



NEWS FROM HEGYVIDÉK – PAGE 2

Posztumusz lett a Hegyvidék díszpolgára Ráday Mihály

A Hegyvidéki Önkormányzat posztumusz díszpolgári kitüntetésben részesítette Ráday Mihályt, az egy évvel ezelőtt elhunyt operatőrt és rendezőt, a Budapesti Városvédő Egyesület alapítóját, aki elévülhetetlen érdemeket szerzett az épített örökségünk megőrzése érdekében folytatott állhatatos munkájával. A díjat özvegye, Ruttka Andrea vette át Pokorni Zoltán polgármestertől a MOM Kulturális Központban rendezett ünnepségen.

„Nemcsak hagyományörző volt, hanem hagyományteremtő is” – jellemezte a díjazottat Pokorni Zoltán, aki úgy gondolja: az Unokáink sem fogják látni... című műsorát 1980-ban elindító Ráday Mihály azért válhatott egyfajta „intézménnyé”, mert televíziós személyiségként bátran tudta kezelni az ezzel járó ismertséget, nyilvánosságot, és nem élt vissza vele. Bár komoly sérelme volt, hogy harminc év után megszüntették a műsorát, túlélte ezt ő maga és a mozgalom is, amit létrehozott. A Budapesti Városvédő Egyesület, valamint a Város- és Faluvédők Szövetsége jelenleg is aktívan működik, a központjuk

itt, a Hegyvidéken, a Böszörményi úton található.

„Ráday Mihály megtalált valamit, ami egyre fontosabb lett az emberek számára – vélekedett a polgármester. – Ez a múlt megbecsülése, annak felismerése, hogy az életünk nemcsak térben létezik, hanem időben is. Egy történet részei vagyunk, és ezt a

életünk. Mihály erről tudott jól beszélni.”

Nagy Gergely építész, az ICOMOS (Műemlékek és Műemlékhelyszínek Nemzetközi Tanácsa) Magyar Nemzeti Bizottságának elnöke arról szólta, hogy Ráday Mihály a múltból fennmaradó, sokaknak apróságoknak tűnő értékekre hívta fel a figyelmet



Ruttka Andrea, Ráday Mihály özvegye Pokorni Zoltántól vette át a díjat

történetet tárgyák, épületek, kandelaberek, szobrok kapcsán újra és újra fel kell idézni, és el kell mesélni, mert így lesz teljes az

műsorával, és a rendszerváltás után, tizenhét éven át a fővárosi közgyűlés tagjaként is épített örökségünk megmentéséért küz-

dött. Képviselőként kezdeményezte a védett épületek helyreállításának támogatását, az így létrehozott fővárosi alappal értékes házak sokasága újulhatott meg. Neki köszönhetjük az Andrassy úti kandelaberek visszaállítását, vagy Róth Miksa hányódó gyűjteményének megmentését, és jelentős szerepe volt abban is, hogy megmaradhatott az utókornak az egykori zugligeti lóvasút végállomás-épülete.

„Az utóbbi három évtizedben a magyar műemlékvédelem megkezdhetetlen személyiségévé, véleményalkotójává vált” – jelentette ki az építész, aki Ráday Mihály népművelő szerepét is kiemelte. Mint fogalmazott, az elődeink által létrehozott csodákra és azok megbecsülésére irányította rá az emberek figyelmét. Nagy Gergely szerint kerületünk a Kovács J. honvédségi emlékműtörténeti borsóséges március 15-i ünnepségek hagyományán túl is sokat kapott Ráday Mihálytól, hiszen „mindazok, akikkel kapcsolatba került, más érzékenységgel, másképp látják saját környezetüket, és másképp fordulnak a saját múltjuk felé”.



Nagy szerepe volt abban, hogy megmaradt a Lóvasút épülete

„Nem az a típus volt, aki becsomagolja a mondandóját. Ezzel együtt nagyon szerettem a nyíltságát és az őszinteségét, amit én is gyakorlok” – mesélte férjéről Ruttka Andrea a Hegyvidék Televízió riportfilmjében, amelyet a díszpolgárávató ünnepségen nézhetett meg a közönség. Az özvegy lapunknak arról is beszélt, hogy a férje nagyon szerette és jól ismerte a XII. kerületet.

Kérdésünkre, hogy lesz-e folytatása azoknak a családi március 15-i megemlékezéseknek,

amiket Ráday Mihály több mint harminc évvel ezelőtt indított el a házuk mellett található honvédsírnál, Ruttka Andrea biztató választ adott. A járványhelyzet idején nem lehetett megtartani az eseményt, az idén pedig, a férje halála után nem sokkal, még nem tudott belevágni a szervezésbe. Megígérte viszont a barátainak, hogy a jövő évtől ismét lesznek március 15-i ünnepségek a Pethényi úton, Kovács J. sírjánál.

z.

Megújul a szántódi nyári tábor

Hamarosan teljes egészében megújulhat az önkormányzat szántódi tábora. A fejlesztés koncepciótervét részletesen bemutatta a tervek jegyző építésziroda a képviselő-testület legutóbbi ülésén, amin a kerületi lakbérrendelet és a parkolási rendelet módosítása is napirendre került.

Évről évre iskolások százai kapnak lehetőséget a Balatonparti vakációra a XII. kerület szántódi táboraiban. Az infrastruktúra, különösen a gyerekek elhelyezését biztosító, 1980-as években készült faházak állapota leromlott, ezért a Hegyvidéki Önkormányzat koncepciótervet készítetett a népszerű pihenőhely komplex megújítására.

A vázlatterveket jegyző Triskell építésziroda munkatársa, Turi Gergő a júniusi képviselő-testületi ülésen arról beszélt, hogy a régi,

külön álló faházak helyett új, sorházszerűen egymás mellé kapcsolt, könnyűszerkezetes lakóegységek készülnek, ezekben 8-10

fős, nagy légtérű szobákat alakítanak ki a gyerekeknek. A jelenlegi, lapos tetős főépületben ráépítéssel hat újabb szoba jönne létre, továbbá korszerűsíténi a meglévő étkezőteret, konyhát és a

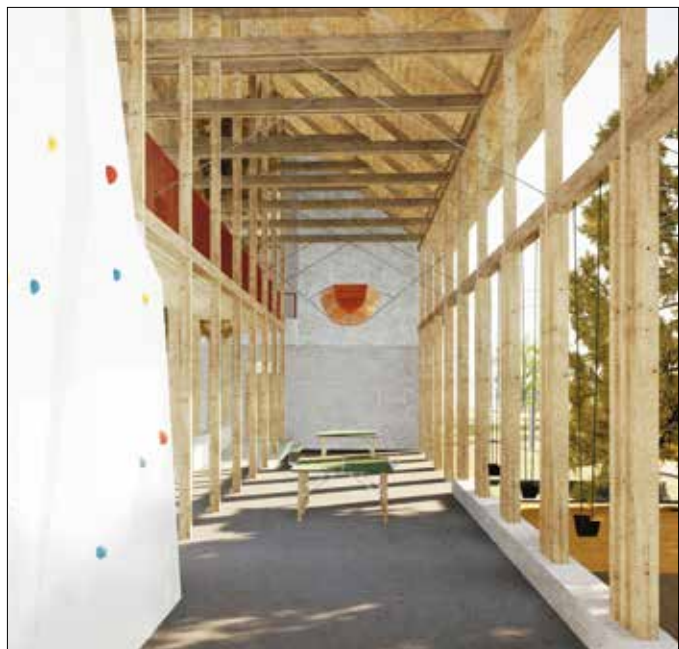
mosdókat. Emellett egy oldalról nyitott, csüszszerű ház épülne, amely mászófallal, pingpongpályával és közösségi programok megtartására alkalmas egyéb területekkel kínál majd komfortos teret a táborozóknak esős időben, valamint a legforróbb napszakokban is, amikor mindenki a hűvösebb, árnyékos helyeket keresi.

A férőhelyek száma nem változik, a továbbiakban is 110 diákot tud majd egyidejűleg fogadni, viszont sokkal magasabb minőségű, jobban használható lesz a tábor – egészítette ki az elhangzottakat Hapszné Tarcsafalvi Eszter főépítész. Pokorni Zoltán polgármester Vadász Gábor képviselő (Momentum) kérdésére elmondta, hogy a diákok szállása nem lesz fűthető, mivel erre tényleg nincs igény, így nem lenne értelme a jóval nagyobb anyagi ráfordításnak.

A várakozási övezetben lakók parkolási nehézségeinek enyhítése érdekében két fontos kérdésben is döntött a képviselő-testület. (Folytatás a 3. oldalon)



Nagy légtérű szobák kapnak helyet a tábor új épületében (látványtervek)



Nyitott, de árnyékos tér kialakítása is szerepel a tervben

Családias hangulatú marad a Hollósy Simon utcai játszótér

Vadonatúj, a reformkort felidéző, különleges játékok, megújuló növényzet és pihenőrészek – ilyen lesz a Hollósy Simon utcai játszótér a felújítás után. Egy fontos dolog viszont megmarad: a családias hangulat, ami védjegye ennek a házak között megbúvó, árnyas gyerekparadicsomnak, ahol a szülők is ugyanolyan jól érezhetik magukat. A „Hegyvidék fűtőcsője” program részeként már megkezdődött az átépítés. A fejlesztés részleteiről Sikota Krisztinát, a választási körzet önkormányzati képviselőjét kérdeztük.

– Kezdjük mindjárt a legfontosabbal: miért a szünidőben zajlik az építkezés?

– Jogos a kérdés, hiszen nyáron többen használják a játszótér, most viszont erre nincs lehetőségünk, ami számomra sem öröm. A munkakezdés oka, mondhatni, prózai. A fejlesztés, sok más mellett, a TÉR_KÖZ pályázaton elnyert támogatásból valósul meg, és az önkormányzatot köti a szerződés: októberig be kell fejezni az építkezést.

– Azt az építkezést, amit széles körű egyeztetés előzött meg.

– Ez valóban így van. Korábban megkérdeztük a környéken élőket, mi a véleményük a fejlesztésről, mit látnának szívesen. Többfordulós konzultációt tartottunk, először két kérdőívet lehetett kitölteni, aztán három fórumot rendeztünk. Fontos volt az önkormányzat számára, hogy a beruházás tényleg örömet okozzon azoknak, akik majd használják a játszótér. Annak nem lenne értelme, hogy kitálunk valamit, ami nem nyeri el az itt élők tetszését.

– Megfogadták a lakossági észrevételeket?

– Nyugodtan mondhatom, hogy sok minden megvalósul az ötletekből, például ezért lesz nagyobb a homokozó, mint a mostani. Azt is nagyon sokan kérték, hogy a játszószerkezőkre minden irányból rá lehessen látni, mert fontos, hogy a kisértők folyamatosan rajta tarthassák szemüket a gyerekeken. Gyakorló nagyma-



A játékok a reformkor és a Hegyvidék történeti örökségét mutatják be (látványterv)

maként ezt én is meg tudom erősíteni, különösen hogy a park leginkább a 2–10 éves korosztálynak készül, rájuk pedig fokozottan figyelni kell. A biztonságot növeli az is, hogy megszűnik az átjárás a parkon keresztül. Megmarad a pingpongasztal és a teveszobor, ezt is sokan kérték, valamint lesz egy gumiborítású „kismotorpálya”. Mivel ez a kicsik kedvenc járműve, azt hiszem, a sikere garantált. Volt

még egy folyton visszatérő felvetés, méghozzá az, hogy alakítsunk ki egy zöld, füves pihenőrészt, ahol akár a fűben is lehet heverészni. Támogattuk az elképzelést, mert ezzel egyfajta piknikhangulatot csempészünk a játszótérre, ami tovább erősíti a meglévő családi jellegét. Nem is lehet más a célunk, hiszen emiatt kedvelt igazán a Hollósy Simon utcai park.

– Nemcsak az elhelyezkedése miatt más ez a hely a többinél, hanem azért is, mert máshol még nincs történelmi játszótér – itt viszont lesz.

– Sokféle játszótérrel büszkélkedhet a Hegyvidék, most pedig ebben a tekintetben egy igazi különlegesség épül. A koncepció a reformkor és a Hegyvidék kulturális, technikai és történeti örök-

ségének bemutatása, természetesen a játékokon keresztül. Megjelenik majd a Lánchíd, az Alagút, a Kisfaludy gőzhajó, vagy éppen a fogaskerekű egykori gőzmozdonya. Ami a gyerekeknek mászás, bújócskázás, mozgás, az a szülőknek egy kis információszerzés is, mivel a kihelyezett QR-kódok segítségével számos érdekességet megtudhatnak. (Folytatás a 3. oldalon)

Art factory az Árkay-díj győztese

Novák Máté Lénárd kapta meg ebben az évben a Hegyvidéki Önkormányzat által alapított Árkay-díjat. A Hegyvidéki Kulturális Szalonban megtartott ünnepség alkalmat adott az Árkay-pályázat eredményhirdetésére is, amelyen Monti Elvira nyerte el az első helyet.

A Moholy-Nagy Művészeti Egyetem (MOME) végzős építészeinek támogatására hozta létre a Hegyvidéki Önkormányzat 2003-ban az Árkay-díjat. Az elismerést minden évben a legkiemelkedőbb mesterszakos diplomamunkát beadó hallgató érdemli ki. A nagy sikerű program 2014-ben az Árkay-pályázattal bővült, amelyre egy konkrét megvalósításra váró feladatra adhatnak be építészeti terveket a diákok. Ezúttal a Mátyás király úti Waldorf iskola bővítésére várt megoldásokat az önkormányzat.

Az idei díjátadón Hapszné Tarcsafalvi Eszter, a XII. kerület főépítésze köszöntőjében arról beszélt, hogy a pályázatokat elbírálók mindig friss építészeti gondolatokkal, kreatív ötletekkel találkoznak, ami szakmai szempontból különösen örömteli a főépítési iroda számára. Kovács Csaba, a MOME Építészeti Intézet igazgatója azt emelte ki, hogy a pályázat esetében komplex volt a feladat, mivel tanítási módszere miatt a Waldorf iskola eleve egy

különlegesség, ráadásul a szóban forgó hegyvidéki intézményben fejlődési nehézségekkel küzdő gyerekek tanulnak. Különleges a helyszín is, mert az épület az erdő közepén áll, változatos terepviszonyok között.



Novák Máté Lénárd kapta meg az idei Árkay-díjat

Az Árkay-díjjal kapcsolatban az igazgató elmondta, hogy a diplomák témaválasztása rendkívül sokszínű volt. Ezt a bírálók pozi-

tívan értékelték, azt pedig főleg, hogy az építészeti kérdésvetéseket mellett nagyfokú szociális, társadalmi érzékenység jellemezte a munkákat. Nem is csoda – tette hozzá –, mert az elmúlt években egyre inkább jellemző, hogy a hallgatók az építészeti segítségül hívva keresik a válaszokat az aktuális társadalmi problémákra.

Fonti Krisztina hegyvidéki alpolgármester elsőként örömet fejezte ki, hogy két év után végre nem az online térben, hanem sze-

lítani a prezentációkat – mondta az alpolgármester, aki szerint az egyébként is sokrétű témát tovább nehezítette, hogy a Mátyás király úti területet a Waldorf iskola csak bérli az önkormányzattól. Nyáron ott működik a kerületi napközis tábort, ahol naponta százánál is több gyerek tölti a vakációját. Gondtalan nyaralásukat pedig nem sértheti az iskola bővítése.

Emiatt sem lehet nagy szeleket kívágni a szabad területekből, sajnos azonban ezt a szempontot sok pályamunka nem vette elég komolyan – jegyezte meg Fonti Krisztina. A bírálóbizottság az értékeléskor kiemelten figyelt a funkciók összehangolására és a tábor zavartalan működésére. Az iskola bővítésének ugyanis úgy kell megvalósulnia, hogy a táborfunkció a lehető legkevésbé sérüljön.

A díjazott pályamunkák bemutatását a főépítész egy kis kitéréssel kezdte. Bejelentette ugyanis, hogy két pályázat nem volt teljes összhangban a kiírással, ám Füleki Dorottya és Szelevényi Oszkár munkája annyira magas színvonalú, hogy ezt mindenképpen el akarták ismerni külön dicsérettel a zsűri tagjai.

A beadott tervek értékelésekor arra figyeltek, hogy a bővítés lépéke arányos legyen a tervezési



A díjazottak és a Hegyvidéki Önkormányzat képviselői

programmal, a terv kihasználja az iskolaépület adottságait, érzékenyen reagáljon a természeti, környezeti, táji adottságokra, összhangban legyen a terepviszonyokkal, és az anyaghasználat reflektáljon az eredeti környezet adottságaira. Mindezek alapján a pályázat első díját Monti Elvirának ítélték oda, a második díjat Veres Dóra, a harmadikat Balogh Enikő kapta.

Ami a mesterszakos végzős hallgatókat illeti, a főépítész elmondta, hogy négy pályázat maradt fenn a végső rostán. Király Csenge Jolán, Kovács Áron és Váradi Botond tervei mellett Novák Máté Lénárd Art factory című

diplomamunkája emelkedett ki, amely végül kiérdemelte az Árkay-díjat.

A győztes az óbudai harisnyagyár épületének megújítására és a zárványszerű terület, valamint a környező beépítés közötti kapcsolódási pontok kialakítására tett javaslatot. A tervezett kiegészítések, hozzáépítések érzékenyen reagálnak a meglévő beépítés adottságaira, a belsőtéri világ pedig összhangban van az ipari épületek karakterével és a funkcióval. A zsűri külön értékelt az építészeti terv magas színvonalú grafikai kidolgozottságát.

577.

News from Hegyvidék

Renewing playground. In connection with the „Main Street of the Hegyvidék” program, the renovation of the playground on Hollósy Simon Street begins, so it closes its gates for a while. Within the framework of the development the green space will be renewed, a community garden will be re-built, and unique games will be created that evoke the outstanding architectural and industrial history of the reform era. The main attractions will be play equipment modelled on the Chain Bridge, the first steamboat of Lake Balaton, the Kisfaludy steamer and the cog railway, which was opened in 1874.

Nostalgia trams start to run. The range of nostalgia trams in the capital has been extended with other trams in Buda. In addition to the N19, which runs from Deák Ferenc Square every weekend, the old trams will also be on the run once a month, marked N18, between Szent János Hospital and Csóka Street. During the summer, on 9 July and 13 August (Saturdays), we can get on the curiosities-counted electric cars on the N18 line.

Cardiological screening. On July 2, and then on August 6 (Saturdays) from 8 a.m. to 2 p.m., circulatory disease screenings can be taken at the Városmajor Clinic of Semmelweis University (68 Városmajor St.). The experts of the program, implemented in cooperation with the Hegyvidék Municipality, the SZÍVSN National Patient Association and the clinic, will measure blood pressure, blood sugar and cholesterol levels, and performs ECG tests as well. Tests are performed on an empty stomach. Pre-registration is required to participate, on working days from 10 a.m. to 3 p.m. You can register by calling +36-20/825-8084.

Prom on the terrace of the Salon. Free classical music and jazz concerts await the audience in the City Hall Square, in the area in front of the Hegyvidék Cultural Salon from 7 p.m. As part of the Musical Budapest pro-

gram series, the Campanelli Chimes Ensemble will perform on 30 June, the Capriccio String Quartet on 7 July, and on 14 July József Fritz (clarinet) and Pál Gáspár (banjo, vocals) playing swing music. On Saturdays from 10.30 to 12.30, visitors can take part in interactive instrument shows and fairy-tale concerts.

Silent films with piano accompaniment. A series of silent films will be launched at the Lóvasút Cultural and Event Centre (64 Zugligeti Rd) on July 5, at 7 p.m., the romantic drama *The Temptress* (1926) will be shown, starring Greta Garbo. The cinemafilm is accompanied by Miklós Dániel Répászky on piano. Entry is free of charge, but registration tickets must be purchased on the lovasut.jegy.hu page.

Movies in English. The animated family comedy *Minions: The Rise of Gru* will be shown at CinemaMOM (53 Alkotás St.) from 30 June, and the superhero film *Thor: Love and Thunder* from 6 July.

Ron Carter Foursight. Jazz legend Ron Carter steps on MOMkult (18 Csörsz St.) stage on July 5, at 8 p.m. The 85-year-old jazz bassist played with some of the world's best-known musicians during his career, including Antonio Carlos Jobim, George Benson, James Brown and Stan Getz. He was a member of Miles Davis' legendary Classic Quartet for five years. This time he will play with his own quartet, Foursight, Renee Rosnes on piano, Jimmy Greene on tenor saxophone and Payton Crossley on drums.

Musical poems. The musical poems of Samuel Beckett, Dezső Tandori, Yves Cantine, Lajos Kassák in German, French, English and Hungarian can be heard in the performance of Albert Márkos, cellist, composer and a singer arriving as a surprise guest on 8 July from 7 p.m. at the Hegyvidék Cultural Salon (2 Törpe St.). Entry is free of charge.

„SZÍVSN A KERINGÉSI BETEGSÉGEK MEGELŐZÉSÉÉRT”

mozgalom a Hegyvidéken



A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat a kerületi felnőtt lakosság számára 2022-ben is elindítja azt a **prevenációs programot**, amellyel megelőzhető a **keringési betegségek** kialakulása, és lehetővé válik a már fennálló betegségek mielőbbi kezelésének megkezdése a kialakított, stabil betegút segítségével.

