*

Földváry Gergely

FOTÓ: KOTNYEK ANTAL

Péter fiát tanítja zongorázni mártonhegyi otthonukban (1966)

FORRÁS: OSZMI

Évtizedeken át a Magyar Állami Operaház vezető tenoristája volt, a legnagyobb szerepekben énekelhetett

Ernő Mehringer mint Otello *(balra)*, majd alig egy óra elteltével a beugró Simándy már Otello-maszkban *(jobbra)*

Simándy József sírja a Farkasréti temetőben

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!

Vintage Irons – Sós Gábor grafikusművész fotográfikáinak kiállítása október 1-jétől. „Ezeknek az »öreg vasaknak« lelkük van. Akár rozsdásak, évtizedek nyomait hordozva, akár csillogva, régi fényükben. Ezért készítek a szó igazi értelmében portrékat róluk. Nyitott szemmel vadászok fotótémákra az oldtimer eseményeken. A kompozíció megtalálását követi a digitális grafikai alkotó folyamat, amely során a megkomponált fotóból valódi grafika jön létre. A lényeges részleteket kiemelve, a lényegtelent elhagyva, a színeket és tónusokat minimálisra redukálom. Ezt a technikát fotólitográfiának nevezem." (Sós Gábor grafikusművész)

Vörös Pisti: Akkor és Most 1981/2021. Dalok a Prognózistól napjainkig október 9-én 19.00.

Iliza – The Forever Tour. A Netflix stand-up műsorában felfedezett komikus előadása október 12–13-án 19.00.

Csányi Sándor: Hogyan értsük félre a nőket? – egyszemélyes előadás október 14-én 19.00.

Páratlan Párok október 14-én 19.00. Bősze Ádám és László Ferenc közös műsora: Friedrich Nietzsche–Munkácsy Mihály.

Anyatigrisek (Liliom Produkció) – zenés komédia október 15-én 19.00.

Születésnapi PagonyFeszt október 16-án 10.00. Rutkai Bori Banda, filmvetítés: Agócs Írisz: Márkó bácsi kertje, Babaróka (Budapest Bábszínház), Kéményseprő Kelemen (Móricz Adrienn és Kovács Lehel előadása), Huzella Júlia (Kiss Noémi: A bálna és a srác), Tíztőlmese, Harcos Bálint, NOÉ Állatotthon, egész napos LEGO-zás, képeslapkészítés, gyurmázás, legyezőkészítés, társasjátékok.

Budapest Bár-koncert október 17-én 19.00 (Zsidó Művészeti Napok).

Mike Stern & Bill Evans Band október 19-én 20.00 (GetCloser Jazz Fest).

Grace Mozgásművészeti Stúdió – gyermek-balett-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.

Nia kedden 19.00. A Nia holisztikus fitneszirányzat, hozzásegít a test–szellem–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.

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

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

Iciri-Piciri Tücsöktánc kedden 17.15, csütörtökön 10.00. Játékos néptánctanítás folyamatos csatlakozási lehetőséggel, néptáncpedagógus vezetésével. Az 1–4 éves gyerekek szüleikkel, kísérőikkel közösen kísérletezhetnek a tánclépések elsajátításával, miközben átitatódnak 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 hónapostól 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: Csöngei Barbara moderntánc-pedagógus. Információ: 06-20/946-0848, 200-0138, www.omisk.hu, iroda@omisk.hu.

Lóvasút Kulturális és Rendezvényközpont

Zugligeti út 64.
lovasut.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Móricz János Krónika – Salamin András könyvbemutatója október 8-án 18.00. Varga Zoltán előadása: Új, meglepő információk a Móricz-kutatásokkal kapcsolatban.

Márfi Márk: Telik – egy óra az életedből október 13-án 19.30.

Hollós út 5.
06-1/395-8284
jokaiklub.com
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

15 nm alapterületű irodahelyiség kiadó a Jókai Klubban. Külön bejáratú, napfényes helyiség, széles sávú internetkapcsolattal. Érdeklődni a +36-70/334-4469, 06-1/395-8284 telefonszámokon, valamint a jokaiklub@jokaiklub.hu e-mail-címen lehet.

A reneszánsz udvartól a jazzklubig – Stummer Márton gitárestje a Jókai Klubban október 8-án 19.30. A program a Köszönjük, Magyarország 2021 program keretében valósul meg. A belépés díjtalan, de regisztrációhoz kötött. Regisztrálni a jokaiklub@jokaiklub.hu e-mail-címen lehet.

A Kollmann Gábor Quintet jazzkoncertje október 15-én 19.00. A formáció a mainstream jazz gyökereiből építkezik, és saját hangszerelésben szólaltatja meg a zenekar tagjainak kompozícióit, valamint a jazz történetének örök érvényű sztenderdjeit. A zenekar tagjai számtalan formációban szerepelnek, de a jazz egyik alapkövének számító kvintett felállásban ritkán hallhatjuk őket. Tagok: Kollmann Gábor – szaxofon, Bér Zsolt – trombita, Csanyi Zoltán – zongora, Hárs Viktor – bőgő, Sramkó János – dob. A program a Köszönjük, Magyarország 2021 program keretében valósul meg. A belépés díjtalan, de regisztrációhoz kötött. Regisztrálni a jokaiklub@jokaiklub.hu e-mail-címen lehet.

A Mikulás rakétája – kiállítás Turi Lilla rajzaiból. Megnyitó: október 9. 17.00. Az 1. Budapesti Illusztrációs Biennálén a legjobb pályakezdő illusztrátor díjat elnyerő Turi Lilla számos sikert könyvelhet el magának 2019-es indulása óta (Szép Magyar Könyv 2020 illusztrációs díj, World Illustration Award longlist-válogatás). Tóbiás Krisztián A Mikulás rakétája című könyvéhez készült rajzai egészen különleges világot ragadnak meg, amely a felnőtteket is bevonja a mesés történetbe. Az anyag a 2. Budapesti Illusztrációs Fesztivál kapcsolódó eseményeként látható november 10-ig. A kiállítást laudálja: Sándor Csilla folyóirat-szerkesztő, a Csodaceruza gyermekirodalmi magazin alapítófőszerkesztője. Köszöntőt mond: Tóbiás Krisztián, a kötet szerzője, a Tempevölgy folyóirat főszerkesztője. November 5-én 18.00 órától Turi Lilla tart szakmai tárlatvezetést és workshopot a kiállítás helyszínén. Mindkét programra díjtalan a belépés, de regisztrációhoz kötött. Regisztrálni a jokaiklub@jokaiklub.hu e-mail-címen lehet.

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. Jelentkezés 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, fülbemászó 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 szombaton 9.30–13.30. Mozgáskoordináció- és ritmusérzék-fejlesztő gimnasztika Berczik Sára módszere alapján. Vezeti: Pataki Rita mozgáspedagógus (+36-30/483-1897, patakiri@gmail.com).

Csiri-biri torna pénteken 10.00–10.45. Az országos népszerűségnek örvendő Csiri-biri mozgásfejlesztő torna olyan 45 perces, dalolós, mondókázós, irányított foglalkozás, amin a gyermek a hétköznapitól eltérő mozgásformákkal ismerkedhet meg. Mivel a tornafoglalkozások nem egymásra épülnek, év közben bármikor lehet csatlakozni. Előzetes jelentkezés nem szükséges. Bővebb információ: Országczky Ildikó, www.csiri-biri.hu, info@csiribiri.hu.

Zumba Gold kezdőknek, újrakezdőknek hétfőn és szerdán 9.00–10.00. Ízületkímélő, táncos mozgás latin zenére, egyszerű, de látványos koreográfiákkal, korkorhatár nélkül. Vezeti: Barta Sylvia zumbafitnesz-, 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 zumbafitnesz-, 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 fejleszthetők a kondíció és a koordinációs képesség, az egyensúlyozó képesség, valamint a gerinc, a hát és a törzs izmai. Hatékony a különféle eredetű hát- és derékfájások 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.

Meridiántorna kedden 15.00–16.00. „Élj 100 évet egészségesen a 3-1-2 meridiángyakorlatokkal!" Egészségvédelem az évezredes kínai tapasztalatok alapján. A torna a meridiánokból áramló energiaegyensúly helyreállításával a szervezet immunrendszerét erősíti. Nincsenek mellékhatásai, bármikor, bárhol gyakorolható. A tornán való részvétel ingyenes. Vezeti: 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. Vezeti: Derkényi László. Telefonszám: +36-20/323-8160.

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

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

Hatha-jóga 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. Vezeti: Pazonyi Mónika jógaoktató, rekreációs sportoktató. Telefonszám: +36-20/952-4685.

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

Baba-mama jóga szerdán 10.00–10.45. Vezeti: Kuti Judit Ágnes jógaoktató (+36-20/932-8038, kutijudit@gmail.com).

A Harmónia Táncklub társastánctanfolyamai vasárnap 13.30–19.00. Kezdő versenytánc, felnőtt-tánciskola. Vezeti: Székely Attila tánctanár. Telefonszám: +36-30/952-9477. www.harmoniatancklub.hu

Indonéz tradicionális tánc pénteken 18.00–19.30. Ősi mozdulatok és mudrák Jáva szigetéről. A tanfolyamot Bárdos Yvette és Novák Anikó tartják, az első alkalom ingyenes. Telefonszám: +36-30/755-3465. E-mail-cím: ybar2008@gmail.com.

Helen Doron angol nyelv gyerekeknek. Információ: Endre Judit, +36-30/313-6822.

XII., Törpe utca 2.
06-1/202-2509
info@kulturalisszalon.hu
kulturalisszalon.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Szalonegyetem. Október 13. 14.30 El Greco nagy párizsi kiállítása. Előadó: dr. Novákné Gál Zsuzsanna műtárgybecsüs. Jegyár: 500 Ft, kerületi lakosoknak ingyenes, de regisztrációhoz kötött a szalon elérhetőségein.

Segítő kéz a családban. Október 14. 18.00 Testi-lelki terhek és a kilogrammok – dr. Domján Mihály pszichológus előadása. Vendég: Kupai Zsófia funkcionális táplálkozási tanácsadó, egészségügyi life coach, jógaoktató. Jegyár: 500 Ft.

Német társalgási kör október 15-én 14.30. Beszélgetés mindennapi témákról: pl. utazás, orvosnál, színházban stb. A foglalkozást vezeti: dr. Schmidt-Szilágyi Éva (Piroska) festőművész, művésztanár (Berlin–Budapest) és Schmidt Eddi.

Angolklub október 16-án 10.00. Információ: Carrick Orsolya anyanyelvi tanár, info@kidsenglishclub.hu, +36-30/991-3668.

Szalon10 túra október 18-án 10.30. Fedezzük fel a Sas-hegyet! Miért Sas-hegy a Sas-hegy? Miért nincs ma sashegyi vörösbor? Vannak-e orchideák a Sas-hegyen? Javasolt öltözet: időjárásnak megfelelően, könnyű, zárt cipőben. A program időtartama: kb. másfél

Lapunk az interneten is olvasható:
www.hegyvidekujsag.hu

A Hegyvidék Televízió műsorai (hegyvidektv.hu)

HÉTFŐ
7.00 Útinform
10.00 Budai Híradó
10.15 Duett
11.00 Sportolj velünk
12.00 Budai Híradó
12.15 Film: Szemtanúk Hamvas Béláról
14.00 Budai Híradó
14.15 Film: Nemzeti Művelődési Intézet díjátadója – 2021
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 Diagnózis
18.00 Képújság
19.00 Budai Híradó
19.15 Kvantum – tudományos magazin
20.00 Hírek
20.05 Pénz – Tárca
20.30 Generációnk
21.00 Budai Híradó
21.15 Film: Élmények (b)irodalma
22.15 Kultúrpont
22.45 Ökopakk
23.00 Budai Híradó
23.15 Ziccer
23.30 Gázfröccs
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képújság

KEDD
7.00 Útinform
10.00 Budai Híradó
10.15 Pénz – Tárca
11.00 Sportolj velünk
12.00 Budai Híradó
12.15 Film: Élmények (b)irodalma
14.00 Budai Híradó
14.15 Film: Ágota Tábor – 2021
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 Forgószínpad
18.00 Képújság
19.00 Budai Híradó
19.15 Minőségi idő
19.45 Ökopakk
20.00 Hírek
20.05 Duett (ism.)
20.30 Nyitott Egyetem
21.00 Budai Híradó
21.15 Film: 1848 és az egyházak
22.15 Építech
22.45 Ziccer
23.00 Budai Híradó
23.15 Kultúrpont (ism.)
23.45 Vadőrző
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képújság

SZERDA
7.00 Útinform
10.00 Budai Híradó
10.15 Ökopakk
11.00 Sportolj velünk
12.00 Budai Híradó
12.15 Film: 1848 és az egyházak
14.00 Budai Híradó
14.15 Film: Almásy Aladár (portréfilm)
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 Üzleti Negyed
18.00 Képújság
19.00 Budai Híradó
19.15 Pénz – Tárca
19.45 Vadőrző
20.00 Hírek
20.05 Kultúrpont
20.45 Budai Magazin
21.00 Budai Híradó
21.15 Film: Egy nap a világ (1. rész)
22.15 Ziccer
22.30 Diagnózis
23.00 Budai Híradó
23.15 A szomszéd vár
23.45 Minőségi idő
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képújság

CSÜTÖRTÖK
7.00 Útinform
10.00 Budai Híradó
10.15 Kultúrpont
11.00 Sportolj velünk
12.00 Budai Híradó
12.15 Film: Egy nap a világ (1. rész)
14.00 Budai Híradó
14.15 Film: A hatalom és a költő
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 Euro Infó
18.00 Képújság
19.00 Budai Híradó
19.15 Pénz – Tárca
19.45 Minőségi idő (ism.)
20.00 Hírek
20.05 Lélekemelő
21.00 Budai Híradó
21.15 Film: Benkő Imre fotográfus (portréfilm)
22.15 Forgószínpad
22.45 Ökopakk
23.00 Budai Híradó
23.15 Gázfröccs
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képújság

PÉNTEK
7.00 Útinform
10.00 Budai Híradó
10.15 Vadőrző
11.00 Sportolj velünk
12.00 Budai Híradó
12.15 Film: Benkő Imre fotográfus (portréfilm)
14.00 Budai Híradó
14.15 Film: Szemtanúk Hamvas Béláról
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 Kvantum – tudományos magazin
18.00 Képújság
19.00 Budai Híradó
19.15 Kultúrpont
20.00 Hírek
20.05 Kommentár nélkül
21.00 Budai Híradó
21.15 Film: A hetedik
22.15 Creative Chef
22.45 Ökopakk
23.00 Budai Híradó
23.15 Üzleti Negyed
23.45 Ziccer
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képújság

SZOMBAT
7.00 Alfa és Omega – katolikus mise (ism.)
8.30 Üzleti Negyed (ism.)
9.00 Creative Chef (ism.)
9.30 Sportolj velünk
10.00 Budai Hét
10.15 Pénz – Tárca (ism.)
11.00 Kommentár nélkül (ism.)
12.00 Budai Hét
12.15 Film: A hetedik
14.00 Budai Hét
14.15 Film: Nemzeti Művelődési Intézet díjátadója – 2021
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 Gázfröccs
18.00 Képújság
19.00 Budai Hét
19.15 Minőségi idő
19.45 Ziccer
20.00 Hírek
20.05 Duett
20.30 Creative Chef
21.00 Budai Hét
21.15 Film: A szeri kunhalmok nyomában
22.15 Euro Infó
22.45 Vadőrző
23.00 Budai Hét
23.15 Ökopakk
23.30 Kvantum – tudományos magazin
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képújság

VASÁRNAP
7.00 Kommentár nélkül (ism.)
8.00 A szomszéd vár (ism.)
8.30 Pénz – Tárca (ism.)
9.00 Kultúrpont (ism.)
9.30 Sportolj velünk
10.00 Alfa és Omega – katolikus mise (ism.)
11.30 Film: Száz éve született Ordass Lajos evangélikus püspök
12.00 Budai Hét
12.15 Duett (ism.)
13.00 Irányvonal – bibliai ismeretterjesztő sorozat
13.30 Creative Chef
14.00 Budai Hét
14.15 Film: A szeri kunhalmok nyomában
16.00 Nyitott Egyetem
17.00 Sportolj velünk
17.30 Generációnk
18.00 Képújság
19.00 Budai Hét
19.15 Alfa és Omega – katolikus mise
21.00 Budai Hét
21.15 Film: Szemtanúk Hamvas Béláról
22.30 Forgószínpad
23.00 Budai Hét
23.15 Építech
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képújság

óra. A részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött. Túravezető: Kremnicsán János környezeti nevelő (DINPI). Találkozó: a Dayka Gábor utca 41.-gyel szemben található információs táblánál, a természetvédelmi terület sarkán.

MOM Nyugdíjasok klubja október 19-én 13.00. Információ: Fischer Péterné, 466-4973, +36-20/394-5473.

65 éve történt – a Trianon Társaság rendezvénye október 19-én 18.00. „Justice for Hungary!" – előadó: Baczoni Dorottya történész, a XX. Század Intézet igazgatója. Endresz György gyalogsági tiszt, tábori pilóta és óceánrepülő élete – előadó: Arlett Tamás, az Endresz Csoport Egyesület elnöke, Dél-Komárom. Műsorvezető: Szőnyi Kinga, a Magyar Asszonyok Érdekszövetségének elnöke. A rendezvény szerkesztője: dr. Galla János. A belépés ingyenes.

Kulisszák mögött. Október 20. 14.30 Szemes Mari: „A végletek embere vagyok". Előadó: Szebényi Ágnes színháztörténész, múzeumpedagógus. Jegyár: 500 Ft, kerületi lakosoknak ingyenes, de regisztrációhoz kötött a szalon elérhetőségein.

Kíváncsi Kata október 21-én 14.30. Taj Mahal, az örök szerelem márványcsodája 1983 óta szerepel az UNESCO Világörökségek listáján, 2007-ben a világ 7 új csodája közé választották be. Előadó: Nagy Katalin önkéntes. Jegyár: 500 Ft, kerületi lakosoknak ingyenes, de regisztrációhoz kötött a szalon elérhetőségein.

A Forradalom arca – Egy pesti lány nyomában című magyar dokumentumfilm vetítése október 22-én 18.00. Filmvetítés és beszélgetés Kékesi Attila rendezővel. Jegyár: 500 Ft, kerületi lakosoknak ingyenes, de regisztrációhoz kötött a szalon elérhetőségein.

Mozgásos foglalkozások

Meridiántorna hétfőn 9.30. Vezeti: Bessenyey Johanna. Részvételi díj: 200 Ft/alkalom. A hegyvidéki lakosoknak ingyenes.

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

Baba-mama hastánc hétfőn 10.00. Vezeti: Fritz 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. Vezeti: Latin Anikó. Részvételi díj: 500 Ft/alkalom, hegyvidéki lakosoknak 200 Ft/alkalom.

Szakrális körtánc – válogatás a világ legszebb körtáncaiból október 11-től hétfőnként 11.30. Vezeti Istenes Emília képzőművész (+36-20/579-5035, istenes.mila@gmail.com). Részvételi díj: 500 Ft/alkalom, kerületi lakosoknak ingyenes.

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

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

Szivárvány 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. Vezeti: Stubna Enikő. Információ: +36-30/994-3118, kapcsolat@mmistudio.hu.

Autentikus hastánc felnőtteknek kedden 19.00. Vezeti: Fritz 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. Vezeti: Balázs Mari. Információ: +36-30/973-2331, mari.maryss@gmail.com. Részvételi díj: 2000 Ft/alkalom.

Szeniorörömtánc szerdán 11.00 és 12.30. Vezeti: Tóth Krisztina Apollónia. Információ: +36-70/775-8625, krisztina.apollónia.toth@gmail.com. Részvételi díj: 1000 Ft/alkalom.

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

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

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

Nyugdíjastorna pénteken 9.30. Vezeti: 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, 10.00 és 10.45. Vezeti: 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. Vezeti: 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. Október 8.: Diószüret – kézműves foglalkozás, tánc, játék, éneklés. Október 15.: Kukoricafosztó – kézműves foglalkozás, tánc, éneklés, játék (ingyenes). Október 29.: Dömötör-napi mulatság – kézműves foglalkozás, játék. Váltócipő szükséges! Foglalkozásvezetők: Kovács Annamária népijátszóházvezető, kézműves és Márton Piroska néptáncos, óvodapedagógus, népijátszóház-vezető, mozgásterapeuta. Információ: +36-20/220-8564, csicsergotanchaz@gmail.com, facebook.com/csicsergotanchaz. Részvételi díj: 1200 Ft/fő.

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

Szabadtéri mozgásformák

Meridiántorna kedden 8.30. Találkozó: a Gesztenyés kertben, a Larus étterem előtt.

Monspart Sarolta által alapított gyaloglóklub. Foglalkozások kedden 9.00, a Normafánál október 19-én és november 2-án, a Margitszigeten október 12-én és 26-án. Klubvezető: Korik Vera. A nordic walking-csoport minden kedden 9.00 órakor találkozik a Normafánál. Vezeti: Szász-Kerek Judit. További információk: Normafa-Margitsziget Gyaloglóklub Facebook-csoport.

Nordic klub kedden 9.30. Helyszín: Gesztenyés kert. Vezeti: Mészáros Lászlóné Vali. Információ: +36-30/306-0760, meszaroslaszlone@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: a Gesztenyés kertben, a Larus étterem előtt.

Zumba gold pénteken 11.30. Helyszín: Gesztenyés kert (rossz idő esetén a szalon). Vezeti: Veronika Berger. Információ: +36-30/609-9369, berger@veronikaberger.com.

HEGYVIDÉK GALÉRIA

Királyhágó tér 10.
hegyvidekgaleria.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Műterem-látogatás a Budapest Art Factoryban október 18-án 18.00. A Budapest Art Factory egy egyedülálló műteremház Magyarországon, 600 négyzetméteres területén kialakított stúdióiban 11 művész dolgozik. A Hegyvidék Galéria szervezésében, a Magyar Festészet Napja keretében, a látogatók betekintést nyerhetnek a műteremház életébe, a művekkel azok születési helyén ismerkedhetnek meg. A látogatást Boda Anikó festőművész és Kallós Judit, a Hegyvidék Galéria művészettörténésze vezeti. Részt vevő művészek: Boda Anikó, Juhász Dóra, Michael Pettet, Szász Sándor, Tihanyi Anna, Anthony Michael Vasquez. Cím: XIII., Vizafogó utca 2. A műteremházról bővebb információ a www.budapestartfactory.com oldalon található. Részvételi díj: 800 Ft, Hegyvidék Kártyával 300 Ft. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu oldalon és a Hegyvidék Galériában. Az eseményre érkezéskor a Hegyvidék Kártya felmutatása kötelező! Maximális létszám: 50 fő.

Hincz Gyula, az ezerarcú művész – művészettörténeti előadás a képzőművész halálának 35. évfordulója alkalmából október 19-én 18.00. Hincz Gyula (1904–1986) festőművész, grafikus, illusztrátor, muráliák és gobelinek tervezője, főiskolai oktató és rektor a 20. századi magyar művészet történetének egyik legsokoldalúbb alkotója volt. A közel hatvan évet felölelő életművének egyes elemei sokak számára ismerősek lehetnek ma is – így például Weöres Sándor Bóbitájához készített különleges hangvételű illusztrációkat –, más munkái azonban napjainkban is csak a legszűkebb szakmai közönség által ismertek. Az előadás célja az életmű legfontosabb állomásainak bemutatása Hincz korai konstruktívszürrealista festményeitől a 40-es évek picassós csendéletein, erdélyi és balatoni tájképein, az 50-es évek realista életképein, valamint a 60-as évek sokszínű grafikáin át egészen a kísérleti plasztikák, szocmodern murális alkotások és absztrakt táblaképek késői időszakáig. Előadó: Dudás Barbara művészettörténész, aki 2016 óta a váci Tragor Ignác Múzeumhoz tartozó Hincz-gyűjtemény muzeológusaként, 2018-tól pedig a ELKH BTK Művészettörténeti Intézetének munkatársaként kutatja Hincz Gyula életművét, jelenleg a művész monográfiáján dolgozik. Részvételi díj: 600 Ft, Hegyvidék Kártyával 200 Ft. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu oldalon és a Hegyvidék Galériában. Az eseményre érkezéskor a Hegyvidék Kártya felmutatása kötelező! Maximális létszám: 40 fő.

Aba-Novák Vilmos és Itália (1930–1942): a „caposcuola" megszületése – művészettörténeti előadás Aba-Novák Vilmos (1894–1941) festőművész halálának 80. évfordulója alkalmából október 28-án 18.00. Aba-Novák Vilmos 1930 és 1942 között a magyar modernizmus legnépszerűbb képviselője volt Olaszországban. Művei nemcsak az olasz állami múzeumokba vagy magángyűjteményekbe kerültek, hanem felkeltették az itáliai műkritikusok és kultúrpolitikusok érdeklődését is. Díjakat nyert Milánóban, Velencében, Padovában, Mussolini 1932-ben személyesen is fogadta. Noha szakmai hírnevét a „caposcuola" titulus megszerzésével érte el, vizuális nyelvezetét az „olasz nézőpont" alapján lehetne új perspektívába helyezni. Előadó: Juhász Bálint művészettörténész, aki azt szeretné bemutatni, hogy milyen kapcsolat van Aba-Novák vizuális nyelvezete és az olasz modernizmus között, valamint hogyan vált a neves „caposcuola" az olasz-magyar kultúrpolitika eszközévé. Részvételi díj: 600 Ft, Hegyvidék Kártyával 200 Ft. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu oldalon és a Hegyvidék Galériában. Az eseményre érkezéskor a Hegyvidék Kártya felmutatása kötelező! Maximális létszám: 40 fő.

Műterem-látogatás Gáspár György képzőművésznél október 30-án 11.00. A programsorozat következő alkalmán a Ferenczy Noémi-díjas képzőművész műhelytitkaiba nyerhetnek betekintést az érdeklődők, aki a szobrászat területén, üveggel dolgozik, merészen kísérletezik a tradicionális hazai üvegformálástól eltérő eljárásokkal, a casting technikától kezdve egészen az üveglapok laminálására és precíz tömbbé alakítására épülő módszerekig. Találkozó a helyszínen: VIII., Práter utca 65. Részvételi díj: 600 Ft, Hegyvidék Kártyával 200 Ft. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu oldalon és a Hegyvidék Galériában. Az eseményre érkezéskor a Hegyvidék Kártya felmutatása kötelező! Maximális létszám: 15 fő.

BAJOR GIZI SZÍNÉSZMÚZEUM
Stromfeld Aurél út 16.
oszmi.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Műtárgylesen: Bill Brandt portréi Bajor Giziről október 14-én 18.00. Az új ismeretterjesztő sorozat beszélgetései az OSZMI gyűjteményének egy-egy kiválasztott darabja köré szerveződnek. A program célja a kiállításokon látható műtárgyak népszerűsítése, azok minél több oldalról való megközelítése és láthatóvá tétele. Belépődíj: 1000 Ft. Az esemény része a Múzeumok Őszi Fesztiváljának.

Családi villaséta október 16-án 18.00. A Nemzeti Színház legendás színésznője, Bajor Gizi egykori lakhelye megannyi titkot rejt. A hatalmas villában barangolva a legkülönfélébb kalandokba keverednek a gyerekek. A szüleiknek pedig a színházhoz, színháztörténethez kapcsolódó történetekkel, vetítéssel, kvízjátékkal készülnek a szervezők. Belépődíj: 500 Ft/gyerek, 1000 Ft/felnőtt. Az esemény része a Múzeumok Őszi Fesztiváljának.

Felolvasószínház az Örkény István drámairói ösztöndíj 2020. évi nyertes pályaműveiből október 19-én 18.00. Az ösztöndíj célja, hogy segítse új magyar színművek létrejöttét. A kuratóriumi testület javaslata alapján három darabot felolvasószínházi keretek közt ismerhet meg a közönség és a színházi szakma. A második rendezvényen Szivák-Tóth Viktor és mentora, Radnóti Zsuzsa a két vendég. A darab címe, amelyet a szerző bemutat: Fényeskedjék neki. Az este folyamán részletek hangoznak el a nyertes műből. A belépés ingyenes.

„Nemes nyomokon…" – Színház a kolozsvári Farkas utcában. Az 1821. március 12-én megnyíló Nemzeti Játékszín kőszínház kivételes intézmény volt, mivel korábban a hivatásos magyar vándortársulatok alkalmi játszóhelyeken, lehetetlen körülmények között léptek fel. Kolozsváron az erdélyi magyar főnemesség felkarolta és támogatta a magyar színészet ügyét, hiszen 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 kiállítás megtekinthető: 2022. május 31-ig, szerdától vasárnapig 14.00–18.00.

GALÉRIA G12

Hajnóczy József utca 21.
galeria12.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Évek és képek – Németh Andrea kiállítása. Megnyitó: október 7. 18.00. Megnyitja: Bráda Tibor festő- és üvegművész. Megtekinthető: október 30-ig, vasárnap kivételével mindennap 16.00–22.00.

FŐVÁROSI SZABÓ ERVIN KÖNYVTÁR BUDAPEST 1904

UGOCSA UTCAI KÖNYVTÁR
Ugocsa utca 10.
06-1/225-1228
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Országos Könyvtári Napok

Kicsivel zöldebben: melyik lépés számít igazán? – Nagy Réka, az Ökoanyu könyvek szerzőjének előadása október 6-án 17.00.

„Ketten írtuk" Gévai Csillával – a meseíró és meseillusztráló pályázat ünnepélyes eredményhirdetése október 7-én 17.00.

Lepketánc – könyvbemutató és irodalmi beszélgetés Illés Krisztina írónővel a Lepketánc trilógia szépprózai könyveiről október 8-án 17.00. Beszélgetőtárs: Kemény András, a Papírusz Book Kiadó vezetője, kultúraszervező, a Kemény Szalon alapítója.

Könyves Vasárnap. Kézműves foglalkozás: kaktuszbonszaikészítés október 10-én 11.00–13.00. Ezen a vasárnapon 10.00–14.00 óráig rendkívüli nyitvatartással és az alábbi kedvezményekkel várja a könyvtár az olvasókat: aznap ingyenes próbatagság váltható december 31-ig. Az FSZEK október 10-ig ingyenes beiratkozási lehetőséget kínál az egészségügyi dolgozók és a koronavírus elleni védekezésben közreműködő, orvos- és egészségtudományi képzésben részt vevő hallgatók számára. Az ingyenes könyvtári tagságot egy választott könyvtárban egy évre lehet váltani.

A programokon a részvétel ingyenes, de előzetes regisztráció szükséges az fszek1201@fszek.hu e-mail-címen.

HEGYVIDÉKI HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY XII

Zugligeti út 64.
info@hegytortenet.hu
helytortenetigyujtemeny.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 építészetileg 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 kiállítótérben.

MAKOVECZ KÖZPONT ÉS ARCHÍVUM

Városkúti út 2.
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

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

Makovecz Imre és Cseh Tamás találkozása – kamarakiállítás és előadóestek a két művész munkáiból. A „Fűszál szobám" című kiállítás október 20-án 18.00 órakor nyílik, és a „Kelet-Európa vagy Kelet-Közép-Európa" című esttel zárul december 8-án 18.00 órakor. Az estéken Cseh Tamás archív felvételei hallhatók, párbeszédben Makovecz Imre gondolataival, Hüse Csaba előadásában.

Kölcsönözhető tematikus kiállítások. A Makovecz Imre Alapítvány tízéves fennállása alkalmából nyolc különböző tematika szerinti kiállítási anyag készült: „Ami megtörténhetett volna…" (meg nem épült épületek), Angyalok, Atlantiszi rajzok, Családi házak, Építés szavai, Művelődési épületek, Templomok és Tornyok. Az anyagok tizenöthuszonöt tablóból, valamint a tárlathoz szervesen kapcsolódó makettből állnak. Ezeket ingyenesen bérbe vehetik vidéki települések, művelődési házak és galériák, előre egyeztetve. Információ: személyesen a Makovecz Központ és Archívum épületében, vagy az office@makovecz.hu e-mail-címen, vagy a +36-30/314-4879-es telefonszámon.

NAPKÖZI PLUSZ

A Napközi Plusz tehetséggondozó, képességfejlesztő és szabadidőközpont (Szépkilátás út 3.) svábhegyi tanulószobája hétfőnként 17.00 órától díjmentes integrációs, felzárkóztató és felvételi előkészítő foglalkozásokat, próbafelvételiket 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 e-mail-címen.

Jó volt újra együtt lenni

Egy év kihagyás után minden ott folytatódott, ahol abbahagytuk: ismét megállás nélkül pörgött a kosaras körhinta, nagyokat nevettünk Albert, a bábjáték-automata gépies hangon mondott viccein, és jó volt újra együtt körbetáncolni a Városháza teret, miközben azon is szívesen elgondolkodtunk, milyennek szeretnénk látni kerületünket 2040-ben. Az újbóli találkozás öröme és a közösen megélt élmények jelentették az ezúttal három helyszínen – a MOMkult kertjében, a Hegyvidéki Kulturális Szalonban, valamint a Lóvasút Kulturális és Rendezvényközpontban – megtartott Hegyvidéki Ősz legnagyobb varázsát.

Mennydörgés, heves esőzés és trombitaszó – így indult a napsütéses őszi reggel a MOMkult kertjében, ahol nem az időjárás tréfálta meg a Hegyvidéki Ősz programjaira érkezőket, hanem Sőnfeld Mátyás Zenebatyuja. A humorral komponált zenés bemutatón ugyanis sok más mellett a vihardob és az esőhenger is előkerült, sőt azt is megtudtuk, hogyan lehet kesztyűbe dudálni.

„Ezek az eredeti hangszerek ökomásai – mutatta meg a kincseit a zeneterapeuta, aki úgy véli, némi kreativitással szinte bármilyen hulladékot zeneszerszámmá lehet alakítani, legyen szó üres chipses dobozról, szívószálról vagy járóbotról. – Nagyjából nyolcvan hangszerem van. A kedvencem talán az esőhenger, ami egy műanyag karácsonyfadísz-tartóból, háromszáz fogpiszkálóból és sok-sok rizsszem felhasználásával készült."

A Zenebatyu ötletgazdája azt is elmesélte nekünk, hogyan hangolódott rá a hivatására: „Tíz évvel ezelőtt megismertem egy zeneprofesszort, aki a gyerekekkel együtt Németországban járta a roncstelepeket, hogy aztán az ott talált lomokból hangszereket készítsen. Ő mutatta meg nekem először, hogyan lehet szívószálból dudát készíteni."

Varázsoló Rolando és vicces Albert

„Nézzétek, kezdődik a bűvészshow, siessünk!" – szólt oda barátainak egy ötévesforma kisfiú, aki társaival együtt pillanatok alatt a misztikus varázsszigetre „teleportálta" magát, ahol Rolando kápráztatta el a publikumot.

„Ebből a kendőből most tojást varázsolunk" – jelentette ki a bűvész, aki arra kérte apró tanoncait, hogy vele együtt mondják el a varázsigét. „Rolando, Rolando, Rolando…" – skandálták közösen, mire a kendőből valódi tojás lett.

A továbbiakban nemcsak azt láthattuk, hogyan kerül Elvis Presley képmása a korábban üres vázlatfüzetre, vagy hogy miképpen tűnik el egy teljes oldal az egyik könyvből, de annak is szemtanúi lehettünk, ahogy az egyik néző sorszámozott ezerforintos bankjegye a trükkmester kezéből egy a közönség által kiválasztott narancsban terem.

„Idestova tizennyolc éve bűvészkedem, a Mollini Bűvészklubban tanultam. Ahogy az itt, a Hegyvidéken lenni szokott, most is nagyon jó közönségem volt!" – mondta a bűvész, aki egyúttal azt is megígérte nekünk, hogy nem tünteti el ezt a cikket.

A hegyvidéki gyerekek egyik nagy kedvence, Vitéz László bábjáték-automatája ezúttal is rajzzal működött. Egy kislány nem is tétovázott, gyorsan alkotott valamit, hogy mielőbb bekapcsolja a különös gépezetet. „Kö-szö-nöm! No, kérem szépen! Mi legyen a kép címe? Megvan! Univerzum az ősrobbanás előtt. Nagyon tehetséges, hölgyem. Csodálatos expresszionista rajzot kaptam" – értékelt gépies hangon Albert, az automata, aki cserébe nyelvtörő mondókákkal kedveskedett. „Ezt ismerik? Nagypapa papagája a papa papagájának a papája" – kérdezte. „Igen!" – felelték néhányan, majd egy kíváncsi kisfiú hirtelen odalépett, hogy megtapogassa az automata ablakából kinyúló arcformát. „Kérem, ne nyúljon hozzám, mert leáll a rendszer. Egyébként is: már ősz volt szinte, mikor egy őszinte ősz inte, hogy legyek őszinte, mert ő szinte őszinte" – verselt Albert, aki őszinte reakciójával mindenkit megnevettetett.

Itt találkoztunk az ötéves Zorkával és a „mindjárt" hatéves Lucával, akik örömmel adtak interjút nekünk.

– *Láttam, hogy Rolandónál és most Albertnél is jártatok. Melyik műsor tetszett a leginkább?* – kérdeztem a lányokat.

– Rolando a kedvencem! – vágta rá Zorka.

– Nekem mindegyik tetszett, főleg Albert, mert most is nagyon vicceseket mondott – fejtette ki Luca.

– *Ezek szerint már korábban is jártatok a Hegyvidéki Őszön.*

– Két évvel ezelőtt is voltam, azt hiszem, csak az már nagyon régen volt… – emlékezett Luca.

– Én most vagyok először! – tette hozzá Zorka.

– *Hogy tetszenek a programok?*

– Mindegyik nagyon jó! Nézd, fényképet is készítettünk magunkról! Unikornisnak öltöztünk… – büszkélkedett Zorka, aki korábban a SelfieMe fotógépénél is megfordult.

– Mondtad, hogy a Zurgó együttes koncertjén is voltunk? Az is tetszős volt, most pedig megyünk ékszereket készíteni, mert az egyik lány is ott szerzett magának karkötőt – avattak be terveikbe a lányok, akik – ahogy láttuk – végül a kosaras körhintánál kötöttek ki.

„Ezt nem hiszem el!" – mérgelődött egy kisfiú a Társa's Játék Bárnál, ahol éppen izgalmas csata folyt, így mi is ott ragadtunk egy időre. „A fiatalok most egy kockajátékkal játszanak, ez az egyik kedvenc, de van itt gyorsasági játék és kvíz is. Ezúttal kifejezetten olyan társasokat hoztunk, amikben a gyerekes családok is örömüket lelik" – magyarázta Szigligeti Tímea, a Társa's Játék Bár munkatársa.

„Igyekszünk mindig olyan fellépőket hívni és olyan programokat kitalálni, amiket kedvelnek a helybéliek. A gyerekek felszabadultan szórakozhatnak, a szülők pedig lazíthatnak, hiszen a MOMkult kertje biztonságos, nem kell aggódniuk amiatt, hogy a kicsik elszaladnak" – beszélt a háttérmunkáról Schnelczer Tünde, a MOM Kulturális Központ programszervezője, aki a receptcsere-akcióra is felhívta a figyelmünket, ami kulináris felfedezésre csábított minket. A zöldborsófőzelék és más klasszikusok mellett Napóleon kedvencének hozzávalóit is megtaláltuk: „40 dkg csirkemáj, 2 szál póréhagyma, mustár, kakukkfű, bors, só, étolaj, majoránna" – írta valaki.

„Nagyon jók vannak itt – jegyezte meg Ágnes, aki érdeklődve olvasgatta a kitűzött recepteket. – Sokat ismertem, néhányat másképp, ugyanakkor Napóleon kedvencéről még nem hallottam. Kár, hogy nem írták le, hogyan kell elkészíteni…"

Repül a pétanque, ki tudja, hol áll meg?

Mindeközben a Gesztenyés kertben igazi sportcsemege, Napóleon talán másik nagy kedvence, a pétanque várta az aktív kikapcsolódásra vágyókat.

„Ez egy francia eredetű golyós játék, a legenda szerint a napóleoni háborúkban a katonák is ezt játszották, de akkoriban kisebb ágyúgolyókkal. A lényege, hogy a csapattagok a fémgolyókkal megközelítsék a színes, fából készült öcsigolyót. A Gesztenyés kert tökéletes helyszín, pont olyan, ahogy a nagykönyvben meg van írva: árnyékos és ligetes, a pályát pedig apró kövek borítják" – magyarázta Sombor András, a Budapest Pétanque vezetője.

A pétanque hivatalosan az 1920-as években indult világ körüli hódítóútjára, és ma már minden kontinensre eljutott. Nem csoda, hiszen nem kerül sok pénzbe, könnyű megtanulni, és minden generáció örömmel játssza.