A Hegyvidéki Önkormányzat az elmúlt évekhez hasonlóan a SZÍVSN Országos Beteggyógyászati Intézzel, valamint a Semmelweis Egyetem Városmajori klinikájával együttműködve biztosít rizikófaktor szűréseket (vérnyomás-, vércukor- és koleszterinszintmérés, valamint EKG, két pozitív érték esetén további vizsgálatok történnek). A szűrések eredménye az értékelések után lesz átvehető, a SZÍVSN Beteg-szervezet szakmai bemutatkozását követően. A vizsgálatok éhgyomorral történnek, folyadékként vizet lehet fogyasztani. A vizsgálatra érkezők enni- és innivalót hozzanak magukkal.

A szűrőnapok időpontjai:

• 2022. július 2., szombat	08:00 - 14:00 -ig
• 2022. augusztus 6., szombat	08:00 - 14:00 -ig
• 2022. szeptember 3., szombat	08:00 - 14:00 -ig
• 2022. október 1., szombat	08:00 - 14:00 -ig
• 2022. november 5., szombat	08:00 - 14:00 -ig
• 2022. december 3., szombat	08:00 - 14:00 -ig

A szűréseket előzetesen telefonos bejelentkezéssel tudják az érdeklődők igénybe venni az aktuális szűrést megelőző két hétben.

Telefonos bejelentkezés: Gyűge Mariannál munkanapokon 10-től 15 óráig. **Telefonszám:** 06 (20) 825-8084

A vizsgálatokra a Semmelweis Egyetem Városmajori Klinikáján kerül sor (1122 Budapest, Városmajor utca 68.). A helyszínről pontos tájékoztatást a szűrés hetében adunk.

TÖRÖDJÖN EGÉSZSÉGÉVEL, A KERINGÉSI BETEGSÉGEK MEGELŐZHETŐK!



Are you a foreign citizen living in Hegyvidék?

To receive English-language newsletters about the most important local information, register here:

hegyvidek.hu/english/newsletter

HEGYVIDÉK MUNICIPALITY
www.hegyvidek.hu

Útzár a Böszörményi úton

A BBSZ Ingatlan 2022 Kft. az alábbi közleményt jelentette meg a honlapján: „A Böszörményi út 20–22. (hatemeletes) épület felső szintjeinek bontása idején kiterjesztjük a biztonsági zónát. Az

fog jární), a biztonsági kerítéssel elzárt területen belülré kerülnek a sínek is. A Böszörményi út páratlan oldalán a járdán a gyalogosközlekedés végig biztosított lesz, a 102-es, valamint a villamospótló



építési hatósággal és a BKK munkatársaival történt egyeztetés alapján július 4. (hétfő) és július 8. (péntek) között továbbra is tilos megállni a Szoboszlai utca mindkét oldalán a bontási munkálatok végéig, valamint a Böszörményi út mindkét oldalán a Királyhágó tér és a Beethoven utca között.

Ezeket a napokon **9 és 15 óra között** teljes útzár lesz érvényben ezen a szakaszon (a villamos sem

autóbuszok is közlekedni fognak a szabadon maradt úttesten. A Szoboszlai utcai házakat ebben az időszakban csak gyalogosan lehet megközelíteni.

Ezeket a napokon **reggel 9 óra előtt és délután 15 óra után a jelenlegi forgalmi rend lesz érvényben:** azaz jár a villamos és az autóforgalom is. Türelmüket és megértésüket ezúton is köszönjük.”

Adománygyűjtés menekülteknek



Az Aura Autistákat Támogató Közhasznú Egyesület és a Budapesti Filharmoniai Társaság zenekarának művészeiből alakult vonósnegyes tagjai jótékony koncertet adtak az ukrainai háborús menekültek megsegítése céljából húsvétkor. Az összegyűlt pénzből vásárolt adományokat a Hegyvidéki Szociális Központba juttatták el az egyesület tagjai, és az önkormányzat munkatársai vitték el a határhoz, a nagydobronyaiaknak.

A Hegyvidéki Önkormányzat honlapjának címe: www.hegyvidek.hu

Csökken a bűncselekmények száma a Hegyvidéken

„A bűncselekmények száma egész Budapesten és itt, a Hegyvidéken is drasztikusan csökkent. A kiváló eredmény nemcsak a rendőrség, hanem a Hegyvidéki Rendészet és a polgárőrség munkájának is köszönhető, de a lakosság szerepéről sem szabad megfeledkezni. Ha valaki a saját értékeinek megóvása érdekében megteszi legalább a minimális intézkedéseket, nagyban hozzájárul, hogy a bűncselekmények száma se történjenek” – összegezte a XII. kerületi bűnügyi helyzetét és annak hátterét Sztanyó István rendőr alezredes a kerületi rendőrkapitányság által szervezett közbiztonsági fórumon.

A kapitányságvezető kiemelte, hogy a lopások száma tavaly 182-re csökkent az egy évvel korábbi 283 után, de ez sem tekinthető magasnak ahhoz képest, hogy volt olyan év, amikor 1800 ilyen jelle-

gű bűncselekményt regisztráltak a XII. kerületben. Mindössze két gépkocsilopás történt 2021-ben (2012-ben még 245 autót loptak el a Hegyvidéken), a gépkocsifeltörések ügyében pedig 15 esetben zártak le nyomozást a rendőrök, és ezek több mint felét sikerült felderíteni.

A lakásbetörések száma 47-ről 25-re esett vissza (korábban még közel 400 betörés volt), míg a rablások szintje alacsonyan maradt, tavaly és tavalyelőtt is 3-3 ilyen eset fordult elő, és az összes elkövető rendőrkézre került. A közlekedési balesetek száma mintegy 10%-kal növekedett 2020-hoz képest, ezzel együtt a személyi sérüléssel járó balesetek számában szerencsére csökkenés tapasztalható.

Racsek Gergő, a Hegyvidéki Rendészet munkatársa megemlítette, hogy a legtöbb bejelentés a

(Folytatás az 1. oldalról)

Kezdeményezi a fővárosnál a jelenleg 440 forintos parkolási óradíj 550 forintra emelését, a XII. kerület parkolási rendeletét pedig akként módosítja, hogy a 2022. szeptember 1-je után használatba vett új lakások után – ahol a jogszabály előírja a saját parkolóhely létesítését – ne lehessen kiadni kedvezményes lakossági várakozási hozzájárulást.

Pokorni Zoltán hozzátette, hogy a helyben lakók parkolását segítő benyújtottak a fővárosnak egy javaslatcsomagot, ami alapján a parkolóhelyek egyharmadát kizárólag az ott élők használhatnák esténként. Az úgynevezett rezidens parkolás rendszere már több pesti kerületben is elindult, a főváros azonban a XII. kerület esetében erre mindeddig nem adott engedélyt.

Módosította a testület az önkormányzat lakbérrendeletét, ennek alapján a költségvetés, valamint a piaci alapon bérbé adott lakások díja 10%-kal emelkedik 2022. szeptember 1-jétől. A 2013-ban megállapított szociális lakbérre mértéke nem változik. Új elem a rendeletben, hogy a Szent János Kórház pénzbeli ellenérték megfizetése nélkül jelölheti bérlőnek a dolgozóját, ha a lakhatása nem megoldott. Ez elvi lehetőség, a konkrét ügyekben a továbbiakban is a tulajdonosi és városfejlesztési bizottság hoz döntést.

Megtörtént az Észak-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzat (KÉSZ) módosítása, valamint a Dél-Hegyvidék KÉSZ és a Kissvábhegy KÉSZ kisebb hibáinak javítása. Kovács Gergely képviselő (MKKP) érdeklődésére Szabó-Kalmár Éva,

Megújul a szántódi nyári tábor

a városrendezési és főépítési iroda vezetője elmondta, hogy a Budakeszi út és az Árnys út találkozásánál lévő, évtizedek óta üresen álló kórház területe kétféle övezetbe tartozik. Az úgynevezett üzemevezett erdőterületi részen csökkent a beépítési lehetőség, míg a régóta kihasználatlan intézményi terület hasznosíthatóságát az önkormány-

nész, Mindszenty József életének és tevékenységének kutatója egykori lakóháza, a Csaba utca 8. szám alatti ház falán, Wass Albert pedig a Rácz Aladár úti gyógyszerár falán kaphat egy táblát. Utóbbira az író arcképe is felkerülhet plakett formájában.

A II. kerületi Hivatásos Tűzoltó-parancsnokság XII. kerületre

hetek. Hajdu Mária független képviselő korábbi javaslatára a tűzoltók kedvezményes úszási lehetőséget vehetnek igénybe a MOM Sportban.

A testületi ülés végén Kovács Gergely (MKKP) arra kért magyarázatot, miért jó a meghívásos közbeszerzési gyakorlat alkalmazása, azt látja ugyanis, hogy az önkormányzat mindig ugyanazoktól a szereplőktől kér ajánlatot, ami nem segíti a versenyt. Emiatt a Közbeszerzési Döntőbizottság nemrég szankciót alkalmazott, mert egy nap alatt több eljárás esetében is ugyanazokat kérte fel a XII. kerület ajánlattevőire.

Pokorni Zoltán az eddigi gyakorlatot helyénvalónak tartja, hiszen az elmúlt tizenhat évben közel 60 milliárd forint összegben írt ki közbeszerzéseket a Hegyvidéki Önkormányzat, és egyetlen eljárás sem indult ilyen ügyekben. Tavaly év végén egy napon, három egymástól különálló ügyben ugyanazt az öt céget kérték fel, hogy tegyenek ajánlatot. Emiatt 300 ezer forint összegű bírságot kaptak, aminek a költségét nem az önkormányzat, hanem az eljáró ügyvédi iroda viseli. A polgármester összehasonlításképpen megemlítette, hogy Ferencvárosban, ahol az alpolgármester a Magyar Kétfarkú Kutya Párt társelnöke, mintegy 30 millió forint bírságot szabtak ki az önkormányzat közbeszerzései miatt.

n.



zat elősegítette azzal, hogy bővíttette a lehetséges funkciók körét (most már akár lakófunkció is megvalósítható itt), ugyanakkor csökkentette az általános szinterületi mutatót.

A Hegyvidék és a Normafa név, valamint a nevekhez kapcsolódó logók használatához a továbbiakban online megjelenés esetén is engedélyt kell kérni az önkormányzattól. Ennek oka a polgármester tájékoztatása szerint az, hogy megtervezhető internetes oldalak létrehozásával egyesek visszaélnek az önkormányzat nevével, és ezt szeretnék szankcionálhatóvá tenni.

A testület ezúttal két emléktábla felállításához adta hozzájárulását. Mészáros István neveléstörté-

vonatkozó tűzvédelmi tevékenységéről Sebők Péter tűzoltó alezredes tartott beszámolót. A tűzoltó-parancsnok elmondta, hogy 2021-ben a Hegyvidéken 387 esetben kaptak riasztást, ezek közül 224 műszaki mentés és 163 tüzeset volt. Összesen 211 beavatkozást igénylő esemény történt, a többi esetben a jelzés tévesnek bizonyult, vagy már a kiérkezés előtt felszámolták az eseményt.

A Hegyvidéki Önkormányzat az elmúlt évben ötmillió forinttal támogatta a tűzoltóaktívait. Ebből az összegből lecserezték az öltözőszekrényeket, a dolgozók pihenését, feltöltődését segítő rekreációs helyiséget alakítottak ki, valamint jutalmazásokra is költ-

Családias hangulatú marad a játszótér

(Folytatás az 1. oldalról)

– Összesen hány játszószerkező készült?

– Tizennégy egyedi tervezésű, kézi festésű, fából készült játékkal gazdagodott a tér. Lesznek még billegő és rugós lovacskák, csúszdás mászóka, mérleghinta, négy hagyományos és egy fészekhinta, valamint homokozóasztal is. Nem hiányozhat az ivókút és az illemhely sem; akinek van kisgyermek, tudja, mennyire fontosak ezek.

– Alapvetően játszótérfejlesztés zajlik, de a növényzet felújítása is megtörténik. Erről mit lehet tudni?

– Nagyjából ezeröttszáz négyzetméter zöld felület újul meg a parkban. Több mint háromezeröttszáz élő, cserje és nyolc fa elültetése történik. Lényeges szempont volt, hogy ne kelljen kivágni fát, szerencsére ezt tudtuk tartani. Arról, hogy a növények szépen fejlőd-

jenek, automata öntözőrendszer gondoskodik, és aminek különösen örülök: négyszáz négyzetméternyi betontól szabadulunk meg! Nem szép, veszélyes is a gyerekek-

re, ráadásul a vizet sem engedi át – a beton nem való játszótérre.

– Mi lesz helyette?

– Ahol szükségtelen a szilárd talaj, ott sima zöld felület. Másol

vízáteresztő burkolatot telepít a kivitelező, a játszószerkező környezete pedig ütőcsillapító gumiborítást kap.

– A fejlesztés részeként a park közvetlen környezete is megújul.

– Igen! A játszótéren kívüli járdák zöld részei is megújulnak, továbbá a parkon kívül, de közvetlenül mellette működik egy közösségi kert, amit a lakók örökbe fogadtak. Ez megmarad, és a nagy sikerre való tekintettel a park területén egy másik, százhusz négyzetméteres közösségi kert gondozására is lehetőség nyílik a jövőben.

m.



Sikota Krisztina önkormányzati képviselő a felújítás alatt álló parkban



Váczi János és Sztanyó István tartotta a közbiztonsági fórumot

A SZERZŐ FÉLVÉTELÉ

ről évre aláírtasztják a XII. kerület kiemelten jó közbiztonságát. Mint fogalmazott, a kimagasló eredményekhez nagyban hozzájárul a rendőrség és a Hegyvidéki Rendészet szoros együttműködése, továbbá az önkormányzat által kialakított térfigyelő rendszer, aminek a részeként már több mint száz kamera üzemel kerületen belül.

Az elnök kitért arra is, hogy az önkormányzat a közrendvédelmi közalapítványon keresztül eszköz-támogatásokkal, lakbértámogatásokkal, jutalmazásokkal segíti a hegyvidéki rendőrkapitányságot. Mindemellett a közszolgálati apartmanházban, azaz a „Fecskeházban” biztosít szolgálati lakásokat a kapitányság több munkatársának annak érdekében, hogy ők is a hatékonyan működő állomány stabil tagjai maradhassanak.

k.

Mintapinty a Normafán

Vidám családi programmal búcsúzott a nevelési évtől a Normafa Óvoda és tagóvodája. A Mintapinty zenekar koncertje egyben a gyermeknapot is ünnepelte, az esemény pedig lehetőséget adott az évértékelésre **Doba Csilla óvodavezetővel.**

– Együtt ünnepelt az egész Normafa-család. Gyakoriatok az ilyen alkalmak?

– A két óvoda – a székhely- és a tagóvoda – szülői közösségének összekovácsolása érdekében több programot szerveztünk az utóbbi években, így Gryllus-koncertet, egészségnapot, a Portéka bábszínház, most pedig a Mintapinty zenekar fellépését. A csoportok

ket, az udvari játékokat. A közös élmények a kapcsolatok erősítését szolgálják.

– *Hogyan jött létre a mostani évzáró koncert?*

– A nevelőtestület mindig nyitott a Normafa Óvoda körzetébe, a csodaszép udvarra megálmodott programok megvalósítására. Mindenki hozza a saját ötleteit, múltbéli kapcsolatait. Így

átélhettük a nevelési évtől lezárásaként, még hozzá sokkal szélesebb körben. Velünk lehetnek a családtagok, még volt normafás gyerekeket is láthattunk a tapsolók között. A fellépéseket az óvodáinkban működő alapítványok támogatják. Az idén az Apró Kezek Alapítvány, tavaly az Ózike Alapítvány segítségével élhettük meg a kerti parti hangulatát. Itt említeném meg, hogy alapítványaink rendszeresen támogatják óvodáinkat a többi között a rajzkésztséget, valamint a mozgás- és értelmi képességet fejlesztő, a szakmai megújulást segítő eszközökkel.



Énekszóval, táncsal búcsúzott a Normafa Óvoda közössége az idei nevelési évtől

amúgy rendszeresen átjárnak a másik óvodába, ami lehetőséget biztosít a normafás gyerekeknek, hogy megismerjék a két óvoda különböző szokásait, környezetét, pedagógusait, a fejlesztőeszközö-

jutottunk el most is a Mintapinty-hez. Tavaly májusban egyszer már fellépett nálunk a zenekar, sajnos viszont a szülőket még nem lehetett meghívni az eseményre. Az akkor megélt jókedvet most újra

– *A Normafa Óvodában a német nemzetiségi nevelésre is lehetőség nyílik.*

– Valóban, német nemzetiségi csoportba is lehet jelentkezni nálunk. A sváb hagyományok apo-

lásához és a nyelvtanításhoz rendszeresen segítséget kapunk a Budapest Hegyvidék XII. kerület Német Nemzetiségi Önkormányzat és a Svábhegyi Hagyományörző Egyesület elnökétől, Kövesdiné Martin Nórától. A nyelvtanítás eszközeivel, továbbképzésekkel, a gyerekeknek és a pedagógusoknak sváb nemzetiségi öltözékek biztosításával járunk hozzá a munkánkhoz. Mi pedig évek óta lelkesen fellépünk az általuk szervezett hűsvéti és pünkösdi kerületi programokon.

– *Szeptembertől jelentős változások várhatók az óvoda életében.*

– Így igaz! A fenntartó úgy döntött, hogy az új nevelési évben kizárólag a székhelyóvoda épületében folytatódik az óvodai ellátás. Ezért aztán különösen fontos, hogy egyben tudjuk tartani a közösséget. Azon dolgozunk majd, hogy a Normafa Óvoda minden tagja, aprók, kicsik és nagyok, szülők és nagyszülők a munkatársainkkal együtt jól érezzék magukat; hogy a gyerekek biztonságos és nyugodt környezetben töltsék el óvodás éveiket, minden fejlesztési lehetőséghez hozzájutva.

mm.

Idős hegyvidékiek számítógépes oktatása

Újra indul a számítógépes képzés hegyvidéki időseknek a Hegyvidéki Szociális Központban (XII., Városmajor utca 16.). Egyszerre maximum 10-en vehetnek részt rajta, és legalább 6-an szükségesek a képzés elindításához. Időpontok: kedd–csütörtök kora délután.

Jelentkezés: Hegyvidéki Szociális Központ – 06-1/200-8712.

Pályázati felhívás

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat a tulajdonában álló ingatlanok bérbeadására pályázatot hirdet a **2022. június 28. napjától 2022. július 12. napjáig** terjedő időszakban.

A pályázható ingatlanok címe:

1. Bp. XII., Alkotás utca 21. szám alatti, 111 m² alapterületű helyiség,
2. Bp. XII., Városmajor utca 40. szám alatti, 74 m² alapterületű helyiség,
3. Bp. XII., Greguss utca 4. pszt. alatti, 77 m² alapterületű helyiség,
4. Bp. XII., Greguss utca 3. 1. ajtó alatti, 102 m² alapterületű helyiség,
5. Bp. XII., Böszörményi út 3/c szám alatti, 15 m² és 30 m² alapterületű helyiségek,
6. Bp. XII., Bán utca 6–8. pincészet alatti, 115 m² alapterületű helyiség,
7. Bp. XII., Győri út 12. fszt. 2. szám alatti, 19 m² alapterületű helyiség,
8. Bp. XII., Győri út 12. fszt. 5. szám alatti, 32 m² alapterületű helyiség,
9. Bp. XII., Tartsay Vilmos utca 16. as. 1. ajtó és 3. ajtó alatti, 36 m² és 32 m² alapterületű helyiségek,
10. Bp. XII., Kiss János altábornagy utca 26. 5. ajtó alatti, 44 m² alapterületű helyiség,
11. Bp. XII., Németszőlgyi út 12. fszt. 4. szám alatti, 29 m² alapterületű helyiség,
12. Bp. XII., Böszörményi út 19/a as. 1., as. 2. és as. 3. szám alatti, 43 m², 43 m² és 36 m² alapterületű helyiségek,
13. Bp. XII., Böszörményi út 19. as. 4., as. 5. szám alatti, 30 m² és 25 m² alapterületű helyiségek.

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 2022. július 12. napján 16.00 óráig nyújthatók be.** Az érdeklődők kérdéseire a polgármesteri hivatal vagyongazdálkodási irodájának dolgozói készséggel adnak felvilágosítást ügyfélfogadási időben vagy a 06-1/224-5943-as telefonszámon.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella jegyző



2022
JÚL
AUG

Július 08. 19.00 Versek négy nyelven

Egy igazán különleges performance, kompozíció-improvizáció-avantgarde-jazz-dada-chanson-fónikus költészet. Ezek a művészeti irányzatok ötvöződnék a duo formáció repertoárjában, amit Samuel Beckett, Tandoni Dezső, Yves Cantraine, Kassák Lajos német, francia, angol és magyar nyelvű szövegei tesznek még izgalmasabbá.

A projektet Márkos Albert mellett egy világszerte kedvelt énekesnő működteti...

Július 23. 19.00 Klassz.kamaralépcső
"Canciones Latinas"

Yasmine Levy és Silvia Perez Cruz legszebb dalai és egyéb kedvencek
Bojta Zsuzsanna énekesnő (Volver La Vida), a magyar klasszikus latin zene képviselője
Tóth Máttyás gitáros, a Made in New York Jazz Competition döntőse

Július 29. 19.00 „Hol van az a nyár?”