A Gesztenyésben két profi játékossal is találkoztunk: a hetvenhárom éves Vámosi Tiborral és játszótársával, Perge Lolával, akikkel két „összekoccanás" között beszélgettünk röviden.

– Ötven éve lakom a kerületben, itt, a Gesztenyésben szoktam gyakorolni. Már az összes futót és kutyást ismerem – kezdte Tibor.

– *A kutyák nem szokták megzavarni a játékot?* – kérdeztem őt.

– Messziről látják, hogy gurul a golyó, rárajtolnak, idejönnek, megszagolják, majd ott hagyják, mert nincs fácán- vagy nyúlszaga.

– *Hogyan ismerkedett meg a pétanque-kal?*

– Huszonhárom évvel ezelőtt egy hetvennégy éves úr mutatta meg nekem, aki csodálatosakat dobott. Azonnal tudtam, ha neki megy, akkor nekem is sikerülni fog, hiszen korábban úsztam és vízilabdáztam. Képzelje, még a kapufa széléről is be tudtam pattintani a labdát! Azóta magyar válogatott is voltam, és négyszer kijutottam az Európa-bajnokságra – ebből egyszer az ukrán válogatottat képviseltem, mert oda is kaptam meghívást. Az első meccsünk nagyon érdekes volt: az ukránoknál két magyar játszott, ahogy a bolgár válogatottnál is.

– *Tehát magyarok a magyarok ellen, csak más színekben?*

– Pontosan! Négy magyar játszott egymás ellen, de a végén magyar nyert.

– *Most is versenyre készülnek?*

– Lola tegnap küzdött meg a magyar válogatottságért, annyira ügyes volt, hogy kijutott a világbajnokságra! De erről meséljen inkább ő…

– Igen, jövőre mehetek Dániába – kapcsolódott be a beszélgetésünkbe Lola.

– *Ezek szerint régóta dobál…*

– Annyira azért nem. Tíz évvel ezelőtt egy céges rendezvényen ismerkedtem meg a játékkal. Szerelem volt első látásra, de munka mellett nem sok idő jutott rá. Már alig vártam, hogy nyugdíjas legyek! Most az időm nagy részét a pétanque teszi ki, ami számomra több, mint játék, mert megmentette az életemet…

– *Mi történt?*

– Rákos beteg voltam, és a pétanque rengeteget segített. Elnézést, egy kicsit elérzékenyültem…

– *Úgy gondolja, hogy a játék is hozzájárult a gyógyulásához?*

– Igen, mert mindenki nekem drukkolt, visszavártak. Tudtam, hogy jönnöm kell. A pétanque energiát és erőt adott, ennek köszönhetem, hogy nem hagytam el magam… Ez egy életforma, nyolctól kilencvenkilenc éves korig bárki játszhatja. A társaság pedig fantasztikus! Mindenkinek ajánlom!

Egészségmegőrzés és környezetvédelem

Az önkormányzat „Egészség és környezet” kezdeményezésének programjai is sok látogatót vonzottak a helyszínekre. A legkisebbek a „Mozogj szabadon, Hegyvidék!” szlogent ültették át a gyakorlatba, és Szenes Bogi vezetésével jókedvűen nyújtóztak, ugráltak, másztak a MOMkult kertjének zöld gyepén.

A szülőket közben a Smartfood Smartlife Kft. munkatársai hívták egy rövid kérdőív kitöltésére. A mindennapi táplálkozásról és életvitelről szóló kérdések értékelése során a dietetikus szakemberek néhány perc alatt hasznos életmódváltó tanácsokkal látták el az érdeklődőket. Kedvcsinálónak pedig egészséges – répás, zabpelyhes – süteményeket lehetett kóstolni.

Inkább a kislányokat és anyukáikat vonzotta a Colorinda színés stílustanácsadás. A kert árnyas részén álló fotel előtti nagy tükörben mindig nézegette magát valaki, különböző színes kendőket és kiegészítőket próbálgatva. Sokak számára meglepő információként derült ki, hogy mely színek előnyösek, és milyen évszaknak feleltethető meg a színviláguk. Bajkó-Varga Melindát is meglepte, hogy már amikor megérkezett, vártak rá az érdeklődők, és nemcsak hölgyek, de gyerekek is szép számmal sündörögtek a kelmehalmok körül. Sok szülő komoly hétköznapi segítségként értékelte, hogy megtudhatta, mely színek állnak jól gyermekének.

Az önkormányzat munkatársai arról faggatták a látogatókat, hogy milyennek szeretnék látni a kerületet 2040-ben. Szépen gyűltek az ötletek a zöld területeket és az egészségügyi hatásokat feltérképező molinón, alul a gyerekrajzok, felette pedig a szavakba öntött színes javaslatok. Volt, aki a közlekedés kellemetlen mellékhatásainak csökkentését, mások a parkok fejlesztését szorgalmazták, hogy a közkertek a társadalom széles(ebb) rétegei számára vonzó és feltöltődést szolgáló területrészekké váljanak. A feliratokból egy élhető, szerethető és nagyon zöld lakókörnyezet képe rajzolódott ki.

A jó idő a szabadba csalogatta a Hegyvidéki Kulturális Szalon rendezésében megvalósuló beporzó vándortanösvényt. A Magyar Környezeti Nevelés Egyesület által kidolgozott út alig néhány lépéssel végigjárható, viszont a játékos feladatokat kínáló állomások akár órákra leköthetik a téma iránt érdeklődő gyerekeket. A szokatlan elnevezésben szereplő vándorlást úgy kell érteni, hogy maga a tanösvény nem helyhez kötött, hanem hol az ország egyik végén bukkan fel, hol pedig a másikon.

„Fontosnak érezzük, hogy a gyerekek ne undorodjanak, hanem szeressék a rovarokat, és érezzék a hasznosságukat, hiszen a jövő nemzedékének is meg kell védenie ezeket a rendkívül hasznos élőlényeket” – magyarázta Hársas Éva, a Magyar Környezeti Nevelési Egyesület tagja, a beporzó vándortanösvény egyik ötletgazdája, miközben mosolyogva figyelte a kíváncsi apróságokat, akik pillangónak és méhecskének öltözve fedezték fel a beporzók világát.

Egy társasjáték világpremierjének is örülhettek a résztvevők, igaz, a gyerekeket nem a nevezetes alkalom, hanem a mókás és tanulságos játékmenet érdekelte igazán. Ki lehetett próbálni, hogyan lát egy rovar, és egy találékony modell segítségével megismerkedhettek a zsálya virágának rafinált működésével is.

Nagy népszerűségnek örvendett az a kvízjáték, amelynek során a gyümölcsök, zöldségek és egyéb élelmiszerek közül kellett kiválogatni, hogy mi maradna az asztalunkon, ha eltűnnének a beporzó rovarok. Mire a gyerekek és szüleik végeztek a szortírozással, kicsit lehangoló látvány tárult eléjük: egyhangú és ízetlen világ köszönt ránk, ha nem vigyázunk a virláglátogatókra.

Vásárhelyi Tamás, a program szakmai felelőse már a pólóján felhívta a figyelmet a legfontosabb üzenetre: csoki sem lenne beporzók nélkül! Lehet, hogy még Gombóc Artúr is lefogyna… *(A kezdeményezés a KEHOP-1.2.1-18-2019-00242 program keretében valósult meg.)*

Virág- és szörpkóstoló zenére rajzolással

Aki elmegy a Lóvasút Kulturális és Rendezvényközpontba, rácsodálkozhat, milyen szoros kapcsolatban van az épület a természettel, a karnyújtásnyira lévő erdővel, amely a hatalmas üvegtábláknak köszönhetően bentről is zavartalanul csodálható. Erre a harmóniára épített a Hegyvidéki Ősz itteni nyitóprogramja, a „Rajzolj zenét!”: iamyank, azaz Herold János élő, elektronikus zenei aláfestése által inspiráltan – atmoszférikus effektekkel és természethangokkal kísért gitárdallamokat hallgatva – készíthettek rajzokat a résztvevők.

A gyerekek és a felnőttek, miközben a zene szólt, a földre terített hatalmas lapokra rajzolták le mindazt, ami az eszükbe jutott. A kicsik egy része igényelte, hogy szüleik közreműködjenek az alkotói folyamatban, a többiek fantáziája viszont zabolátlanul szárnyalt.

„Ez egy erdő, benne őzikék és egy szivárványsörényű lovacska” – mutatta büszkén művét az ötéves Bibi, aki óvodás barátnőjével, Lolával és testvérével, a kétéves Zakariással érkezett. A terem másik végében a nyolcéves Gréta, szülei és öccse társaságában, a zenefolyam alatt a tengerek világában merült el, amelyet valódi és képzeletbeli lényekkel népesített be: a medúzák, teknősök, tengeri sünök mellett többek között egy búvárruhás majom úszott be a képbe. Középre pedig a tengerfenék felé tartó, süllyedő boríték került. Kíváncsiskodásunkra, hogy ez vajon milyen üzenetet rejt, sejtelmesen mindössze annyit mondott: „titok”.

Bőbeszédűbb volt Galajda Péter, a Budakeszin működő Mayer szörpmanufaktúra vezetője, aki – ha nem is árulta el minden műhelytitkát – szívesen mesélt a szörpkoktélok kóstoltatása közben arról, hogyan készülnek különleges termékeik. Mint mondta, a boltokban kapható szörpök többsége, bármilyen meglepő, alig tartalmaz gyümölcsöt, és ha van is, az alapot almaléből állítják elő. Náluk viszont tényleg csak a címkén szereplő gyümölcs főzete, továbbá cukor és édesítőszer kerül a palackba; színezéket, tartósítószert egyáltalán nem használnak.

„Bárki tud otthon jó szörpöt csinálni, folyamatosan kiváló minőséget gyártani azonban nem olyan egyszerű” – magyarázta a manufaktúravezető, aki családi vállalkozása termékeivel tavaly hat, az idén pedig három díjat nyert a Great Taste Awards nemzetközi élelmiszerversenyen. Arról is beszélt, hogy a szörpöket nem csak a klasszikus módon, hideg vízzel vagy szódával hígítva fogyaszthatjuk. Friss gyümölccsel, jégkockával és egy kis mentával kombinálva hűsítő limonádékat állíthatunk össze, de forró italok alapanyaga is lehet némelyik szirup. Például a hűvös, őszi napokon kellemes, a forralt borra emlékeztető, alkoholmentes italt készíthetünk magunknak, ha a fahéjas szilvaszörpöt forró vízzel öntjük fel.

Aki a természet különleges ízeire vágyott, a szörpkóstoló előtt vagy után Halmos Monika természetgyógyász-fitoterapeuta bemutatóján is egészen biztosan részt vett. Az ehető virágok szakértője arról mesélt, milyen sokféle növény vesz körül bennünket, amikről nem is gondolnánk, hogy az étrendünket színesíthetik. Mostanában virágzik a dália és a krizantém, ezeknek a szirmai, sőt akár a teljes virágzatuk is fogyasztható. De nemcsak a virágokra tekinthetünk táplálékként, hanem az olyan vad növényekre is, mint a csalán, amelyhez a legtöbben hozzá sem mernek nyúlni.

„Ez jó!” – jelentette ki elégedetten az egyik kisfiú, miután vette a bátorságot, és elrágcsált egy keveset a felkínált csalánmagokból. A kenyérre kenhető csalánkrém is osztatlan siker aratott, amely forrázott csalánlevelekből, párolt zöldborsóból, valamint tökmag-

olaj és egy csipetnyi fokhagyma felhasználásával készült.

„Nem mindegyik virág és növény ehető, az ismert gyógynövényekkel is óvatosan kell bánni” – figyelmeztette a „füvesasszony” a Rózsakunyhó-workshop lelkes résztvevőit. Óva intett mindenkit attól, hogy a dísznövénykereskedésekben kapható vegyszerezett virágokat kezdje el enni, mint ahogy azt sem ajánlotta, hogy olyan növényeket szedjünk a természetben, amikről nem tudjuk biztosan, hogy védettek-e, vagy mérgező-e a fogyasztásuk. „Ha bizonytalanok vagyunk, maradjunk a békés szemlélődés mellett” – adott tanácsot mindazoknak, akik nyitottak a természet szépségei és finomságai iránt.

Közös körtánc a Városháza téren

„A Hegyvidéki Ősz mindig is nagyszabású rendezvény volt, amely rendhagyó módon, sajnos, tavaly elmaradt. A járvány teljesen beárnyékolta az életünket: a húsvétot és a karácsonyt sem tudtuk úgy megünnepelni, ahogy szoktuk. Nem karolhattuk át a szeretteinket, nem találkozhattunk a barátainkkal. A koronavírus az egészségügyi és gazdasági károk mellett a közösségeket is megtépázta” – fogalmazott Fonti Krisztina hegyvidéki alpolgármester, aki a Hegyvidéki Ősz mindhárom helyszínére ellátogatott.

Arról is beszélt nekünk, hogy a járványügyi intézkedéseknek és a nagy átoltottságnak köszönhetően az idén nem kellett lemondanunk a Hegyvidék egyik legnépszerűbb eseményéről. „Mindennek ellenére óvatosnak kell lenni, továbbra is vigyáznunk kell egymásra. Ezért is döntöttünk úgy, hogy ezúttal a nagyobb tömegrendezvények helyett több helyszínen várjuk a kerületben élőket” – tette hozzá.

Az alpolgármester a hegyvidéki intézményeket is méltatta: „A kulturális és szociális intézmények, irodák ismerik egymás munkáját, tökéletes az együttműködés közöttük, ami a járvány során is megmutatkozott. A Hegyvidéki Őszt hosszas tervezés és közös gondolkodás előzte meg. A hegyvidékiek felszabadultan élvezik a programokat, ez a munkánk igazi gyümölcse!”

A Hegyvidéki Kulturális Szalon előtti téren aztán komoly feladat várt az alpolgármesterre, ugyanis Menyhárt Évával, a szalon vezetőjével együtt neki is próbára kellett tennie a hastánctudását. Mi sem tudtunk ellenállni, néhány percre belemerültünk a varázslatos keleti dallamokba. Persze a rekeszizmainkat nem csak a tekergő mozdulatok edzették meg…

„Örömmel csatlakoztunk a Hegyvidéki Őszhöz, izgatottan készültünk erre a napra. Igyekeztünk olyan programokkal kedveskedni, amik között minden korosztály megtalálja a neki leginkább tetsző szórakozási lehetőséget. Jó látni az elégedett mosolyokat!” – mondta Menyhárt Éva, aki arra biztatott, hogy a Memória-szüret szigeteit is látogassuk meg, ahol az ősz mesés színeivel, a fűszernövények jellegzetes illatával és zenehallgatással tesztelhettük érzékszerveinket és emlékezőtehetségünket.

„A Memória-szüret valójában több, mint játék. Örömteli, hogy a Hegyvidéken egyre tovább élnek az emberek, ugyanakkor fontos, hogy egészségesen idősödjünk. Célunk, hogy a demencia ne legyen stigma, ne legyen tabu! Ezért is igyekszünk olyan programokat és szolgálatásokat kínálni, amik segítik a helyi közösségek érzékenyítését” – magyarázta Kocsis Judit, a Hegyvidéki Szociális Központ Demencia Irodájának vezetője.

Itt ismerkedtünk meg a tizenkét éves Dórival, aki már hosszú órák óta a kézműves asztalnál ült, ahol a papírfonás mesterségét lehetett elsajátítani. „Még nem tudom, hogy kaspó vagy kosár legyen belőle. Messze a vége, kicsit szöszölős, sok időt vesz igénybe, de nagyon tetszik! Korábban még nem készítettem ilyet” – mondta.

„Én pedig éppen azon gondolkodom, hogy hazaszaladjak-e felapraja-nagyját, hogy aztán a jól megtanult lépésekkel körbeöleljék a Városháza teret. „A mozgás öröme nemcsak most, hanem a mindennapokban is nagyon fontos, ráadásul a tánc kiválóan alkalmas az Alzheimer-kór megelőzésére is” – mondta Kati, az együttes tagja. „Igen, ez így van! A testnek és a léleknek is jót tesz” – fejezte be a gondolatot Ilona, aki arra biztatja idős hölgytársait, hogy ők is csatlakozzanak a csapatukhoz.

tenni a levest… De szerintem maradok, úgy látszik, naplemente után állunk majd fel az asztaltól” – tette hozzá kedvesen Júlia, Dóri édesanyja.

Késő délutánra Dóri papírkosárkája is elkészült, a nap végén pedig a szeniorörömtáncosok tanították szirtakizni a Hegyvidék

„Nagyszerű a hangulat! Mi is kipróbáltuk a Memória-szüretet, és bevallom, voltak olyan feladatok, amiknél picit csalnom kellett. Érdekes volt a papírfonás. Külön öröm, hogy virágtartót is lehet készíteni, mert szeretem a növényeket. Reggel a MOMkult kertjében kezdtünk, ott szintén kiváló programok voltak. Szerettünk volna elmenni a terményünnepre a Diana parkba, sőt a Lóvasúthoz is, de itt ragadtunk” – beszélt élményeiről János, aki párjával együtt döntött úgy, hogy közösen élvezik a Hegyvidéki Ősz kellemesen ismerős hangulatát és a viszontlátás örömét, amire már hosszú hónapok óta annyira vágytunk.

(BM–BI–n.)

„A véletlenek megett mindig az Isten nevet”

A Hegyvidéki Ősz programjaival egy időben a Diana parkban is zajlott az élet: a terményünnepre várta az érdeklődőket a Svábhegyi Hagyományőrző Egyesület és a Budapest Hegyvidék XII. Kerület Német Nemzetiségi Önkormányzat. A népszerű rendezvény a Hegyvidéki Őszhöz hasonlóan a közösségépítést szolgálja, miközben a résztvevők a német népszokásokkal ismerkedhetnek.

Szeptember vége, október eleje az őszi munkák befejezésének időszaka. A német nyelvterületeken ekkortájt tartják a terményünnepet, amin köszönetet mondanak a betakarított termésért, és azért imádkoznak, hogy a következő évben is legyen mit az asztalra tenni. Ez a hagyomány elevenedik meg minden esztendőben a Diana parkban, ahol az idén is a Svábhegyi Hagyományőrző Egyesület és a Budapest Hegyvidék XII. Kerület Német Nemzetiségi Önkormányzat szervezett vidám, egyben lélekemelő családi napot.

Miután a délelőtti szentmisét celebráló Kocsis István plébános megáldotta a terményeket, a Szent László-templom előtti téren kezdetét vette a vásári forgatag. A felnőtteket szőlőpréselés, mustkóstolás, kenyérdagasztás, rétessütés várta, míg a gyerekek meghallgathatták Róka Szabolcs meséit, vagy ha kedvük tartotta, bekapcsolódhattak a kizárólag természetes alapanyagokat használó kézműves foglalkozásokba. A színpadi produkciókról a szomszédos Jókai iskola kisdiákjai és a zsámbéki Lochberg táncegyüttes gondoskodott.

„A terményünnep a német nyelvterületeken egyszerre egyházi és világi esemény. Alkalmat ad arra, hogy találkozzunk azokkal a terményekkel, amelyek létezését természetesnek vesszük – bár ez koránt sincs így –, egyben hálát adjunk értük Istennek. És annak is, hogy békében élhetünk, és megkapjuk a mindennapi betevőt, hiszen voltak idők, amikor ez nem volt így” – magyarázta Sallay Miklós, a német önkormányzat képviselője. Azt is kiemelte, hogy a svábhegyi ünnep a német népszokásokat bemutatva építi a közösséget. Lehetőséget ad arra, hogy bárki átélje ennek az alkalomnak a vallási és világi vonatkozásait.

A résztvevőket köszöntő Fonti Krisztina alpolgármester arra emlékeztetett, hogy a mögöttünk hagyott másfél év mindenkit megviselt. Nemcsak a szórakozási lehetőségek elmaradása miatt, hanem leginkább azért, mert nem tudtuk kedvünk szerint megélni legszentebb ünnepeinket, magunkhoz ölelni szeretteinket. Nem voltak közösségi rendezvények, ezért is annyira fontos, hogy ezeket, hála a járványügyi intézkedéseknek, a sikeres oltakozásnak, újra meg lehet rendezni.

Idetartozik a svábhegyi terményünnep is, amely mindig érték, de most különösen az, mert ismét összehozta a helyi közösséget, sőt, távolabbról is a Hegyvidékre vonzotta az érdeklődőket.

„Szükség van a hagyományok ápolására, hogy továbbadjuk ezeket a következő generációknak. Ezt teszi a Svábhegyi Hagyományőrző Egyesület, és erre nagyszerű alkalom a terményünnep, amely mostanra a részünkké vált. Olyannyira, hogy már nem is számoljuk, hányadik alkalom a mai” – mondta az alpolgármester.

Kövesdiné Martin Nóra, a Svábhegyi Hagyományőrző Egyesület elnöke úgy fogalmazott, hogy a terményünnep megannyi apró, sokszor elrejtező csodából áll össze. Ezért számára az esemény mottója az, hogy „a véletlenek megett mindig az Isten nevet”.

„Számtalan dolog természetesnek tűnik az életünkben, mint a mosolygó alma, vagy egy harmatos fürt szőlő, amiket a vásáron is láthatunk. Pedig egyáltalán nem magától értetődő, hogy ezek megteremnek és a rendelkezésünkre állnak. A népi kultúrákban a megáldott terményt hazavitték, egy almát a verembe tettek a többi mellé, egy-egy kalász kévét beakasztottak a búzatárolóba, hogy ne menjenek tönkre télen. Hittek abban, hogy az áldás megóvja a terményeiket. Hiszen, látva korunk egyre szaporodó negatív történéseit, nincs is más lehetőségünk, mint bízni Istenben” – folytatta az elnök, hozzátéve, hogy sok minden teszi széppé a terményünnepet, ami olyan, mint a megannyi búzaszemből összeálló kenyér. Ilyen búzaszemek Király molnár, aki kenyeret sütött, a bábszínház, a gyerekfellépők vagy a kézműves foglalkozások, „ezek azok a történetek, amik mögött a Jóisten biztosan nevet”.

sm.

Jubilál a Makovecz Imre Alapítvány

Tíz éve, 2011. szeptember 27-én hunyt el az organikus építészet iskolateremtője, Makovecz Imre. Az örökösök nem sokkal ezután hívták életre a róla elnevezett alapítványt, amelynek missziója, hogy segítséget nyújtson a neves alkotó építészi, tervezői és szellemi hagyatékának megismerésében, megértésében. Ennek érdekében kiállításokat, rendszeres programokat szervez, könyveket ad ki, támogatja a fiatal építészeket.

Makovecz Anna és Makovecz Pál a restaurált faépületnél

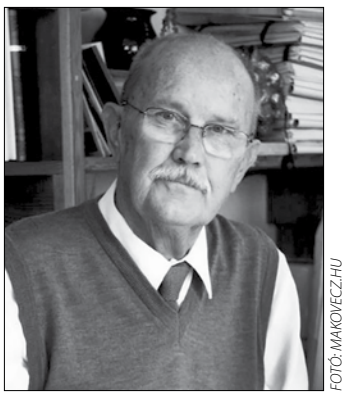
A Makovecz Imre Alapítvány már négy éve működteti a Hegyvidéken található Makovecz Házat, amelyben a teljes hagyatékon kívül helyet kapott az építész rekonstruált dolgozószobája is. S hogy miből áll össze Makovecz Imre szellemisége? E gazdag gondolatvilágot Makovecz Pál kuratóriumi elnök, az építész fia néhány hívószóval jellemezte az alapítvány létrejöttének tizedik évfordulója alkalmából tartott sajtótájékoztatón: az építészet, azon belül a szerves építészet, a keresztény istenhit, az antropozófia, a népművészetek iránti elkötelezett kíváncsiság és mély rétegeinek kutatása, valamint ennek eredményeképpen annak felfedezése, hogy mennyire univerzálisak vagyunk mindenütt a bolygón.

Megkezdte működését a Makovecz Központ és Archívum „kutatóállomása", ahol – előzetes bejelentkezés alapján – bárki számára rendelkezésre áll az életmű már digitálisan feldolgozott része. A Magyar Nemzeti Múzeummal együttműködésben az évforduló napján felavattak egy installációs oszlopot a Vigadó előtt. A Makovecz Imre épületeit kép- és videóanyaggal bemutató kompozíció egy hónapig látható, majd vándorkiállításként eljut az ország számos településére. Az installáció mintegy előhangja annak a Makovecz Imre építészetét bemutató anyagnak, amely ősszel a Magyar Nemzeti Múzeum kültéri kiállítórészein lesz megtekinthető.

A Makovecz Központ és Archívum nyolc kölcsönözhető, tematikus kiállításból álló csomagot kínál. Ezek közül az első nemrégiben a Dombóvári Művelődési Házban nyílt meg. Az „Ami megtörténhetett volna…" (meg nem épült épületek), Angyalok, Atlantiszi rajzok, Családi házak, Építés szavai, Művelődési épületek, Templomok és Tornyok címeket viselő anyagok mindegyike tizenöt-huszonöt tablóból, valamint a tárlathoz szervesen kapcsolódó makettből áll – mondta el a sajtótájékoztatón Makovecz Anna, a kuratórium tagja, az építész lánya.

Makovecz Imre rekonstruált dolgozószobája a Makovecz Házban

A jubileum alkalmából felavatták Makovecz Imre első restaurált faépületét, amely műtárgyként a Makovecz Ház kertjében látható. Az eredeti terv 1972-ben készült a Pilisi Parkerdő Gazdaság megbízásából. (Érdekességként megemlítjük, hogy ebből az időszakból ered a Makovecz-életműben oly nagy hangsúllyal megjelenő faanyaghasználat.) Az építész egy sorolható egységekből álló családi szállásépületet tervezett Pilismarótra, de a tervek elkészülte után a megrendelő úgy gondolta, a ház nem kivitelezhető – ennek cáfolataként Makovecz Imre a saját telkén építette meg annak két elemét. A még felhasználható alkotóelemek beépítésével született újjá az alkotói korszakhatárt szimbolizáló házacska.



FOTÓ: MAKOVECZ.HU

Makovecz Imre építész

A Makovecz Imre Alapítvány működésének tíz éve alatt hat magyarországi és tizenkét külföldi kiállítás rendezésében, kivitelezésében vett részt. Kiadott nyolc könyvet, rendszeresen tematikus naptárakat készít, ezenkívül elindította a Makovecz Utakat, azaz hét útvonalat tervezett, amelyek közül három már készen van. Az érdeklődők Makovecz Imre épületeinek füzérén – online és nyomtatott kiadványok, valamint információs táblák segítségével – járhatják be az országot.

szd

Négyesek nagy zenélései a GetCloser jazzfesztiválon

A járvány ellenére „évkihagyás" nélkül folytatódik a rendkívül népszerű, hagyományos hegyvidéki zeneünnep, a GetCloser Jazz Fest. Tavaly tavasszal az utolsó pillanatban, még a karanténidőszak előtt sikerült lebonyolítani, az idén ősszel pedig – minden eddigit meghaladó méretben – három hónapon át tíz zenekar negyven művésze részvételével zajlik a koncertsorozat a MOMkult-ban és a Budapest Kongresszusi Központban. Szeptember utolsó hetében két este a hazai és a nemzetközi szcéna két-két kiemelkedő formációja lépett fel.

A Karosi Júlia Quartet nyitotta meg a VI. GetCloser Jazz Fest programsorozatát a MOM Kulturális Központban. Meglepetésünkre duó felállásban indítottak, három meseszép dalt hallhattunk a csodás hanggal megáldott énekesnő és Tálas Áron zongorista előadásában. A komponistaként is kiemelkedő Karosi Júlia Belső hang című száma, majd egy Kurt Weill-szerzemény, végül pedig egy magyar népdal, a Fújom az énekemet hangzott el.

Karosi Júlia Quartet

A rendhagyó bevezető után lemezbemutató következett. A Bögöthy Ádám–Varga Bendegúz ritmustandemmel kiegészülő együttes a tavaly megjelenő Without Dimensions albumáról adta elő a Bartók-blokk keretében a Román táncok, a Mikrokozmosz és A kékszakállú herceg vára részleteit, majd újabb Karosi-kompozíciókat: a lemez címadóját és az Újjászületést. A koncertet két népdal zárta: a Szól a kakas már és a Madárka, madárka.

A bátran dívának nevezhető énekesnő, aki instrumentumként kezeli a hangját, többnyire szavak nélkül énekel. Komoly felkészülést igénylő, jelentős vállalkozás ez mind az ő, mind pedig a hangszeres kísérői számára. Nem szórakoztatásra szánt zene, hanem elmélyült figyelmet érdemlő művészet, amely megértésre talált a hallgatóság részéről.

Hatalmas várakozás előzte meg a Shai Maestro Quartet fellépését, ami nem csoda, tekintve, hogy az elmúlt másfél évben a GetCloser rendezőiroda már két alkalommal volt kénytelen elhalasztani a koncertjét. A világban már nagy feltűnést keltő négyes annál is inkább kiemelt figyelemre számíthatott itthon, mert Human című lemezük nemzetközi sikerének híre megelőzte őket. Az eredetileg zongoratrióként évtizede sikerrel szereplő formáció Philip Dizack amerikai trombitással készítette el az albumot, és ez a felállás játszott nálunk is.

Az Amerikában fényes karriert befutó izraeli zongoraművészről, Shai Maestróról érett játéka alapján azt hihetnénk, sokkal idősebb, ám valójában csak a harmincas évei közepén jár. Tökéletes tudatosság és arányérzék, kivételes technikai tudás jellemzi őt. Zeneszerzői adottságai birtokában nem „hozott anyagból" építi fel a repertoárt, hanem szebbnél szebb saját kompozícióiból. Zenei utazás volt ez a javából, a szépség áradása.

Társai közül Philip Dizack szinte főszerepet kapott, de az afro-amerikai Joe Sanders bőgős és a szintén izraeli Ofri Nehemya sem a puszta kíséretre szorítkoztak, jól illusztrálták az egyenrangú játék nagyszerűségét, és ezt nem is elsősorban szólóikkal érték el. Különösen a balladák voltak lenyűgözők, mint a két jazzikon, Hank Jones és Charlie Haden tiszteletére elhangzó darab és az Ima (a héber nyelvben Mama), a zenekarvezető édesanyjának szentelt tétel.

A másnapi koncert magyar fellépője a Dresch Quartet volt. Dresch Mihály és Lukács Miklós nem a világzene divatos megszólaltatói, hanem a népzene mély szellemiségéből táplálkozó belső világukat tükrözik vissza. Dresch a maga kreálta, fuhun nevű hangszer mellett a tenor- és szopránszaxofon mestere is, míg Lukács jellegzetesen hazai instrumentuma, a cimbalom szintén a magyar gyökereket hangsúlyozza. Gyányi Marcell bőgőn, Csízi László a dobok mögött bizonyította, hogy a fiatal generáció is szívesen merít a tiszta forrásból.

Dresch Quartet

Műsorukat Dresch Mihálynak a jazztörténet egyik emblematikus figurájával, Archie Sheppel adott koncertje és a lemezfelvételük emlékét felidéző számokkal kezdték, amiben a tenorszaxofon erőteljes hangzása dominált. Aztán az Árnyékban című legutóbbi lemezükről hallgattunk meg néhány kiváló Dresch-szerzeményt, mint például a Váltakozásokat. Ezek többnyire a szopránszaxofon és a fuhun használatával szólaltak meg. Ráadásként ismét a múltat elevenítette fel a Hungarian Bebop fergeteges előadása. Dresch mélyen átérzett játékát Lukács fergeteges cimbalomszólói szőtték át, de Gyányi és Csízi is megmutatta oroszlánkörmeit egy-egy szépen felépített szólóban.

Shai Maestro Quartet

A következő szereplő egy különleges zenei világot képviselő supergroup volt. A négy országból származó négy muzsikus közös zenei nyelve a jazz-rock. A zenekar két kiemelt előadóművésze régi ismerősünk, hiszen a III. GetCloser Jazz Festen is találkozhattunk velük más formációban, más programmal. A norvég basszusgitáros, a jazz-rock „fenegyereke", Per Mathisen és világhírű hazánkfia, az ütőhangszerek mestere, Mogyoró Kornél komoly nemzetközi hírnévnek örvendenek. Utóbbi mind a hat eddigi fesztiválon szerepelt, különféle együttesekben. Két ugyancsak neves muzsikus egészítette ki kvartetté a zenekart: a Franciaországban fényes karriert befutó vietnámi gitáros, Nguyén Lé és az angol Gary Husband dobos.

Érdekes, hogy miközben a projekt Mathisen és Mogyoró nevén fut, a főszereplő mégis a nagyokat szólózó Lé volt, a repertoár gerincét is az ő szerzeményei adták. A jazz-rock minden értékét felvonultatták a végtelen zenefolyamban, hatalmas hangerőjű, remek gitár- és basszusgitárjáték, fantáziadús dobolás és ütőhangszerek arzenálja jellemezte az előadást.

A „zúzós" számok mellett lírai balladák is felcsendültek, különösen érdekes volt így hallani Samuel Barber amerikai zeneszerző egyik darabját. Mathisen sokszor használta a hagyományos bőgőt, amin ugyanolyan vehemens szólókat produkált, mint basszusgitáron.

FOTÓK: KLEB ATTILA/GETCLOSER CONCERTS

Nguyén Lé, Gary Husband, Per Mathisen és Mogyoró Kornél

A fesztivál októberben és novemberben folytatódik, amikor további sztárzenészek érkeznek hozzánk. *(Erről részletes beharangozót olvashattak előző lapszámunkban – a szerk.)* Emellett további rangos külföldi jazz-zenészek fellépése is várható a Hegyvidéken, érdemes tehát figyelni a programokat.

Márton Attila

Ismerkedés az ősz virágaival a Normafánál

Fontos, hogy megismerjük, megszeressük a környezetünkben élő növényeket, amelyek védelme ezáltal egyre többünk számára válhat magától értetődő szükségszerűséggé. Ismeretterjesztő séta keretében legutóbb Csontos Péter botanikus mutatta be a Normafa és környéke érdekes lágyszárú és fás növényeit.

Az ideális kirándulóidőben megtartott, nagyjából két és fél órás túra rögtön egy meglepetéssel kezdődött, hiszen az egy héttel korábbi bejárás óta a Harangvölgy felső részén húzódó rétet lekaszálták. A dörzsölt terepbotanikust nem hozta zavarba az új helyzet, és a tálcán kínált lehetőséget kihasználva ismertette a séta résztvevőivel ennek a munkának a célját. Ha a réteket nem kaszálnák évente egyszer-kétszer, akkor azok a környező budai domboldalakhoz hasonlóan erdős területté válnának. Így – bár visszásan hangzik – a kaszálás kedvez a rétnek és növényeinek is.

Lekaszált réten, a Harangvölgy felső részén

Persze nemcsak a közönséges pázsitfüvek, a vadvirágok és a cseperedő bokrok, fák kerülnek aések alá, hanem az olyan védett ritkaságok is, mint a Szent László-tárnics. Ennek a négyszirmú növénynek egyetlen példánya tízezer forint természetvédelmi értékkel bír, azaz a látszólagos pusztítás akár több százezer forintos kárt is okozhat, mégis szükségszerű, mert ha felnőnek a fák, és árnyékba borítják a domboldalt, utána már egyetlen réti virág sem találja meg az életfeltételeit.

A környék mozaikosságát jól szemléltető, végig lefelé vezető útvonalon olyan hétköznapi növényeket is láttunk, mint a cseresznye. A kedvelt gyümölcs hazánk vad flórájának is tagja és a gyertyános-tölgyes erdők elegyfaja. A tavaszi virágzási időszakban a rózsafélékhez tartozó fa látványos virágáradata feltűnően kiemelkedik a környező fák zöldjéből. A hegyvidéki domboknál magasabban fekvő bükkösökben már nem találunk cseresznyét, ahogy az alacsonyabb térszínen nyújtózó tölgyerdőkben sem.

A SZERZŐ FELVÉTELE

Ebben az időszakban bontogatja virágait a csillagószirózsa

A tavaszi túra idején még fehér virágait mutogató salamonpecsét most már áfonyaszerű, lilás bogyóit érleli a fák alatt. Különleges nevét föld alatti gyöktörzséről kapta: az azon lévő bemélyedések pecsétlenyomatokra emlékeztetnek.

A salamonpecsét fölött a mogyorós hólyagfa termései érnek. Aki ilyenkor látja ezt a gyorsan növekvő bokrot, az pontosan érti, miért is szerepel a jelző az elnevezésében.

Ritkább vendég a védett csillagószirózsa, amely épp ebben az időszakban bontogatja kék virágait. Könnyebb rátalálni a pótkávéként kétes dicsőséget szerző kék cikóriára, vagy másik nevén katángra, valamint a védett budai imolára, amelynek magas bokrán díszelgő lila szirmait a fagyokig még meg lehet pillantani a réteken.

A kevesek által ismert sárga virágú párlófű – nevéhez híven – üdítő ízű teaként fogyasztható. Érdekessége, hogy a növényben lévő csersavak hűlés közben pirosra festik a folyadékot.

Zárásként a túrázók egy növénytani kvíz hat kérdésére válaszolhattak. Aki végiggyalogolta az utat, játszi könnyedséggel tette meg ezt, és jóleső sikerélményt könyvelhetett el. A KEHOP-1.2.1-18-2019-00242 program keretében megvalósuló séta végén mindenki botanikai érdekességekkel felvértezve, de kissé már a jól megérdemelt ebédre gondolva hagyta maga mögött az őszszel is vadvirágos Harangvölgyet.

BI.

Mindent beborító tatáriszalag

Ha van a növényvilágnak agyonhallgatott képviselője, akkor a tatáriszalag az. Szinte a nevét sem hallani kertészek, botanikusok társaságában. Talán leggyakrabban a természetvédők emlegetik, elmarasztaló jelzőkkel bélyegezve. Pedig ez a növény csak azt teszi, amit minden más rokona: növekszik – azt viszont mindennél gyorsabban!

A SZERZŐ FELVÉTELE

Virágzó „faliszőnyeg”

Nálunk tatáriszalag, tadzsikiszalag vagy kínaiiszalag néven fut – bárhová, ahol van támaszték. A legtalálóbb az angol elnevezése *(mile-a-minute)*, ami szabadon „mérföld egy perc alatt”-ra fordítható. Elég egy villanyoszlop vagy drótkerítés, és már be is borította azt vékony hajtásainak sűrű szövedékével. Neve ellenére nincs köze a kertekben nagy virágot bontó vagy vadon mérsékelt övi liánokat nevelő iszalaghoz.

Kertészeti igényeiről azért nehéz beszélni, mert szinte mindenütt megtalálja a számítását. Persze legjobban a tápdús talajt és a napos helyet kedveli, de a szárazságot is eltűri. A kártevők, kórokozók nem lelkesednek érte. Föld alatti rizómáival gyorsan terjed, és már tavasszal erőteljesen hajt. Az előző évek hajtásszövedékét támasztékként használva növekszik.

Középzöld, hullámos szélű, közepes méretű leveleket nevel. Nyár derekán bontja első virágait. A bugákba rendeződő kis virágok egyesével nem túl dekoratívak, de a tömeges virágzás alkalmával pompás látványt nyújtanak. A virágzás egészen a fagyokig eltart – a kertészek mellett a virágláto-gató rovarok örömére.

Az egyetlen kerti munka, amit érdemes évente elvégezni, a metszés. Tél végén vagy kora tavasszal kell alaposan visszavágni a tövet. Irodalmi adatok alapján évente akár három métert is kúszhat, de a gyakorlatban ez valahogy sokkal többnek tűnik. Ha ránő egy bokorra, fára, onnan már nehéz leszedni a hajtásait. Ilyenkor általában az iszalag addig növekszik, amíg teljesen beárnyékolja a támnövényét, és az lassan elhal, majd letörik a terebélyesedő súly alatt. Irtani nehéz, a többszöri teljes visszametszés, vagy a gyöktörzsek talajból történő kiásása segíthet.

B.

„A TERMÉSZETKÖZELI KERTEK ÉRTÉKEI ÉS SZÉPSÉGEI”
MEGHÍVÓ A KLÍMABARÁT ESTÉK ELŐADÁSÁRA

ÉRDEMES TERMÉSZETKÖZELIVÉ ALAKÍTANUNK A KERTÜNKET?

IGEN!

A határozott válasz mögött rejtőző miérteket járjuk körbe az est folyamán.

- Mit tehetünk azért, hogy változatos növény- és állatfajok találhassanak otthonra a kertünkben?
- Hogyan védjük a talajéletet?
- Mennyit nyerhetünk a csapadékvíz helyben tartásával; avagy a természetes építőanyagok használatával?

A fenti kérdések mellett beszélgetünk arról is, miként lehetünk a kertünk természetközeli kialakításával tevékeny részesei a természet működésének.
Az est keretében adjuk át a díjakat a Kertjeinkben a természet c. pályázatunk nyerteseinek.