Előadó: Derzsi György színművész
Közreműködik: Balogh László gitárművész

Augusztus 05. 19.00 Big Bach Blues

Zenei időutazás az ókortól napjainkig
Előadó: Vázsonyi János szaxofonművész

Augusztus 13. 19.00 Klassz.kamaralépcső

Előadó: Demény Mihály harmonikaművész



HEGYVIDÉKI
KULTURÁLIS
SZALON

H-1124 Budapest,
Törpe u. 2.
tel: +36 (1) 202 2509
info@kulturalisszalon.hu
www.kulturalisszalon.hu

● kulturalisszalon

Jegyinfo//
díjtalan

Helyszín//
Szalon terasz

„LEGYEN A ZENE MINDENKÉ!”
Közös üzenet

Zenélő Budapest

HEGYVIDÉKI DALLAMOK

csütörtökönként 19 órától

Június 23. A tangó világa
Demény Mihály (harmonika) és Tóth Áron (zongora)

Június 30.
Harangjáték Együttes koncertje fuvolaszóval

Július 7.
Capriccio Vonónégyes koncertje

Július 14.
Fritz József (klarinét) és Gáspár Pál (bendzsó, ének)

Július 21.
Zsikó Zsuzsanna (ének) és Szokolay Dongó Balázs (népi hangszerek)

Július 28.
Ifj. Sárközy Lajos (hegedű) és Csik Gyula (cimbalom) koncertje

augusztus 4.
Fritz József (klarinét) és Gáspár Pál (bendzsó) swingkoncertje

augusztus 11.
Elek István (szaxofon) és Gyárfás István (gitár) jazzkoncertje

INGYENES KONCERTSOROZAT A KULTURÁLIS SZALON TERASZÁN

Művészeti vezető: GÓTZ NÁNDOR
facebook.com/zenelobudapest
www.zenelobudapest.hu

Alvókuckó a hegyvidéki babáknak

„Az elmúlt hat évben közel négyezer családnak jutott el a baba-csomag” – mondta el Fonti Krisztina alpolgármester annak kapcsán, hogy megújult az önkormányzat által 2017-ben útjára

sonló kezdőcsomagot a családoknak.

„Nagy büszkeséggel tölt el, hogy a fővárosi kerületek közül elsőként a Hegyvidék csatlakozott az országban egyedülálló családbarát pro-



Megújult a „Hegyvidéki baba vagyok” program

indított „Hegyvidéki baba vagyok” program. Ennek keretében minden XII. kerületi család ajándécsomagot kap az újszülött gondozásához szükségesekkel.

Mostantól immár huszonkét termék található a csomagban, olyanok, amikre a babának és a

ramunkhoz” – hangsúlyozta Huber Katalin, a babamamaturadokozó, a tulajdonosa, aki évek óta azon dolgozik, hogy az önkormányzatok közreműködésével minél több újszülött megkaphassa Magyarországon a védőnői javaslatra összeállított baba-mama csomagot. A háromgyermekes édesanya arról is beszélt, hogy a dobozban a babaápolási termékek mellett szoptatási útmutató, kuponfüzet, valamint a „Hegyvidéki baba vagyok” program emblémájával ellátott frottírkifogó és body is található.

A csomag az anyává válás és a gyerekek közötti egyenlőség jelképe Finnországban – magyarázta Huber Katalin, aki a doboz speciális funkciójáról is szólt. Tapasztalatai szerint sokan a nagyszülőkhöz viszik el az alvókuckót, vagy az utazóágyat helyettesítik vele. Később tárolásra is használható, a finn családok abban gyűjtik a gyermekeikhez kapcsolódó emlékeiket.



Több mint húsz termék van a csomagban

mamának szüksége van a kezdeti időszakban. Ráadásul a doboz, a benne lévő matracral együtt, kiságyként is használható. Az alvókuckó finn mintára készült, az észak-európai országban nyolcvanöt éve ad az állam ehhez ha-

Semmelweis-napi kitüntetések

Minden évben a Semmelweis-naphoz kapcsolódva köszönti a Hegyvidéki Önkormányzat a XII. kerület egészségügyi alapellátásában dolgozó szakembereket. Az idei ünnepség része volt a Hegyvidék Egészségügyi Ellátásáért Díj és a Polgármesteri elismerő oklevél átadása, valamint a nyugállományba vonuló kollégák búcsúztatása is.

Két év kényszerű szünet után ismét a megszokott módon ünnepelhette az egészségügyi dolgozókat a Hegyvidéki Önkormányzat. „Július elsején kétszázötven éve lesz annak, hogy megszületett Semmelweis Ignác. Két és fél évvel ezelőttig nem is gondoltuk volna, hogy a nevéhez fűződő higiénés kézmosás, a járványügyi intézkedések egyik alappilléreként, tömegeket ment meg, és menthet meg a továbbiakban is” – fogalmazott Fonti Krisztina alpolgármester Semmelweis-napi köszöntőjében.

Az egészségügyben dolgozók – tette hozzá – egész életünkön át végigkísérnek mindannyiunkat, igyekeznek segíteni, mindig ott vannak, ahol szükség van rájuk. Az utóbbi években is tették a dolgukat, még úgy is, hogy a járvánnyal kapcsolatos rengeteg feladatot megnehezítette a munkájukat. A Hegyvidéki Egészségügyi Központ és az alapellátás munkatársai részt vettek a lakosság és az önkormányzati intézmé-

fejlesztésekről is beszélt. Elmondta, hogy 2016 óta zajlik az a felújítási program, ami a házi- és gyermekorvosi rendelő modernizálását, komfortosabbá tételét tűzte ki célul: „Ahol kellett, bővítettünk, vagy felújítottuk a homlokzatot, a melléképületeket, máshol megoldottuk az akadálymentesítést. Mindezt azért, hogy a pácienseket és az itt dolgozókat a Hegyvidékhez és a huszonegyedik századhoz méltó körülmények fogadják.”

Mostanáig 12 helyszínen 16 rendelő újult meg. Az utolsó lépés a Szilágyi Erzsébet fasor 18. szám alatti háziorvosi rendelő kialakítása lesz, ami a homlokzatfelújítással várhatóan a nyár végére elkészül.

A kardiovaszkuláris betegségek megelőzése érdekében, a Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinikával együttműködve, újra elindult a SZÍVSN prevenciók sorozata. Júliustól decemberig minden hónap első szombatján lehet igénybe venni a szűrést, előzetes



Végre ismét együtt ünnepelhettek az egészségügyi dolgozók

nyek dolgozóinak tesztelésében, és segítséget nyújtottak az oltások beadásában is.

Fonti Krisztina az utóbbi években az önkormányzat finanszírozásában megvalósuló egészségügyi

bejelentkezéssel (részletek a 2. oldalon olvashatók – a szerk.).

Az önkormányzat bekapcsolódott a Zöld Környezet és Egészség című európai programba, aminek része a „zöld recept” is. Ennek lé-

nyege, hogy az orvos különböző mozgásformákat írhat fel betegeknek. A recept bemutatása után a Hegyvidéki Szabadidősport Központ munkatársai lehetőséget biztosítanak az adott sportág vagy mozgás gyakorlására. Egy régi program, a baba-mama csomag is megújult (erről ezen az oldalon olvashatnak részletesen – a szerk.).

A köszöntő után Fonti Krisztina dr. Harnos Andreával, az önkormányzat egészségügyi és szo-

tizede segít a védőnőképzésben, számtalan főiskolai hallgatót tanított. Komoly érdemei vannak abban, hogy a Normafa úti védőnői szolgálat és gyermekrendelő elnyerte a „családbarát szolgáltatóhely” címet.

Polgármesteri elismerő oklevelet vehetett át Rimai Lászlóné Rózsika háziorvosi asszisztens, aki 1987-ben Nagyszalontán végzett általános ápolói egészségügyi alapképzést. A következő évben



Dr. Tessényi Ildikó, Fonti Krisztina, Bukodiné Baumgartner Erzsébet és Rimai Lászlóné a díjtadó ünnepségen

ciális bizottságának elnökével, valamint dr. Varga-Kovács Emesével, a polgármesteri hivatal népjóléti irodájának vezetőjével közösen díjakat adott át az egészségügyben dolgozó szakembereknek.

A Hegyvidék Egészségügyi Ellátásáért Díjban részesült Bukodiné Baumgartner Erzsébet, aki 1983. augusztus 1-je óta dolgozik területi védőnőként a Normafa úti védőnői szolgálatnál, és szeptember 1-jén nyugdíjba vonul. Az elmúlt évtizedekben, ugyanazt a körzetet ellátva, számtalan hegyvidéki család életét egyengette, segítette. Nemzedékek nőttek fel a gondozása alatt, ma már egykori gondozottjait mint szülőket támogatja gyerekeik nevelésében. Napi munkáján kívül az elmúlt húsz évben rendszeresen tartott ingyenes babamasszázs-foglalkozásokat a XII. kerületben, valamint jelentős részt vállalt a helyiek részére szervezett egészségprevenciók programok lebonyolításában. Több év-

már a budapesti Sportkórházban dolgozott szakápolóként, majd 1989-ben szerezte meg felnőtt-szakápolói diplomáját. 2001. február 1-jétől háziorvosi szakasszisztens volt dr. Párty Éva háziorvosnál a Beethoven utca 8. szám alatti háziorvosi rendelőben, majd ugyanott 2014-től napjainkig dr. Árkay Emőke háziorvos munkáját segíti.

A díjak átadása után dr. Tessényi Ildikó háziorvos méltatása következett, aki ez év január elsején nyugállományba vonult. Először mentőorvosként dolgozott, majd a Szent János Kórház tüdőosztályára került tüdőgyógyász-ként. Közben – a tüdőgyógyász-szakvizsga mellé – további két szakvizsgát szerzett, belgyógyászatból és háziorvosstanból. Innen vezetett az útja a Kiss János altábornagy utcai háziorvosi rendelőbe, ahol huszonöt évig, 1996. május 1-jétől 2021. december 31-ig fogadta a betegeket.

MM.

Napközis táborral segít az Egyszülős Központ

Az egyszülős családok mindennapjait könnyíti meg a Magyar jakobinusok terén közösségi helyet működtető Egyszülős Központ. A nyári hónapokban ez kiegészül azzal, hogy jelképes részvételi díj fejében napközis tábort biztosít gyerekeknek és nyaralást akár az egész családnak.

Magyarországon mintegy 300 ezer egyszülős család félmillió gyereket nevel, és e családok több mint fele szegénységben él. Az elszigetelődés, az anyagi nehézségek, az ügyintézés, a munkahelyi problémák és a logisztika meg-

Nagy Anna, a központok vezetője elmondta, hogy a hegyvidéki helyszín nemrég nyílt meg, de a pesti oldalon már négy éve fogadják a segítséget kérőket. Mostanáig 26 ezer egyszülős családnak nyújtottak valamilyen támogatást,



Nemrég nyílt meg az Egyszülős Központ budai közösségi tere

szervezése jelentik a legtöbb gondot, éppen ezért az Egyszülős Központok elsősorban ezekre igyekeznek megoldásokat adni – hangzott el a Magyar jakobinusok terén lévő Egyszülős Központban megtartott júniusi tájékoztatón.

jelenleg több mint hetvenféle szolgáltatást tudnak biztosítani: egyebek közt krízishelyzetben történő segítségnyújtást, gyerekprogramok, közösségi rendezvények szervezését, munkaközvetítést, valamint a szülők segítségét, hiszen

egyedül sokkal nehezebb megoldani a napi problémákat, szükség van kapaszkodóra.

„Az Egyszülős Központ a mai napig olyan kezdeményezés, ami nemzetközi szinten is hiánycikk” – emelte ki Nagy Anna, arra emlékeztetve, hogy eredetileg „Egy hely, egy esély és sok találkozás” volt a szlogenjük, a XII. kerületi központ megnyitásával azonban ez megváltozott. A budaiakat és – a Déli pályaudvar közelsége miatt – a vidékieket is könnyebben eléri, s ha mindez nem lenne elegendő, ott van a harmadik „helyszín”, a saját applikációjuk, ami a virtuális teret használja a kapcsolattartásra.

Nyáron erre még inkább szükség van, mivel az iskolai és óvodai szünet legalább öt-hat héttel hosszabb, mint általában a munkahelyi szabadságok ideje. Ha nincs nagyszülő, támogató rokonság, akkor szinte lehetetlen megoldani a gyerek felügyeletét, mert nyilvánvalóan vigyázni kell rá, viszont a szülőnek sem ártana kikapcsolódnia. Nem szabad elfelejteni, hogy a gyerekek fontos része a vakáció, ezekre az élményekre felnőttek is jó szívvel emlékszenek vissza. Az a nyaralás pedig, ami az idén elmarad, már nem pótolható.

Azért, hogy minél többeknek legyen szép emléke a nyárról, az Egyszülős Központ hat héten át napközis felügyeletet biztosít.



Nagy Anna beszélt a központ nyári terveiről és szolgáltatásairól

Reggel hétre lehet bevinni a gyerekeket, majd munka után hazavinni őket. Napközben kirándulhatnak, sportolhatnak, játszhatnak, ennek révén nagyjából 1500-an nyaralhatnak a Balatonnál és Zalakaroson, félpanziós ellátással. A turnus ára 1000 forint.

Fontos szempont, hogy olyanok utazhassanak pihenni, akik egyébként nem tudnák kifizetni a nyaralás költségeit. A felmérések szerint ugyanis az egyszülős családok nagy része anyagi gondokkal küszködik.

Ami a fesztiválok illeti, a Bondoró fesztivál már lezajlott, ott saját standon mutatkozhatott be az Egyszülős Központ. A Művészetek Völgye következik július végén, amelyre különleges progra-

valamint kizárólag gyerekeket fogadó táborok is igénybe vehetők. Egy másik lehetőség a Mészáros Csoport támogatásával valószínűleg, ennek révén nagyjából 1500-an nyaralhatnak a Balatonnál és Zalakaroson, félpanziós ellátással. A turnus ára 1000 forint.

Fontos szempont, hogy olyanok utazhassanak pihenni, akik egyébként nem tudnák kifizetni a nyaralás költségeit. A felmérések szerint ugyanis az egyszülős családok nagy része anyagi gondokkal küszködik.

Ami a fesztiválok illeti, a Bondoró fesztivál már lezajlott, ott saját standon mutatkozhatott be az Egyszülős Központ. A Művészetek Völgye következik július végén, amelyre különleges progra-

mokkal készül az Egyszülős-sátor. Az ebéd utáni sziesztaidőben ismert emberek mesélnek majd, köztük Lackfi János, Gryllus Vilmos, Szalóki Ágnes. Az ezt követő foglalkozásokon a gyerekek a hallott történeteket dolgozzák fel, míg ezzel egy időben a szülők beszélgetéseken vehetnek részt. A fesztiválok sorát augusztusban az Ördögkatlan zárja. Ezen a rendezvényeken egyedülálló szülők az önkéntesek, ami azért fontos, mert amíg a gyerekek szórakoznak, nekik is jut lehetőségük a kikapcsolódásra.

Az Egyszülős Központ új programja a „Szedjük együtt!”, aminek a keretében a szülők gyümölcsöt szednek közösen. A „Kiképzés” a felsős és középszintű gyerekeknek segít abban, hogy kritikus helyzetekben meg tudják védeni magukat – ez nem önvédelmi tábor, inkább az online bántalmazással összefüggő zaklatásokra kínál megoldásokat. A szülői kiegészítő tennivalókat a „Magammal, értünk” tréning, míg a ZeneVárslat sorozatban Várnagy Andrea Liszt Ferenc-díjas zongoraművész zenét tanuló gyerekeket mentorál, valamint segíti azokat, akik most szeretnék elkezdni a tanulást.

sm.

■ További részletek: www.egyszulo.hu

Rejtelmes vadon a társasház kertjében

Korábban nem volt szokatlan vendég a vaddisznó sem a Széchenyi-hegy tetején lévő társasház kertjében. A természet ki-be jár a kerítésen, mégsem magától értetődő, hogyan lesz – és marad – természetközeli a körbekerített tölgyliget. Gomba, vadvirág, tők, paradicsom, erdei sikló és számos madár, legfőképpen pedig az ember is jól érzi magát itt egymás közelében.

A gyermekvasút végállomásánál a hajdan felkapott Hargita Üdülő ma társasház. Majd' félhektáros kertje egykor díszkerteté lett alakítva, aztán úgy is maradt, de ma már inkább csak emlékeiben őrzi a korabeli esztétika nyomait. A

gok kedvükre nyílhatnak, magot érlelhessenek. Van is belőlük rengetegféle, a védett peremizstól a törpe nőszirmokon át a nagy-ezerjófűig, a borkóróig.

A kert ritka különlegessége az apró vetővirág, amelynek kerületi



A Hügel-ágyás kísérleti jelleggel készült



Az erdei sikló is otthon érzi magát a kertben

szomszéd telken volt a – mai szóhasználatlaltal – közösségi kert, amelyben mindenki kedve szerint gazdálkodhatott az apró parcellákon. Mára az épület kis lakásokból és fényűző közösségi terekből álló, 53 lakásos társasházzá alakult, a kert pedig lassan visszaalakult bokrokkal, fákkal tarkított rétté.

Kertészre itt nincs is szükség – gondolhatnánk. Pedig a látszólagos érintetlenség mögött sok munka és különösen sok gondolat rejtőzik. A virágos gyepet évente csak kétszer kaszálják, hogy a vadvirá-

jelenléte váratlan botanikai érdekesség. Itt talán a városnál kicsit hűvösebb klímát és a zavarás hiányát hálálja meg összetéveszthetetlen, sárga szirmaival. A réti virágokon megporzó rovarok tömege tobzódik, de nem a Hegyvidék alsóbb régióira jellemző vadméhek, hanem inkább különféle bogarak és pillangók. A reggeli napfényben kék boglárkalepkék, pepita sakktablalepkék, elegáns kardoslepkék, tarkalepkék és nyughatatlan álcsüngő lepkék táncolnak virágról virágra.

A rétet galagonyabokrok tarkítják, ezek szintén a természet ajándékai. Nem így az orgonák, amiket egykor fáradságos munkával ültettek, ám annyira jól érzik magukat, hogy mindent elnyomnának, ha gondos kezek finoman nem parancsolnának megálljt felfeszített terjedésüknek.

A vad- és a vöröselevelű cserszömörce épp most lépi át a kerítést, de a kert jelentős részében azért a tölgyek vannak orthon. Alattuk, az árnyékos talajon jó lehetőség adódott a csúszda elhelyezésére.

Itt kaptak helyet a gallyfonatból épített magasságok is, amelyekben árnyékliliom, petúnia és társaik fejlődnek. A Hügel-ágyás kísérleti jelleggel épült. Lényege, hogy az ágakból és komposztból álló alsó rétegre kerül a termőföld a használnövényekkel. Ha teljesen elkészül, felülről mulcs óvja majd a túlzott párolgástól. Az már most látszik, hogy a vastag komposzt-réteg szivacsként szívja magába a nedvességet, és öntözés nélkül is sokáig ellátja az ágyás növényeit. Virágzik is a tők, a paradicsom és az ágyás peremére ültetett virágok sora!

A fák alatti kertrész ösvényeit vastag dióágak szegélyezik, és a kertben összegyűlt gallyak aprítéka borítja. Ilyen út vezet a komposztálóig is. A lakóknak azonban nem kell messzire záródokolni a konyhai hulladékkal, mert a kertkapunál elhelyezett komposztos kukát is használhat-



Az esővíz zárt gyűjtőedénybe kerül



A hely lassan visszaalakult bokrokkal, fákkal tarkított rétté, ahol évente csak kétszer kaszálják a gyepet

ják. A kert gondozójának megér annyit a hulladék hasznosulása, hogy vállalja a fáradságot, és a közös szemetes tartalmát hetente egyszer-kétszer maga vigye el a komposztálókeretekbe. A beérett komposztra pedig mindig bőven van igény a kertben.

A magasabb rendű állatokat a mesterséges odúban évente több fészekaljat felnevelő cinkék, rigók, csúszkák, galambok, harkályok, szajkók és őzapók képviselik állandóan. Mellettük se szeri, se száma a ritkábban, csak látogatóba érkező szárnyasoknak. A hüllők közül a ürge gyík a leggyakoribb, de kék nászruhát viselő zöld gyíkok is surrannak a fűcsomók között. Egy méteres erdei sikló is feltűnt, amely unott egykedvűséggel mászott fel az egyik fenyő földre hajló ágán. Jelenléte és viselkedése félreértéhetetlenül jelezte, hogy otthon érzi magát itt.

Ritkaság a Hegyvidéken, hogy valaki a kertjében gombászhasson. Az ártéri lombos fák térszég gyakori sárga gévagyomra mellett galambgombából, szegfűgombából és

tinóruból is annyi van eső után, hogy jóllakhat belőle a család.

Ha csak ennyit mondanánk el erről a kertről, elég is lenne, de a tavalyi „Kertemben a természet” pályázat különdíjához minden-

hessen. A próbáüzemben lévő rendszer bővítése a kerületi esővíz-hasznosítási pályázat kiírására vár.

Talán azt hisszük, könnyű annak, akinek a kertjétől közhajtás-



Vadvirágok a reciklált tűzrakó körül

képpen hozzájárult a felelős gazdálkodás szemlélete. A tűzrakó réglaburkolata például a környékbeli házaknál vált feleslegessé, és a „Zero waste” (a hulladék keletkezésének megelőzését és az anyagok újra- és továbbhasználatát ösztönző) megközelítésre koncentráció) civil hálózat közvetítésével jutott ide, ahol még sok éven át tesz majd jó szolgálatot.

Az esővíz már most sem kerül a csatornába: a tetőről lefolyó csapadék zárt gyűjtőedényben várja, hogy öntözővízként a részben árnyékoló takarást biztosító dísz- és használnövények hasznára le-

nyira virít az Apáca-rét, a Hegyvidék egyik legértékesebb növény-társulása! Tényleg gyorsabban megjelennek a vadvirágok itt, mint a városiasabb környezetű kertekben, de ne feledjük: néhány évtizede az Apáca-rét kínosan nyírt gyepel borított golfpálya volt, ez a terület részben pedig egy társasüdülő díszkertje. A természet megteszi a magáét a terület viszáhozódítására, a társasházban lakó hegyvidéki szomszédaink pedig szerencsére hathatós segítséget nyújtanak ebben, amit nem lehet eléggé értékelni.