Előadó: **Kremnicsán János környezeti nevelő**
Helyszín: **Hegyvidéki Kulturális Szalon** (1124 Budapest, Törpe u. 2.) – Tamási Áron terem
Időpont: **2021. október 28. 18:00**
REGISZTRÁCIÓHOZ KÖTÖTT, INGYENES PROGRAM

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

Regisztrálni a **https://eugyintezes.hegyvidek.hu/** oldalon a regisztrációt/bejelentkezést követően, a Zöld Iroda menüpont alatt lehet.

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

HEGYVIDÉKI ZÖLD IRODA
KLÍMABARÁT TELEPÜLÉSEK SZÖVETSÉGE
SZÉCHENYI 2020
MAGYARORSZÁG KORMÁNYA
Európai Unió Kohéziós Alap
BEFEKTETÉS A JÖVŐBE
KEHOP-1.2.1-18-2019-00242
A program az aktuális járványügyi helyzet szerint kerül megrendezésre.

Új kerékpártámaszok a Hegyvidéken

Jelentős budapesti kerékpáros fejlesztés valósulhat meg a közeljövőben, amelyből a XII. kerület is részesül. A fővárosi önkormányzat által kiírt pályázat szerint az egymilliárd forintos keretösszegű részvételi költségvetés – a városlakók ötletei és szavazatai alapján! – három kategóriába lett felosztva: Zöld Budapest, Gondoskodó Budapest és Egész Budapest.

A mintegy 700 ötletből az előválogatás után 53 maradt, ezekre lehetett szavazni az idén nyáron. A Magyar Kerékpárosklub által beadott indítvány az 50 millió forintos keret terhére 180 kerékpártámasz kiépítésére tett javaslatot, és hogy a civil kezdeményezés „még civilebb” legyen, a helyszínek kiválasztásánál nemcsak a szakmai szempontokat, hanem a városi kerékpárosok által jelzett igényeket is figyelembe vették. A hétköznapi kerékpárhasználatot még gördülékenyebbé tevő elképzelést – nyilvános szavazás során – a lakosság támogatásra méltónak ítélte.

A SZERZŐ FELVÉTELE

Nagy segítség a biciklistáknak

Az egyszerűbb, két kerékpár egyidejű, kényelmes és biztonságos lekötésére alkalmas tárolókból helyszínenként három-öt elhelyezése várható. A pontok kiválasztásánál fő cél volt a kerékpárosok által gyakran használt útvonalak mentén feltárni a jelenleg még hiányos infrastruktúrájú szakaszokat, hogy ne kelljen fákhoz, kerítésekhez, tűzcsapokhoz láncolni a bicajokat egy-egy bevásárlás, hajnyírás vagy gyógyszerkiváltás idejére.

A javaslat szerint a Hegyvidéken tizenhárom új bicikliparkoló épül. A János kórház előtt és a MOM Parknál egy-egy B+R (Bike and Ride, azaz „bringáról szállj át tömegközlekedésre”) tároló kap helyet. Szintén forgalmas közlekedési csomópontokban készülnek támaszok a fogaskerekű alsó végállomásánál és a Csaba utca Széll Kálmán tér felőli végén. Kifejezetten egészségügyi intézményeket szolgálna ki a Maros utcai és a Kék Golyó utcai fejlesztés. A lakóövezetek és boltok kerékpáros megközelítését segítenék a két Városmajor utcai, a Maros utca végein kialakítandó és a Kiss János altábornagy utca alsó szakaszára tervezett bringaparkolók. A MOMkult rendezvényeinek és a szombati biopiac látogatását könnyítené meg egy további tároló, s végül a Kós Károly iskola, valamint a vele szemben lévő szív- és érsebészeti klinika között is épül egy támasz.

Nemsokára megkezdődik az ötletgazdákkal – ebben az esetben a Magyar Kerékpárosklub közlekedési mérnökeivel – a nyertes ötletek kivitelezésének tervezése, majd a kivitelezés. Az új kerékpártámaszok remélhetőleg elkészülnek, mire tavasszal ismét felpezsdül a biciklisélet a fővárosban.

•

Az Országos Rendőr-főkapitányság Balesetmegelőzési Bizottsága és a Magyar Kerékpárosklub együttműködésével kiadvány jelent meg húszezer példányban, amely az alapoktól (kerékpárvásárlás, -beállítás) a KRESZ vonatkozó szakaszainak ismertetésén át a leghétköznapibb tanácsokig, írott és íratlan szabályokig mindenben segítségére lehet a kezdő, de akár haladó biciklistáknak is. Nyomtatott példányokat legbiztosabban a Magyar Kerékpárosklub irodájában találnak az érdeklődők, és az online verzió is szabadon letölthető, terjeszthető: https://kerekparosklub.hu/kisokos.

(Barta)

Természetközeli játszóterek és szabadtéri mozgáslehetőségek

A természetközeli játszóterekről, a szabadtéri testmozgásról és a városi zöld területek fejlesztéséről tartott sikeres nemzetközi szakmai konferenciát a Hegyvidéki Önkormányzat. Az ötödik Zöld Környezet és Egészség Akadémia előadásai magyar nyelven is elérhetők.

A szabadtéren végzett testmozgásnak nemcsak a járványügyi korlátozások idején volt nagy jelentősége, hanem a városi életben is mindennap. A fiataloknak és az idősebb korosztályoknak is szükségük van erre, és a természetes környezet, park, erdő többletmotivációt nyújthat – de csak akkor válhatnak igazán vonzóvá, ha a látogatók biztonságban érzik magukat.

Játszótér, a környezetében természetközeli vegetációval

Az online térben zajló ötödik Zöld Környezet és Egészség Akadémia elején a természetes játszóterekről esett szó, hiszen vitán felül áll, hogy minden gyerek inkább ezeket választja, mint a fémmászókákat és -hintákat. Laurence Colleran, a Dél-Dublini Megyei Tanács tájépítésze elsősorban pihenő- és rekreációs zöld területek tervezésével foglalkozik, több mint ötven természetes játszóteret épített az elmúlt tíz évben. Legfontosabb missziójának a gyerekek és a természet közötti kapcsolat megteremtését tekinti. Ötven évvel ezelőtt még hippinek nézték volna, ha ilyen eszméket hirdet, de szerencsére ma már mindenki elfogadja, hogy a modern világban szükség van a természetes játszóterekre, hiszen a városiak kevés időt töltenek a szabadban.

Ennek ellenére a lakosság – meglepetésre – eleinte ellenállással fogadta a kezdeményezést. Nem tartotta szükségesnek a játszótereket, félt a növekvő forgalomtól és a vandalizmustól. Hosszas meggyőzésre volt szükség a már akkor is ismert tények ellenére: vagyis hogy az ír gyerekek egészségi állapota folyamatosan romlik, ötöde túlsúlyos, és sokan mentális nehézséggel küzdenek. Ezeket a problémákat pedig részben a természethez fűződő kapcsolat elvesztése okozza.

Nem lehet remélni, hogy ilyen alaphelyzetből indulva a fiatalok támogatás nélkül érjenek egészséges felnőttekké. A szükséges segítséget tudják biztosítani a többi között a természetes játszóterek.

A legfrissebb kutatások szerint hatéves korig a fantáziát igénylő játékok a legfontosabbak. A legegyszerűbb eszközök is megfelelnek, hogy abból a gyerekek kedve szerinti játék alakuljon ki. Egy kőrakás egyszer lovagvár, másszor ősemberbarlang lehet, kár tehát költséges eszközöket építeni. Elengedhetetlenek az építőjátékok és – bár furcsán hangozhat a szülőknek – a kockázatot jelentő játékok is.

„Sokáig kerültük ezeket, pedig rá kellett jönni, hogy nagyon fontos a gyerekek érésében egy farönkön átegyensúlyozni a patak felett” – mondta Laurence Colleran. További kihívás, hogy a dublini játszóterek használatába minden – nemcsak testi, hanem mentális – fogyatékossággal élő gyereket is be kell vonni. Ezért az írek nem a tevékenységeket osztották fel akadálymentesített és hagyományos részre, hanem kizárólag olyan eszközöket telepítettek, amik mindenki számára használhatók.

Felismerték azt is, hogy a játszóterek környezete sokszor fontosabb, mint maga az eszköz. Lehet, hogy a vadregényes, ápolatlannak tűnő zöld környezetben „piszkosak”, sárosak, vizesek lesznek a kicsik, de ez elengedhetetlen az élményszerű és fejlesztő hatású időtöltéshez. Kerítéseket nem építettek, de mindig kialakítottak olyan félreeső részeket, ahová el lehet bújni, el lehet vonulni a zsivajtól, hiszen a gyerekeknek is szükségük van a csendre és a békére.

Lohn Angéla a Hegyvidék ingyenes sportprogramjait mutatta be. „Aktív Hegyvidék – lakossági sportprogramok a XII. kerületben” című előadásából a külföldi résztvevők is megismerhették a Hegyvidék adottságaihoz igazodó szabadtéri mozgáslehetőségek sokaságát, amit mi gyakran talán túl természetesnek is veszünk.

A fenti témakörhöz kapcsolódva Hamza Zsófia a „zöld recept” koncepcióról beszélt, amely a múlt században született Új-Zélandon. Lényege, hogy az orvosi gyógyszerrendelvény mellett olyan javallatot is kap a beteg, ami a gyógyulását segítő mozgáslehetőségekről ad tájékoztatást. Nem kell mást tenni, mint csatlakozni a jellemzően természeti környezetben zajló sport- és egyéb programokhoz, részt venni a kerületi sétákon, amik szinte észrevétlenül járulnak hozzá a fizikai és a mentális egészséghez. A Hegyvidéken tesztelés előtt álló rendszer előnye, hogy ingyenes, társaságot biztosít, segít a tartós életmódváltásban, támogatja az egészséges testsúly és erőnlét megszerzését és fenntartását, megelőzi a betegségeket, és mindezek által csökkenti az egészségügyi rendszer terhelését.

Amikor csak lehet, az Aktív Hegyvidék aerobikfoglalkozásai szabadtéren zajlanak

David Louwerse Hollandiából egy nagy területű bredai közpark átépítéséről szólt. Vetített képein érdekes volt látni, hogyan kopik meg egy ötszáz éves, romantikus kert pompája, hogyan veszíti el lassan a vonzerejét és szinte valamennyi funkcióját. A növényállománya is silányult, végül pedig a hanyatló parkban elkövetett rengeteg bűncselekmény vált a legnagyobb problémává. Ilyen körülmények között a lakosság, persze, messzire elkerülte a területet. Ebben a helyzetben született meg a teljes átépítés terve.

A gyerekeknek vonzó környezetre és egyszerű játékokra van szükségük

Olyan közparkot álmodtak meg a hollandok, amiben mindenkinek biztonságos helye van. Mint egy jó ételhez, itt is a legjobb alapanyagokat használták az építéshez – már a költséghatékony karbantartásra is gondolva. Az éjszakai csoportosulások visszaszorítása és ezáltal a magányos látogatók biztonságérzetének növelése érdekében kiirtották a bozótosokat, nincsenek kerítések sem, de a park sétányait bekapcsolták a város közlekedésébe.

Az eredmény olyan jól sikerült, hogy a népszerű parkot tömegek kezdték látogatni. Koncerteknek, művészeti eseményeknek is otthont adott a hívogató környezet, tartottak ott bolhapiacot és sok más, rendszeres eseményt. Végül úgy megnőtt a látogatók száma, hogy – az általuk hátrahagyott tetemes mennyiségű hulladék és egyéb környezetterhelés miatt – védetté kellett nyilvánítani a parkot, és „szűrni” a beengedett rendezvényeket.

Az ötödik Zöld Környezet és Egészség Akadémia magyar nyelven is elérhető előadásai nemcsak a szakmabelieknek nyújtottak tartalmas időtöltést, hanem a laikusok számára is érdekesnek bizonyulhatnak. Reméljük, az elhangzott jó gyakorlatok és a felvetett ötletek némelyikével kerületünk fejlesztése során is találkozhatunk majd. A rendezvénysorozat következő, október végi alkalmának témája a városi légszennyezés és levegővédelem lesz. (A pontos dátumról és programról az önkormányzat honlapján és Facebook-oldalán lehet tájékozódni.)

BI.

Mosólegény és menő menyét a Budakeszi Vadasparkban

Megszokhattuk, hogy ebben az időszakban – ha a járványügyi előírások nem kényszerítik tétlenségre – zsong a Budakeszi Vadaspark. Most sincs ez másképp, egymást érik a látogatók részére szervezett programok, folynak a fejlesztések, és a háttérben láthatatlanul zajlik a szakmai munka is.

Néhány hete vehetett át miniszteri elismerő oklevelet intézményvezetői munkájáért Szabó Péter, a Budakeszi Vadaspark Nonprofit Kft. ügyvezetője. A mindennapokban, a parkban más hangulata van a díjnak, mint az Agrárminisztériumban tartott rendezvényen.

„Valójában nem az én személyem az, aki megdolgozott ezért a dicséretért, hanem a vadaspark összes munkavállalója. Azért ilyen a környezet, azért fejlődünk, mert mindannyian szeretjük, amit csinálunk, és igyekszünk jól csinálni. Mindamellett természetesen nagyon jólesik, amikor az eredményeink másnak is feltűnnek” – értékelt az ügyvezető.

Szeptember elején a hagyományosnak nevezhető erdei futáson a mosómedvék kerültek a figyelem középpontjába. Az új családtag Gordon, aki – mint minden mosómedve – a hazai viszonyok között idegen, invazív fajnak minősül, ezért a vadonban kellett befogni. A fiatal mosólegény azóta megbarátkozott a helyével és a társával is. Salamon helyzete kicsit nehezebb, mert az idén vesztette el a párját, és emberléptékkel is lassan felnőttkorba lépve most egy új medvét kellett megszoknia. Szerencsére nincs vita köztük, szórványos morgásoknál több nem hallható, és a két állat lassan összeszokik a látogatók örömére megtanult feladatokban is.

Salamon, az idős mosómedve

A kifutójuk megérdemelne egy alapos felújítást, erre indult gyűjtés a futás keretében. A teljes bekerülés négymillió forintra tervezett összegéből másfél millió forint már össze is gyűlt, de természetesen további adományokat is szívesen fogad Gordon, Salamon és a vadaspark.

Lassan benépesül az új, 70-80 fős szabadtéri előadó, azaz a szaletli

Benépesült a nyolc új és a korábbiaknál sokkal tágasabb madárröpde. A lakók még szokják a környezetüket, ezért a látogatók csak tisztes távolból szemlélhetik meg az elszórtan, az erdő fái között elhelyezett épületeket. A bejárat melletti volier madarainak áttelepítésével felszabaduló területen elkészült a vadasparki szakzsargonban csak szaletliként emlegetett, 70-80 fős szabadtéri előadó. Itt akár több osztály is le tud ülni egyszerre, hogy a tetszetős fa tetőszerkezet alatt megegye az elemózsiát, meghallgasson egy előadást, vagy játsszon egyet. Nagy szükség volt erre a fejlesztésre, mert a 30 fős színházat már rég kinőtte a park.

Az állatok világnapja alkalmából megrendezett idei programok sorában a madarászok nemcsak előadást tartottak, hanem különböző fészkeket és tollakat is bemutattak. „Bűnözőket”, azaz védőruhát viselő rendőrségi szakembereket kaptak el a rendőrkutyák a Budaörsi Rendőrkapitányság által szervezett kutyás bemutatón. Ez a programrész a felelős állattartás népszerűsítésére is kitűnő alkalomnak bizonyult. Mindeközben a vadasparkban zajló látványetetések és állatbemutatók folyamatos szórakozási lehetőséget biztosítottak a vendégeknek.

A közeljövő eseményei közül kiemelést érdemel az október 9-i rendezvény, amelynek címe: „A nagy vadmacska nap! – Veszélyben a rejtőzködés mestere”. A vadmacska árnyékából minden hazai kisragadozó kikandikál majd ezen a családi napon. A látogatók a szokásos „állati jó” bemutatók mellett birtokba vehetik a szaletlit is. A legkisebbeket hívja és várja a Picinke játszóház, a nagyobbakat a „Menő menyét!” stand, ahol a névadó fajról és összes rokonáról szó esik majd. Az álarcos banditák, azaz a mosómedvék szintén felbukkannak, és külön előadás szól majd arról, hogy miért vannak veszélyben a lopakodás nagymesterei, a vadmacskák. Mindeközben a felelős társállattartásról hallgathatunk meg előadásokat a színpadon.

A SZERZŐ FELVÉTELEI

Rita, a hiúz

Az évszak sok szempontból kellemetlen velejárója, hogy egyre korábban sötétedik, de ez ad lehetőséget az éjszakai szakvezetések újraindulására. Aki meg akarja ismerni az erdő ismeretlen és titokzatos éjjeli arcát, regisztráljon a joba.katalin@bkvp.hu elektronikus címen az időpontok valamelyikére (október 8., 15., november 5., 12.). A vezetés a főbejárattól indul 18.00 órakor, és a tervek szerint 20.30-ig tart.

Az ősz az év egyik legkedveltebb kiránduló-időszaka. Ilyenkor még kegyes az időjárás, és látványos arcukat mutatják a lombhullató erdők. A Budakeszi Vadasparkban ehhez az egész család számára érdekes programok is csatlakoznak. Reggel nem is lehet elég korán érkezni, hogy minden beleférjen egy napba!

B.

Miért marad a levegőben a gyalogkakukk?

Amikor a prérifarkas elől menekülő gyalogkakukknak kipörögnek a lábai, egy rövid ideig felemelkedik a levegőbe. A Hegyvidéki Kulturális Szalonban rendezett Kutatók Éjszakáján sok egyéb mellett arról is szó esett, hogy ez miért is van így. A Wigner Fizikai Kutatóközpont munkatársai előadásaikban bepillantást engedtek a különböző tudományterületek titkaiba, közérthető formában, ezzel is népszerűsítve a tanulást és a kutatói életpályát.

Hogyan lehet a tudomány és a technológia szolgálatába állítani a gázkisülési plazmákat, milyen szerepet kapnak az ultragyors lézerek az orvosi diagnosztikában, vagy mi is valójában a kvantuminformatika – mindezekről is elhangoztak félórás előadások a Kutatók Éjszakáján a Hegyvidéki Kulturális Szalonban. Előkerültek a mesterséges intelligencia kérdései és a lézeres spektroszkópia új alkalmazásai; a részecskefizikai észlelőrendszerekkel mérhetővé vált a láthatatlan; a bátrabbak pedig utazást tehettek a Merkúrhoz, persze csak virtuálisan.

Nagyon is élő volt viszont az online kapcsolat a CERN genfi központjával, amit még érdekesebbé tett, hogy az előadások közben a szalon előterében zajló izgalmas eszközbemutatók egyike is az Európai Nukleáris Kutatási Szervezettel volt kapcsolatos. A Wigner Fizikai Kutatóközpont tudósai ugyanis egy szupravezető mágnest fejlesztenek, amely a tervek szerint a CERN száz kilométeres, új részecskegyorsítójába kerül. Feladata, hogy kivezesse a gyorsítóban létrejövő nyalábot. Különlegessége, hogy ez az első Magyarországon tervezett és gyártott szupravezető mágnes, amelyet az érdeklődők a virtuális térben VR szemüvegen keresztül figyelhettek meg.

Egy másik asztalnál arra derült fény, hogy mi a különbség a hagyományos és a kvantumszámítógépek között. Egyszerűen fogalmazva: míg az előbbiek bit, az utóbbiak qbit alapon számolnak, azaz ábrázolhatnak 0-t, 1-et vagy a 0 és az 1 állapot tetszőleges arányú szuperpozícióját úgy, hogy egy bizonyos valószínűséggel 0, egy bizonyos valószínűséggel 1. Emiatt egyes feladatokat kevesebb alapművelettel, ezáltal lényegesen gyorsabban végeznek el a kvantumszámítógépek.

A legnagyobb sikert a filmes fizikakvíz aratta. Ennek alapgondolata az volt, hogy az emberek a gyakorlatban sok mindent felhasználnak a fizikával kapcsolatos ismeretekből, miközben az elmélet szintjén talán nincsenek is tisztában ezekkel – beszélt a játékos vetélkedő lényegéről Pothoczki Szilvia, a Wigner központ kutatója. Azért, hogy ezt az állítást bebizonyítsa, ismert sorozatokból, rajzfilmekből hozott részleteket, és a játékosoknak az ezekben megbúvó törvényeket, fizikai tételeket kellett felismerniük.

A Kengyelfutó gyalogkakukk című rajzfilmben a főszereplő madár annyira gyorsan fut, hogy már nem hat rá a gravitáció, ezért felemelkedik a földről. A Fel (Up) című animációs filmben héliumos lufik viszik fel a magasba a házat, mert ez a gáz ritkább a levegőnél. Sokak kedvence az Agymenők, amiben az egyik szereplő a centripetális erőt kihasználva emeli fel az olívabogyót egy pohárral. Társa zebrának öltözik, de valójában nem a mókás állatot utánozza, hanem a Doppler-effektust jeleníti meg. A kvíz végén a keresztrejtvényből a relatív szó jött ki, arra utalva, hogy azért még a fizikában sem minden egyértelmű.

Sokkal könnyebb ilyen körülmények között ismerkedni a tudományokkal

„Nagy lelkesedéssel csatlakoztunk a Kutatók Éjszakája programsorozathoz, mert tudtuk, hogy a Hegyvidéki Kulturális Szalon közönsége nyitott a tudományok irányába. Például a Szalonegyetem előadásai mindig telt házat vonzanak” – mondta el lapunknak Menyhárt Éva, a szalon vezetője.

A kulturális és a tudományos intézmény között aktív kapcsolat van, a Wigner kutatóközpontot vezető Lévai Péter is tartott már előadást a szalonban. Menyhárt Éva hozzátette: sokan jöttek el a mostani rendezvényre, annak pedig külön örültek a szervezők, hogy rengeteg gyerek, iskolás és egyetemista nézte végig az előadásokat, hiszen pontosan ez volt a kezdeményezés elsődleges célja.

M.

Hegyvidéki méztől édes a Bocus d’Or

Hegyvidéki vonatkozása is volt ebben az évben a korszakalkotó francia séfről elnevezett rangos nemzetközi szakácsverseny, a Bocus d’Or lyoni döntőjének. A legmagasabb elvárásoknak megfelelően válogatott alapanyagok között ugyanis Kutasi Tamás kerületi méhész mézei is szerepeltek. A különleges elismerés kapcsán kérdeztük a termelőt.

– *Leírva egyszerűnek tűnik, de hogyan jut egy méz ilyen magasra?*

– Évek óta kapcsolatban vagyok a Bocus d’Or versennyel. Korábban is többször ajánlottam fel mézet a főzéshez.

– *Hogyan dől el, hogy a séfeknek mit kell készíteniük a versenyen?*

– Az idén kivételes koncepció volt, mert elvitelre szánt ételt kellett készíteni. Ezt előre meghirdetik, és minden megméretésen megadják a felhasználható alapanyagok körét.

– *Hogyan választják ki a kényes ízlésnek és a hatalmas tétnek megfelelő alapanyagokat?*

– A Magyar Bocus d’Or Akadémia végzi a válogatást. A séfek, ételkritikusok pontosan tudják, hogy az országban hová kell menni minőségi élelmiszerekért. Francia mintára néhány éve itthon is minősítik a csúcsgasztronómia alapanyagait, a NÉBIH és a Magyar Gasztronómiai Egyesület Aranyszalag minőségi díját mézként egyedül nyertem el. Ebbe a válogatásba már csak olyan élelmiszerek kerülnek, amiket minden fórumon fel mer vállalni a magyar gasztronómia.

– *Normafa méze, erdeivirágméz, bodzakác, propoliszos, mézontófű. Mitől ilyen különlegesek ezek a mézek?*

– A Normafa tetején található méheskertből a méhek nagyon tiszta és változatos növényvilágot érnek el a természetközeli erdőktől, rétektől a kertekig. A prémium minőség a cél, ezért a méhlegelők, ahonnan a méhek a nektárt gyűjtik, nincsenek túlterhelve. Például a Normafa mézéből évente mindössze ötszáz üvegnyit lehet pergetni.

– *Hogyan értékelhető a mostani versenyen a magyar csapat által elért 11. hely?*

– Tíz éve el sem hitte volna senki, hogy Magyarország – a pörkölt, a gulyás és a rántás országa – felkerül a csúcsgasztronómia térképére. Ma ott vagyunk, és álljuk a versenyt olyan országokkal, amik hatalmas erőforrásokat mozgósítanak egy-egy ilyen viadal kapcsán. Az eredmények országimázs szempontjából is fontosak, és a felhasznált alapanyagok szempontjából is hatalmas presztízsértékkel bírnak. Az egész világ odafigyel a ranglistára – és nem csak a dobogósokra.

Reméljük, a kerületi méz az októberi hazai válogatón és jövő márciusban Budapesten, az európai döntőben is szerephez jut!

(Barta)

Komposztálókeretek térítésmentesen

Tisztelt Hegyvidéki Polgárok! A Hegyvidéken az intézmények és lakóépületek túlnyomó részét zöld felület, kert övezi, amelyek gondozása során nagy mennyiségű zöldhulladék keletkezik. Ahogy a papír-, üveg-, fém- és műanyaghulladékok körében a szelektív gyűjtés egyre inkább terjed, úgy válhat általánossá a szerves hulladékok szelektálása és helyben történő hasznosítása.

A felmérések szerint **jelenleg a kukákba kerülő háztartási hulladék közel egyharmada olyan szerves anyag, amit komposztálni lehetne**, azaz ennyivel csökkenthető a kommunális lerakókba hordott szemét mennyisége.

Az idei évben is szeretnénk támogatni azokat a hegyvidéki kerttulajdonosokat, akik elkötelezettek e környezetkímélő módszer mellett, és vállalják azt, hogy a háztartásukban keletkező szerves hulladékokat komposztálják.

Önkormányzatunk az idén is **lehetőséget biztosít *komposztálókeretek* térítésmentes átvételére, a készlet erejéig.**

A komposztálóeszközök igénylése ingyenes, azonban *előzetes jelentkezéshez kötött*, ennek hiányában nincs lehetőség a komposztálókeretek átvételére. Az eszközök igénylésének további feltétele a ***bejelentett kerületi lakcím***. A korlátozott készlet miatt egy ingatlanra – annak méretétől függetlenül – egy komposztálókeret igénylésére van lehetőség.

A jelentkezés módja 2021. október 11-től:

– online a **https://eugyintezes.hegyvidek.hu/** honlapon, a Zöld Iroda fül alatt várjuk a jelentkezését **2021. október 29. (kedd) 13 óráig**.

Az eszközöket a jelentkezés sorrendjében, **a készlet erejéig tudjuk biztosítani**.

A komposztálóeszközök átvételének további **feltétele** egy kb. 60 perces, komposztálással kapcsolatos, érdekes **oktatáson való részvétel**.

Az oktatások időpontja és helyszíne:

– **2021. november 3-án (szerdán) 16.30 óra és 18.00 óra, Hegyvidéki Kulturális Szalon I. emeleti nagyterme**, 1124 Budapest, Törpe utca 2.

– **2021. november 4-én (csütörtökön) 16.30 óra és 18.00 óra, Hegyvidéki Kulturális Szalon I. emeleti nagyterme**, 1124 Budapest, Törpe utca 2.

Az eszközök az oktatást követően a helyszínen vehetők át.

További információk:

Előzetes érdeklődés a 06-70/953-1852-es telefonszámon.

Regisztrációt követően a 06-30/544-8778-as telefonszámon.

HEGYVIDÉKI ZÖLD IRODA

Lakossági ágaprítási program

Hasznosítsuk helyben, amit lehet!

Már 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 le,

– regisztrált címenként **maximum 10 m³** 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 galylyak 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 költségkeret kimerüléséig tudja biztosítani.

HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT HEGYVIDÉKI ZÖLD IRODA

Szemről szemre – itt a szüret!

A szőlő – akár fehér, akár kék, akár szemenként csemegézzük, akár kipréseljük istenáldotta levét – tökéletes őszi energiaforrás az ember számára. A szőlővesszőkön érlelődő fürtök bogyójában a napfény hatására sok-sok vitamin és tápanyag halmozódik fel. A szemekben lévő gyümölcscukor, a fruktóz elűzi a fáradtságot, oldja a feszültséget, élénkíti a koncentrálóképességet.

A szőlő magjának és héjának a rostjai jótékonyan hatnak az anyagcserére, gazdag folsavtartalma a vérképzést, a benne lévő magnézium a pajzsmirigyműködést, a magnézium az izom és a szív munkáját segíti. Ráadásul a fogyni vágyóknak is ajánlott: egy hétnapos szőlőkúra – napi fél kiló szőlő, 1000 kalóriát tartalmazó étrend mellett – segít megszabadulni némi túlsúlytól. S akkor még nem is beszéltünk arról, milyen fenségesen finom tud lenni egy mézédes szőlőfürt!

Ízletesek és laktatók, ezért önálló fogásként is tálalhatók

Szőlőből, ha főzni akarunk belőle, nagy szeműt és lehetőleg magtalant válasszunk. A magokra ráharapni egy finom mártásban vagy töltelékben nagyon kellemetlen lehet, a szőlőszemek kimagozása pedig aprólékos, időt rabló tevékenység.

Természetesen a szőlővel készült fogásokban a gyümölcsöt nem szabad sokáig főzni, szinte csak ízesítésül, gazdagításul szolgál. Viszont ilyenkor, ősszel, mert most van itt az ideje, érdemes többfélét kipróbálni. A levesek közt nem is ismerünk szőlőből készültet, hacsak nem a kipréselt levére, a mustra gondolunk. (Aki teheti, igyon belőle sokat, vitaminbomba!)

A saláták sorában is inkább az előételnek nevezhető, összetett változataival találkozhatunk. A húsos fogások, mártások, édességek közt viszont számtalan szőlős változat létezik. Használjuk ki, hogy itt a szüret, amíg lehet, kerüljön minél több szőlő a tányérunkba!

VARIÁCIÓK SZŐLŐSALÁTÁRA

A szőlővel készült salátákat önálló, könnyű fogásként tálalhatjuk. A szőlő ugyanis igazán kreatív módon házasítható sovány húsokkal, sajtokkal, színben, ízben változatos zöldfélékkel, gyümölcsökkel Ezek az összetett saláták egyszerre édesek és pikánsak, ízesek és laktatók.

ROPOGÓS SZŐLŐSALÁTA

Hozzávalók: 20 dkg húsos szalonna, 2 körte, 2 evőkanál citromlé, 1 fej fodros, piros levelű saláta (lollo rosso), 2-2 maroknyi fekete és fehér szőlő, 5 dkg dióbél.

A szalonnát hajszálvékony szeletekre vágjuk, majd a zsírját kisütjük. A ropogósra sült szalonnacsíkokat félretesszük. A körtét meghámozzuk, a magházát kimetsszük. A húsát karcsú cikkekre vágjuk, és a citromlével azonnal meglocsoljuk, nehogy megbarnuljon. A salátát leöblítjük, lecsepegtetjük, a megmosott szőlőt leszemezzük, a szemeket félbevágjuk, a magjait kipiszkáljuk. A salátaleveleket 4 tányérban szépen elrendezzük, majd a körtét, a kétféle szőlőt és a ropogós szalonnát rárakjuk. A dióbéllel megszórva tálaljuk.

ASZALT SZILVÁS, KÁPOSZTÁS SZŐLŐSALÁTA

Hozzávalók: 50 dkg fejes káposzta, só, 1 dl fehérborecet, 2 kiskanál cukor, 10 dkg mag nélküli aszalt szilva, 40 dkg fekete szőlő, 1 csokor petrezselyem.

A megtisztított káposztát nagyon vékonyan felszeleteljük, és besózzuk. Negyedórányi állás után kinyomkodjuk, majd az ecetből, cukorból és egy kevés vízből készített öntetbe forgatjuk. Legalább egy éjszakán át állni hagyjuk a hűtőszekrényben. Másnap leszűrjük, a vékony csíkokra vágott aszalt szilvával és a leszemezett, kimagozott szőlővel lazán összeforgatjuk. Az apróra vágott petrezselyemmel meghintve tálaljuk.

CSIRKÉS SZŐLŐSALÁTA

Hozzávalók: 30 dkg csirkemellfilé, só, őrölt bors, 6 evőkanál olívaolaj, 1 kis vöröshagyma, 3-4 evőkanál fehérborecet, 1-2 szál sárgarépa, 1 kis radicchio saláta, 1 kis fejes saláta, 30 dkg kékszőlő, 5 dkg dió.

A húst kisujjnyi csíkokra vágjuk, megsózzuk, borssal fűszerezzük, és 4 evőkanál olajjal meglocsoljuk. Legalább egy órára hűtőszekrénybe tesszük pácolódni. Közben a hagymát felaprítjuk, az ecettel és a maradék olajjal összekeverjük. Megsózzuk, borssal fűszerezzük. A répát megtisztítjuk, és gyufaszálnyi csíkokra vágjuk. A salátát és a szőlőt megmossuk, leszárogatjuk, a szőlőt leszemezzük, ha kell, kimagozzuk, a húst forró serpenyőbe dobjuk, a páclevet aláöntjük, és megsütjük. Végül a salátával, a szőlővel, a sárgarépával együtt tálra rendezzük, és a mártással megöntözve tálaljuk.

SZŐLŐS CSIRKEMÁJ

Ez egy igazi szüreti idényfogás. A csirkemáj hálás alapanyag, finom, gyorsan elkészíthető, és íze remekül illik a szőlőéhez. Ha kell, főétel, de egy-egy szelet pirítóson akár vendégeknek is kínálható harapnivaló.

Hozzávalók:
60 dkg csirkemáj (szív nélkül)
60 dkg nagy szemű szőlő
5 dkg vaj
só, őrölt bors
1,5 dl fehérbor

A májat óvatosan megtisztítjuk, lehártyázzuk, az inaktól megszabadítjuk. A szőlőt leszemezzük, megmossuk, a nagy szemeket kettévágjuk, ha lehet, ki is magozzuk. A májat a vajon 6-7 perc alatt megsütjük, de csak a végén sózzuk, borsozzuk. A szőlőszemeket köré szórjuk, a forró vajban megforgatjuk, hogy kissé átforrósodjanak. A borral meglocsoljuk, és épp csak addig hagyjuk a tűzön, amíg egyet forr. Azonnal tálaljuk. Petrezselymes burgonya illik hozzá.

A csirkemáj remekül illik a szőlőhöz

SONKÁS CSIRKEMELLFILÉ SZŐLŐMÁRTÁSBAN

Ehhez a füstölt sonkától karakteres húshoz remekül illik a szőlő. A boros alapban épp csak megforgatott szőlőszemektől éppen annyira édes és savanykás a mártása, hogy ne kívánkozzék mellé saláta. A habkönnyű krumplipüré elegendő kísérő mellé.

Hozzávalók:
2 csirkemellfilé (kb. 40 dkg)
só, frissen őrölt bors
4 szelet nyers füstölt sonka
2 dkg vaj
2 evőkanál olaj
…a szőlőmártáshoz:
10 dkg nagy szemű szőlő (lehetőleg magtalan)
1,5 dl száraz fehérbor
½ erőleveskocka (biominőségű)
1 csokor friss majoránna (szárítottal helyettesíthető)

A füstölt sonkától karakteres ízt kap a csirkehús

A csirkemellfiléket sóval, borssal bedörzsöljük, és mindegyiket 2-2 szelet sonkaszeletbe göngyöljük. A végüket fogpiszkálóval a húshoz rögzítjük, nehogy sülés közben szétnyíljanak. A vajat az olajban megolvasztjuk, és a húsgöngyölegeket körös-körül megsütjük benne. Közben a friss majoránnával megszórjuk. Ha a hús megpuhult, a sonka pedig kissé megpirult, a göngyölegeket kiveszszük, és melegen tartjuk. A visszamaradt pecsenyeszaftot a borral felengedjük, a fél erőleveskockát belemorzsoljuk, és felforraljuk. Közben a szőlőszemeket elfelezzük, ha nem magtalanok, akkor kimagozzuk, a boros mártásba szórjuk, majd egyet forralunk rajta. Végül a sonkás csirkemelltekercseket is visszatesszük a mártásba, ezzel is átforraljuk, majd tálalásig lefedve állni hagyjuk. Habosra kevert krumplipüré a körete, de zöld, párolt brokkolirózsák is illenek mellé.

MUSKOTÁLYOS DIÓS TÉSZTA

Diós tészta készült ebédre, amikor is az asztalon ott állt a gyümölcsöstál, tele szőlővel, és szinte indíttatva érezte magát az ember, hogy csipegessen belőle. Egy pillanat alatt megszületett az ötlet: a porcukros diós metéltre szórjunk szőlőszemeket! Az ízek és a színek olyan harmóniája született meg, ami párját ritkítja.

Hozzávalók:
25 dkg hosszú metélt
só
1 evőkanál olaj
5 dkg vaj
…a tetejére:
10 dkg darált dió
1 nagy fürt fehér szőlő
5-10 dkg porcukor

Párját ritkítóan finom a porcukros diós tészta szőlővel

A tésztát lobogva forró vízben, amibe egy evőkanálnyi olajat is öntöttünk, kifőzzük, nem puhára, roppanósra. Leszűrjük, leöblítjük, és jó alaposan lecsöpögtetjük. Egy lábosban a vajat megolvasztjuk, a tésztát beleforgatjuk, még azon melegen a lecsipegetett szőlőszemekkel összekeverjük, és így tálaljuk. A darált dióval és a porcukorral a tányérokon szórjuk meg. Mindkettőt külön tálkában is az asztalra tehetjük, hogy mindenki a saját kedve szerint ízesíthesse a szőlős metéltjét.

SZŐLŐS FÜGE NARANCSKRÉMBEN

Édeni édességről van szó, a füge, a narancs és a szőlő párosítása ugyanis inkább „paradicsomi” helyzetet feltételez, mintsem egy magyar konyháét. Ezért ezt a finomságot nem a hagyománytisztelőknek, hanem a kísérletező kedvűeknek ajánljuk.

Hozzávalók:
4 szép, érett füge
40 dkg nagy szemű fehér szőlő, lehetőleg magtalan
3 tojás sárgája
3 evőkanál cukor
3 narancs leve
1 citrom leve
0,5 dl tejszín
…a forma kikenéséhez: vaj

A gyümölcsöket megmossuk. A fügéket négybe vágjuk, és négy kivajazott, egyszemélyes felfújtformába vagy teáscsészébe rakjuk. A szőlőszemeket félbevágjuk, ha kell, a magjukat kiemeljük, majd a gyümölcsöt a fügére szórjuk. A tojások sárgáját tűzálló habüstben a cukorral kikeverjük, a narancs- és citromlevet meg a tejszínt beleöntjük, és vízgőzre állítva, habverővel kevergetve, 5-6 perc alatt közepesen sűrű krémmé főzzük. Azon forrón a gyümölcsökre merjük, a formákat kissé meg is ütögetjük, hogy a krém mindenhová becsurogjon. Tepsire állítva néhány percre grillsütőbe toljuk, hogy a teteje kis színt kapjon. Azonnal tálaljuk.

Füge, narancs és szőlő együtt – mennyei csemege!

Flapjack, az angol ropogtatnivaló

Az angolok zabpehelyből készített kedvelt rágcsálnivalója, a híres flapjack (ejtsd: flepdzsek) megszólalásig hasonlít a készen kapható müzliszeletekhez. Csakhogy ebben benne van az otthoni édességek minden íze, illata, és az sem utolsó szempont, hogy pillanatok alatt elkészíthető. Szinte annyi idő kell hozzá, amíg leszaladnánk a boltba egy müzliért. A gyerekek rajonganak érte.

Éppen ezért jogos a feltételezés, hogy nemcsak az angol családanyáknak éri meg otthon elkészíteni, hanem mi is megpróbálkozhatunk vele. Iskolaidőben jól jön, ha az uzsonna mellé olyan édességet csomagolhatunk, ami otthon készült, saját kezűleg, ráadásul semmiféle mesterséges színesítő, ízesítő adalékanyag nincs benne, csak amit mi vagy a gyerekek választunk, mert természetesen ők is beszállhatnak a sütésbe. Ettől lesz igazán izgalmas és népszerű a házi flapjackünk.

A klasszikus recept szerint 18 dkg vajat 14 dkg mézzel és 5 dkg barna cukorral összekeverünk, tűzre tesszük, és addig keverjük, amíg a cukor megolvad. Ekkor a tűzről lehúzzuk, és 25 dkg zabpelyhet keverünk bele. A masszát egy kisebb vajjal kikent tepsibe simítjuk, előmelegített, 180 °C-os sütőbe toljuk, és 20-25 perc alatt megsütjük. A tepsiben még melegen csinos szeletekre vágjuk, de csak hidegen szedjük ki.