(Barta)

Hűsítő nagyvárosi függőkertek

Képtelenségnek tűnhet a vertikális kert gondolata, mégsem példátlan megoldás. Sőt, könnyen megeshet, hogy a jövő kedvelt városi zöld területe nem a földön, hanem a falakon nyújtózik majd!

Először az ókori világ egyik csodájaként számontartott – és lehet, hogy a valóságban sosem létező – Szemiramisz függőkertje szakított a hagyományos horizontális elrendezéssel. Már akkor mozgatta az emberek fantáziáját, hogy miként lehetne a természetet függőleges rendbe kényszeríteni.

Az egyediség mellett előnye lehet, hogy kis területet foglal el, mégis nagy felületű, ráadásul olyan mesterséges terek is kertet tehetnek, amik addig nélkülözték az élő, zöld borítást. Hátránya ugyanakkor, hogy a felfelé törekvő növények továbbra is ilyen törvények alapján fejlődnek, és pusztán azért, mert gyökereiket egy függőleges síkra ültetik, nem változik meg a fény hatására működő, hormonvezérelt irányultságuk.

A városok zöld területeinek növelése iránti fokozódó igény egymásra szüli a zöld falakat. Legálábbis az erre vonatkozó technikai, építészeti és kertészeti kísér-

leteket. Kerületünk is rendelkezik jó példával, ugyanis az Istenhegyi úti töltőállomás falát évek óta virágos rét borítja.



Ma már egyre nagyobb az igény a zöld falakra a városokban

Hasonló kezdeményezés a fővárosi tömegközlekedési eszközök megállóinak zöldítése, ahol sokszor a kúszónövényekkel történő befuttatás a megoldás a függőleges

falakon. És ott vannak a vadszőlővel benőtt házfalak is, amelyek nagyon előnyösek, ugyanakkor csak kevés olyan faj ismert, ami képes lenne megkapaszkodni az épített felszíneken, és nagyobb felületeket beburkolni oltalmazó, zöld lombbal.

A XII. kerület peremén nemrégiben kialakított Széllkapu

legtöbb társasánál, ami egy felületes szemlélet számára is változatos látványt nyújt színében és struktúrájában.

A különböző színű levelekkel díszítő fajok között olyan ritkaságokkal is találkozhatunk, mint a harangvirág, vagy a medvetalp, amelynek hatalmas, örökzöld levelei jól takarnak, bár látványukhoz inkább a sziklakertekben szokhattunk hozzá. A gölyvaorok otthon érzik magukat ebben a társításban is, a télizöld kerekded levelekkel ékes hajtásai is messzire futnak. A tűzeső vagy tűzgyöngyvirág különböző fajtái a világoszöldtől a liláig terjedő színű leveleket nevelnek, és apró virágokból álló, laza füzerei is gazdagon nyílnak.

Ha a jó példa láttán kedvünk támad otthon is függőleges kertet építeni, akkor először a falra rögzíthető földtartó edények közül kell kiválasztani a legmegfelelőbbet. Az egymás mellett sorakozó cserepeket mintázó, jellemzően műanyag modulokkal szinte bármilyen felület beborítható. A telepítésnél javasolt megfontolni az automata öntözés lehetőségét is, hiszen ezt később már körülmé-



A Széllkapu park látványossága

nyes beépíteni, márpedig a rendszeres locsolás elengedhetetlen a kis földlabdából gazdálkodó növények számára.

Miután feltöltöttük földdel az edényeket, jöhetnek a növények, amelyek összeválogatásánál ajánlatos a már működő példákat kö-

vetni! Minden kertbarátnak vannak kedvenc virágai, de ilyen speciális körülmények között – legalább kezdetben – jobb a bevált fajtákat, fajtákat használni a siker érdekében.

A közeli parkban tett kirándulás akkor is frissítő nyáresti program, ha nem tervezzük belekezdni efféle kertészkedésbe. A városi klímát elviselhetővé tevő zöld növények mennyiségének növelése érdekében remélhetőleg egyre több függőleges kert jelenik meg a Hegyvidéken is.

B. I.

■ Készült a KEHOP 1-2.1-18-2019-00242 „Helyi klímastratégia elkészítése, valamint klímadatastosítást erősítő szemléletformálás a Hegyvidéken” című program keretében.

Jókedv és kocsisor

Eredményesen zárult a veszélyeshulladék-gyűjtés

A BKM Zrt. Hulladékgazdálkodási Divíziója – a volt FKF Zrt. – májusban sem kapcsolt veszélyeshulladék-gyűjtést a XII. kerületi lomtanításhoz, ezért ismét a Hegyvidéki Önkormányzat zöld irodája szervezte meg ezt az akciót. A sikert nehéz lenne jobban szemléltetni mással, mint annak az idős néninek az esetével, aki egy nagyjából egydecis üvegben vitte el a használt sütőolaját a Csorna utcai parkolóba.

Persze a kiragadott esetek mellett köszönet illet mindenkit, aki a napsütéses szombat délelőttön közvetve lehetővé tette a veszélyeshulladékok szabályozott keretek között történő, szakszerű szemléltetését. Az érdeklődés időnként néhány autóból álló kocsisorokat is eredményezett, de szerencsére a lebonyolításban részt vevők segítőkészsége és általános jókedve gyorsan átragadt mindazokra, akik sokszor láthatóan mosolygós



Jelentős mennyiségű festék és elektronikai hulladék is összegyűlt

Ha valakit a rekkenő hőség sem tart vissza attól, hogy elszálljon a gyűjtőhelyre, akkor biztosan megértette a környezet védelmének fontosságát és a szelektív hulladékgyűjtés lényegét. A néni lelkiismerete tiszta lehet, hiszen – a mennyiségtől függetlenül – talán erején felül fáradozott a jövő nemzedékeinek érdekében. Jó példaként említhető továbbá annak az igen nagy feltűnést keltő, kétüléses sportkocsinak a megjelenése is, amelynek a tulajdonosa egy kanna használt motorolajjal érkezett.

hangulatban távoztak hulladékok leadása után.

Végeredményben 4500 kilogramm vegyes vegyszer (festékmarek, növényvédőszer, fűadártolaj, sütőolaj stb.), 700 kilogramm – azaz közel száz darab – használt gumibroncs és 5 tonna elektronikai hulladék gyűlt össze. Ezek a mennyiségek igazolják, hogy a lakossági gyűjtés fontos eszköz, amivel megelőzhető, hogy a veszélyes – és olykor értékes – hulladék a kommunális szemét közé kerüljön.

B.

A távfutó hajnalka

A burgonyafélék nemzetségébe tartozó hajnalka vad rokona az apró szulák, amellyel a Hegyvidék számtalan pontján, kertben, réten találkozhatunk. A magról terjedő, makacs gyomnövényhez képest a kerti hajnalka virágai sokkal nagyobbak és színesebbek. Régen főleg paraszttudva-rodokban lehetett látni, leginkább a kerítésre futtatva, mára azonban egyre több városi kertben is megjelenik.

Egy nagyobb edény vagy erkélyláda is elég neki, és megfelelő támasztékon már néhány héttel a csírázás után sűrű, 2-3 méter magas szövedéket alkot. A növekedéshez tápanyagban gazdag talajra van szüksége, de a virágzás megindulása után csökkenthetjük a tápoldatozás gyakoriságát, hogy inkább bimbók nevelésére ösztönözzük a dísznövényt. A csavarod-

tó a növény. Biztos kelése és gyors fejlődése miatt nem kell a beltéri palántázással vesződni. Javasolják, hogy vetés előtt a magokat egy éjszakára áztassuk vízbe a gyorsabb kelés érdekében.

A csíranövények két hét fejlődés után elkezdnek kúszó szárat ne-



Apró virága sugaras mintázatú

velni. Ilyenkor kell a támasztékát megépíteni. Futtatható kerítésre, rácsra, fára, de botokra vagy madzagra is. Az egymás mellé feszített erős kötélet segítségével akár nagyobb felületű zöld árnyékolót is készíthetünk a növényből. A hajtásokat csak az elején kell kicsit terelgetni, ha megtalálták a kapaszkodót, akkor gyorsan felfutnak rajta, innen ered a tudományos neve (*Ipomoea purpurea*) is.

A bíboros hajnalkaként is ismert növény díszre a mintegy 5 centiméter átmérőjű virág, amely lehet fehér, rózsaszín, kék vagy lila is. Az összefort szirmok emléként sugaras mintázat jelzi. Jó termőhelyen rengeteg virágot bont, és annak ellenére, hogy mindegyik csak pár órát él, mindennap van mit megcsodálni a töveken. Hálás, egyszerűen kezelhető, ami nagyon alkalmassá teszi arra, hogy gyerekekkel együtt gondozzuk, de legyünk elővigyázatosak, mert a föld feletti részei – a krumpli növényéhez hasonlóan – mérgezők!

B.



Bimbói este a legszebbek

va bomló bimbók este a legszebbek, hajnalra kinyílnak, és délutánra el is hervadnak.

A magokat érdemes begyűjteni, mert általában könnyen szaporíthat-

Még egyszer a parlagfűről

A parlagfűszezon júliustól októberig tart. A nyári időszak beköszöntével a Kormányhivatal az idén is előzetes tájékoztatót adott ki a parlagfűmentesítés kötelezettségéről és az allergén virágpör veszélyeiről.

A teljes nevén ürömlevelű parlagfű (*Ambrosia artemisiifolia*) a fészkesvirágzatúak közé sorolt növényfajta. Ez alapján azonban nem ismerjük fel, mert jelentéktelen, zöld, majd kifejtett állapotban már inkább sárgás virágai komoly képzelőerővel sem hasonlíthatnak az őszirozásnak vagy a napraforgó virágához.

A mintegy 50 fajt számláló csoport a IV. században élő Szent Ambrusról kapta nevét, akit – heves tiltakozása ellenére – úgy választottak Milánó püspökévé, hogy még meg sem volt keresztelve. Később elhivatott teológiai újjító, egyháztanító és szent lett, a méhészek és gyertyaöntők védőszentje. Neve görögül az „istenek eledelét” jelenti, ami nem annyira találó egy manapság főleg egészségkárosító hatásáról ismert növényre...

A hazai jogi szabályozás – 2008. évi XLVI. törvény. 17. § (4) bekezdése és 43/2010. (IV. 23.) FVM rendelet – szerint a parlagfűvet a terület tulajdonosának vagy használatjának kell irtani. Egészen pontosan „csupán” a virágzását kell megakadályozni. Ez azért okoz nehézséget, mert a jól alkalmazkodó parlagfű akár mé-

teres bokrot is nevelhet virágzás előtt, és néhány centis magoncoként is virágozhat. Ahogy a neve is mutatja, nem a művelt kertek, parkok gyomnövénye, inkább az építkezéseken, bolygatott területeken tűnik fel. A növényborítás nélküli földfelszínen gyorsan növekedve akár tömeges állományokat képezhet, a más növényekkel folytatott versenyben viszont általában alul marad.

A parlagfű elleni védekezés nem opcionális, mert amennyiben a földhasználó nem tesz eleget kötelezettségének, akkor a hatóság közérdekű védekezést rendelhet el, aminek a költségvonzata – az úgynevezett parlagfűrendelet – 221/2008. (VIII. 30.) Korm. rendelet – szerint a mulasztó ügyfelet terheli. A kényszervédekezés költsége nem az egyetlen jogi eszköz a közérdek érvényre juttatására.

A növény- és talajvédelmi hatóság jogosult növényvédelmi bírság kiszabására is, a parlagfűvel fertőzött terület nagysága alapján. A 194/2008. (VII. 31.) Korm. rendelet alapján a bírság mértéke, akár egy belterületi építési telek vonatkozásában is, 15 000 forinttól 5 000 000 forintig terjedhet. A közérdekű védekezés és a bírság

összege is köztartozásnak minősül, azaz adók módjára behajtható.

Persze a szigor indokolt, mivel a sűrűn lakott városban sok száz allergiás ember életét keserítheti meg egyetlen fertőzött telek. A Hegyvidéken a kiterjedt erdőterületek, a mezőgazdasági táblák és a felhagyott területek hiánya miatt relatív kevés a parlagfű. Ehhez járul, hogy a hosszabb ideje zajló tájékoztatói kampányok eredményeként a lakosság egyetért abban, hogy a parlagfűmentesítés minden állampolgár közös érdeke, és csak összefogással, közös felelősséggel lehet sikeres.

A szervezett gyűjtések mellett fontos, hogy mindenki felismerje a növényt, és hatékonyan irtsa is. Még ma is gyakran hangoztatott tévedés, hogy elég fűnyíróval lekaszálni a gyomos területet. Sajnos a parlagfű már a nyírás után néhány nappal újra képes virágozni, ami az allergén pollen terjesztése mellett magérlelést is maga után von. A frissen beérő magok pedig akár ugyanabban az évben



Sok ember életét megkeseríti

kicsírázhatnak, tovább rontva a helyzetet.

Természetesen a parlagfű nem csak a magánkertekben jelenik meg. Közterületeken és a közintézmények udvarán, intézményfejlesztések, építkezések területén a kezelő Budapest Fővárosi Önkormányzat vagy a Hegyvidéki Önkormányzat végzi a védekezést. Ha ilyen területen látunk parlagfűvet, akkor az érintettek tájékoztatásával segíthetjük az értekes munkát.

(Barta)

Az egészséges utcáké a jövő

A főváros minden kerületét érintő fejlesztési koncepció egyeztetései kezdődtek meg a Városházán. A cél a közterületek emberközpontúvá alakítása, ami a Hegyvidék utcáinak megújulását is eredményezheti.

Az egészséges utca koncepció kidolgozása Londonhoz köthető, ott folytatott kutatások, amik meghatározták az ilyen közterületekkel szembeni legfontosabb elvárásokat. Az emberközpontú és különösen az egészséget szem előtt tartó szempontrendszer tíz indikátor segítségével vizsgálja az egyes útszakaszokat.

A brit fővárosban kipróbált, de a világ bármely településén alkalmazható irányelvek között megtaláljuk a mérsékelt zajt és a tiszta levegőt, az árnyéket és a látnivalókat. Ezekből következően ha ilyen egy terület, akkor ott az emberek szívesen sétálnak, vagy bicikliznek, megállnak és pihennek, mert biztonságban érzik magukat. Ahol pedig mindez megvalósul, a járókelők vagy az utcán időt töltő, nézelődő, beszélgető emberek felgyűlése, pihentebben, nyugodtabban távoznak, és szívesen viselkednek oda.

Persze az eszményi egészséges utca létrehozására nincs mindenütt lehetőség, de ha már néhány irányelvet sikerült megvalósítani, akkor a ma főleg feszültséget generáló közterületek átalakulhatnak pihentető, szórakoztató és ezáltal az egészségmegőrzést szolgáló helyekké. Lakókörnyezetünk több indikátor tekintetében is előkelő helyen áll, azonban külön

kell vizsgálni az egészséges utcák kritériumrendszerét, valamint a belvárosi utcákát és a zöldebb hegyvidéki területeket.

Szerencsére a Hegyvidéken nagyvárosi összetételben jónak mondható a levegőtisztaság, elfogadható mértékű a közlekedési zaj – a fő közlekedési útvonalakat kivéve, mint az Alkotás utca, vagy az Istenhegyi út –, és árnyat adó növényekből is jól állunk. A XII. kerület lakossága viszont öregszik, ezért kiemelt figyelmet érdemelnek az idősbárát közterületi megoldások, amik egyébként, jelle-

szemlélete is. Ausztriában Passauntól Bécsig (300 kilométer!) lehet tenni anélkül, hogy akár csak egyszer is járdaszegélyre kellene fel- vagy leugratni. Am aki babakocsit tol, vagy nehezebb esik sietve felfelé a magas járdaszegélyre, az is tudja, mekkora különbség egy lágyan emelkedő rámpa, amely észrevétlenül hidalja át a szintkülönbséget.

Fővárosunkban, bár javul a helyzet, bőven akad még tenni ebben a kérdésben is. Talán erre is megoldás születne egy átfogó, jelentős uniós támogatás-

tosabbaknak tartott korszerűsítések kapnak elsőbbséget, hogy a források leghatékonyabb hasznosítását mellett léphessünk előre az egészséges utcák létrejöttének irányába.

Az angol ötletgazdák mindenki számára elérhetővé tették az „egészségesség” mérésére alkalmas pontozási rendszert, így kiszámolható, hogy most hol tartunk, és a változás is mérhető az egyes fejlesztések után. Persze a kutatók, várostervezőkön kívül senkit nem érdekel a pontszám, sokkal inkább a már említett



Kellemes hegyvidéki utcakép, pihenésre csábító hely: növények, víz, árnyék

gükből adódóan, a kisgyerekes, babakocsival közlekedők számára is ideálisak. Ilyen fejlesztések már történtek is a szűk, járda nélküli hegyi utakon, ahol az aszfaltcsík egyszerre és egymás mellett biztosítja a közlekedési lehetőséget az autók, kerékpárok, babakocsiknak és gyalogosoknak.

Apróságunk tűnhet, de az egészséges utcák felé tett lépés a járdaszegélyek rendszerszerű

szemponatok legfontosabbja: az, hogy a járókelők, közlekedők, sétálók és pihenni vágyók szívesen tartózkodjanak a kérdéses útszakaszon. A kivitelezés még messze van, de ha a kerületi szándékoknak megfelelően a városfejlesztési stratégia tervezési elvárásai közé beépülnek az egészséges utcák jellemzői, akkor azzal minden városlakó csak nyerhet!

(Barta)

A régi emlékek ihletet adnak

A Hegyvidék Galéria 2017 óta csoportos kiállítás keretében mutatja be az aktuális évi Munkácsy Mihály-díjas alkotók válogatott műveit. (A megnyitóról lapunk 9. oldalán olvashatnak.) Az idei díjazottak között találjuk Széchy Beáta képzőművészt is, aki hegyvidéki otthonában mesélt nekünk kétlaki életéről, a művésztelep-szervezés nehézségeiről, a családról, az emlékek erejéről, sőt még arról is, milyen titkot rejtenek a gesztenyekönyvek.

Széchy Beáta képzőművész otthona kívül-belül tele van emlékekkel. Még az a régi, zöld, fából készült kis szék is ott virít a gyönyörű, vadregényes kertben, amelyhez babakorában állították, hogy le tudják fotózni. Megbeszéljük, hogy azon ülve készül majd el róla a mostani fénykép.



Széchy Beáta gyerekkorában a házuk kertjében

Az emlékek egyre fontosabbak a számára. Itt éltek a dédnagymamája, a nagyszülei, a szülei és a lánya is a férjével, az unokákkal. Nem csoda, ha úgy érzi, itthon van otthon. Bár 1987 óta kétlaki életet él, fél évet Dallasban tölt, úgy érzi, oda csak nyaralni jár.

– Április közepe óta vagyok Budapesten, szeptember közepéig maradok – mondja. – Általában félévénként jövök-megyek, de egyre többet igyekszem itthon lenni. Most kicsit bonyolult lett az életem, és bár szeretném megúszni az utazást, lehet, hogy egy-két hétre vissza kell mennem személyes okokból. Meg hát Maxine, a kutyám is hiányzik, akit most nem



Hippocastanum 2

tudtam magammal hozni a reptéri bürokrácia miatt. Ám ha megyek, akkor feltétlenül vissza is jövök, mert közben szervezem az ideai művésztelepet.

– Harminc éve működik a művésztelep, sok minden változott azóta?

– Harminc éve, igen, és egyre könnyebbé tettem magamnak. Az elején hat alkalom volt egy évben, sok-sok emberrel, most már csak két turnust vállalok, néhány művésszel. Júliusban három amerikai, augusztusban két amerikai és egy indiai alkotó érkezik. Nyilván nem kell rájuk vigyázni, de egy kis pesztrálás nem árt, főleg azoknak, akik először járnak Budapesten. Meg kell mutatni nekik például, hogyan tudnak közlekedni. Elviszem őket kirándulni, programokat szervezek, a többi közt művészbeszélgetést, amit



Tangram

meghirdetek, hogy magyar alkotók is jöjjenek. Egész napos elfoglaltság ez. Mivel azonban már csak három embert fogadok egyszerre, simán megy majd. Régen volt, hogy húszan is jöttek, akkor azért adódtak problémák... Teljesen abba hagyni egyelőre nem akarom, mert még mindig sokan jelentkeznek, pedig már nem is hirdetem.

– Az itteni művésztelep egy dolog, de Dallasban is van egy művészszervezete, amelyet 1990-ben alapított, legalább kétszáz taggal. Az létezik még?

– Létezik, az itteni művésztelepet is rajtuk, az amerikai szervezeten keresztül csináltam, de a koronavírus-járvány óta ott leálltam. Előtte rengeteg kiállítást rendeztem, filmeket mutattam be, koncertek voltak magyar művészekkel. Aztán elkaptam ezt a nyavalyát, és fáradt lettem. Meg 72 éves. Most úgy érzem, egy kicsit magammal kell törődni. Szeretnék többet foglalkozni a művészettel, mellette a családdal, a barátokkal.

– Itt vagy ott?

– Nagyon szeretném itt. Már tíz éve tervezem, hogy egyáltalán

nem megyek vissza, de valahogy a sors mindig közbeszól. Nehéz elhatározás ez egy csomó személyes dolog miatt is. Például van egy párom, aki nem fiatal, és bár szeret itt lenni, nem vagyok benne biztos, hogy ideköltöznék. Nekem viszont ez az otthonom.



Mindenki könyvtára

Mindenem itt van. A ruháim is. Nem is viszek koffert, amikor utazom.

– A két otthon között mi a különbség a művészet szempontjából? Másabb az ihlet itt és ott, ami alkotásra ösztönöz?

– Kulturálisan feltétlenül. Amikor kimentem Amerikába, nagyon sok mindent tanultam, és nem a nyelvre gondolok, hanem olyan dolgokra, amiket itthon nem ismertem. Például a kínai, vagy a japán kultúrára. Ezek nagyon izgalmasak voltak, és meg is ihlettek. Készítettem I-Ching-installációt, Tangram-installációt,

legtöbbje nem síkban, hanem 3D-ben készül. A fények és az árnyékok váltakozása pedig mindig hozzáad valami pluszt az élményhez.

– Amikor a kezébe kerül egy anyag, azonnal tudja, mi lesz belőle?

– Mindig pontosan tudom, mit akarok. Ha valami megérint, akár érzelmileg, akár vizuálisan, akár fizikailag, az mindig alkotásra készítet. A könyvböjtek készítése úgy kezdődött, hogy kidobott könyveket találtam az utcán. Hazavittem, különböző koncepciók alapján elkezdtem hajtogatni a lapokat, és beleépítettem az emlékeimet, a titkaimat. Ezek már nem lapozhatóak, a gondolataim rejte vannak. Egy műből egy újabb művet hoztam létre. Végtelen formában lehet ezeket a könyveket újraalkotni. Több mint negyven ilyen létezik, mindegyik más. Vagy például ott vannak a gesztenyek, amiket itt, a kertben találtam. Elhatároztam, hogy csináljak belőlük egy könyvet.

– Gesztenyekből...?

– Igen. A héjukba szavakat tettem, majd megtöltöttem papírmasszával, ami beleszáradt. Senki nem tudja rajtam kívül, hogy milyen szavak vannak bennük, én sem tudnám, ha nem írtam volna le. Több gesztenyekönyvem van, ötven különböző sorozatom. Vagy amikor az ablakomon át, a redőnyön keresztül látom a kertet, a fákat, ahogy jön be a fény. Megihletett, és meg is csináltam. A család, a természet, a könyvek inspirálnak. Most például édesanyám emléke. Kilenc éve ment el, az utolsó öt esztendőben már nem látott. Szerette a madarakat, hallgatni a csicsérgésüket, mindig megkért, adjak nekik inni, enni. Még megvan a nagyon régi Bibliája, arra ő hímtett egy gyönyörű, madaras védőborítót. Úgyes keze volt. Elhatároztam, hogy a tizedik évfordulóra madarakat készítek. Szóval minden tudatos nálam, mindennek van háttere.

– És mindig csinál is valamit? Vagy azért néha leül a kertbe, és csak úgy nézi a madarakat?

– Hát, ilyen még nem volt... Mindig csináljak valamit, de ez nem azt jelenti, hogy mindig alkotok.



A régi Biblia, amire Széchy Beáta édesanyja hímtett madaras védőborítót

Van, hogy egy hónapon át dolgozom egy munkámon, majd három hónapig semmi. Vagy ihlet nincs hozzá, vagy kedv. Akkor más van, ablakot festek, gyomlállok. Jó terápia számomra a kertészkedés. Persze mindezek közben is gondolkodom, és ha nem is állok neki azonnal a megvalósításnak, megjegyzem, amit kitalálok. A régi emlékek mind bennem vannak, s ahogy az ember öregszik, annál jobban jönnek vissza, és ihletet adnak.

– Egyszer azt nyilatkozta: „... mindig olyan munkákat készítek, amelyek belülről jöttek, ahol a gondolataim, érzelmeim jártak, és nem készítek munkákat eladásra. Másból éltem meg, grafikából, vásárok tervezéséből, kirakattervezésből, tanításból, mert a kis alkotásaim az életem.”

– Ez pontosan így van, ma is ezt gondolom. Sőt, még inkább! Soha nem dolgoztam megrendelésre – pontosabban megpróbáltam. Akkoriban odakint a rózsaszín, világoskék, szívecskés, virágos, eléggé giccses alkotásokra volt nagy kereslet. Gondoltam, ilyen talán én is tudok, ha ezzel pénzt lehet keresni. Készítettem is három képet, igaz, sem rózsaszín, sem világoskék nem volt rajta, és a szívek is össze voltak törve. Nem az az édes, amerikai, cukormázos alkotás

volt az igazgató, eljött ide, és azt mondta, hogy „ezt, ezt, ezt és ezt”. Örültem, mert tudtam, hogy jó helyre kerültek. Ilyenkor el tudom engedni a képeimet, jobb, mintha



Száraskert

lett. Rájöttem, hogy ez nem nekem való. Született még egy-két képem megrendelésre, de nem esett jól. Az nem én vagyok.

– Jól érzem, hogy a fent idézett gondolat azt is sejteti, nehezen válik meg a „kis alkotásaitól”?

– Tényleg nem szeretek megválni tőlük. Ám ha valakinek tetszenek, annak szívesen eladom. Vannak munkáim nagy gyűjteményekben is. Például a Ludwig Múzeumban van négy. Nérai Kati



Bibliai Tavasz

engedni a képeimet, jobb, mintha

itthon, a sarokban állnának. Örülök, ha emberek előtt van, ha kiállítják. A művész nyilván azért alkot, hogy másnak is adjon valamit, nem? Ezért is nagy megtiszteltetés számomra, hogy az idén megkaptam a Munkácsy Mihály-díjat! Én nem a pénzt látom az alkotásaimban. Például készítettem egy képet anyukámról és édesapámról, az esküvői fotójukat embernagyságban vászonra nyomtattam és megfestettem. Attól biztosan nem akarok megválni, de szerintem senki nem is akarná az én anyukámat megapukámat. Szóval vannak ilyen nagyon-nagyon személyes dolgok, amiket tényleg csak magamnak csináljak. És ez így van jól. A mai napig nagyon hiányzik az édesanyám, és ahogy telik az idő, egyre inkább. Itt, a lakásban minden rá emlékeztet, minden rajta van a keze nyoma. De a gyereken és a három csodálatos unokámban folytatódik a családom.

Munkácsy Mihály-díjas képzőművészek kiállítása

Az 1950-ben alapított Munkácsy Mihály-díj kiemelkedő képzőművészeti tevékenység elismerésére adományozható állami kitüntetés, amelyet legfeljebb hét alkotó kaphat meg egy évben. A Hegyvidék Galéria a pandémia miatt két esz-

dött, végül az önkormányzat úgy döntött, legyen itt egy galéria. A Moholy-Nagy Művészeti Egyetem hallgatóinak kiírt pályázat alapján szokatlan, amorf padlózattal összekötött tér született a „kisváros” főterén.



Erdei Kvasznay Éva festőművész, Pokorni Zoltán polgármester, Ernszt András festőművész, Koronczai Endre képzőművész, Széchy Beáta képzőművész, Szegedi Csaba kolorista és Veres Gábor szobrászművész (Matl Péter szobrászművész nem tudott részt venni a megnyitón)

tendő után adott otthont újra a kitüntetett képzőművészek országos jelentőséggel bíró csoportos kiállításának.

Pokorni Zoltán polgármester köszöntőjében először arról szólt, hogy e helyen huszonöt évvel ezelőtt Szabó Ervin könyvtár, aztán háromszintes gyógyszertár műkö-

A Munkácsy Mihály-díjas alkotók meghívása jó ötletnek bizonyult, mert a művészeket nemcsak névről, hanem alkotásaikon keresztül is megismerhetik a látogatók. Az is cél volt, hogy ne csak a díjátadón találkozzanak a főszereplők, hanem egy ilyen ünnepi kiállításon is.

„Laikusként nem tudom megmondani, melyik a jó kép, és melyik nem, azt viszont észrevettem, hogy egy jó képre másképp kezdek figyelni, mint általában. Ezt a fajta megkülönböztetett figyelmet aztán alkalmazhatjuk embertársainkra is, és ez mindenképpen a képzőművészek szakmáját dicséri” – zárta köszöntőjét a polgármester.

Az idén jellemzően a középgeneráció tagjai, jeles tanárok kapták meg a díjat. Mind a heten kilépnek a saját művészeti ágaik szoros vett kereteiből, ami tipikus kortárs művészi magatartás. Az pedig, hogy a hétből ketten, Erdei Kvasznay Éva és Matl Péter kárpátaljai gyökerűek, jelképesen is rendkívüli – mondta szakmai bevezetőjében Feledy Balázs művészeti író, hozzátéve, hogy a hétből négyen nem budapestiek.

A kiállítás megnyitóját június 16-i időpontja történelmi és irodalmi szempontból is jeles dátum. Nagy tisztelettel és fájdalommal emlékezünk Nagy Imre kivégzésére, míg a James Joyce-rajongók világsszerte Bloom napjaként (*Bloom's Day*) tartják számon, mivel az Ulysses főszereplője, Leopold Bloom dublini történetét ezen a hétköznapi napon, 1904. június 16-án meséli el a szerző.

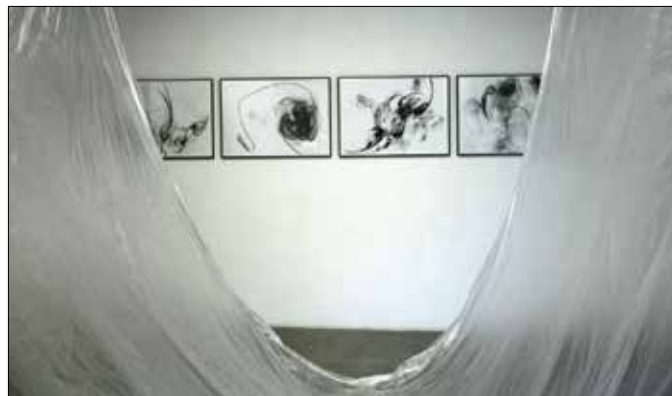
Feledy Balázs részletesen is bemutatja a díjazottakat és kiállított műveiket. Erdei Kvasznay Éva festőművész munkáinak a pasztell izgalmas alkalmazásával találko-

zunk, irodalmi vénáját is mutatva vilantja fel alkotói teljességét. Habil. Ernszt András DLA festőművész varázslatos, egyedi életmű létrehozója, egy széttördelelt világ egy-egy teremtő erejét érezni munkáin. Elvont és konkrét, gazdag rétegezettség, izgalmas transzparencia jellemzi látványos, vonzó világát.

Koronczai Endre képzőművész grafika szakon végzett, és kísérletező alkattá vált. Egészen különleges eredményekre jutott installációk megvalósítójaként, az inter-



Pál növendékei közül nőtte ki magát, a Moholy-Nagy Művészeti Egyetem oktatója is. Képes a folyamatos megújulásra; a Hegyvidék Galériában most a Flow sorozatából állít ki.



Koronczai Endre: Szelrajzok

medialitásban, a környezetalkításban (Landart). Az ő műve a galériába befűggesztett fólia, amelynek a mozgása már a lehelőtől izgalmas vizuális élményt nyújt. A „szelrajzokban” olyan jelenséget ragad meg, amiben az újabb értelmezés fontosságát láthatjuk: mert a képzőművészet az állandóság művészete, vagyis egy kép, egy szobor, egy grafika. Koronczinál viszont a kortárs képzőművészet egy pillanatig nem a statika, hanem a dinamika, a mozgás, ami által teljesen új értelmezés születik meg.

Az Egyesült Államokban is élő, a magyar-amerikai képzőművészeti kapcsolatokat szervező Széchy Beáta sorozata a japánkertől az alkotó technikai sokféleségét tárja elénk. (Vele készült beszélgetésünket lapunk 8. oldalán olvashatják – a szerk.)

Szegedi Csaba kolorista más értelemben innovatív: Gerzson

A Munkácsyon élő Matl Péter szobrászművész, a Vereckei-hágó-emlékmű alkotója nem tudott eljönni a megnyitóra, jelenleg me-

■ A kiállítás július 16-ig megtekinthető a Hegyvidék Galériában (XII., Királyhágó tér 10.) 200 forintos regisztrációs jegy meg-



Veres Gábor: „Mentés másként”

nekült ukrán művészek fogadásával foglalkozik. A Hegyvidék Galériában egy pasztikáját láthatjuk, amelynek a címe: Suttogók.

vásárlásával. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu internetes oldalon és a Hegyvidék Galériában. (Hegyvidék kártyával ingyenes.)

Térbehajló az ÜVEG.HÁZ-ban

Kellemes környezetben, napvitorlák alatt, a Sirály sétányon jött létre az a kulturális terasz, ahol kéthetente új programmal várják a MOMkult szervezői a felfrissülni, pihenni vágyókat. Kortárs művészek, dizájnerek mutatkoznak be, élő zene szól, közben pedig egy pohár ital és harapnivaló mellett beszélgetni, lazulni is lehet (a büféről a Nuanca Lunch&Bar gondoskodik).

Az ÜVEG.HÁZ projekt ötletgazdája, Ötvös Kinga, Deutsch Szandra, Faludi András és Schnelzer Tünde olyan teret szeretnek volna kialakítani, ami egy kicsit felpezsdíti az életet a sétá-

as a hely, az összes berendezés, minden kis tárgy elősegíti, hogy a látogatók hangulatba kerüljenek.

Napközben az alkotások vitrin mögött vannak – innen az ÜVEG.HÁZ elnevezés –, persze a kirakaton át mindig megtekinthetők, este pedig közelebből is meg lehet szemlélni a műveket. Tehát nem egy klasszikus, hanem otthonosabb, közvetlenebb, pop-up kiállítá-



Romvári Márton festőművész

műtárgyakat nem lehet ott elhelyezni. Olyan alkotók munkáit láthatjuk, akik egyfajta installációként megfelelő tárgyakat tudnak hozni a kis térbe.

Az első kiállító, Romvári Márton a fémből készült pasztikáit mutatja be. Az absztrakt festőművészt az anyag sokszínűségéből és a kísérletezésből adódó véletlenszerű formák kialakulása érdekli. Térbehajló című kiállítása válogatás az elmúlt években született alumíniumobjektjeiből és -reliefjeiből. A geometrikus fémformák felületi csillogásukkal – a festővászonon használt lakkfelülethez hasonlóan – a kimozdulásra, a mozgásra, az időbeliségre reflektálnak. A függő szobroknál feltűnnek az árnyékok, ezek játéka álomszerű tereket alkotnak.

A zenét szolgáltató Labek & Chrobak, azaz Szallabek Balázs és Chrobák Adrián az elektronikát ötvözi népzenei elemekkel és melankolikus gitárdallamokkal. Muzsikájukat a dél-amerikai, afrikai és főként a kelet-európai népzene pulzáló ritmusai, melódiai inspirálják. Első kislemezük a Zságer Balázs-féle Move Gently gondozásában jelenik meg.

További tervezett fellépők az ÜVEG.HÁZ-ban: Kodachrome (július 14. 19.00), Žagar és a Colomba (július 23. 19.00), Bored Groupies (augusztus 4. 19.00), Ian O'Sullivan akusztik (augusztus 18. 19.00). Érdekes a nyáron legalább kéthetente egyszer ellátogatni a Sirály sétányra!

SzD



Mintha otthon üldöglénék

nyon – mondta el előbbi kettő a megnyitón. Fiatal képzőművészek bemutatását tervezik, emellett pedig zenészeket, DJ-eket hívnak meg, akik az esti kikapcsolódáshoz aláfestő zenéről gondoskodnak; itt akár táncolni is lehet, mert erre is van hely!

„Az a cél, hogy minél többen legyünk, és jól érezzük magunkat – jelentette ki Ötvös Kinga. – Bárki jöhet, aki éppen erre jár, és megtetszik neki a zene, a kiállítás.” Mintha a saját teraszán ülne az ember, kedves, családi-

tótér született. A művészek kiválasztásában a véletlenszerűség is szerepet játszott, mivel a picike hely korlátja, hogy nagyon kényes



Romvári Márton: Elmozdulás II.

Trianon Missziós Vándorkiállítás



Július 14-ig látogatható a Magyarok Háza Csontváry-terében az a Trianon-kiállítás, amelyet Rainer Péter hegyvidéki képzőművész rendezett a Magyarok Világszövetsége és az Országos Trianon Társaság égisze alatt. A Trianon Missziós Vándorkiállítás második állomásán megtekinthető 52 mű közül 34-et tizenöt hegyvidéki művész készített: Angyal Júlia, Gadányi Jenő (†), Hager Ritta, Hayde Tibor, Kádár

Katalin, Maczkó Erzsébet, Makkai Márta, Orient Enikő, Pálos Anna, Pató Károly, Rainer Máté, Rainer Péter, Tóth József Füles, Véghseő Klára és Zalaváry Éva (bővebben: galeria12.hu/trianon-vandorkiallitas-katalogus/).

A kiállítás helyszíne: V., Semmelweis utca 1–3. I. emelet. Telefonszám: 36-1/267-4515. Nyitva: hétfőtől péntekig 10.00–18.00 óráig.

momkult

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

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Ron Carter Foursight július 5-én 20.00 (GetCloser Concerts).

mozi.kert: L'ecso július 6-án 21.00, Szerelmünk lapjai július 27-én 21.00, Érkezés augusztus 3-án 21.00, A tökéletes trükk augusztus 17-én 21.00.

ÜVEG.HÁZ. Kortárs képzőművészeti és design popup kiállítás, szabadterei live session a Sirály sétányon. Nyári program: Kodachrome július 14-én 19.00, Žagar és a Colomba július 23-án 19.00, Bored Groupies augusztus 4-én 19.00, Ian O'Sullivan akusztik augusztus 18-án 19.00. (Részletek a 9. oldalon!)

klassz.lépcső: Magyar Honvédség vitéz Szurmay Sándor Budapesti Helyőrség Dandár 32. Nemzeti Honvéd Díszegység Budapesti Helyőrség Zenekara augusztus 7-én 18.00.

A döntés – Tenki Réka és Csányi Sándor előadása augusztus 24-én és 28-án 19.00. A két művész első közös színházi munkája dr. Edith Eva Eger világsikerű művét dolgozza fel.

Csányi Sándor színházi estje augusztus 28-án 15.00: Hogyan értsük felre a nőket?

Lóvasút Kulturális és Rendezvényközpont

Zugligeti út 64.
lovasut.hu

Jegyek: lovasut.jegy.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

67-es korongok. Július 4. 20.30 Pink Floyd. Gimesy Péter rocktörténeti előadás-sorozata 1967 fordulópontnak számító albumairól.

Psszt! Némafilm-vetítés élő zongorakísérettel. The Temptress július 5-én 19.00, „Rajzfilmek – gyerekeknek is!” július 26-án 18.00, Flesh and The Devil augusztus 9-én 19.00, „Rajzfilmek – gyerekeknek is!” augusztus 23-án 18.00. A program ingyenes. Közreműködik: Répászky Miklós Dániel.

barabás.villa
VÁROSMAJOR

BARABÁS VILLA
Városmajosi utca 44.
barabasvilla.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

villa.dráma. Büchner: Leonce és Léna (kedvjáték) – a Tim Studio haladó csoportjának vizsgaelőadása. Huszonevesek lázadástörténete a hatalmi elrendelésekkel szemben. Kilátástalan jövőképpel rendelkező fiatalok bolyongása saját ambícióik és ideáljaink sűrűjében. Kétségbeesett kutatás az intellektuális kiégés közterén. Lehetőségeik nem elérhetetlenek, éppen csak korlátozva vannak. A fölöttük álló hatalom, ami egyben szülői kép is, homályos és élettelen, az általa kínált lehetőségek nem elérhetőek, így elindulnak megtalálni a saját útjukat. A nekik elrendelt sorssal csak akkor tudnak találkozni, ha maguknak tapasztalják meg, nem pedig külső nyomásra. Eközben észrevétlenül simulnak bele abba a rendszerbe, amitől menekültek. Helyszín: a villa rendezvényterme és kertje. Előadások: július 12. 20.00 (esőnap: július 17.), július 26. 20.00 (esőnap: július 31.), augusztus 9. 20.00 (esőnap: augusztus 14.), szeptember 13. 20.00. A programon való részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött. Regisztráció a Barabás Villa honlapján!

Marcell Nagy: Sane Rapture – Nagy Marcell egyéni kiállítása. Kurátor: Takács Lívia esztéta. A kiállítás megtekinthető: július 19-ig, a Barabás Villa nyitvatartási idejében, kedd-csütörtök 9.00–16.00. A kiállításához kapcsolódó múzeumpedagógiai program: UV-festő workshop július

13-án 14.00–17.00. Nagy Marcell iránításával a résztvevők kipróbálhatják az UV-reagens festékeket. A belépés díjtalan. Regisztráció: villa.barabas@gmail.com.

– **villab – SZÍN_VONAL_PACA** – négy napos képzőművészeti foglalkozás 10–14 éves (felsős) gyerekeknek július 11–14-ig, hétfőtől csütörtökig 10.00–12.30. Művészeti alkotás az inspirációtól a megvalósításig Kormos Mercedes művésztanárral, a Furagura kreatív játszótér vezetőjével. Hétfő: Arcal a világra – ahogy „én látom”. Kedd: Két kezemben a képzelet – térlasztikák. Szerda: Épített környezet – áramlásban. Csütörtök: A város, ahol élünk – a rész egész. Tervezett létszám: minimum 5 fő, maximum 15 fő. Részvételi díj: 2500 Ft/nap, a négy napos bérlet ára 8000 Ft. Jegyek és bérletek a www.barabasvilla.jegy.hu oldalon válthatók elővételben, a helyszínen pedig a Vincellérházban.

– **villab – A TENER** – négy napos komplex művészeti foglalkozás 6–10 éves (alsós) gyerekeknek július 18–21-ig, hétfőtől csütörtökig 10.00–12.30. Felhívás a gyerekeknek: „Egy különleges utazásra és kalandra hívunk benneteket a mi TENERünkhez. Hogy pontosan hol is található ez a tenger, még nem tudjuk... Ahogy azt sem, hogy mi a neve... És nem tudjuk, hogy kik élnek a partján és mélyén... De a képzeletünk segítségével és az alkotókedvünkkel biztosan a négy nap végére bemutatjuk másoknak is a csodás TENERünket. A foglalkozássorozat célja az életkori sajátosságokat figyelembe véve a mindennapi és művészi nyelvhasználatot egyaránt magában foglaló alkalmakkor az egyéni látásmód, az önkifejezés komplex módon történő fejlesztése. A gyerekek megismerik a képi megjelenítés lehetőségeit, kipróbálhatják a látványtervezést, a dekoratív, az illusztratív képi ábrázolás legkülönbözőbb módjait. Megjeleníthetik az érzéseiket, élményeiket, a környező világot, belső világukat és önmagukat is. A fantáziájukat is megmozgatjuk, kreatív feladatok megoldásával, vizuális és képzeletbeli kalandozással meg-

valóul a játékok során a motivált és aktív ismeretszerzés is. Alakul a kritikus gondolkodás, az érzékenység a befogadásban a különböző művészi kifejezőeszközökkel (irodalom, drámapedagógia, vizuális művészet, zene, népművészet, mozgásművészet). Tematika: I. Ismerkedés, utazás az ismeretlenbe. Feltérképezzük az úticélt – ez a mi TENERÜNK. II. Milyen hallá változzak át? Víz alatti bújócscsa. Térbeli átjárók. III. A tenger hullámai. A tengerpart kincsei. A palack titka. IV. Hajóra szállunk. A tenger mélye. Segítünk a mélyből.” A foglalkozást vezeti: Boldizsár Gizi rajztanár, művészetpedagógus. Tervezett létszám: minimum 5 fő, maximum 15 fő. Részvételi díj: 2500 Ft/nap, a négy napos bérlet ára 8000 Ft. Jegyek a www.barabasvilla.jegy.hu oldalon válthatók elővételben, a helyszínen pedig a Vincellérházban.

JÓKAI KLUB
SVÁBHEGY

Hollós út 5.
06-1/395-8284
jokaiklub.com

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

A Félőlény nincs egyedül – Rátkai Kornél illusztráció. A kiállítás megtekinthető: szeptember 7-ig. A belépés díjtalan.

Lili Suli táborok. Személyiségfejlesztő és színjátéktábor július 18–22-ig.

A Budapest Musical Iskola táborai. 8–18 éves, táncolni, színészkedni, énekelni vágyó fiataloknak nyári intenzív kurzusok. Augusztus 22–26-ig, mindennap 9.30–17.00-ig tánc-, ének- és drámafoglalkozások profi mesterekkel.

Énektér – énektábor felnőtteknek. Öt és fél nap intenzív zene augusztus 9-én délutántól augusztus 14-én estig. Tanárok: Mózes Tamara (vezető), Marie-Sophie Talbot (vendég-tanár, Belgium), Karosi Júlia

(extra workshopok). Program: közös éneklés, közös dalírás, popdalok, jazzdalok, gospel; az improvizációs paletta bővítése, scat-játékok; body percussion, beatbox; groove-érzet és circle-songok tanulása. A tábor végén közös koncert! Részvételi díj: 35 000 Ft/fő (diákoknak, szociálisan rászorulóknak: 30 000 Ft/fő). Alsó korhatár: 16 év. Nem ottalvós tábor, az étkezéssről mindenki maga gondoskodik. Érdeklődés, jelentkezés: tamarazene@gmail.com, www.tamaramozes.com, www.facebook.com/tamaramozes.music.

HEGYVIDÉKI
KULTURÁLIS
SZALON

Törpe utca 2.
06-1/202-2509

info@kulturalisszalon.hu
kulturalisszalon.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Duo Don Pedro'z-koncert július 1-jén 19.00. A műsorba mindig az alkalomhoz illő számok kerülnek, a latin ritmusú flamencogitar-zenék, a francia sanzonok, tangók, vagy éppen az elmúlt néhány évtized ismert pop- és filmzenei világából válogatva. Az előadás koncertként és hangulatos aláfestő zeneként is élvezhető. A repertoárban vegyesen szerepelnek elmélyülésre alkalmas és harsányabb, virtuóz darabok. A nosztalgizálni vágyók is találnak kedvükre valót, gyakran új, izgalmas formákba öntve. Az előadást a Nemzeti Kulturális Alap Hangfoglaló Programja támogatja. Jegyár: 1000 Ft. Jegyek kaphatók a helyszínen és a kulturalisszalon.jegy.hu oldalon.

Zenélj velünk! július 2-án 10.30. Közösségi hangszerek kiállítása, interaktív térzene gyerekeknek minden szombaton a Hegyvidéki Kulturális Szalon teraszán. A belépés díjtalan.

Színes világ – Tóth Miklós hobbi-festő kiállításának megnyitóját július

4-én 18.00. A festmények témája változatos, színvilága gazdag. A képek között csendéletek, tájképek, zsánerképek és ikonok is szerepelnek. Mottó: „Kép nem lehet néma, minden kép beszél, de szóban azért nem lehet pontosan elmondani, hogy mit” (Ignotus). A kiállítás megtekinthető: augusztus 30-ig, a programok függvényében.

A megnyugvás ösvényein – Egervári Gábor fotókiállításának megnyitóját július 6-án 18.00. Megnyitja: Görgényi Tamás író. Közreműködők: Kórodi Júlia, Pejtsik Péter és Balázs László Gábor előadóművészek. A kiállítás megtekinthető: szeptember 2-ig, a programok függvényében.

Zenélő Budapest – hegyvidéki dallamok, térzene a Hegyvidéki Kulturális Szalon teraszán csütörtökönként. Július 7. 19.00 Capriccio vonósnégyes és Götz Nándor (szaxofon); Népszerű klasszikusok. A belépés díjtalan.

Nyáresti koncertek. Július 8. 19.00 Versek négy nyelven, egy különleges performance. Kompozíció-improvizáció-avantgarde-jazz-dadachanson-fónikus költészet... Ezek a művészeti irányzatok ötvöződnek a duó formáció repertoárjában, amit Samuel Beckett, Tandori Dezső, Yves Cantraine, Kassák Lajos német, francia, angol és magyar nyelvű szövegei tesznek még izgalmasabbá, személyhez szólóbbá. A projektet Márkos Albert mellett egy világszerte kedvelt énekesnő működteti. A belépés díjtalan. Helyszín: a szalon kávézója.

Zenélj velünk! július 9-én 10.30. Közösségi hangszerek kiállítása, interaktív térzene gyerekeknek júliusban minden szombaton a Hegyvidéki Kulturális Szalon teraszán. A belépés díjtalan.

Erőszakmentes kommunikáció – tréning kicsiknek és nagyoknak július 10-én 9.00–17.00. Tartja: Rambala Éva, az Erőszakmentes Kommunikáció Alapítvány elnöke. Jegyár: az egész napos tréning ára elővételben, július 9-ig: 10 000 Ft, a program napján a helyszínen 12 000 Ft. Jegyek kaphatók: www.kulturalisszalon.jegy.hu és a szalon elérhetőségein.

20%
KEDVEZMÉNY

A nyári egészségkampány kedvezményes vizsgálatai június 01 - augusztus 31. között vehetők igénybe.

BUDAI
EGÉSZSÉGGKÖZPONT
Biztonság és szakértelem

Helló NYÁRI!
Helló EGÉSZSÉG!

- BELGYÓGYÁSZAT
- UROLÓGIA
- ORTOPÉDIA
- KÉZSEBÉSZET
- REUMATOLÓGIA
- PAPILLA OCT
- DIETETIKA

20% kedvezményt biztosítunk számos szolgáltatásunkból nyári egészségkampányunk keretében, mely intézetünk Nagy Jenő utcai rendelőjében vehető igénybe. A Budai Egészségközpont történetének kezdetét megtestesítő felújított polgári épület kifinomult stílusával teszi otthonossá a rendelői környezetet. A nyár gondtalansága és szabadsága mellett nem szabad megfeledkeznünk egészségünkéről, ezért a kiemelt szakmák kedvezményes ajánlatait nyújtjuk három hónapon keresztül pácienseinknek.

A 20% kedvezmény igénybevételéhez kérjük vigye magával a hirdetést!

IDŐPONTFOGLALÁS: online.bhc.hu +361 489 5200

Cím: 1126 Budapest, Nagy Jenő utca 8.

SZALON könnyű

2022



07.01. 19:00 duo don Pedro'z

07.15. 19:00 Musica Ignitus

08.26. 19:00 Zonda Igor Jazz Együttes

Gyárfás meets Zonda

09.02. 19:00 Lámpaláng

09.16. 19:00 Pecze Balázs Quintet

feat. Makovics Dénes

09.30. 19:00 Redbreast Wilson &

the Mad Dog Margaritas

10.07. 19:00 Bencze Alma Quintet

10.15. 11:30 Danny Bain és

Ágoston Béla mesekoncertje

10.21. 19:00 Romano Drom

10.28. 19:00 Napfonat

11.05. 19:00 Sixtones Acappella

11.11. 19:00 Pribojszki Mátyás Quartet

11.19. 11:30 Zabszalma gyerekkoncert

További információ: kulturalisszalon.hu

nka
Nemzeti
Kulturális Alap

A koncertek a Nemzeti Kulturális Alap Hangfoglaló program támogatásával valósulnak meg.

HANGFOGLALÓ

HEGYVIDÉKI
KULTURÁLIS
SZALON

Pengő Csaba
nyáresti nagybőgő
szólókoncertje

2022
JÚL
13
19:30

Pengő Csaba saját szóló nagybőgőre írt kompozícióit mutatja be rövid hangszertörténeti ismeretterjesztés keretében.

Jegyinfo// 1.500 Ft
Helyszín | Szalon kávézó
kulturalisszalon.jegy.hu
(a belépőjegy ára tartalmaz egy pohár bor fogadótalt)

HEGYVIDÉKI KULTURÁLIS SZALON
kulturalisszalon.hu

Spanyolos hastánc – workshop
július 12-én 18.30–20.30. A workshop résztvevői megtanulnak néhány a spanyol táncokban használatos kar- és lábtechnikát, a legyező és szoknya – mint tánctechnikai eszközök – használatát, majd egy andalúz stílusú hastáncoreográfia-részletet. Ajánlott mindazoknak, akik már jártak korábban hastáncórára, ismerik a hastánc alapmozdulatait. A 2 órás workshop ára: 6000 Ft. A workshopot vezeti: Fritz Mónika Parvati (+36-70/621-3794, 8.parvatisiva@gmail.com).

Hangutazás Katával július 13-án 18.00 Csoportos mélyrelaxációs jólléteprogram gongokkal és hangtákkal. Bejelentkezés és információ: Farkas Kata, +36-30/485-6961, martonkata15@gmail.com. „Tedd

szokásoddá, hogy eloszlatod a stresszt, és helyettesítsd lelki békével! A befektetés önmagadba: 5000 Ft/fő/alkalom. Páros részvétel esetén: 4000 Ft/fő/alkalom.” (A következő alkalom: július 27.)

Pengő Csaba nyáresti szólókoncertje július 13-án 19.30. Helyszín: a szalon kávézója.

Kíváncsi Kata. Július 14-én 14.30 A nagy egyiptomi Szfínx. Az oroszland-testű és emberfejű Gízai Szfínx a Föld egyik legnagyobb és egyben a legrégibb szobra. A rejtélyes műemlék évezredek óta őrzi a Gízai piramisokat. Kik, mikor és miért építették, miért van lyuk a Szfínx fején? Előadó: Nagy Katalin. Jegyár: 500 Ft. Hegyvidéki lakosoknak ingyenes, de regisztrációhoz kötött a szalon elérhetőségein.

Musica Ignitus-koncert július 15-én 19.00. A kamarazenekar összeszokott művészekből álló formáció, amelyben az énekhang és a fuvola dominál. Előadásuk során könnyed és virtuóz repertoárral az érzelmek széles skáláját juttatják művészi kifejezésre. A hangszereket, Balogh Orsolya és Balogh Zsolt testvérek, gyerekkoruk óta zenélnek közösen, országos rendezvények és versenyek résztvevői és díjazottjai. Molnár Marica opera- és operetténekes a világhírű Interoperett Gálakoncert sorozat primadonnája. Az előadást a Nemzeti Kulturális Alap Hangfoglaló Programja támogatja. Jegyár: 1000 Ft. Jegyek kaphatók a helyszínen és a kulturalisszalon.jegy.hu oldalon. Helyszín: Tamási Áron-terem.

Mozgásos foglalkozások
Meridiántorna szerdán 11.00. Vezeti: Pál Szabó Gabi. Részvételi díj: 200 Ft/alkalom. Hegyvidéki lakosoknak ingyenes.

Zumba Gold pénteken 11.30. Vezeti: Veronika Berger. Információ: +36-30/609-9369, berger@veronikaberger.com. Nyáron a Gesztenyész kertben, a Larus előtti fűvön!

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



GALÉRIA 12 KÁVÉZÓ ÉS BORBÁR
Hajnóczy József utca 21.
galeria12.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!
Útirajzok pikantériából – Tóth József Füles kiállítása. Megtekinthető: július 3-ig, mindennap 16.00–22.00 (szerdán és vasárnap zárva).



Királyhágó tér 10.
hegyvidekgaleria.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Munkácsy-díj 2022 – csoportos kiállítás. Az 1950-ben alapított Munkácsy Mihály-díjat minden évben március 15-én a kiemelkedő képzőművészeti tevékenység elismeréseként adományozza az emberi erőforrások minisztere. A Hegyvidéki Galéria 2017 óta mindig csoportos kiállítás keretében mutatja be az adott esztendőben díjazott képzőművészeket. Az idei kitüntetettek: Erdei Kvasznay Éva festőművész, Ernszt András festőművész, Koronczai Endre képzőművész, Matl Péter szobrászművész, Széchy Beáta képzőművész, Szegedi Csaba festőművész, Veres Gábor nyugalmazott szobrászművész. A kiállítást 200 forintos regisztrációs jegy megvásárlásával lehet megtekinteni július 16-ig (Hegyvidék kártyával ingyenes). Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu oldalon és a Hegyvidék Galériában. (A kiállítás megnyitóról szóló cikkünket lapunk 9. oldalán, Széchy Beátával készült beszélgetésünket a 8. oldalán olvashatják.)

Lapunk az interneten is olvasható:
www.hegyvidekujzag.hu



BAJOR GIZI SZÍNHÁZ MÚZEUM
Stromfeld Aurél út 16.
oszmi.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Börcsök Enikő (1968–2021). A kamarakiállítás a színpadi színésznőt és az embert állítja a középpontba. Börcsök Enikő alakját fényképek, előadórészletek, személyes tárgyak és dokumentumok idézik meg. A kiállítás megtekinthető: 2023 februárjáig, szerdától vasárnapig 14.00–18.00. Tájékoztató csak kis létszámú csoportok számára! Előzetes bejelentkezés szükséges a 06-1/225-3161-es telefonszámon vagy a bgm@oszmi.hu e-mail-címen.



Zugligeti út 64.

info@hegytortenet.hu
helytorteneti gyujtemeny.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

„Hegyvidék, O – Egy csepp történelem” – időszaki kiállítás, ami a Hegyvidék és a víz kapcsolatát mutatja be számos különböző aspektusból. A gyűjtemény a megszokott

nyitvatartás szerint, szerdától vasárnapig 10.00–18.00 óráig látogatható.



EGYSZÜLŐS KÖZPONT (Buda)
Magyar jakobinusok tere 1.
egyszulo@egyszulo.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Állandó programok egyszülős családoknak

Egyedül a kezdetektől – szülőcsoport a gyermeküket egyedül vállaló vagy a terhesség alatt egyedül maradó anyukáknak kedden 17.00. Zárt csoport!

Egyszülős erősítő – workshop sorozat gyermeküket egyedül nevelő szülőknek szerdán 17.00.

Élményfestés – akvarellfestő-kurzus Román Dóra festőművésszel kététhetente csütörtökön 16.00.

Rejtett üzeneteink – nonverbális kommunikációs tréning kététhetente csütörtökön 17.00

Szolgáltatások egyszülős családoknak: jogi tanácsadás, lelki segítségnyújtás, gyermekvédelmi tanácsadás, coaching, coaching gyerekeknek, ultrarövid terápia, kamaszpanasz, lyukasóra – kamaszjelenlét, pénzügyi coaching, pénzügyek okosan, online családi mediáció szülőknek, vállalkozni egyszülősöként okosan.

A programok egyszülős kártyával ingyenesek.

Nyitott program nem csak egyszülős családoknak

Ringató szerdán 10.00.

Újra fogható a Hegyvidék Televízió adása

Tájékoztatjuk a Hegyvidék Televízió (HTV) nézőit, hogy helyreállt a műsorsugárzás a Vodafone hálózatán, és adásunk ismét fogható az 505-ös csatornahelyen. A Vodafone munkatársai elhárították a műszaki hibát, így a Vodafone-előfizetők június 13-a óta megint láthatják a Hegyvidék Televízió műsorát a Hegyvidéken.

Köszönjük nézőinknek, hogy továbbra is megtisztelnek minket figyelmükkel!

A HTV csapata

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: Nonius
14.00 Budai Híradó
14.15 Film: Szent férfiak idegenből
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 Diagnózis
18.00 Képzőművészet
19.00 Budai Híradó

19.15 Kvantum – tudományos magazin
20.00 Hírek
20.05 Pénz – Tárca
20.30 Generációk
21.00 Budai Híradó
21.15 Film: A szegedi diák-Hamlet története
22.15 Kultúrpoint
22.45 Ökopakk
23.00 Budai Híradó
23.15 Ziccer
23.30 Építészeti XXI
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képzőművészet

KEDD

7.00 Útinform
10.00 Budai Híradó
10.15 Pénz – Tárca
11.00 Sportolj velünk
12.00 Budai Híradó
12.15 Film: Egy nap a világ
14.00 Budai Híradó
14.15 Film: A szegedi diák-Hamlet története
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 Forgószínpad
18.00 Képzőművészet
19.00 Budai Híradó
19.15 Minőségi idő
20.00 Hírek
20.05 Duett (ism.)
20.30 Kultúrpoint
21.00 Budai Híradó
21.15 Film: A hatalom és a költő

22.15 Pénz – Tárca
22.45 Ziccer
23.00 Budai Híradó
23.15 Budai Magazin
23.45 Vadórzó
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képzőművészet

SZERDA

7.00 Útinform
10.00 Budai Híradó
10.15 Ökopakk
11.00 Sportolj velünk
12.00 Budai Híradó
12.15 Film: A hatalom és a költő
14.00 Budai Híradó
14.15 Film: A gályarab prédikátorok emlékezete
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 A szomszéd vár
18.00 Képzőművészet
19.00 Budai Híradó
19.15 Pénz – Tárca
19.45 Vadórzó
20.00 Hírek
20.05 Kultúrpoint
20.45 Budai Magazin
21.00 Budai Híradó
21.15 Film: Egy nap a világ

CSÜTÖRTÖK

7.00 Útinform
10.00 Budai Híradó
10.15 Kultúrpoint
11.00 Sportolj velünk
12.00 Budai Híradó
12.15 Film: Egy nap a világ
14.00 Budai Híradó
14.15 Film: Horváth Péter fotóművész
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 Építészeti XXI
18.00 Képzőművészet

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: Mentális gondozás a Hős utcában – Emberbarát Alapítvány
22.15 Kultúrpoint
22.45 Ökopakk
23.00 Budai Híradó
23.15 Kommentár nélkül
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képzőművészet

PÉNTEK

7.00 Útinform
10.00 Budai Híradó
10.15 Vadórzó
11.00 Sportolj velünk
12.00 Budai Híradó
12.15 Film: Juhász Zoltán portréja
14.00 Budai Híradó
14.15 Film: Fenn a hegyen
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 Duett
18.00 Képzőművészet
19.00 Budai Híradó
19.15 Kultúrpoint
20.00 Hírek
20.05 Kommentár nélkül
21.00 Budai Híradó
21.15 Film: Kezelésbevételek – Emberbarát Alapítvány
22.15 Pénz – Tárca
22.45 Ökopakk
23.00 Budai Híradó
23.15 Budai Magazin
23.45 Ziccer
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képzőművészet

SZOMBAT

7.00 Alfa és Omega – katolikus mise (ism.)
8.30 Kultúrpoint
9.00 Diagnózis
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: Szent férfiak idegenből
14.00 Budai Hét
14.15 Film: A zarándok
16.00 Alfa és Omega – katolikus mise
17.00 Sportolj velünk
17.30 Élet örökség
18.00 Képzőművészet
19.00 Budai Hét
19.15 Minőségi idő
19.45 Ziccer
20.05 Duett
20.30 Creative Chef
21.00 Budai Hét
21.15 Film: Kék kék kék (tévéjáték)

22.30 Pénz – Tárca
23.00 Budai Hét
23.15 Vadórzó
23.30 Duett
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képzőművészet

VASÁRNAP

7.00 Kommentár nélkül (ism.)
8.00 A szomszéd vár (ism.)
8.30 Pénz – Tárca (ism.)
9.00 Kultúrpoint (ism.)
9.30 Sportolj velünk
10.00 Alfa és Omega – katolikus mise (ism.)
11.30 Film: Egy nap a világ
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 Gémes „egyházaspár”
16.00 Közért
17.00 Sportolj velünk
17.30 Generációk
18.00 Képzőművészet
19.00 Budai Hét
19.15 Alfa és Omega – katolikus mise
21.00 Budai Hét
21.15 Film: Börtönvilág
22.30 Forgószínpad
23.00 Budai Hét
23.30 Ökopakk
0.00 Hírek
0.05 Ismétlés
4.00 Képzőművészet

MEGHÍVÓ

A Galéria 12 Egyesület szeretettel meghívja Önt és barátait
2022 július 4-én, hétfőn 19 órára

NYÁR ZENETÁNC

című alkotóművészeti kiállításának megnyitójára
A kiállítást megnyitják a kiállító művészek

Közreműködnek:
Réman Zsófi fuvolán
Szkibó Gergő gitáron



Helyszín: Galéria 12 Kiállítóhely, Kávézó és Borbár
1122 Budapest, Hajnóczy József utca 21.

A kiállítás megtekinthető: 2022. augusztus 28-ig naponta 16–22 óráig.

Szerdán és vasárnap zárva

www.galeria12.hu



GYORS**KÉNYELMES****E-ÜGYINTÉZÉS**
a Hegyvidéken**KÖRNYEZETBARÁT****RUGALMAS****Intézze ügyeit online!****Regisztráljon!**<https://eugyintezes.hegyvidek.hu> Parkolási engedély Helyi adóval kapcsolatos ügyek Óvodai, bölcsődei jelentkezés Ingatlanbérleti díj befizetése Cégeképviselet Eseményre jelentkezés (ágapritás, Barkácsműhely időpontfoglalás, előadások stb.) Időpontfoglalás a Böszörményi úti orvosi rendelőbe Ebösszeírás Hivatalos megkeresés,
tájékoztatás kérése,
időpontfoglalás hivatali
ügyintézéshez

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

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

**HEGYVIDÉKI**
ÖNKORMÁNYZAT

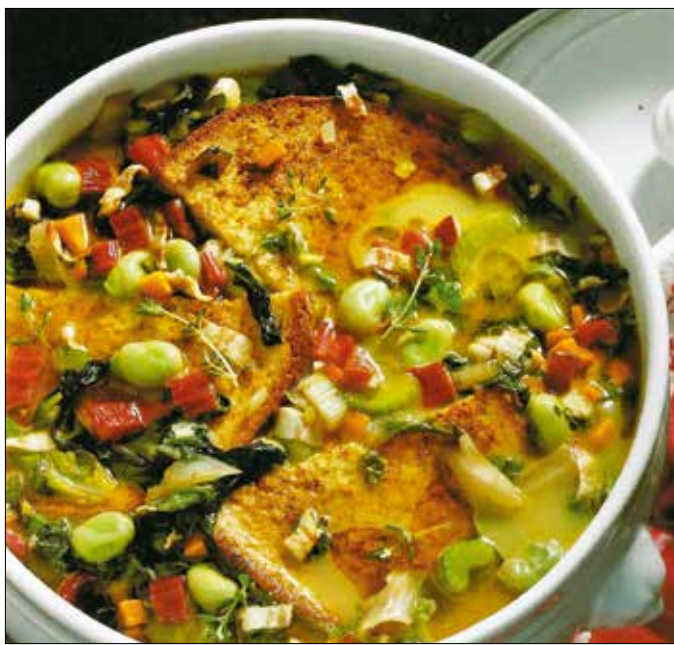
Mángold, a sokoldalú nyári zöldség

A mángoldra mint valami egzotikus zöldségfélére tekintünk a piacon, holott a Földközi-tenger mentén élő népek, főként a rómaiak és a görögök már a Kr. e. V–IV. században bőven éltek vele. Nyugat-Európában és Amerikában ma is népszerű. Örök titok marad, hogy ez a kedvelt zöldség miért merült nálunk a feledés homályába. Ahhoz képest, hogy milyen olcsó és igénytelen, rendkívül sokoldalú. Hatalmas, zöld levelei leginkább a spenótéra emlékeztetnek, és spenót módjára is készíthetők el. A nagyobbakat, a káposztához hasonlóan, meg lehet tölteni. A dalmátok például a fokhagymás olajon megpárolt mángoldot krumplival köretként kínálják roston sültjeik mellé. A levelek vastag, fehér szárából, pontosabban levélnyeléből – ami megszólalásig hasonlít a spárgához, és akként is használható – kitűnő hamis spárgaleves főzhető. Mind a levél, mind a szár sokféle saláta és könnyű, nyári fogás alapanyaga lehet. Elkészítési módjainak valójában csak a fantáziánk szab határt.

OLASZ MÁNGOLDOS ZÖLDSÉGLEVES

Nagyon laktató levesnek tűnik, de miután csupa zöldség, és a sűrűségét is csak a babpüré adja, nem kalóriadús. Igazi mediterrán módnak készített nyári fogás. Ha szorít az idő, konzervbabot is vehetünk hozzá.

Hozzávalók (4 személyre):
60 dkg friss fejtett bab
10 dkg húsos szalonna
1 kis vöröshagyma
3 fokhagymagerezd
1 szál sárgarépa, 2 szál szárzeller
bő 1 dl olívaolaj
50 dkg zsemle mángold
8 dl zöldséglevés, biokockából is jó friss rozsmaring és kakukkfű
só, frissen őrölt bors
...betétnék: 12 vékony szelet barna vagy teljes kiőrlésű kenyér



nem teljesen megpároljuk. A jól megmosott mángoldleveleket is felaprítjuk (leggyűsebb, ha felgöngyöljük, a hengereket hosszában kettévágjuk, majd felszeleteljük). A szalonnás zöldségekhez adjuk, és együtt addig pároljuk, amíg össze nem esik.

Ezután a kész levessel felengedjük, sózzuk, borsozzuk, rozma-

ringszálakkal és kakukkfűvel fűszerezünk, és tovább főzzük, addig, amíg minden megpuhul benne, vigyázva, hogy a zöldfélék ne főjenek szét. Ekkor a babpürét belekeverjük, a főtt babot is hozzáadjuk, és együtt még egyet forralunk rajta. Olívaolajjal meglocsolt pirított kenyérszeletekkel tálaljuk.

CSÖBEN SÜLT MÁNGOLD

A csöbön, azaz sütőben sült ételek minden évszakban kedveltek, de nyáron igazán kívánatosak. A mángold kitűnő alap egy ilyen fogáshoz.

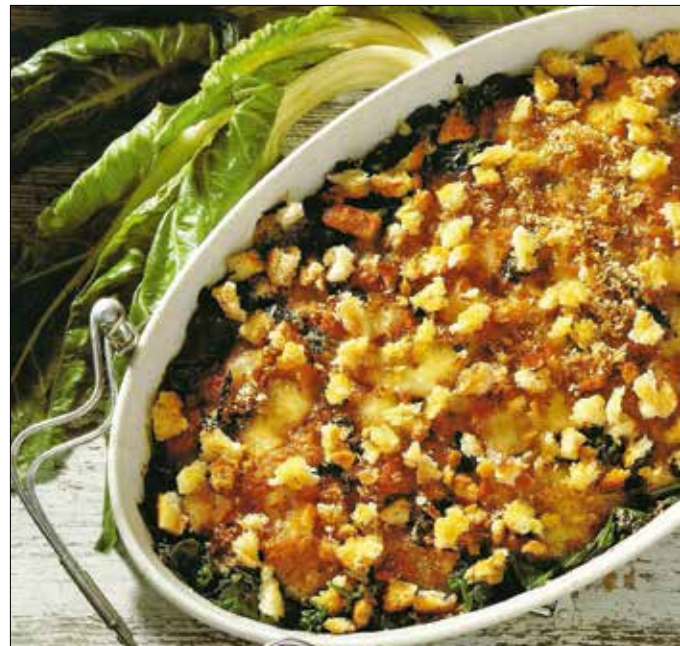
Hozzávalók (4 személyre):
1,5 kg mángold
1,5 dl tej
4 szem paradicsom
1 fej hagyma
3 fokhagymagerezd
2 evőkanál olívaolaj
6 szardellafilé
fél csokor bazsalikom
15 dkg mozzarella
5 dkg reszelt parmezán
...a tetejére:
4 szelet pirított kenyér
3 dkg vaj

A mángoldot megmossuk, a levelekből a levélgyökereket kivágjuk, és ha kell, a szálkákat lehúzzuk rólok. A leveleket ujnyi vastagon felcsíkozzuk, a nyeleket 2 centis kockákra daraboljuk. A tejet csipetnyi sóval és annyi vízzel forraljuk fel, hogy az összes mángoldot (levelet és szárat) ellep-

je. Néhány percig forraljuk, hogy a zöldség összeessen, majd leszűrjük, és egy jól kiolajozott tepsibe vagy sütőtálba terítjük.

A megtisztított vöröshagymát felaprítjuk, és a fokhagymával együtt az olajon megfuttatjuk. A lehéjazott paradicsomot kockákra vágjuk, és a lecsöpögtetett szardellafilékkel együtt a hagymához

adjuk, majd néhány percig pároljuk. Az apróra vágott bazsalikomleveleket belekeverjük, és mindezt a kihűlt mángoldra terítjük. A mozzarelladarabokkal és a reszelt parmezánnal megszórjuk. A frissen megpirított kenyeret rámorzsoljuk, és a vajat rádaraboljuk. Előmelegített sütőben 200 °C-on 20 percig sütjük.



VARIÁCIÓK MÁNGOLDRA

Mángoldból nagyszerű, könnyű nyári fogások készülhetnek. Van, amelyikhez a teljes zsemle levelet felhasználjuk, másokhoz csak a levelet vagy a spárgára emlékeztető levélgyökereket. Ha zöldje marad, abból másnap főzelék készíthető, a szárából leves.

MANDULÁS MÁNGOLDSZÁR

Hozzávalók:
1 kg mángold
20 dkg kissé zsírosabb sonka
2 evőkanál olívaolaj
4 szál újhagyma, só, őrölt fehér bors
1 dl száraz fehérbor
5 dkg mandula
5 dkg parmezán

A mángold kivágott fehér levélgyökereit megmossuk, majd leszálkásszuk, és ujnyi nagyságúra feldaraboljuk. Lobogva forró vízben 4 percig főzzük, majd jól lecsöpögtetjük. A sonkát kis kockákra vágjuk, és egy serpenyőben az olajon megpirítjuk. A megtisztított újhagymákat félbevágjuk, és hosszában csíkokra metéljük. A sonkához adjuk, és üvegesre sütjük, pároljuk. A főtt mángoldszárat belefogatjuk, megsózzuk, megborsozzuk, a bort aláöntjük, majd nagy lángon rázogatva zsírjára sütjük. A durvára vágott

mandulával és szeletelt parmezánnal megszórva kínáljuk. Rogogós franciakenyér vagy sokmagos, teljes kiőrlésű kenyér illik hozzá.

SONKÁS MÁNGOLDLEVÉL

Hozzávalók:
70 dkg zsemle mángold
1 kiskanál só
1 kiskanál szódadikarabóna
5 dkg húsos füstölt szalonna (ún. sliced bacon)
20 dkg főtt, füstölt sonka
1 csapott mokkáskanal őrölt fehér bors
1 dl száraz fehérbor

Ehhez a fogáshoz olyan zsemle mángoldleveleket válasszunk, amiknek még gyenge, vékonyka levélgyökere van, mert ezekkel együtt használjuk fel! Többször váltott vízben megmossuk, és lobogva forró, sós vízben 2 percig főzzük. Leszűrjük, jól lecsöpögtetjük, majd két-három vágással kisebb darabokra metéljük. Közben a szalonnát apró kockákra vágjuk, és serpenyőben megpirítjuk, majd a kissé nagyobb kockákra darabolt sonkát is rádobjuk, és együtt még 2 percig pirítjuk. Óvatosan megsózzuk, és a szalonna és a sonka is sós. Borssal fűszerezünk, a bort aláöntjük, és a serpenyőt rázogatva további 5 percig sütjük, pirítjuk. Aki szereti, tálaláskor még reszelt sajttal is megszórhatja.

KARFIOLOS MÁNGOLD NARANCCSAL

Hozzávalók:
60 dkg karfiol
20 dkg mángoldlevélnyél
1 paradicsompaprika
1 dl olívaolaj
1 nagy narancs
1 kiskanál só
1 mokkáskanal őrölt fehér bors
1 kisebb narancs.

A karfiolt rózsáira szedjük, megmossuk, és lobogva forró, sós vízben 6 percig főzzük. Leszűrjük, lecsöpögtetjük, és hagyjuk kihűlni. A mángoldlevélgyökereket gondosan leszálkásszuk, a paradicsompaprikát kicsumázzuk. Mindkettőt apróra vágjuk, és 1 evőkanálnyi olajon kb. 4 perc alatt megfuttatjuk.

A narancsot vékonyan meghámozzuk, úgy, hogy a fehér belső héjából semmi ne maradjon rajta, majd csíkokra vágjuk. A narancs levét kifacsarjuk, és a narancshéjjal együtt habverővel a maradék olajba keverjük. Sózzuk, őrölt borssal fűszerezünk.

Az előkészített zöldségeket az öntet felébe forgatjuk, és hűtőben alaposan lehűtjük. Tálaláskor a salátát még egyszer összekeverjük, tányérokra elosztjuk, a maradék öntettel meglocsoljuk, és friss narancsgerezdekkel díszítjük.

MÁNGOLDOS PALACSINTA

A palacsinta verhetetlen ajánlat nyáron is. A mángolddal sütött, töltött változata igazi kuriózum.

Hozzávalók (4 személyre):
30 dkg mángold
3-4 evőkanál olívaolaj
12 dkg liszt
2,5 dl tej
2 tojás
csipetnyi só és szerecsendió

Először a mángoldot készítjük elő, mert a levelet majd a palacsintához, a szárát a töltékhez használjuk fel. A levelekből a nyeleket kivágjuk, ha kell, leszálkásszuk, körömnymi kockákra daraboljuk, és megsózza, szerecsendióval fűszerezve, 2 evőkanál olajon megpároljuk. A leveleket hosszában elfelezzük, és felre tesszük. A palacsintához a lisztből a tejjel, a tojásokkal, sóval tésztát keverünk.

Egy palacsintasütőt kiolajozunk, a mángoldleveleket egynyelű részét rádobjuk, és egy percig pároljuk-sütjük, majd a palacsintatésztából annyit ráöntünk, hogy 2 milliméter vastagon ellepje. Az így kapott palacsintát mindkét

oldalán egy-egy percig sütjük. A többi hozzávalóból hasonló módon 8 palacsintát sütünk. A töltékhez a párolt szárat sajttal, túróval, sült padlizsánnal, paradicsommal kedvünk szerint gazdagíthatjuk.



Parfé, a tökéletes

A parfé nyáron a fagyalt alternatívája lehet, nemcsak azért, mert krémes és fagyos, hanem mert egyszerűbb és gyorsabb elkészíteni, különösen házi körülmények között, mint verhetetlenül népszerű társát. Neve francia eredetéből egyszerűen levezethető, franciául a *parfait* – amit parfének ejtünk – azt jelenti: tökéletes.

A hűtéssel előállított édességek története messzi múltra tekint vissza. Az ószövetségi Példabeszédek könyvében már utalást találunk a hűsítő jégre, a 11. században Kínában a természetes jeget hűtésre használták, Nagy Sándor jeges frissítővel jutalmazta bátor katonáit, a fagyalt megszületését pedig Medici Katalin esküvőjéhez köti az emlékezet. Az igazi jeges desszertek elterjedéséhez azonban a mesterséges hűtés feltalálására, a hűtőgépekre volt szükség. Ezzel a 20. század közepéig kellett várni.

A parfé elsősorban abban különbözik a fagyalttól, hogy az elkészítéséhez nincs szükség fagyaltgépre. Gőz fölött tejszínnel kevert (de nem vert!), cukrozott tojássárgájából áll, amit felforraltatás után szobahőmérsékletűre kell hűteni, majd kemény habbá verni, és valamilyen formába töltve egyszerűen csak lefagyaszteni. Krémes

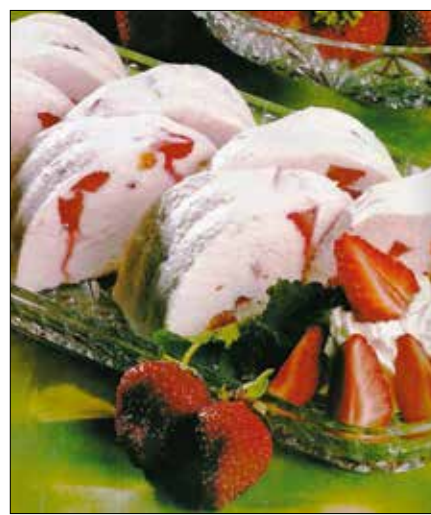
állagú marad, ráadásul olyan ízű lesz, amelyet csak szeretnénk, attól függően, hogy mit adunk hozzá. Ma már sok olyan parféreceptet ismerünk, amihez még tojás sem kell, sőt a hozzávalókat egyenesen a felvert tejszínhabba forgatják.

EPRES-MÁLNÁS TÚRÓPARFÉ

25 deka tehéntúrót szitán áttörünk, 2 deci kefirrel, fél biocitrom levélével és reszelt héjával, 1-2 evőkanálnyi eper- vagy málnaszörpvel összekeverünk, és annyi porcukrot adunk hozzá, hogy kellemesen édes legyen. 3,5 deci tejszínt kemény habbá verünk. Félkilónyi megtisztított, megmosott, apróra vágott epret vagy ugyanennyi, de egészben hagyott málnát a tejszínhabbal együtt óvatosan a túrókrémbe forgatunk.

Egy hosszúkás, leginkább özgerinformát folpackkal kibélelünk, majd a gyümölcsös-tejszínes túrókrémet beletöltjük. Mélyhűtőbe tesszük, és megfagyasztjuk. Tálalás előtt tálra borítjuk, a folpackot óvatosan lehúzzuk róla, és forró vízbe mártott késsel felszeleteljük. Mutatósbab lesz, ha néhány szem friss gyümölcscsel díszítjük.

Pákozdi Judit



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

HELYISÉG KIADÓ 1126 Bp., Böszörményi út 2/b-ben irodajellegű használatra. Tizenhárom négyzetméteres, padlófűtéses, alagsori, világos, játszótérre néző ablakkal, beléptetőkarttyás parkolóval. Tel.: 06-30/911-9576.

BAKOSLAK INGATLAN készpénzes ügyfelei részére keres eladó ingatlanokat, fizetéssel. Tel.: 06-1/326-0618, 06-20/974-0571.

BAKOSLAK INGATLAN keres hosszú távra kiadó, igényes házakat, ikerházat, sorházat és lakásokat külföldi és magyar ügyfelei és családjuk részére. Tel.: 06-1/326-0618, 06-20/974-0571.

KERESÜNK jó állapotú, 3 szobás, erkélyes, zöldövezeti, emeleti lakást, kulturált házban, jó közlekedéssel. 06-30/559-5064.

INGATLANIRODÁNK eladó lakásokat keres! Jutalék 3,5%, ügyvéd ingyen, külföldi vevők elérése. Ismerős lakása eladó? Hívjon, Ön is jutalékot kap! 06-20/960-0600.

KERTET GONDOZNI VÁGYÓ fiatal pár Nyaralót/Hévígi Házát venne a Balatonon vagy a Szentendre/Dunakanyar térségében 28 M Ft-ig. 06-20/454-9152.

FIATAL PÁR legalább 2 szobás, emeleti lakást vásárolna! Erkelty előny. 06-30/373-7378.

ELADÓ-KIADÓ ingatlanokat keresünk érdeklődő ügyfeleinknek. Várjuk hívását, hogy segíthessünk. Radius Kft. Mobil: 06-20/946-8383, 06-20/414-9344.

HORÁNY, DUNA 5 perc, 300 négyzetöves, bekerített telek eladó. Tel.: 06-70/268-1596.

AZONNALI BEKÖLTÖZÉSSEL, bútorozottan vagy bútorozatlanul kiadó egy 54 nm-es lakás a XII., Istenhegyi úton. Tel.: 06-20/333-7076.

MULTINACIONÁLIS KONZERN cégvezetőjének és diplomata család részére keresek lakást, sorházat. Hosszú távú bérletre. Tel.: 06-30-924-7165.

KERESÉK ELADÓ LAKÁST vagy minimum egy évre bérbé adót. 06-30/729-7546.

INGATLANIRODÁNK eladó lakásokat keres! Jutalék 3,5%, ügyvéd ingyen, külföldi vevők elérése. Ismerős lakása eladó? Hívjon, Ön is jutalékot kap! 06-20/960-0600.

FIATAL PÁR nyaralót vásárolna 35 M Ft-ig. 06-20/4549-152.

XII. KERÜLETI, Nagyenyed utcai, 66 nm-es, napfényes, 4. emeleti, felújítandó, 2 szobás, hallos, nagy tárolós lakás 66 M Ft irányáron tulajdonostól eladó. Tel.: 06-20/380-9776.

BUDÁN KERESÉK világos, terasz- vagy kertkapcsolatos, 3 szobás vagy nagyobb lakást, házat, gépkocsibeállási lehetőséggel, felújítandó is, tulajdonostól. 06-20/931-3122.

APRÓHIRDETÉS
Guru
www.AprohirdetesGuru.hu

A II. VAGY XII. KERÜLETBEN magánszemélytől 60-80 nm közötti, 2,5-3 szobás, emeleti, erkélyes lakást vásárolnék, lehetőleg gépkocsibeállóval vagy garázzsal. Hosszú távú kiköltözés nem akadály. Elérhetőség: 06-70/578-9626.

II., PASARÉT, HERMANO utcában 152 nm-es, 4 hálószobás, luxus módon felújított, kertes, panorámás, nagy teraszos villalaks 189,9 M Ft-ért eladó. 06-20/973-0711.

II., SZERÉNA ÚTI, 62 nm-es, magasföldszinti, felújítandó lakás 62 M Ft irányáron magánszemélytől magánszemélynek eladó. Tel.: 06-20/487-7294.

INGATLANKÖZVETÍTÉS kedvező feltételekkel, 1%-tól. 06-30/324-8912. alacsony jutalék hu

TULAJDONOSTÓL kiadó XII., Zugligeri úton 55 nm-es, felújított, üres lakás, minimum 1 évre. 220 000 Ft/hó. A közös költség 34 000 Ft/hó, ami a fűtést is tartalmazza. Tel.: 06-30/275-1547.

GARÁZS

15 NM-ES GARÁZS KIADÓ! XII. kerület, Orbánhegyi út 8. Tel.: 06-1/213-5816.

OKTATÁS

MATEMATIKATANÁR felkészít: 06-30/749-2507.

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

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

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

MATEK TANULÁS felelmek nélkül, örömmel, általános iskolásoknak, gyakorlott pedagóggal a Lauder iskolánál. Felkészítés középiskolai felvételre. Francia-tanítás középiskolások részére. 06-20/571-7554, 06-1/950-2285.

HÁZHÓZ MEGYEK! Angoltanítás: 06-20/917-6604.

VEGYES

HAJTOGATÓGÉP, szórólapkához irodai méret, eladó. Tel.: 06-30/921-0823.

ÚJ ÉTKEZŐSAROK, sarokpad, asztal, 2 szék eladó. Tel.: 06-30/921-0823.

INGYENES kutyá-, macskaeledel, illetve konzerv. 06-30/392-4354.

FILMES FÉNYKÉPEZŐGÉP KERESEK Canon, Nikon, Praktica, Pentax, Leica, Hasselblad, Roliflex, Contax stb. Objektívet is. 06-70/949-4013.

APRÓHIRDETÉS
Guru
www.AprohirdetesGuru.hu

FODOR GALÉRIA VÁSÁROL: neves magyar és külföldi festőktől: Aba-Novák, Scheiber, Kádár, Schönberger, Patkó stb. Mechanikus karórákat, Rolex, Omega, Iwc, Doxa, Breitling. Cím: 1124 Bp., Fodor u. 31/b (Tescóval szemben). Tel.: 06-20/229-7774.

BEMER CLASSIC/PRO készülékek bérbé adók, helyszíni beüzemelés, szakmai támogatással, már havi 50 ezer forinttal! Akkor is hívjon, ha szeretné eladni használaton kívüli BEMER készülékét! 06-30/211-9121.

RÉGI PAPIRPÉNZT KERESÉK, korona, pengő, forint. Tel.: 06-70/949-4013.

RÉGISÉG

KÉSZPÉNZES FELVÁSÁRLÁS! Arany 14900 Ft-tól, ezüst 350 Ft-tól, ékszerek, borostyán-korall, bizsukat, mindenféle régiséget, herendi, Zsolnay, órákat stb. Teljes hagyatékot, régi pénzeket, érméket, kitüntetések, fényképezőgépeket. V. kerület, Szent István krt. 25. Tel.: 06-70/608-6082.

KELETI SZÖNYEG- ÉS MŰTÁRGY-BECSŰS vásárol régi keleti szőnyegeket és műtárgyakat sérült állapotban is. Készpénzfizetéssel. Kiszállási díjtalan. Tel.: 06-30/456-3938.

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

BÉLYEGGYŰJTEMÉNYT, régi pénzeket, képeslapot, könyveket, papírrégiséget, porcelán, tárgyakat és régiségeket vásárolunk. V., Andrássy út 16. H-Sz.: 10.00-17.00, Cs.: 10.00-19.00, P.: zárva. Tel.: 06-1/317-4757.

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

ALMÁSI KATALIN készpénzért vásárol bútorokat, festményeket, órákat, dísz tárgyakat, porcelánokat, varrógépet, frógépet, lemezeket, könyveket, csipkét, bizsukat, kitüntetés, régi pénz, játékokat, kristályt, teljes hagyatékot, díjtalan kiszállással. 06-30/308-9148.

ELADNÁ RÉGISÉGEIT: karóra, asztali, falióra, tört és fazonarany. 10000-16000 Ft-ig. Ezüst 100 Ft-tól 350 Ft-ig, festményt, porcelán, Zsolnay kerámiát, régi bizsut, kitüntetés, régi pénz magas áron vásárolunk. Jöjjen el üzletünkbe. XII., Fodor u. 31/b. Tel.: 06-20/229-7774.

KÉSZPÉNZFIZETÉSSEL VÁSÁROLUNK mindennemű régiséget! Bútor, csillárt, festményt, könyveket, hanglemezeket, írta-, szőrmebundákat, dísz tárgyakat, órákat, kitüntetések. Gyűjteményeket, teljes hagyatékot, kiállítás! Díjtalan kiszállási, értékelés. Jakob Dorina: 06-20/365-1042. www.antikceg.hu

ARANY-EZÜST-RÉGISÉG. Karóra-felvásárlás készpénzért! Bp. XII. ker., Böszörményi út 16/b. Tel.: 06-70/407-3898, info@boszormenyiaranyhaz.hu

ÉRTÉKES FESTMÉNYT, gyűjteményt venne ügyvéd család befektetés céljából, kizárólag magánszemélytől. Tel.: 06-30/822-8050.

NÉMETH DÁNIEL SZAKBECŰS vásárol értékeléssel, festményeket, porcelánokat, bútorokat, bakelitlemezeket, műszaki cikkeket, régi pénz, kitüntetés, szobrokat, órákat, könyveket, lakaskiürítést. Hagyatékfelvásárlás. Díjtalan kiszállással a hét mindennapján! 06-20/294-9205.

MEGNYITOTTUK ÜZLETÜNKET! Vásárolunk: ruhaneműket, festményeket, porcelánokat, órákat, arany-ezüst ékszereket. Teljes körű hagyaték felszámolása. II. kerület, Török utca 4. 06-20/231-0572, 06-20/324-6562

APRÓHIRDETÉS
Guru
www.AprohirdetesGuru.hu

NERC-, RÓKA-, MINDENFAJTA szőrmebundát vásárolok, teljes ruhanemű-hagyatékot, kiegészítőket, könyveket és dísz tárgyakat, régiségeket. 06-20/229-0986.

SZÍNHÁZAK RÉSZÉRE mindennemű régiségek felvásárlása készpénzért. Dísz tárgyak, festmények, bútorok, hagyatékok. Kiszállási, szakbeszélés díjtalan! 06-30/419-2713.

RÉGISÉGEK-HAGYATÉK, örökség felvásárlása készpénzért. www.antikbudapest.hu, e-mail: antik@antikbudapest.hu. Telefonszám: 06-20/932-6495.

MÁRIA TERÉZIA GALÉRIA vásárol: régiségeket, arany ékszereket, ezüst tárgyakat, festményeket, bútorokat, porcelánt, karórákat, könyveket, teljes hagyatékot, zongorát. Tel.: 06-20/474-0948.

HAGYATÉK FELVÁSÁRLÁS, lomtalánítás, lakaskiürítés pincétől padlásig, értékeléssel. 06-20/931-9793.

ARANY-EZÜST-RÉGISÉG-KARÓRA felvásárlása készpénzért! Bp. XII. ker., Böszörményi út 16/b. Tel.: 06-70/407-3898. info@boszormenyiaranyhaz.hu

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 sminktetőválás. Cím: XII., Kiss János altábornagy 32/a. Tel.: 06-30/372-4665. facebook.hu/malibuszalon

LÉZERTERÁPIA, reumatológia, akupunktúra, gerincferdülés, csonttrikulás, csípő- és térdkopás kezelése, fejfájásellátás, lumbágógyógyászat, porckorongsérv ellátása. teledoktor.hu, lumbagogyogyelet.hu, sargasosegureuma.hu, 06-20/968-6886.

ÁLLAPOTFELMÉRÉSEK (kézi, gépi), talpmasszázs, fülgertyázás, nyirok-, visszterápiát, mágneses biozonancia, egyéni, számítógépes lúdtalpbetét-készítés, allergiabevizsgálás, -kezelés, gyógymasszázs, gyógytorna, kinesi tape. Bejelentkezés: 06-20/254-4633, 06-1/316-2596. www.vivientalpai.hu. 1024 Budapest, Fillér u. 10/a. Vivien Talpai Gyógyközpont.

CSONTKOVÁCS-AKUPRESSZŐR Szilágyi Erzsébet faszor 51. alatt. Idegbeépítések, ízületi blokkok, lumbágó-izász megszüntetése. Térdblokkok, gerincsérvek, szédülések műtét nélküli, eredményes gyógyítása. Fájlakupunktúrás fogycúra. Dr. Garzó Péter természetgyógyász. 06-30/945-8477. www.drgarzo.segitek.hu

FODRÁSZ HÁZHÓZ MEGY, 5700 Ft vágás, szárítás. Érdeklődni: 06-30/295-1686.

www.radivert.hu | 1047 Budapest, Baross utca 99. | +3630 241 49 60

RADIVERT
diagnostic

Az MR-vizsgálatok szakértője

A RadiVert MR Diagnosztikai Központ 2020-ban nyitotta meg Budapest egyik legmodernebb képalkotó diagnosztikai, MRI központját, ahol csúcskategóriás MRI berendezés biztosítja a teljes testre kiterjedő kompromisszum nélküli és nagy pontosságú vizsgálatokat, beleértve a speciális célzott diagnosztikai vizsgálatokat is.

- Speciális vizsgálatok Hölgyeknek: az emlő MR-től a kismedence MR-ig.
- Férfi MR-vizsgálatok: a prosztatától a hasi MR-ig.
- Betegbarát, kiemelkedő szakértelemmel bíró MR-operátorok.
- Azonnali időpontfoglalás, beutaló nélkül is.

PONTOS DIAGNÓZIS,
KOMPROMISSZUMOK
NÉLKÜL.



2022

NYÁRI ÚSZÓ- ÉS SPORTMIX TÁBOROK

1122 Budapest, Városmajor u. 29.

Telefon: 06-70/490-3045 (hétfőtől - péntekig, 10-19 óra között.)
e-mail: info@hegyvidekizsoiskola.hu
www.hegyvidekizsoiskola.hu

Intenzív Tanfolyam:

1. turnus: 2022. 05. 23. – 05. 26.
2. turnus: 2022. 05. 30. – 06. 02.
3. turnus: 2022. 06. 06. – 06. 09.
4. turnus: 2022. 06. 13. – 06. 16.
5. turnus: 2022. 06. 20. – 06. 23.
6. turnus: 2022. 06. 27. – 06. 30.
7. turnus: 2022. 07. 04. – 07. 07.
8. turnus: 2022. 07. 11. – 07. 14.
9. turnus: 2022. 07. 18. – 07. 21.
10. turnus: 2022. 07. 25. – 07. 28.
11. turnus: 2022. 08. 01. – 08. 04.
12. turnus: 2022. 08. 22. – 08. 25.

Hétfőtől-csütörtökig
(16.15 - 17.00, 17.00 - 17.45, 17.45 - 18.30, hétfőn és szerdán 18.30-19.30 felnőtt úszás)

Árak:
9.000 Ft / 4 alkalom
Testvérekedvezmény: 500 Ft
Nincs pótlás.

Nyári Úszótábor:

1. turnus: 2022. 06. 20. – 06. 24.***
2. turnus: 2022. 06. 27. – 07. 01.***
3. turnus: 2022. 07. 04. – 07. 08.
4. turnus: 2022. 07. 11. – 07. 15.
5. turnus: 2022. 07. 18. – 07. 22.
6. turnus: 2022. 07. 25. – 07. 29.
7. turnus: 2022. 08. 01. – 08. 05.
8. turnus: 2022. 08. 22. – 08. 26.

***úszó vagy kézilabda tábor (választható)

Árak:
1 hetes turnus: 32.000 Ft / hét
Testvérekedvezmény: 1.000 Ft/gyermek

AKTÍV HEGYVIDÉK

NYÁRI PROGRAMOK

VÁROSMAJORI FUTÓKLUB

Keddén 18.30–19.30

Gyülekező: 18.15

Városmajori futópálya rajthelye

NORMAFA FUTÓKLUB

Csütörtökön 18.30–19.30

Gyülekező: 18.15

Normafa Park Látogatóközpont

AEROBIK NYÁRON

Hétfőn 18.00–19.00 MOM Beach

(Csörsz utca 14.)

Szerdán 18.30–19.30 Városmajor

utca 29., hátsó udvar

Csütörtökön 18.30–19.30

Városmajor utca 29., hátsó udvar

KIMÉLŐTORNA NYÁRON

Hétfőn 17.00–18.00 MOM Beach

(Csörsz utca 14.)

Szerdán 17.30–18.30 Városmajor

utca 29., hátsó udvar

Csütörtökön 17.30–18.30

Városmajor utca 29., hátsó udvar

ZUMBA®

Hétfőn 18.30–19.30

Szerdán 18.30–19.30

Gesztenyész kert (a Larus közelében)

ÚSZÁS

Vasárnap 11.00–15.00

Hegyvidéki Sportközpont és

Tanuszoda (Városmajor utca 29.)

Belépés: XII. kerületi lakcímkártyával.

4 év alatti gyerekek ebben az

időpontban nem használhatják az

uszodát!

FUNKCIONÁLIS EDZÉS

Hétfőn 17.00–18.00

Szerdán 17.00–18.00

Városmajor utca 71.

(a műfüves labdarúgópályánál)

MUDITAYOGA

Keddén 17.30–19.00

Győri út 2/b

Előzetes bejelentkezés szükséges:

info@muditayoga.hu

INTEGRAL YOGA

Szerdán 19.45–20.45

Városmajor utca 29.

A tájfutásból nem lehet kiöregedni

Egyike az ország legeredményesebbjeinek a MOM Sportban működő Hegyvidéki Szabadidősport tájfutószakosztály. Egyrészt itt sportol a junior-világbajnok, négyszeres ifjúsági Európa-bajnok Gárdonyi Csilla, másrészt különös hangsúlyt helyez az utánpótlás-nevelésre. A tájfutás szépségeiről, a hazai és nemzetközi sikerekről is beszélgettünk Kisvölcsy Ákos edzővel.

– Talán érdemes mindjárt az elején tisztázni, mi is az a tájfutás.

– A hivatalos hosszabb neve – tájékozódási futás – talán jobban leírja a lényegét: futás közben tájékozódási feladatot kell megoldani, azaz a versenyző a rajtnál kap egy térképet, amelyre be vannak rajzolva a megkeresendő ellenőrző pontok. Különlegesség tehát más sportágakhoz képest, hogy az útvonal nincs meghatározva, kijelölve, csak bizonyos helyek, amik között mindenki magának választhatja meg a neki leginkább megfelelő útvonalat.

– Ennek kötelező része az erdő?

– A legtöbben valóban az erdőhöz kapcsolják a tájfutást, és igazuk is van. Azonban az utóbbi évtizedekben megpróbáltunk közelebb kerülni a nézőkhöz, látványosabbá, érthetőbbé tenni a sportágunkat, netán televízióban is könnyebben közvetíthető produkciót nyújtani, így egyre gyakoribbak a városi versenyek. Ezt a számot sprintnek hívjuk, bár az atlétikai vágtaszámokhoz vajmi kevés köze van: életkortól, tudástól függően tíz-tizenöt perces, mintegy két-négy kilométer hosszú, a helyszínei elsősorban a városok, parkok.

– A tájékozódási futás összetett sportág, legalább annyira fontos a szellemi, mint a fizikai teljesítmény. Melyikre van nagyobb szükség?

– Mindkettőre! Gyerekeknél, kezdőknél nyilván azon múlik az



Czakó Boglárka is sikeres tagja a szakosztálynak

eredmény, hogy ki milyen ügyesen találja meg a pontokat, hiszen futnának ők, de még nem tudják, hová. Aztán ahogy egyre biztosabb lesz a technikájuk, úgy kerül előtérbe a fizikai felkészültség. Felnőtteknél az lesz a jobb, aki nagy futósebesség mellett is kevés

hibával tud teljesíteni; ez már inkább a megfelelő koncentráción, mentális állapoton múlik, és azon, ki hogyan tud oxigénhiányos agygyal gondolkodni.

– Mennyi idősen érdemes elkezdeni?

– Az a tapasztalatom, hogy kilenc-tíz éves korban. A térkép megértése, feldolgozása bonyolult folyamat, mivel a körülöttünk lévő világot egy sima, sík papírlapon ábrázoljuk, és ennek megértéséhez szükséges bizonyos érettség.

ben is – szívesen fogadunk, aztán próbáljuk a lehető legtovább „megtartani” őket. A kerületi iskolák közül a Zugligetivel a legjobb a kapcsolatunk.

– Mi kell ahhoz, hogy egy gyerek megragadjon önöknél? Gondolom, a sikerélmény az egyik ok – van ebből elég?

– A sikerélmény egyértelműen nagyon fontos, és itt nem feltétlenül csak a versenyeredményekre kell gondolni. Ha valaki valamit önállóan jól meg tud oldani – természetesen egyedül végigalál egy pályán –, azt nyilván szívesen csinálja. Fontos szempont azonban a társaság, vagy éppen egy edzőtábor, egy nyári többnapos verseny, az utazások hangulata is.

– Bemutatná egy kicsit az egyesületüket?

– A Hegyvidéki Szabadidősporthoz tartozunk, annak a tájfutószakosztályaként működünk. Mintegy ötven tagunk van, közülük körülbelül harminc húsz év alatti, többségük versenyszerűen sportol, de persze kezdő gyerekek is járnak hozzánk. A többiek a „megöregedett” fiatalok, akik a korábbi években voltak (él)versenyzők, és megmaradtak a tájfutásnál, többé-kevésbé hobbiszinten üzik.

– Mi a helyzet a kiöregedő versenyzőkkel? Ki lehet öregedni egyáltalán a tájfutásból?

– Nem lehet! A szenioroknak külön életkori kategóriákban rendeznek versenyeket. Magyarországon jellemzően a 80-as kategória a csúcs, amiben a nyolcvan évnel



Kisvölcsy Ákos edző

idősebbek indulhatnak, de szenior-világbajnokságon még korosabbak is versenyeznek. Magyar viadalokon az idén többször is elindult egy osztrák tájfutó, aki immár 96 éves!

– Milyen eredményekkel büszkélkedhet a szakosztályuk?

– A legeredményesebb versenyzőnk Gárdonyi Csilla, aki junior-világbajnok, négyszeres ifjúsági Európa-bajnok, emellett már huszonnégy egyéni országos bajnoki győzelemmel tart. Junior-világbajnoki érmes Czakó Boglárka, míg Mikes Janka ifjúsági Eb-n állhatott dobogóra. Női csapatunk már hat éve veretlen az országos egyesületi váltóbajnokságon. A nemzeti bajnokságok eredményei alapján az elmúlt néhány évben szakosztályunk az ország harmadik-negyedik legjobbja volt.

sm.

10% 

kedvezmény kupon

Vágd ki és váltsd be augusztus 31-ig a CINEMA MOM-ban!

Más kedvezménnyel nem vonható össze, csak teljesárú mozijegy vásárlása esetén érvényesíthető!

CINEMA MOM



Délelőtt is nyitva!

Nézz be a CINEMA MOM-ba!

A legújabb premierekkel és exkluzív tartalmakkal várunk a hét minden napján!

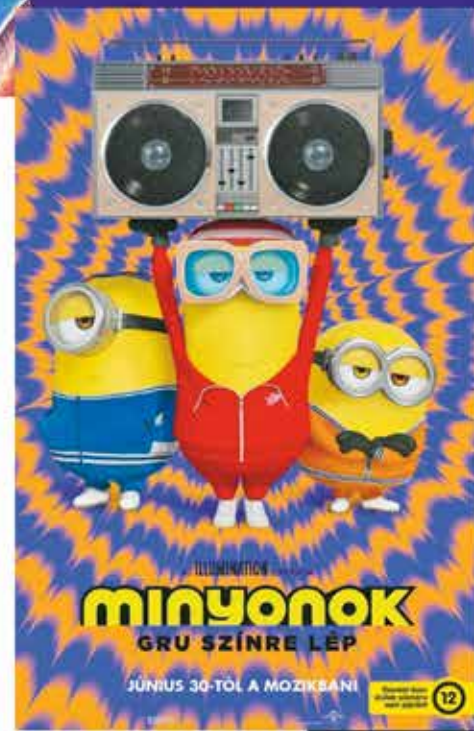
cinemamom.hu

Mozizz a MOM-ban. Mozizz a N



mombowling.hu

Kapcsolódj ki a MOM bowlingban!



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

Főszerkesztő: SCHILLINGER ERZSÉBET ♦ Felelős szerkesztő: STOFF CSABA ♦ Szerkesztőségi titkár: BOUSSEBAA AICHA ♦ Fotók: SÁRKÓZY GYÖRGY; a Hegyvidék Lapkiadó archívuma ♦ Tördelészerkesztő: KOVENCZ PÉTER ♦ Cím: 1126 Budapest, Beethoven utca 2/a fszt. Telefon: 356-3446. Fax: 225-8868. Internet: <http://www.hegyvidekujzag.hu>. E-mail: szerkesztoseg@hegyvidekujzag.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!