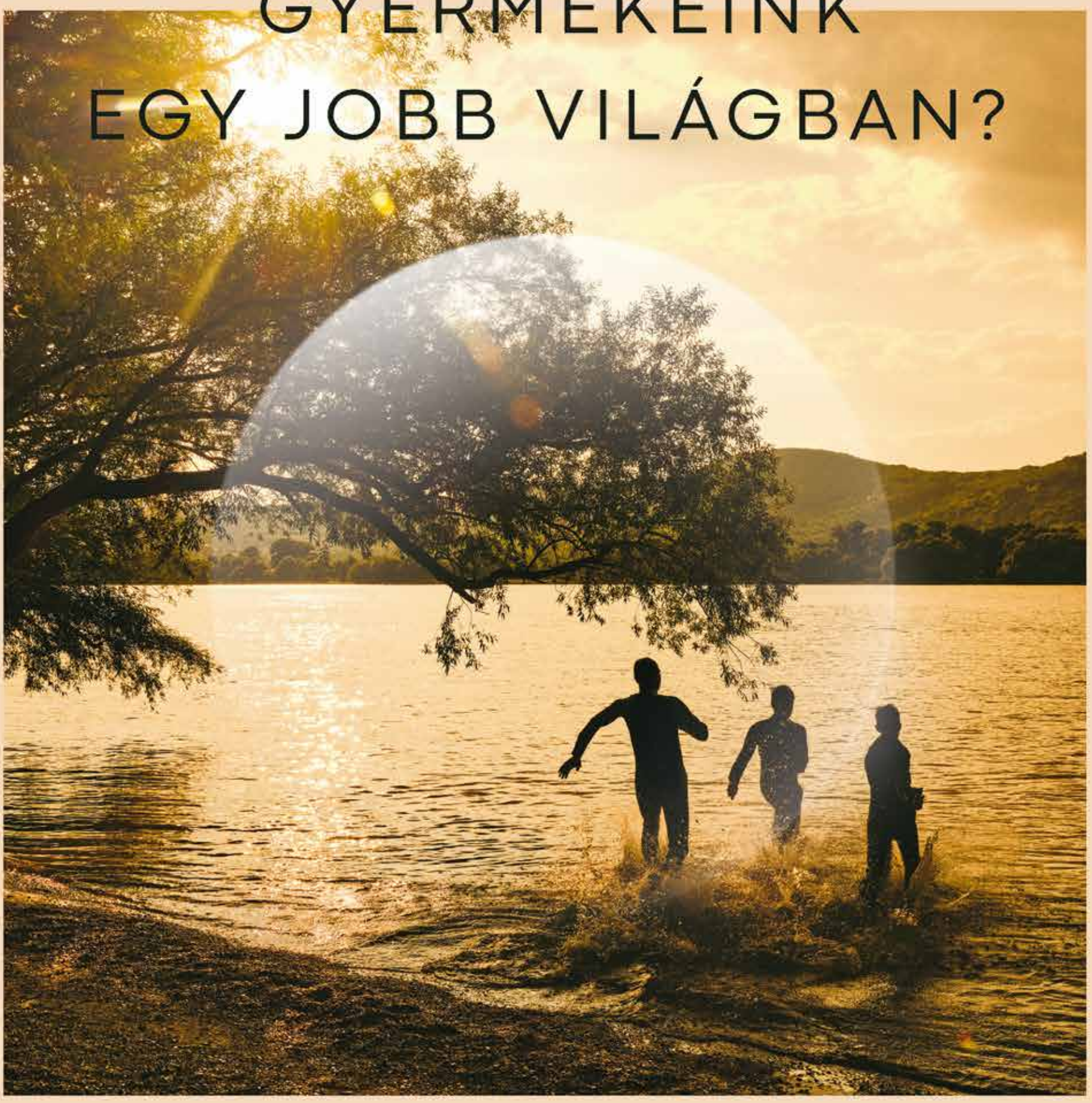
Pillanatok alatt elkészíthető édesség

Egy gazdagabb változat szerint a zabpehely egy részét kókuszreszelékkel helyettesíthetjük (20 dkg zabpehelyhez 5 dkg kókuszt keverünk), és 10 dkg durvára vágott diót vagy mogyorót is adunk hozzá, sőt 5 dkg mandulával és 8 dkg étcsokoládéval is gazdagíthatjuk. Ezt is kivajazott tepsiben sütjük meg, melegen szeleteljük, hidegen szedjük ki.

A belevalók sora tovább is variálható: kerülhet bele apróra vágott szárított füge és alma, ízesíthető gyömbérrel és fahéjjal, sőt búzapehelyből is készíthető. Van olyan angol háziasszony, aki szerint akkor lesz igazán jó a flapjack, ha méz helyett is barna cukrot teszünk bele. Ha pedig valami csoda folytán maradna belőle, jól záródó fémdobozban 3-4 napig friss marad.

Pákozdi Judit

HOGYAN ÉLHETNÉNEK GYERMEKEINK EGY JOBB VILÁGBAN?



Duna, Szentendrei-sziget, Magyarország

A fenntarthatóságért tenni egyet jelent azzal, hogy egyaránt gondolunk a bolygónk és gyermekeink jövőjére.

Elsőként Budapesten rendezzük meg Közép-Európa legnagyobb, fenntarthatósággal foglalkozó kiállítását, ahol kézzelfogható megoldásokat mutatunk a fenntartható hétköznapokhoz.

PLANET
BUDAPEST 2021

SUSTAINABILITY EXPO AND SUMMIT
FENNTARTHATÓSÁGI EXPÓ ÉS VILÁGTALÁLKOZÓ

2021. november 29. – december 5. —— Budapest, Hungexpo
Közönségprogramok november 30-tól.

www.planetbudapest.hu

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

SZOLGÁLTATÁS

ABLAK, AJTÓ, REDŐNY

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

REDŐNY-, reluxa-, harmonikaajtó-, szalagfüggöny-, napellenző-, szúnyogháló-, függönykarnis-javítás, -készítés. 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: szobafestést, mázolást, tapétázást, csempézést, gipszkartonozást, szőnyegpadlózást, víz-, villanyszerelést, nagytakarítást, parkettázást, favágást, ács–alpinista-, 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.

BÚTORKÁRPITOZÁS. 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

GYAKORLOTT, IDŐS GONDOZÓNŐ eltartási szerződést kötne, ápolással, együtt lakva. Tel.: 06-20/2249-590.

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

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

LEINFORMÁLHATÓ, BEJEGYZETT könyvvizsgáló életjáradéki szerződést kötne, ott lakás nélkül, anyagi háttérrel. 06-30/990-0053.

ingatlanROBOT ingatlan hirdető portál

FIATAL, ÉRTELMISÉGI HÁZASPÁR életjáradékot fizetne. Keressen bizalommal: 06-70/252-48-97.

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, mikrosütő és háztartási kisgép javítása. Telefonszám: 249-3678, 06-20/961-4400.

HŰTŐGÉPJAVÍTÁS! Lehel, Zanussi, Gorenje, Whirlpool és Elektrolux hűtők szakszervize. Kiszállás 3 órán belül! Hétvégén is! 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, ereszcsatorna-tisztítás hegymászó technikával, reális áron, referenciamunkákkal. 426-5000, 06-30/942-6500, a@prodive.hu

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

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

FAVÁGÁSSAL, alpin favágással, telekrendezéssel, kertészettel kapcsolatos munkák elvégzése. Tel.: 06-70/617-7940.

FAANYAGVÉDELEM. Elérhetetlen faszerkezetek, ereszaljak, oromdeszkák, faanyag védelme alpin technikával is. Korona Alpin Kft. 06-30/952-6096, petranyialpin@gmail.com

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

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

ingatlanROBOT ingatlan hirdető portál

FAVÁGÁS ALPINTECHNIKÁVAL! Vállalunk faápolást, metszést, gallyazást, fakivágást, bozótirtást, ereszcsatorna-takarítást, veszélytelenítést alpin technikával. Korrekt árak, szakszerű munka, díjmentes felmérés Budapesten. Kapcsolat: Korondi Áron, 06-70/413-9959.

VÁLLALUNK HÁZIKERTGONDOZÁST, zöldfelület-karbantartást, favágást, faápolást kötéltechnikával, őszi diófametszést, illetve egyéb kerti munkálatokat. Hívjon bizalommal. 06-20/357-5881.

KÖLTÖZTETÉS, LOMTALANÍTÁS, SITTSZÁLLÍTÁS

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

KÖLTÖZTETÉS, fuvarozás! Gyors ügyintézéssel, precíz munkavégzéssel. Igény esetén kartondobozt biztosítok! Lomtalanítást is vállalunk. T.: 06-70/214-4235. T.: 280-2542.

KŐMŰVESMUNKÁK

HEGYMÁSZÓ TECHNIKÁVAL: műkövezés, vakolás, festés, tető-, csatornajavítás, -szigetelés, ereszcsatorna-tisztítás. 426-5000, 06-30/942-6500. a@prodive.hu

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

LAKÁSSZERVIZ

LAKATOS, zárcsere, kerítés, korlát, rács, rácsos ajtó, féltető, úszó- és tolókapuk javítása, ajtóbehúzók cseréje, aknafedések, épületlakatos-munkák. 06-20/380-8988.

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

SZOBAFESTÉS, tapétázás, mázolás, parkettacsiszolás, laminált lerakás. Pap Gábor: 06-30/942-4735, 360-2345. www.festes-tapetazas.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 bádogos munkákkal együtt, garanciával, referenciával. Zsindelytetők javítása és készítése. 06-1/783-3803, 06-20/471-1870.

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

SZOBAFESTÉS, mázolás, tapétázás bútormozgatással. Parkettacsiszolás, aljzatkiegyenlítés, PVC-, szőnyegpadló-lerakás. Minőségi, precíz munka mérsékelt árakon. (Alapítva: 1998.) Csapó György. Tel.: 06-30/780-6430, 06-1/229-5694. www.festesma.iwk.hu

FESTÉST, BURKOLÁST, kisebb-nagyobb kőműves munkákat vállalok. Zernyi Patrick. Tel.: 06-20/983-8391.

LAKÁSFELÚJÍTÁS, SZOBAFESTÉS, tapétázás, parkettázás, csempézés, vízszerelés, villanyszerelés, kőműves munkák garanciával. Halász Tibor. Tel.: 202-2505, 06-30/251-3800.

GENERÁLKIVITELEZŐKÉNT teljes körű lakásfelújítást vállalok, 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.

TETŐFEDŐ BÁDOGOS ácsmester, lapostető-szigetelés, plusz anyagot is biztosítok. Tel.: 06-20/281-2547.

TETŐDOKTOR
Régi, hajlott tetők javítása, cseréje, beázáselhárítás, bádogozás, Lindab tető, új tető cserepezése, kisebb javítások, SOS munkák:
06-30/622-5805,
06-20/492-4619

TAKARÍTÁS

BEJÁRÓNŐ. 900 Ft/óra. Tel.: 06-30/127-4152.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

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

TAKARÍTÁST VÁLLAL 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. Viszszahívom. Telefonszámom: 06-20/500-5149.

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

LAKÁSOK KIS- ÉS NAGYTAKARÍTÁSÁT vállalom, gyors, precíz munkavégzés. Referenciával rendelkezem. Ónodi Szilvia, 06-30/090-5448.

TÁRSASHÁZAK

TÁRSASHÁZKEZELÉS, közös képviselet korrekt, megbízható módon, referenciákkal. 274-6135, 06-70/561-1174. E-mail: flotthometeam@gmail.com. www.tarsashazkezelobudapest.hu

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

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

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

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

VÍZ, GÁZ, VILLANY, FŰTÉS

HEGYVIDÉKI VILLANYOSZTAG kiváló referenciákkal, garanciával vállalja családi házak, lakások, társasházak belteri és kültéri villanyszerelését. Ügyfélbarát hozzáállás, lelkiismeretes munkavégzés. Forduljon hozzánk bizalommal! Elérhetőségeink: 06-30/400-2718, henrik.kiss@villanyosztag.hu. www.villanyosztag.hu

GÁZKÉSZÜLÉK-GYORSSZERVIZ. FÉG cirkó, gázkonvektor, vízmelegítő, gázkazán, kombi cirkó javítása. Vízvezeték-szerelés. Tel.: 06-70/294-9915.

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

VILLANYSZERELÉS AZONNAL! Hibaelhárítástól a teljes felújításig. Petrás József villanyszerelő mester. Tel.: 246-9021, 06-20/934-4664. ELMŰ-ügyintézés.

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

VILLANYSZERELŐ vállal hibaelhárítást, felújítást, elektromos tűzhely beüzemelését, bojler javítását, vízkőtelenítést, elektromos fűtés kivitelezését. 06-70/432-2962.

ingatlanROBOT ingatlan hirdető portál

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

LAKÁS/INGATLAN/ BÉRLEMÉNY

„BUDAVÁR '89" Ingatlanközvetítő Magániroda! 201-7719, Zwillinger.

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 diplomata és külföldi ügyfelei és családjaik részére. Tel.: 326-0618, 06-20/974 0571.

XII., KISSVÁBHEGY csendes, zöldövezeti utcájában, 1970-es években épült, 2 emeletes társasház földszintjén eladó kiváló elosztású, 50 nm-es, 1 + 2 félszobás, erkélyes, összkomfortos lakás. BakosLak Ingatlan, I., Batthyány utca 32. Tel.: 06-1/326-0618, 06-20/974-0571.

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

DEÁK TÉRNÉL, Paulay Ede utcában 79 nm-es, felújított, emeleti, napos lakás 67 500 000 Ft. 06-70/523-1969. www.budaihegyek.hu

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. Kocsibeálló és nagy tároló is tartozik hozzá. Irányár: 62,6 M Ft. Tel.: 06-70/237-9030.

II. KERÜLET, Pasaréti úton belső kertre néző, déli fekvésű, 52 nm-es lakás kiadó. Tel.: 06-30/607-7242.

ingatlanROBOT ingatlan hirdető portál

NYARALÓT VAGY TELKET VENNÉK! Vízparthoz közeli nyaralót vagy telket vásárolnék. 06-30/452-5074.

ALSÓMOCSOLÁD A JÖVŐ FALUJA
www.alsomocsolad.businessdeals.info
Az év digitális faluja 2021.
www.falusiingatlan.hu
Infó:06-20-999-89-71

OKTATÁS

MATEMATIKATANÁR felkészít: 06-30/749-2507.

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

NÉMETTANÁR 25 év tapasztalattal online nyelvoktatást vállal. Korrepetálás, nyelvvizsga-felkészítés, gazdasági nyelv oktatása. A bemutatkozó óra ingyenes. Tel.: 06-30/602-0094. richterzsuzsanna36@gmail.com

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

NÉMETNYELV-OKTATÁS és korrepetálás kezdő és haladó fokon. Tel.: 06-30/948-0955.

MATEKTANULÁS félelmek nélkül, örömmel, általános iskolásoknak, gyakorlott pedagógussal a Lauder iskolánál. Felkészítés középiskolai felvételire. Franciatanítás középiskolások részére. 06-20/571-7554. 06-1/950-2285.

MATEMATIKAKORREPETÁLÁS középiskolásoknak online! Pótvizsgára, érettségire, középiskolai felvételire való felkészítés. Hiányosságok pótlása, felzárkóztatás. Matekozzunk örömmel, szorongás nélkül! Tel.: 06-20/273-7701.

EMELT SZINTŰ matematikaoktatás helyben általános és középiskolás fiatalok részére. Tel.: 06-20/459-9024. E-mail: educate@sznet.hu

ingatlanROBOT ingatlan hirdető portál

NÉMETOKTATÁS, korrepetálás kezdő és haladó szinten. 06-30/948-0955.

VEGYES

ELADÓ: neoreneszánsz bútor, 3 ajtós szekrény, sófa, komód, kis szekrény, zsúrkocsi, dohányzóasztal. Tartozékok: 1-6 mm, aranyozott tükör, 8 ágú csillár, 2 falikar. Költözés miatt áron alul eladó. Tel.: 06-1/213-5816.

ELADÓ: 2 személyes, ágyneműtartós, mintás huzatú rekamié. 2 nagy fotellel és egy dohányzóasztal. Költözés miatt olcsón eladó. Tel.: 06-1/213-5816.

IDŐS, BETEG ÉRTELMISÉGI keresi egy kezdő-középhaladó bélyeggyűjtő érdeklődését. Főleg európai országok, katalógus fél árán. 06-1/395-5326.

JÓGA BUDA SZÍVÉBEN, a Mechwart ligetnél (Erőd utca 16.) kezdőknek és haladóknak, babáknak és senioroknak. Bővebb info: hanumanjoga.hu, 06-20/481-2810.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

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

RÉGI JÁTÉKOKAT KERESEK! Nagyszüleid vagy saját 1990 előtti játékaidat megvásárolom! 06-30/991-0700.

RÉGISÉG

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

KELETI SZŐNYEG- ÉS MŰTÁRGYBECSÜS vásárol régi keleti szőnyegeket és műtárgyakat sérült állapotban is. Készpénzfizetéssel. Kiszállás díjtalan. Tel.: 06-30/456-3938.

ÉLNI ÉS ÉLNI HAGYNI. Megvásároljuk mindennemű régiségeit, hangszert, bútort, festményt, porcelánt, (kar)órákat, szőnyeget, ezüst és arany ékszereit, kitüntetéseket, herendi és Zsolnay tárgyakat, teljes hagyatékot. Díjtalan kiszállással. Bp. V. ker., Múzeum krt. 21. Tel.: 06-30/952-5991. 06-1/266-2235.

KÉSZPÉNZES FELVÁSÁRLÁS! Arany 14 900 Ft-tól, ezüst 350 Ft-tól, ékszereket, borostyán-korall, bizsukat, régi dísztárgyakat, herendi, Zsolnay, órákat stb. Teljes hagyatékot, régi pénzeket, érméket, kitüntetéseket. V. kerület, Szent István krt. 25. Tel.: 06-70/608-6082.

RÉGISÉGHAGYATÉKOK felvásárlása. www.antikbudapest.hu. Tel.: 06-20/932-6495.

BÖSZÖRMÉNYI ARANYHÁZ. Kp.-es felvásárlás. Tört, fazonarany, ezüst- és mindenféle antik tárgyak, hagyatékok, modern és antik karórák. Böszörményi út 16/b. www.boszormenyiaranyhaz.hu, 06-70/407-3898.

BÉLYEGGYŰJTEMÉNYT, régi pénzeket, képeslapot, könyveket, papírrégiséget, porcelánt, tárgyakat és régiségeket vásárolunk. VI., Andrássy út 16. H–Sz.: 10.00–17.00, Cs.: 10.00–19.00, P.: zárva. Tel.: 317-4757.

WWW.MAGYARANTIK.HU, régiség, teljes hagyaték felvásárlása: vitrin-, dísztárgyakat, ezüstneműket, ékszert, antik órákat, festményeket, bútorokat (koloniált is), csillárt, szőnyegeket, kitüntetést, pénzérmét, zongorát. Házhoz megyünk, készpénzben fizetünk. T.: 06-70/673-7787.

KIEMELT MAGAS ÁRON VÁSÁROLUNK! Festményeket, bútorokat, herendi, Zsolnay porcelánokat, könyveket, írógépeket, arany-, ezüsttárgyakat, teljes hagyatékot. Tel.: 06-30/234-6820. Címünk: 1013 Alagút utca 4.

ALMÁSI KATALIN készpénzért vásárol bútorokat, festményeket, órákat, dísztárgyakat, porcelánokat, varrógépet, írógépet, lemezeket, könyveket, csipkét, bizsukat, kitüntetést, régi pénzt, játékokat, kristályt, teljes hagyatékot, díjtalan kiszállással. 06-30/308-9148.

SZÉLL KÁLMÁN GALÉRIA és antikvitás, készpénzért vásárolok antik bútorokat, festményeket, herendi, Zsolnay porcelánokat, ezüst, bronz dísztárgyakat, órákat, tört és fazonaranyat, ékszereket, hagyatékot. Tel.: 06-20/310-0243. Üzletcím: Széll Kálmán tér 3. Web: www.szellkalmangaleria.hu

KÉSZPÉNZÉRT VÁSÁROLOK színházak, kastélyok részére is bútorokat, festményeket, dísztárgyakat, ezüstöket, réz-, bronztárgyakat, gyűjteményeket, szőnyeget, csillárokat, bizsukat, szőrméket, teljes hagyatékot. Díjtalan kiszállás! Tel.: 06-30/943-5583.

EMÁNUEL GALÉRIA VÁSÁROL azonnali készpénzért, díjtalan kiszállással, régi porcelánokat, étkészletet, antik ezüsttárgyakat, fali-, asztali, karórákat, teljes hagyatékot, aranyat, ezüstöt. Hívjon bizalommal a nap bármely szakaszában. Tel.: 06-70/420-7737.

FODOR UTCAI üzletbe keresünk: arany ékszereket (tört): 10 000–20 000 Ft-ig. Ezüsttárgyakat: 100–300 Ft-ig. Karórákat, Zsolnayt, numizmatika, festményeket, műtárgyakat. Tel.: 06-20/229-7774.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

MAGAS ÁRON VÁSÁROLOK gyűjteményembe XVI–XX. század közötti festményeket és teljes hagyatékot. Berger Ottó: 06-20/774-0948.

ARANY, EZÜST, RÉGISÉG felvásárlása Bp. legmagasabb árán! Böszörményi Aranyház, Böszörményi út 16. Tel.: 06-70/407-3898.

SZÍNHÁZAK RÉSZÉRE mindennemű régiségek felvásárlása készpénzben. Dísztárgyak, bútorok, festmények stb. Kiszállás, szakbecslés díjtalan. 06-30/419-2713. Diszkrét ügyintézés, korrekt árajánlat. www.antiklakberendezes.hu

MINDENNEMŰ RÉGISÉGET vásárolok díjtalan kiszállással. Teljes lakáskiürítéssel! Híradástechnikát, bakelitlemezeket, bútort, könyvet, kerámiát, porcelánt, bronztárgyakat, órákat, kitüntetést, papírrégiséget, pénzeket, játékokat. Pintér Nikoletta, 06-1/466-8321, 06-30/973-4949.

AZONNALI KÉZPÉNZÉRT VÁSÁROLNÉK festményeket, porcelánokat, kerámiákat, szobrokat, órákat, ezüstöt, dísztárgyakat, bútort, könyveket, varrógépet, csipkéket, valamint teljes hagyatékot. Értékbecslés díjtalan. Kérem, hívjon bizalommal. Kollár István. Tel.: 06-20/472-5952.

MÁRIA TERÉZIA GALÉRIA vásárol: régiségeket, arany ékszereket: 12 000–25 000 Ft/gr, ezüsttárgyakat, festményeket, bútorokat, porcelánt, karórákat, könyveket, teljes hagyatékot. Tel.: 06-20/229-0986.

ingatlanROBOT ingatlan hirdető portál

FIATAL HÖLGY RÉGI, angol porcelántárgyakat keres. Készlet vagy egy-egy darab is érdekel. Telefonszám: 06-20/463-8383.

MEGNYITOTTUK ÜZLETÜNKET! Vásárolunk: írógépeket, varrógépeket, könyveket, régi bundákat, festményeket, porcelánokat, karórákat-zsebórákát, arany ékszereket, ezüsttárgyakat. Teljes körű hagyaték felszámolása. II. kerület, Török utca 4. Tel.: 06-20/231-0572, 06-20/324-6562.

EGÉSZSÉG/SZÉPSÉG

MALIBU SZÉPSÉGSZALON. Új helyen, kellemes környezetben várja régi és új vendégeit a régi csapat, a megszokott színvonalon! Fodrászat, manikűr, műköröm, gyógypedikűr, kozmetika, 3D szempilla és sminktetoválás. Cím: XII., Kiss János altábornagy 32/a. Tel.: 06-30/372-4665. facebook.hu/malibuszalon

LÉZERTERÁPIA, reumatológia, akupunktúra, fogyasztás, szénanátha, gerincferdülés, csontritkulás, csípő- és térdkopás kezelése, fejfájásellátás, lumbágóügyelet, üzemorvosi vizsgálatok. Arcrevitalizálás biomasszázzsal. teledoktor.hu, lumbagougyelet.hu. 368-6349, 06-20/968-6886.

ÚJRA NYITUNK! Állapotfelmérések (kézi, gépi), talpmasszázs, fülgyertyázás, nyirok-, visszérterápia, mágneses biorezonancia, egyéni, számítógépes lúdtalpbetét-készítés, allergiabevizsgálás, -kezelés, gyógymasszázs, gyógytorna, kinesio tape. Bejelentkezés: 06-20/254-4633, 06-1/316-2596. www.vivientalpai.hu. 1024 Budapest, Fillér u. 10/a. Vivien Talpai Gyógycentrum.

CSONTKOVÁCS-akupresszőr Szilágyi Erzsébet fasor 51. alatt. Idegbecsípődések, ízületi blokkok, lumbágó-isiász megszüntetése. Térdblokkok, gerincsérvek, szédülések műtét nélküli, eredményes gyógyítása. Fülakupunktúrás fogyókúra. Dr. Garzó Péter természetgyógyász, 06-30/945-8477. www.drgarzo.segitek.hu

GYÓGYPEDIKŰR, KOZMETIKA (szempilla-, szemöldökfestés, gyantázás, arcmasszázs). Tel.: 06-30/206-4801.

SZAKÁPOLÁS, GYÓGYTORNA, rehabilitáció, gondozás, akár 24 órában. Mindezt otthonában. info@meoapolas.hu, 06-30/870-5287.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

SEGÍTSE SZERVEZETE ÖNGYÓGYÍTÓ FOLYAMATAIT! Reflexológia, Bowen technika, kínai asztrológiaelemzés. www.holisztikaszalon.hu, 06-70/967-9468.

TÁRSKERESŐ

NINCS TÁRSA? Velem megtalálja! Személyre szabott, színvonalas, diszkrét társközvetítés professzionális támogatással. Mándoki Györgyi. Tel.: 06-30/630-1136.

65-75 ÉVES, nem dohányzó, értelmiségi lelki társát keresi volt külkeres. Zenét, Balatont, biciklizést szerető nő. Tel.: 06-20/386-7828.

KÖNYV

ANTIKVÁRIUMUNK vásárol régi és új könyveket, teljes könyvtárakat, zenei gyűjteményeket (hanglemez, CD, DVD), papírrégiségeket (plakát, képeslap, grafika), kisebb dísztárgyakat (kerámia, porcelán stb.). Tel.: 06-20/922-0001, 06-1/266-3277.

ingatlanROBOT ingatlan hirdető portál

KÖNYVEKET, KÖNYVHAGYATÉKOT vásárol Vértesi Antikvárium! Díjtalan kiszállással. www.vertesiantikvarium.hu, 06-20/471-6410.

Rendhagyó volt az idei Hegyvidéki Olimpia

Mi volt a legjobb az idei Hegyvidéki Olimpián? A gyerekek szerint leginkább az, hogy megtartották. A tavalyi ötödikesek ugyanis már elkönyvelték, hogy lemaradnak erről az emlékezetes programról, amiről annyi izgalmas történetet hallottak a felsőbb évfolyamokra járó társaiktól.

„Kicsit szomorú voltam, amikor néztem a nyári olimpiát, mert arra gondoltam, nekünk bezzeg elmaradt, pedig az egész osztály nagyon várta. Aztán szóltak a tanárok, hogy szeptemberben mégis megrendezik, hát, annak nagyon örültünk! Sokat készültünk rá, de megérte, mert tényleg remekül szórakoztunk, kár lett volna kihagyni” – lelkesedett Dóra a többiek heves bólogatása közepette. Abban is egyetértettek, hogy még az ügyetlenebbek is jól érezték magukat, hiszen mindenki mindenkinek drukkolt, ha pedig nem sikerült valami, akkor sem történt semmi baj.

A diákokat köszöntő Gidófalvy Dénes XII. kerületi önkormányzati képviselő, az oktatási és kulturális bizottság elnöke Pierre de Coubertin, az újkori olimpia megálmodójának híres szavait idézte (nem a győzelem, hanem a részvétel a fontos), és így fogalmazott: „Ma minden versenytárs egyben bajtárs is, hiszen közös célért küzdötök, hogy az ép testben ép lélek filozófiáját megvalósítva harmóniában legyetek saját magatokkal.”

Ahogyan az a hellén időkben szokás volt, fellobbant az olimpiai láng, a versenyzők pedig görögül és magyarul is elmondták az ókori olimpiai himnusz és az eskü szövegét. Ezt követően vette kezdetét a futószámokból, valamint birkózásból, kislabdahajításból és távolugrásból álló viadal a Czakó utcai sporttelep füves pályáján. A résztvevők a könyvekből és a televízióból szerzett élmények után végre a valóságban is megtapasztalhatták az ókori játékok hangulatát és máig érvényes üzenetét, a versenyzés tisztaságának fontosságát.

Móczán Mónika, a Hegyvidéki Olimpiát szervező Hegyvidéki Szabadidősport Nonprofit Kft. vezetője elmondta, hogy ezúttal 7 iskola 14 csapatának majd’ 400 diákja öltötte magára a görög hagyományokat idéző ruházatot: „A gyerekek itt nem egymással versengenek, nincsenek helyezések, kizárólag önmagukat kell legyőzniük. Külön öröm számunkra, hogy a Gennaro Verolino Általános Iskola és Speciális Szakiskola, Diákotthon és Gyermekotthon is csatlakozott a programhoz, velük még inkább kiteljesedik ez az eszmeiség.” Hozzátette, hogy köszönet illeti a szülőket, akik nemcsak szurkolni jöttek el, hanem finomságokat is készítettek a gyerekeknek az iskolák számára felállított sátrakban.

„Rendhagyó a mostani, immár tizenegyedik Hegyvidéki Olimpia, mert normális esetben májusban kellett volna megrendezni, ám a vírushelyzet közbeszólt – beszélt az előzményekről Fonti Krisztina alpolgármester. – Láttuk a csalódottságot emiatt, hiszen a diákok várták ezt az alkalmat, sokat hallottak róla idősebb iskolatársaiktól, mi pedig nem akartuk megfosztani őket ettől az élménytől. Szerencsére az égiek velünk voltak, és jó időt küldtek erre a napra.”

Az alpolgármester szerint ennek a programnak a sportértékén túl más haszna is van, a gyerekek sok mindent átélhetnek a gyakorlatban abból, amit a hellén kultúráról tanultak. Saját maguk készítették a tunikájukat, a zászlókat, míg a tanórákon külön foglalkoztak az olimpia társadalmi, kulturális, gazdasági és kulturális hatásaival.

Nem véletlen, hogy mindenki nagyszerűen helytállt, így az összes induló megkapta a győzteseknek járó kerámiaérmeket. A díjak átadásával azonban még nem ért véget a nap, a gyerekek ugyanis hivatalosak voltak az egészséges gyümölcsökből összeállított ünnepi lakomára.

sm.

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
Foglalkozásokat csak iskolai tanulmányi időszakban tartanak, iskolai szünetekben nem!
Kedden 19.00–20.00
Helyszín: Testnevelési Egyetem, barakképület (Alkotás utca 44.)

AEROBIK – SZABADTÉREN
Hétfőn 18.00–19.00
Helyszín: a MOM Beach füves területén
Gyülekező: 17.40-kor a MOM Sport (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 labdarúgópályáknál)

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

TERMÉSZETJÁRÓ TÚRA
Október 16.: Visegrádi-hegység. Túravezető: dr. Arday Lajosné. **Találkozó:** 7.45-kor a Batthyány téren, a HÉV-nél (jegyet Pomázig kell venni). **Indulás:** 7.58-kor Szentendrére, Pomáztól autóbusszal. **Útvonal:** Kétbükkfa-nyereg–Dobogókő–Szakónyereg–Téry úton Dömösre–Prépostság. **Távszint:** 14 km, + 200 m, – 350 m. **Érkezés Budapestre:** 17.00 óra körül. **Költség:** 1500 Ft.

HARCMŰVÉSZETI EDZÉSEK
Wing Tsun kung-fu-edzéseket tartanak hétfőn és csütörtökön 18.30–20.00 óráig a BGSZC Budai Középiskolában. Cím: XII., Márvány utca 32.

„Edzések vannak, még akkor is, ha 8 fokos a Balaton”

Ha valaki igazán szeret egy sportágat, nem lehet akadály számára a távolság. A Tamási Áron iskolába járó testvérpár, Kertész Lóránd és Kertész Ágoston hónapokat tölt el edzésekkel a Balatonon, hogy egyre jobb eredményeket érjen el vitorlázásban.

– Nektek is a Balatonnál kezdődött?

Kertész Ágoston: Pontosan! Sokszor nyaraltunk ott, láttuk a vitorlázókat és a kis hajókban ülő gyerekeket. Nagyon tetszett mindkettőnknek. Aztán a szüleink beírattak minket Zánkán egy vitorlástáborba, ahol megismerkedtünk a legkisebb gyerekhajóval, az optimisttel és egy fantasztikus vitorlásedzővel. Ott szerettük meg igazán ezt a sportágat, és mondtuk a szüleinknek, hogy szeretnénk még több alkalommal vízre szállni. Így kerültünk a következő nyáron egy balatonfüredi klubba, ahol egy kétszemélyes hajóba ültünk be.

– Az idősebb testvér is ösztökélte a kisebbet, vagy erre nem volt szükség?

Kertész Lóránd: Nem volt erre szükség. Mindketten elszántak voltunk, hogy megtanulunk vitorlázni. Láttuk a többi korunkbeli gyereket, aki már évek óta edzett, hogy mennyire ügyes. Bizonyítani akartunk magunknak, hogy ezt mi is meg tudjuk csinálni.

– A vitorlázás lehet sport, lehet hobbi. Nálatok minek indult?

Ágoston: Amikor beültünk a kétszemélyes hajóba, és edzésre kezdtünk járni, akkor már nem hobbi volt. Márciustól hétvégén edzések vannak, még akkor is, ha 8 fokos a Balaton. A nyári szünetben majdnem minden héten tréningezünk. Aki pedig edzésre jár, annak el kell indulnia versenyeken és a magyar bajnokságban.

– Azért is kérdeztem, mert sokan vitorláznak, kevesebben versenyeznek, és még kevesebben lesznek valódi versenyzők.

Lóránd: Általában mindig az utánpótlásból kerülnek ki a felnőttversenyzők. Így van ez a vitorlázásban is. Felnőttként meg lehet tanulni vitorlázni, elindulni versenyeken nagy hajókkal, de valódi versenyzők csak azokból lesznek, akik gyerekkorban kezdik, kis hajóban. Itt, a balatonfüredi klubban fantasztikus sportolók kezdték a pályafutásukat. Többek között az idei olimpián elinduló Érdi Mária és Vadnai Benjámin. Az ő példájuk komoly lökést ad mindannyiunknak.

– Milyen hajóval versenyeztek?

Ágoston: A gyerekek általában az optimistben kezdenek hat-hét évesen. Mi ezt a hajót csak a táborból ismerjük, nem versenyeztünk benne. Ezután lehet a korábban említett kétszemélyes hajóba, az Rs Fevába átülni, vagy a szintén kétszemélyes 29er típusba, ami igen gyors, és megtanulhatók rajta a modern vitorlázásban alkalmazott vitorlabeállítási stratégiák.

Kertész Ágoston: „Sokat kell még tanulnunk a versenyzési taktikákról”

Aki inkább egyszemélyest szeretne, az ILCA típust választhatja, amiben mi is ülünk jelenleg.

– Mit kell tudni erről a hajótípusról?

Lóránd: Ez tulajdonképpen három hajóosztályt képvisel. A hajótest nagysága azonos, a különbség köztük a vitorla mérete. A legkisebb – 4,7 négyzetméteres vitorlával – az ILCA 4, amiben az 50-65 kilós gyerekek ülnek. Ezután következik az ILCA 6, 65-80 kilogramm testsúlyig. Ezzel versenyzek én. Érdi Mária ebben a típusban indult Tokióban. Ezután következik a hét négyzetméteres vitorlával szerelt ILCA 7, amiben a testvérem versenyzik. Ilyennel állt rajthoz az olimpián Vadnai Benjámin. Ezeknek a hajóknak nincs tőkesúlyuk, tehát a testünkkel kell egyensúlyban tartani a hajót. Rendkívül nagy fizikai erőre, felkészültségre van szükség.

FOTÓK: EDELÉNYI-SZABÓ VIKTOR

Kertész Lóránd: „Bizonyítani akartunk magunknak”

– Mennyire nehéz megtanulni a híres vitorlás csomókat, és pontosan mi ezeknek a jelentősége?

Ágoston: Egyáltalán nem nehéz megtanulni. Ráadásul csak néhány olyan csomó van, amit gyakran használunk, de azok nagyon fontosak. Ezeket el kell sajátítani az első vízre menetel előtt, nélkülük nem lehet biztonsággal hajózni. A legfontosabb tulajdonságuk, hogy nagyon erősen tartanak, nem tudnak maguktól kibomlani. Viszont kézzel könnyen kicsomózhatók.

– Mi a következő lépés a tanulásban?

Ágoston: Még mindig sokat kell tanulnunk a versenyzési taktikákról, arról, hogy a vízen pillanatok alatt fel tudjuk ismerni a szél erejének, irányának változásait. Az idén nyáron részt vettünk Horvátországban az ifjúsági Európa-bajnokságon, ahol ízelítőt kaptunk a tengeri körülményekből, valamint abból, hogy milyen az, amikor kétszáz versenyző indul egy viadalon. Sokat tanultunk, jó lenne jövőre is kijutni.

– Mit gondoltok, mik az erősségeitek, és miben kell még fejlődni?

Lóránd: A Balatonon általában a gyenge szeles vitorlázás technikáját lehet elsajátítani. Így abban elég jók vagyunk, de még mindig van hová fejlődnünk. Erős szélben fizikálisan kell nagyon bírni, ezért még több figyelmet kell fordítanunk a kondiedzésekre, hogy előre tudjunk lépni.

– Milyen eredményeitek vannak?

Lóránd: A Balatonfüredi Yacht Klubban versenyzünk, ahol az országban egyedülálló utánpótlásnevelés zajlik. Kitűnő edzők foglalkoznak velünk, és az előttünk járó sikeres versenyzők motiválnak minket. Ágó kétszer lett harmadik U17-ben a magyar bajnokságban, most szeptemberben pedig a magyar bajnokságban a felnőttek között negyedik és Európa Kupa-nyolcadik helyezést ért el a huszonöt indulóból. Én a 2020-as magyar bajnokságban U17-ben úgy lettem negyedik, hogy csak tizennégy éves voltam. Két hete a magyar bajnokságban bronzérmet nyertem U17-ben.

– Magyarországon mit csinál a vitorlázó télen?

Ágoston: Akkor a kondiedzés veszi át a főszerepet: futás, biciklizés, súlyzózás. Ilyenkor tudunk felkészülni fizikailag a következő szezonra. Emellett a hideg hónapokban is vannak külföldi edzőtáborok, ahová megpróbálunk kijutni.

– Nemrégiben óriási sikert ért el a magyar vitorlázósport, Berecz Zsombor ezüstérmet szerzett az olimpián. Mit szóltok az eredményéhez?

Lóránd: Óriási dolog, hiszen nemzetközi szinten a tengerrel rendelkező országokból érkező versenyzők állnak mindig az élen. Mi még nem találkoztunk Zsomborral, viszont tudomásunk szerint az olimpia után visszavonult, és edzőként szeretne a Balatonon dolgozni, így van esélyünk, hogy a tudását és a tapasztalatait átadhatja talán nekünk is. Reméljük, lesz még ilyen magyar siker, hiszen van három fantasztikus felnőttvitorlázónk ILCA-ban, akik éremesélyesek lehetnek a következő nemzetközi versenyeken. Természetesen mi is mindent megteszünk annak érdekében, hogy egyszer a legjobbak lehessünk, és a nyomdokaikba lépjünk.

-os

HEGYVIDÉK

Kiadja: Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat megbízásából a Hegyvidék Lapkiadó
Főszerkesztő: SCHILLINGER ERZSÉBET ✧ Felelős szerkesztő: STOFF CSABA ✧ Szerkesztőségi titkár: BOUSSEBAA AICHA ✧ Fotók: SÁRKÖZY GYÖRGY; a Hegyvidék Lapkiadó archívuma ✧ Tördelőszerkesztő: KOVENCZ PÉTER ✧ Cím: 1126 Budapest, Beethoven utca 2/a fszt. Telefon: 356-3446. Fax: 225-8868. **Internet: http://www.hegyvidekujsag.hu. E-mail: szerkesztoseg@hegyvidekujsag.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.aprohirdetesguru.hu/budapesti-keruleti-lapok/hegyvidek/ – Fizetési lehetőség: az interneten keresztül bankkártyával, vagy készpénzzel bármely bankfiókban, vagy banki utalással.✧
Kéziratokat, rajzokat, fotókat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza!