



NEWS FROM HEGYVIDÉK – PAGE 2

Jól állnak férőhelyekkel a hegyvidéki óvodák

A járvány miatti két éves kényszerű szünet után ismét megtartotta a Hegyvidéki Önkormányzat az Óvodaköztalálót. Az érdeklődő szülők a beiratkozás menetéről tájékozódhattak, megismerkedhettek a XII. kerületi óvodákkal, és az óvodakezdés megkönnyítéséhez is kaptak néhány hasznos tanácsot.

„Ha betartjuk azt a szabályt, hogy a hegyvidéki óvodák alapvetően a Hegyvidéken lakó polgárok gyermekeit látják el, akkor el tudunk helyezni mindenkit. Majdnem mindenkit oda, ahová jelentkeznek” – jelentette ki Pokorni Zoltán polgármester a két év után újból megrendezett Óvodaköztalálót elnevezésű fórumon a Lóvasút Kulturális és Rendezvényközpontban. Előfordulhat néhány esetben – tette hozzá –, hogy a kiválasztott óvoda nem tudja felvenni a gyermeket, de ebben az esetben máshol mindenképpen helyet biztosítanak neki.

A polgármester azt ajánlotta a szülőknek, nézzék meg az óvodákat, és figyeljék, hol érzi jól magát



Az Óvodaköztalálóra megtelt a Lóvasút rendezvényközpont terme

kisfiúk, kislányuk. Ám ne rá bízzák a választást, hiszen a döntés felelőssége a szülőké, akik „ha biztosak abban, hogy jól döntöt-

tek, akkor a gyerekeknek is biztosan jó lesz”. Pokorni Zoltán szerint az elszakadás nemcsak a gyerekeknek, hanem a szülőknek is nehéz, de megbízhatnak az intézményekben, mert „mindegyik hegyvidéki óvoda kiváló”.

„Azok a gyerekek óvodakötelesek szeptember 1-jétől, akik augusztus 31-ig betöltik a harmadik életévüket. Ha a szülők nem sze-

hoz” – ismertette Fonti Krisztina alpolgármester a hatályos törvényi szabályozást. Kitért rá, hogy akik szeptember 1-jét követően töltik be a 3. életévüket, azok esetében, ha van szabad férőhely, évközi beiratkozás lehetséges. Ehhez érdemes regisztrációs kérelmet benyújtani, hogy az önkormányzat előre tudjon kalkulálni az igényekkel.

Az alpolgármester megerősítette, jól állnak a férőhelyekkel, annak köszönhetően, hogy a korábbi években számos fejlesztés történt. 2009-ben létrejött a Hegyvidéki Mesevár Óvoda, 2014–15-ben bővült a KIMBI, új tagóvodája lett az Orbánhegyi Óvodának, 2021-ben pedig az önkormányzat átvette a Művész uti Óvoda fenntartását. Ez utóbbinak nincs köze, viszont egy csoportban biztosítja a külön nevelhető, autizmus-spektrumzavarral küzdő gyerekek fejlesztését. Az önkor-



Pokorni Zoltán: „Mindegyik hegyvidéki óvoda kiváló”

mányzat fenntartásában jelenleg 10 óvoda 64 csoportja foglalkozik a hegyvidéki gyerekekkel.

„Népszerűek az itteni óvodák, emiatt az elmúlt másfél évtizedben sokat küzdöttünk azzal, hogy nem csak az itt élő szülők szeretnék beírni ide a gyermeküket” – jegyezte meg Fonti Krisztina. Mint mondta, időről időre előfordul, hogy egyesek csak az óvodai felvétel érdekében jelentkeznek be egy XII. kerületi címre. Az ilyen próbálkozásokat azonban ki tudja szűrni az önkormányzat, mivel

ellenőrizheti, hogy a család életvitelszerűen tartózkodik-e a megjelölt címen.

„Május 8. és 12. között az önkormányzat e-ügyintézési rendszerében történik majd a beiratkozás” – tájékoztatta a jelenlévőket Csepreginé Volosinovszki Mária, a polgármesteri hivatal oktatási és közművelődési irodájának vezetője. A jelentkezéskor elektronikus csatolni kell a gyerek és a szülő személyazonosításra alkalmas igazolványát, lakcímkártyáját. (Folytatás a 3. oldalon)

Van kiút a közlekedési problémákból

Autópálya-forgalmú Alkotás utca, lerobbant állapotú Déli pályaudvar, hiányzó buszsáv a Budakeszi úton és fejlesztésre váró fogaskerekű vasút. Egyebek mellett ezeket a közlekedési problémákat és beavatkozási lehetőségeket vázolták fel szakértők Pokorni Zoltán polgármesterrel közösen az Urbanisztikai beszélgetések címmel elindított rendezvénysorozat első összejövetelén.

„A közlekedés azon kevés dolgok közé tartozik, amihez mindenki ért és amivel kapcsolatban mindenki elégedetlen” – vezette fel

szere közlekedési és városépítészeti feladat. Hatalmas lehetőségnek nevezte a fogaskerekű vasút fejlesztését, és kitért arra is, fontos lenne



ironikusán a Hegyvidéki Kulturális Szalonban megtartott pódiumbeszélgetést a moderátor, Kocsis János egyetemi docens, a Magyar Urbanisztikai Társaság alelnöke, a Hétfő Kutatóintézet tudományos főtanácsadója. Mint mondta, a Hegyvidéken kiemelkedően magas az autóhasználat, felméréseik szerint a lakosok közel 46%-a közlekedik gépjárművel, ezzel együtt a városi tömegközlekedés is „nagyon jól áll”, 63,6% veszi ezt igénybe.

Az urbanisztikai szakember a problémák között említette, hogy a Hegyvidék egyes részei „nincsenek jól feltárva tömegközlekedéssel”. Úgy vélte, valamit kellene kezdeni a „városi autópályaként” működő Alkotás utca, továbbá a Déli pályaudvar elválasztó hatásával, ami egy-



Egy-egy ilyen szakmai beszélgetésen „örökzöld” téma az Alkotás utca

a Budakeszi úti buszsáv kiépítése, valamint a P+R parkolók kialakítása, hogy még a város határán kívül „megfogják” az agglomerációból érkező autósok tömegét.

Pokorni Zoltán több fontos megállapítással arnyalta a közlekedési helyzetképet. A polgármester elmondta, hogy a Hegyvidéken számos olyan vegyes használatú út található, ahol az autósoknak és a gyalogosoknak is az útpályán kell közlekedniük, mivel hely hiányában nem lehet járdát építeni, vagy ez csak jelentős támfalépítéssel és fakivágással lenne megvalósítható. Ezért indította el az önkormányzat a „Járjunk együtt!” elnevezésű kezdeményezését, aminek a célja, hogy ezeken az utakon az autósok különösen figyeljenek a gyalogosokra, kerékpárosokra.

A fogaskerekűről – amit a főváros költségvetésének okokból tavaszig leállított – Pokorni Zoltán azt mondta: az adottságai miatt nem helyettesíthető más közlekedési eszközzel. Hozzátette, hogy a fogas fejlesztési tervei elkészültek, azon kevés közösségi közlekedési projekt közé tartozik, ami azonnal elindítható lenne. Véleménye szerint a főváros most „húzhatja egy bátrát”, kiírhatja a közbeszerzést, és mire a „diplomá-

cia viharain keresztül” megérkeznek az európai uniós pénzek, lenne egy elfogadott kivitelezője a beruházásnak. (Folytatás a 3. oldalon)

Szén-dioxid-lézeres készüléket kapott a Kútvölgyi úti szakrendelő

A legkorszerűbb, szén-dioxidos sebészeti lézerrel gazdagodott a Szent János Kórház Kútvölgyi úti szakrendelőjének eszközparkja a Hegyvidéki Önkormányzat és a kormány támogatásának köszönhetően. A különleges berendezést főként a bőrgyógyászok tudják majd használni, de bizonyos problémák esetén a nőgyógyászat és a fül-orr-gégészeti területen is kiválóan alkalmazható.

„Régi döntése az önkormányzatnak, hogy a Szent János Kórháznak évről évre támogatást nyújt. Örömmel szolgál, hogy az Egészséges Budapest Program keretében ehhez a kormány pénzügyi keretei felett is rendelkezhetünk, hiszen 300 millió forintot fordíthatunk a járóbeteg-ellátás fejlesztésére, orvosi eszközök beszerzésére” – mondta el Pokorni Zoltán polgármester annak alkalmából, hogy a bőrgyógyászaton dr. Ralovich Zsolttal, a kórház főigazgatójával, valamint dr. Szócska Gáborral, a Kútvölgyi úti szakrendelő vezetőjével közösen átadta a támogatásból vásárolt szén-dioxid-lézeres sebészeti készüléket.

A szakrendelő összesen már 104 millió forint értékben kapott orvosi eszközöket, ebből 83 millió forint érkezett a kormánytól, míg a fennmaradó összeget a Hegyvidéki Önkormányzat biztosította. Az elmúlt hónapokban gyerekek mellett egy modern szívvizsgáló-készüléket, valamint egy nagy tudású endoszkópos tornyot vehettek át a Kútvölgyi orvosai.

„Ez egy prémiumminőségű lézerkészülék. Sokkal modernebb, mint a korábbi szén-dioxid-lézerek, mert pixelekből adja le az energiát. Ezáltal jóval kíméletesebb, kevésbé fájdalmas a kezelés, és gyorsabban regenerálódik a bőr. Míg a korábbi beavatkozásoknál ez hetekig is eltartott, ennél már csak néhány napot vesz igénybe” – szövegezte az új készülék előnyeiről dr. Kaszás Annamária bőrgyógyász.

A szakorvos kitért rá, hogy az eszközzel el lehet távolítani különböző bőrnövedékeket, anyajegyeket, szemölcsöket, sőt a bőr fiatalítására, hegek, öregedési foltok,



A prémiumminőségű készülékkel sokkal kíméletesebb a kezelés

apró ráncok kezelésére is alkalmas. Hozzátette, hogy a készülékkel a bőrgyógyászaton kívül a nőgyógyászatban és a fül-orr-gégészeten is lehet különféle beavatkozásokat végezni.

Dr. Balog Imre nőgyógyász arról beszélt, hogy ez a lézer – ami az állami szférában a Margit kór-

házon kívül jelenleg csak a Kútvölgyiben található meg – forradalmi változást hozott a szeméremtáji szemölcsök kezelésében, ugyanis a káros sejteket elpárologtatja, míg a környezetében semmilyen kárt nem okoz. „Gyakorlatilag nem marad sebfelület – magyarázta –, mert rögtön egy pórképződik, így a lézerrel ellátott seb nem tud begyulladni, nem tudnak behatolni a baktériumok.”

A korszerű technika az inkontinencia kezelésére is használható.

A Hegyvidéki Sportcsarnok és Sportközpont Kft. (MOM Sport)

az alábbi helyiséget nyilvános pályázati eljárás keretében bérbeadásra kínálja:

Cím, a bérlet tárgya	A teljes ingatlan helyrajzi száma	A helyiség teljes alapterülete	Bérleti díj minimális összege (Ft + áfa/hó)	Egyéb feltételek
1. 1123 Budapest, Csörsz utca 14. alatti ingatlanban található üzlethelyiség	7911/2	70 m ²	452 520 Ft + áfa/hó	A helyiség kizárólag szépségipari szolgáltatás nyújtása funkcióra hasznosítható. A bérleti szerződés a helyiség birtokbaadásától számított 5 + 5 éves, határozott időre jön létre. Előzetes egyeztetés alapján, a pályázati dokumentáció szerint a helyiség megtekinthető.

A pályázati eljárás feltételeiről érdeklődni és a pályázati dokumentációkat megvásárolni a 1123 Budapest, Csörsz utca 14–16. szám I. emelet alatti irodában lehet (nyitvatartás: hétfőtől péntekig 9.00–16.00 között; telefonszám: +36-70-333-5110) **2023. február 20. napján 9.00 órától 2023. március 8. napján 12.00 óráig.** A pályázati dokumentáció díja 10 000 Ft + áfa/csomag. A pályázati csomag díját a Hegyvidéki Sportcsarnok és Sportközpont Kft. 12001008-01769252-00100001 bankszámlaszámára történő átutalással lehet megfizetni, az átutalásor a **közlemény rovatba a „Pályázat 70 m²”** megjelölés és a **pályázó nevének feltüntetése szükséges.**

A pályázati dokumentáció megvásárlása a helyiség megtekintésének és a pályázati eljárásban való részvételnek a feltétele.

Móczán Mónika ügyvezető

Pályázati felhívás

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat a tulajdonában álló ingóság bérbeadására pályázatot hirdet a **2023. február 14. napjától 2023. február 28. napjáig** terjedő időszakban.

A pályázható ingóság címe:

1.) Budapest XII. kerület, külterület 10503/30 hrsz. alatt felvett, védett Natura 2000 terület megjelölésű ingatlanon, a Libegő felső állomása mellett elhelyezkedő egy db 10 m² alapterületű pavilon.

A pályázati hirdetmény, amely részletesen tartalmazza az ingóságok 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 2023. február 28. 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

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat

az alábbi ingatlanokat kínálja nyilvános versenyzetetés keretében egyfordulós értékesítésre (licit):

Cím	Helyrajzi szám	Terület	Megnevezése	Megtekinthető	Kikiáltási ár (nettó)
1. 1125 Budapest, Szilágyi Erzsébet fasor 8. II. em. 6.	Budapest XII. kerület belterület, 6825/0/A/9	179 m ²	lakás (felújítandó)	Előzetes egyeztetés alapján az információs csomagban meghatározott időpontokban	129 500 000 Ft
2. 1121 Budapest, Rege út 8. alagsor 1.	Budapest XII. kerület belterület, 9269/3/A/1	85 m ²	üzlethelyiség (felújítandó)	Előzetes egyeztetés alapján az információs csomagban meghatározott időpontokban	32 100 000 Ft
3. 1126 Budapest, Márvány utca 46. V. em. 7. ajtó	Budapest XII. kerület belterület, 7691/0/A/55	42 m ²	lakás (felújítandó)	Előzetes egyeztetés alapján az információs csomagban meghatározott időpontokban	32 000 000 Ft
4. 1121 Budapest, Karthauzi utca 12.	Budapest XII. kerület belterület, 9234 hrsz.	31 m ² 57 m ² 46 m ²	helyiségcsoport (felújítandó)	Előzetes egyeztetés alapján az információs csomagban meghatározott időpontokban	41 850 000 Ft
5. 1121 Budapest, Városmajor utca 45. földszint 9.	Budapest XII. kerület belterület, 6862/3/A/9 hrsz.	99 m ²	lakás (felújítandó)	Előzetes egyeztetés alapján az információs csomagban meghatározott időpontokban	56 200 000 Ft

Az ingatlanokról készült információs csomagot a www.hegyvidek.hu honlapon, a licithirdetésnél található tájékoztatóban foglaltaknak megfelelően 10 000 Ft + áfa térítési díj ellenében elektronikusan igényelni, továbbá a licit feltételeiről érdeklődni a +36-70/333-5110-es telefonszámán munkanapokon 9.00–12.00 óráig lehet **2023. február 15. napja 9.00 órától 2023. március 1. napja 12.00 óráig.** Az információs csomagnak a **licitálni szándékozó által a fenti határidőben történő megvétele** a liciten való részvétel és a megtekintés feltétele!

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella jegyző

Pályázati felhívás

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat a tulajdonában álló ingatlanok bérbeadására pályázatot hirdet a **2023. február 14. napjától 2023. február 28. napjáig** terjedő időszakban.

A pályázható ingatlanok címe:

- Bp. XII., Normafa út 1A. szám alatti, 161 m² alapterületű helyiségcsoport,
- Bp. XII., Magyar jakobinusok tere 4. 6B. fszt., 140 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Böszörményi út 19/a as. 1., as. 2. és as. 3. szám alatti, 43 m², 43 m² és 36 m² alapterületű helyiségek,
- Bp. XII., Bán utca 6–8. pszt., 115 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Nagyenyed utca 4. szám alatti, 105 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Városmajor utca 21 as. 4. és as. 5. szám alatti, 28 m² és 28 m² alapterületű helyiségek,
- Bp. XII., Alkotás utca 1. fszt. 3. szám alatti, 50 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Böszörményi út 3/c szám alatti, 15 m² és 30 m² alapterületű helyiségek,
- Bp. XII., Tartsay V. utca 18. szám alatti, 35 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Győri út 12. fszt. 5. szám alatti, 32 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Győri út 12. fszt. 2. szám alatti, 19 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Kiss János altábornagy utca 46. szám alatti, 18 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Nagy J. utca 2. 7. szám alatti, 17 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Városmajor utca 3. as. 2. szám alatti, 15 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Szarvas Gábor út 48/a szám alatti, 14 m² alapterületű helyiség.

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

A pályázati ajánlatok 2023. február 28. 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

A Hegyvidéki Önkormányzat honlapjának címe:
www.hegyvidek.hu

News from Hegyvidék

Swimming in MOM Sport. Thanks to the energy savings ordered by the Hegyvidék Municipality and the overhead support provided by the government, the inner, 25-meter swimming pool of MOM Sport (14-16 Csörsz St.) awaits guests even in the winter months, and on the 1st of February the outer pool number 33 was also opened. Despite the achieved reduction in consumption, the operation of the sports hall can only be maintained by raising the rental fees and the price of entrance fees. At the same time, the municipality will take over the value of the increase from 1st of February to pensioners with local addresses, those under the age of 18 and those in social need. The condition for using the discount is registration in the e-administration system of the municipality.

Active Hegyvidék. Residents of District XII can choose from several free exercise options in February as well. At the Jókai school (4 Diana St.) on Mondays and Wednesdays, at Tamási (34 Mártonhegyi Road) on Mondays, Tuesdays and Wednesdays, at Németszőlgyi (42-46 Németszőlgyi Road) on Thursdays, and at Arany (1 Meredek St.) on Fridays, aerobics and fitness classes await those who are interested. At MOM Sport (14-16 Csörsz St.), you can do zumba on Mondays and Wednesdays, and yoga (Integral yoga) on Wednesday evenings. You can also do yoga (Mudityoga) on Tuesday evenings at 2/b Győri Road. The gym at 29 Városmajor St. offers functional training on Mondays and Wednesdays and table tennis on Saturdays. The Gesztenyés kert Running Club holds its training sessions on Tuesdays. The next time you can join the hikers is on 18th February at 8.10 a.m. in Széll Kálmán Sq., at the stop of Volánbusz route 795 heading towards Telki. This time, the team is targeting the highest point of the Buda Mountains, Nagy-Kopasz.

Concerts. In the Hegyvidéki Cultural Salon (2 Törpe St.) on 17th February from 7 p.m.,

you can listen to the flute-harp duo of Zsuzsa Vámosi-Nagy and Kinga Katinka Szilágyi. On 18th, from 6 p.m., the Bran ensemble will hold an Irish folk music evening, and on 20th, from 6 p.m., the Solas Brass Ensemble will perform with their show From Jericho to stream. At the Lóvasút Cultural and Events Center (64 Zugligeti Road), the Surján Chamber Ensemble welcomes adults and children to its carnival-related family concert on 18th February, from 5 p.m., and the next day, on 19th, from 6 p.m., soprano saxophonist Nándor Görtz and guitarist András Csáki will perform Spanish songs.

Exhibitions. The photo exhibition of Pál Losonci, the 'Eyelight', can be viewed until 23rd February at the Hegyvidéki Cultural Salon (2 Törpe St.). Until 25th February, the exhibition of the most talented students of the Budai Drawing School can be seen in the mayor's office (23-25 Böszörményi Road), while until 4th March the works of graphic artist András Károlyi can be seen in Gallery 12 (21 Hajnóczy József St.).

Film screening. Heart of Oak – you can watch this wordless, fascinating French nature film on 24th February from 6 p.m. in the Hegyvidéki Cultural Salon (2 Törpe St.). CinemaMOM (53 Alkotás St.) is screening the film drama The Whale, nominated for three Oscars, in English (with Hungarian subtitles), in which Brendan Fraser plays a reclusive, severely obese English teacher who tries to restore his relationship with his teenage daughter. Also on the show is the latest superhero film from Marvel Studios, Ant-Man and the Wasp: Quantumania. Among the digitally restored Harry Potter films, we can see Order of the Phoenix from 16th February, The Half-Blood Prince from 23rd February, and Deathly Hallows Part I from 2nd March. On 18th and 19th February, you can watch an exciting documentary about the art of Salvador Dalí in his youth, and on 25th and 26th about the legendary art collector Peggy Guggenheim.



Az országban elsőként

INGYENES ONLINE

memóriasűrítés
a Hegyvidéken

Ki vehet részt benne?

- aki a 65. életévét betöltötte
- 12. kerületi lakcímmel rendelkezik

Miért jó?

- gyors felmérés mentális állapotáról
- egyszerű
- ingyenes
- anonim

Mi kell hozzá?

- Regisztráció, csak egy e-mail cím szükséges
- Asztali számítógép, laptop vagy táblagép

Ha nem rendelkezik a szükséges eszközzel, akkor lehetősége van arra, hogy a Hegyvidéki Szociális Központ Idősek Nappali Klubjában hétköznap, nyitvatartási időben kitöltse.

Regisztrálni a <https://memoriaszures.hegyvidek.hu> linken tud.

Bővebb információt a <https://memoriaszures.hegyvidek.hu> linken talál, vagy a +36 70 938 9626-os telefonszámon kaphat.

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



Az erdei sétányok járhatók a Normafánál

Napok óta vastag jégréteg borítja a Normafánál a sorompótól induló, egyébként télen is nagy népszerűségnek örvendő futópályát és a bicikliseknek, srollereseknek fenntartott autót. Annak érdekében, hogy biztosítva legyen a zavartalan közlekedés, a területet üzemeltető Normafa Park Fenntartó és Üzemeltető Intézmény megtette a szükséges óvintézkedéseket, így legalább részben sikerült elhárítani a balesetveszélyt.

Ez korántsem annyira egyszerű, mint azt elsőre gondolnánk. A természet védelme érdekében ugyanis a Normafánál tilos a szózás, sem megelőzni, sem megszüntetni nem lehet ily módon a jege- sédést.

amikkel a vastag jeget eltávolíthatná. Még bonyolultabb a helyzet a futópályával, amelyet nem lehet megtisztítani a jégtől anélkül, hogy kár érne a gumiborítást.

„Ritka időjárási jelenség, hogy előbb nagyobb mennyiségű hó esik, utána szinte azonnal eső, és mindehhez nagy hideg társul – folytatta Mikó Gergely. – Most viszont ez történt, emiatt szinte azonnal vastag jégpáncél alakult ki a Normafa útjain. Ahol lehetett, rögtön megkezdtek a környezetbarát síkosságmentesíté-



Ahol nem lehet eltávolítani a vastag jeget, ott meg kell várni az olvadást

deltük a Fővárosi Közterület-fenntartó Zrt.-től. Ami a futópályát illeti, ott meg kell várni az olvadást.”

a nagyszerű mozgásformát ilyen rendezett körülmények között csak itt és Galyatetőn lehet üzni az országban. A Normafa pályája több

mint egy kilométer hosszú, és a mestersegesen készített hónak köszönhetően várhatóan március közepéig használható. Mégpedig alkalmanként 2000 forintért, a 18 év alattiaknak és a hegyvidékieknek pedig 1000 forintot kell fizetniük.

A díjban benne van a fűtött öltöző és a zuhanyzó használata, valamint az esti kivilágítás, ami külön hangulatos és teszi a sportolást. A tervek szerint ugyanakkor a jövőben is ingyenes marad a sífutópálya mellett működő szánkópálya, és ennek hóellátásáról szintén a fenntartó Normafa Park gondoskodik.

MM.



A tervek szerint a jövőben is ingyenes marad a népszerű szánkópálya használata

„Már korábban leszórtuk murvával a sorompó és az Erzsébetkilitó közötti sétányokat, ezeken nem is alakult ki jég, biztonságosan járhatók – mondta el lapunknak Mikó Gergely, a Normafa Park Fenntartó és Üzemeltető Intézmény vezetője. – Jól vizsgázott a korábban számos kritikával illetett, ám a babakocsik, kerekesszékek számára rendkívül előnyös dolomitburkolat, amelyet ezzel a módszerrel könnyen lehetett síkosságmentessé tenni.”

Más a helyzet a kifejezetten a kerek sportok részére fenntartott és a közforgalomtól elzárt autótúttal. A sóhoz hasonlóan itt nem lehet murvát alkalmazni, a parkfenntartó pedig nem rendelkezik olyan speciális eszközökkel,

test, ennek köszönhetően az erdei sétányok mindenhol járhatók, míg az autótúttal megtisztítását és zeolitos jégmentesítését megren-

Az intézményvezető azt javasolja a mozogni vágyóknak, hogy addig is próbálják ki a Vasas-síház mellett kialakított sífutópályát. Ez

működő szánkópálya, és ennek hóellátásáról szintén a fenntartó Normafa Park gondoskodik.

Márciustól újra Hegyvidéki Kipakoló

2021 szeptemberében volt az első Hegyvidéki Kipakoló a polgármesteri hivatal előtti téren. Ezt a különleges garázsvásárt három XII. kerületi fiatal, Fernelzeyi Nóra, Simon és Sára álmodta meg, az önkormányzat pedig felkarolta az ötletüket. Az idén már a negyedik negyedév kezdődik – a

tényleg a helyiekre összpontosítunk. Eppen ezért a hegyvidéki árusok 2000 forintért bérelhetnek helyet, míg a máshonnan érkezők 10 000 forintot fizetnek ezért.”

Eladói és a vásárlói oldalról egyaránt hatalmas az érdeklődés a kezdetek óta, már az első időszakban is kevésnek bizonyult a hely-

Pontosan ez a szervezők célja, no meg az, hogy rávegyék az embereket, szakítsanak a fogyasztói társadalomra olyannyira jellemző vásárlási kényszerrel. Csökkentés az ökológiai lábnyomukat azzal, hogy nem vesznek mindenből újat, vagy nem vásárolják meg a boltban a sokadik ruhájukat csak azért, mert változott a divat. A Hegyvidéki Kipakolón minden használt, megunt, a szekrény mélyén heverő tárgynak helye van. Nem megengedett az új termékek, például CD-k, DVD-k és bolti áruk (háztartási és tisztítószerek) árusítása. Ezenkívül nem lehet ételt és italt, élő állatot vagy növényt, újonnan készített kézműves tárgyakat és műalkotásokat eladni.

Azért, hogy a sokszínűség biztosítva legyen, és mindenki lehetőséghez jusson, két egymás utáni vásáron ugyanaz az árus nem kaphat helyet. Egy hónap után azonban ismét lehet regisztrálni, amire egyébként a piac másnapjától van mód az önkormányzat ügyfélfelkapus rendszerén keresztül.

A szervezők a jelentkezés időrendjét veszik figyelembe. Ha elfogynak a szabad asztalok, a regisztráló várólistára kerül. Amennyiben valaki lemondja a részvételt, a következő jelentkező kap lehetőséget. Eleinte főleg nők kértek árusítóhelyet, a neme aránya azonban szép lassan kiegyenlítődik.

Az év első Hegyvidéki Kipakolójának időpontja: március 26. A további dátumok: április 23., május 21. és – az iskolai tanév végéhez igazodva – június 11.

m.

■ További információ és regisztráció: garazsvasar.hegyvidek.hu



kipakolót őszi, tavaszi rendben szervezik –, az eladók március 1-jétől foglalhatják le az árusítóasztalokat a hónap utolsó vasárnapjára.

Fernelzeyi Nóra elmondta, hogy külföldi családi utazásaikkor mindig igyekeztek eljutni a helyi vásárookra. Így született meg a gondolat, hogy a tapasztalataikat felhasználva a XII. kerületben is elindítsanak valami hasonlókat. „A Berlin-Neukölln bolhapiac hasonlít a legjobban a miénknek, azzal a különbséggel, hogy a Hegyvidéken, az önkormányzatnak köszönhetően, jóval olcsóbb a standbérlet, mi

Aztán az önkormányzattal egyetértésben növelték a garázsvásár területét, 2022 tavaszától negyven asztalon folyik az árusítás.

Fernelzeyi Nóra kiemelte, hogy a Hegyvidéki Kipakoló nemcsak egy megszokott garázsvásár, hanem közösségi esemény is. Gyerekes családok jönnek, hozzák magukkal a kutyájukat, a fiatalok a barátaikkal érkeznek, és az igazi hegyvidéki hangulattól valóban a sajátunknak érezhetjük a programot. Itt össze lehet futni a szomszéd nével, a gyerekek tanáraitval, a sarki boltossal, hogy aztán szóba elegyedjünk velük.

A „XII. Kerület Sportjáért 2022”

Pályázati felhívás

A Hegyvidéki Szabadidősport Nonprofit Kft. felhívást tesz közzé a „XII. Kerület Sportjáért 2022” elismerő cím elnyerésére.

A. kategória:

Erre a díjra azok a XII. kerületben élő vagy XII. kerületi közoktatási intézményben tanuló diákok pályázhatnak, akik:

- 2021. augusztus 15. és 2022. augusztus 14. között nemzetközi vagy országos bajnokságon 1–3. helyezést értek el;
- a 2021–22-es tanévben alapfokú oktatási-nevelési intézmények 1–8. évfolyamán 4,51 vagy annál magasabb, illetve középfokú oktatási-nevelési intézmények 9–12. évfolyamában 4,00 vagy annál magasabb tanulmányi átlagot értek el.

B. kategória:

Erre a díjra azok a XII. kerületben élő, tanuló vagy dolgozó sportolók pályázhatnak, akik:

- 2021. augusztus 15. és 2022. augusztus 14. között nemzetközi vagy országos bajnokságon 1–3. helyezést értek el;
- 18 év feletti;
- már egyik közoktatási intézménnyel sem állnak tanulói jogviszonyban.

C. kategória:

Erre a díjra azok a XII. kerületben élő, tanuló vagy dolgozó edzők, sportvezetők és testnevelők pályázhatnak, akiknek:

- a tanítványa 2021. augusztus 15. és 2022. augusztus 14. között országos vagy nemzetközi bajnokságon 1–6. helyezést értek el.

D. kategória:

Erre a díjra azok a XII. kerületben élő, tanuló vagy dolgozó, fogyatékkal élő sportolók pályázhatnak, akik:

- 2021. augusztus 15. és 2022. augusztus 14. között nemzetközi vagy országos bajnokságon 1–3. helyezést értek el.

A pályázatokat a következő címre várjuk 2023. március 1-jéig:

Hegyvidéki Szabadidősport Nonprofit Kft.,
Budapest XII., Városmajor utca 29.

A díjakat a március 15-i hegyvidéki ünnepség keretében kapják meg az érintettek.

A részletes kiírás
a pályázati adatlapokkal együtt megtalálható
a www.hegyvideksport.hu oldalon.

Dr. Gidófalvy Dénes
Budapest Főváros XII. kerületi
Hegyvidéki Önkormányzat
Oktatási és Kulturális
Bizottságának elnöke

Móczán Mónika
Hegyvidéki Szabadidősport
Nonprofit Kft.
Ügyvezető igazgató

FOLYTATÓDIK
A GARÁZSVÁSÁR
A HEGYVIDÉKEN!



Időpontok:

MÁRCIUS 26.

(jelentkezés március 1-től az egyintezes.hegyvidek.hu weboldalon)

ÁPRILIS 23.

(jelentkezés március 27-től az egyintezes.hegyvidek.hu weboldalon)

MÁJUS 21.

(jelentkezés április 24-től az egyintezes.hegyvidek.hu weboldalon)

JÚNIUS 11.

(jelentkezés május 22-től az egyintezes.hegyvidek.hu weboldalon)

Részletek a honlapon:

garazsvasar.hegyvidek.hu



Legyél Te is környezettudatos,
HASZNOSÍTS ÚJRA!

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



HEGYVIDÉKI
ÖNKORMÁNYZAT

A fel nem használt energia a legolcsóbb

A hőszigetelés miatt megjelenik a penész, és nem szellőzik az épület? Speciális vakolattal vagy festékekkel helyettesíthető a hagyományos hőszigetelés? Milyen anyagokat érdemes választani? Az elszabadult energiaárak miatt a hőszigetelés kérdései aktuálisabbak, mint valaha, ezért talán nem is olyan meglepő, hogy rekordszámú érdeklődő kísérté figyelemmel a Hegyvidéki Zöld Iroda által szervezett legutóbbi épület-energetikai előadást.

Miért jó hőszigetelni? Egyszerűnek tűnik a kérdés, amit dr. Szalay Zsuzsa épületenergetikai szakértő, a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem docense tett fel a polgármesteri hivatal tanácstermében megjelenteknek. A válasz azonban több annál, mint hogy sok energiát és pénzt takaríthatunk meg.

A hőszigetelés előnye, hogy az élettartama hosszú, legalább ötven év lehet – az 1970-es években induló hőszigetelési hullám idején megvalósított polisztirol szigetelések még mindig kiválóan betöltik funkciójukat, az anyag hőszigetelő-képessége fél évszázad alatt sem romlott. Ez tehát egy hosszú távú energetikai beruházás, az épületgépészeti rendszerek várható élettartama ennél jóval rövidebb, átlagosan 15-20 év.

„A fel nem használt energia a legolcsóbb energia” – fogalmazott az előadó, aki szerint ha kevés a hőigény, szinte mindegy, miből állítják elő az energiát. Szalay Zsuzsa a hőszigetelés előnyei között említette azt is, hogy jelentősen

megnövelhetjük ingatlanunk értékét, továbbá magasabb komfortérzetet érhetünk el. A hőérzeteket ugyanis nemcsak a levegő, hanem a körülöttünk lévő felületek hőmérséklete is befolyásolja, egy rosszul szigetelt épületben pedig a felületi hőmérséklet álta-



Az érdeklődők száma is mutatta, mennyire aktuális kérdés manapság az energiamegtakarítás

lánban több fokkal alacsonyabb a levegőhöz képest.

Ha melegebbek a belső felületek, lassabban reagál az épület az időjárás változásaira, jobban megtartja a hőt, a penész is kisebb eséllyel jelenik meg a lakásban. Tévhit tehát, hogy a külső hőszigetelés növeli a penészedés kocká-

zatát, a hatás épp fordított – a belső terek szellőzéséről viszont gondoskodni kell. Téves az a megközelítés is, hogy „ha lehőszigeteltem a falat, nem szellőzik a ház”, egy épületnek ugyanis nem a falakon keresztül kell szellőznie. Egy jó légzáróságú épületben rendszeres ablaknyitásra, valamint gépi szellőztetésre van szükség.

Egy átlagos családi házból túlnyomórészt az épületszerkezeten, azaz a falakon (35-45%), a padlásfödémén (10-15%), a nyílászárókon (10-15%) és a padlón (10-15%) keresztül távozik a hőenergia (a többi szellőzési veszteség). A jelenlegi előírásokból kiindulva – amik az úgynevezett U-értéket,

A szigetelőanyag lehet expandált polisztirol (EPS), ismertebb néven hungarocell, vagy ennek szürke, grafitadalekos változata, ami kisebb vastagságban nyújt azonos hatásfokú hőszigetelést. Az extrudált polisztirol (XPS), zárt cellás anyagként, leginkább a nedvességnek kitett helyeken használatos. Tudni kell, hogy a polisztirol éghető anyag, ezzel együtt kicsi a tűzvédelmi kockázata, ha szakszerűen van beépítve.

A polisztirolhoz hasonlóan elterjedt az ásványgyapot- (kőzet- vagy üvegyapot-) szigetelés is, ami az előbbiekkel kicsivel drágább, de nem éghető, és magas a páraáteresztése, így akár vályogházakra is tehető. Az előadó említést tett még a befűjással alkalmazható cellulóz hőszigetelésről is, ami a résekbe is könnyen bejut, emiatt például a padlás utólagos szigetelésére használható.

A nedvességnek kitett lábazatoknál XPS-t vagy formahabosított EPS-t lehet alkalmazni, ami ideális esetben 1 méterrel a járdaszint alá ér – a földmunka azonban meglehetősen sok költséggel jár. Jóval egyszerűbb és költséghatékonyabb a pince- és a padlásfödém szigetelése. Utóbbinál nem szabad kihagyni a párazáró fóliát, enélkül ugyanis a kicsapódó pára rövid idő alatt tönkretetheti a hőszigetelést.

Magas tetőnél, ha a cserepeket cserélni kell, érdemes a tetőszerkezeten kívülre helyezni a hőszigetelést. Amennyiben belülré kerül,



Dr. Szalay Zsuzsa épületenergetikai szakértő tartotta az előadást

a legjobb, ha nemcsak a szarufák közé, hanem azok elé is teszünk szigetelőanyagot. Lapos tetőnél sok problémát okozhat, ha meg akarjuk őrizni a rendszerben lévő vízszigetelést, és erre kerül rá a hőszigetelés. Arra törekedjünk, hogy a vízszigetelés felújítása a hőszigeteléssel egy időben történjen, ekkor a kiegészítő hőszigetelésre kerül az új vízszigetelés.

Egyre gyakrabban tűnnek fel a hirdetésekben hőszigetelő festékek és vakolatok, emiatt sokan felteszik a kérdést: valóban helyettesíthetik ezek az anyagok a hagyományos hőszigetelést? „Szeretünk hinni a csodákban, de sajnos ilyenek nincsenek” – oszlatta szét az illúziókat Szalay Zsuzsa. Mint mondta, a vizsgálataik nem igazolták, hogy a hőszigetelőnek nevezett festékeknek valóban lenne ilyen tulajdonságuk. Bizonyos vakolatoknak tényleg van hőszigetelő képességük, de mivel ezeket csak 3-5 centiméter vastagságban lehet felvinni, az elérhető energiatakarítás meglehetősen szerény mértékű.

További rendszeresen felmerülő kérdés, hogy a belső hőszigetelés ugyanolyan jó-e, mint a külső. Páratechnikai kockázatok miatt a belső szigetelést csak abban az esetben érdemes megfontolni, ha a külső nem jöhet szóba. Belső hőszigetelésre leginkább a kalcium-szilikát-tartalmú anyagokat ajánlja a szakértő.

A régi, igényesen kidolgozott ablakokat Szalay Zsuzsa szerint nem kell kidobni, ezeket általában fel lehet újítani, vékony hőszigetelő üvegek is beépíthetők. Ha az ablakcsere mellett döntünk, a hőátbocsátási tényezőt vegyük figyelembe, kevésbé lényeges, hány kamrája van az új nyílászárónak. Nagy páratelhelés esetén, a penészképződés megelőzése érdekében, résszellőző, páraérzékeny légbefvezető beépítése javasolt. Amennyiben pedig nyílt égésterű gázkészülékünk van, a szén-monoxid-mérgezés megelőzése miatt méretezett, nem lezárható légbefvezetőről kell gondoskodni.

sz.

ÚJDONSÁG!

ONLINE ÜGYFÉLFOGADÁS

A HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZATNÁL!

Intézzé ügyeit akár a hivatalos ügyfélfogadási időn túl!

MELYIK IRODA NYÚJT ONLINE ÜGYFÉLFOGADÁS SZOLGÁLTATÁST?

Adóigazgatási Iroda
Városrendezési és Főépítési Iroda

KI JELENTKEZHET AZ ONLINE ÜGYFÉLFOGADÁSRA?

Bárki.

KELL-E REGISZTRÁLNI A HEGYVIDÉK E-ÜGYINTÉZÉSI RENDSZERÉBEN?

Az Adóigazgatási Iroda esetében igen, feltétel az azonosított ügyfélként történő regisztráció. Az azonosítás elvégezhető Ügyfélkapun keresztül vagy személyesen a Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal Ügyfélszolgálatán. A Városrendezési és Főépítési Iroda esetében az eljárás ettől eltérő is lehet.

MIT JELENT A REGISZTRÁCIÓ ÉS AZ AZONOSÍTÁS?

A regisztrációhoz és azonosításhoz segítséget itt érhet el: <https://eugyintezes.hegyvidek.hu/hegyvidek-fiok-sugo>

KELL-E ELŐZETESEN IDŐPONTOT EGYEZTETNI AZ ONLINE ÜGYFÉLFOGADÁSHOZ?

Igen. A szolgáltatásra külön erre a célra létrehozott online űrlap kitöltésével lehet jelentkezni. Az időpontegyeztetésre ezt követően kerül sor az ügyintézővel.

HOL ÉRTHETŐ EL EZ AZ ŰRLAP?

A Hegyvidéki Önkormányzat honlapján:
<https://hegyvidek.hu/adougy-online>
<https://hegyvidek.hu/foep-online>

HOGYAN LEHET AZ IDŐPONTOT EGYEZTETNI?

Az időponttal kapcsolatban ügyintézőnk telefonon vagy az e-Ügyintézési rendszeren keresztül fogja keresni Önt.

MILYEN APPLIKÁCIÓN KERESZTÜL ZAJLIK AZ ONLINE ÜGYFÉLFOGADÁS?

Az ingyenesen letölthető ZOOM-szolgáltatáson keresztül. Nem szükséges a használathoz a ZOOM alkalmazás telepítése, a kapott link böngészőben megnyitható.

HOGYAN KAPOM MEG AZ LINKET A SZOLGÁLTATÁSHOZ?

A Zoom-linket az e-Ügyintézési rendszeren keresztül küldjük meg.

CSAK A HIVATALOS ÜGYFÉLFOGADÁSI IDŐBEN VAN LEHETŐSÉG AZ ONLINE ÜGYFÉLFOGADÁSRA?

Nem, azon kívül is, előre egyeztetett időpontban, hétfőtől csütörtökig 8.00 – 18.00 óra között.

VAN-E MÓD TOVÁBBRA IS A SZEMÉLYES ÜGYINTÉZÉSRE AZ ÖNKORMÁNYZATNÁL?

Igen, választhatja a személyes ügyintézt is a hivatalos ügyfélfogadási időpontokban.

INTÉZZÉ ÜGYEIT KÉNYELMESEN A FOTELBŐL EGY ÖNNEK ALKALMAS IDŐBEN!

HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT

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

MEGHÍVÓ

GYÜMÖLCSFÁK OLTÁSA

Elméleti oktatás és gyakorlati bemutató

Az előadás témája:

- az oltás alapelvei
- oltási módok: héj-alá oltás, ékoltás, párosítás, angolnyelven párosítás, omega oltás
- az oltás utógondozása

Előadó: **Kosztka Ernő**, kertészmérnök, kertépítő- és növényvédelmi szakmérnök, favizsgáló és faápoló szakmérnök

Helyszín: **Hegyvidéki Kulturális Szalon** (1124 Budapest, Törpe u. 2.) – Tamási Áron terem

Időpont: **2023. március 1. 18:00 óra**

REGISZTRÁCIÓHOZ KÖTÖTT, INGYENES PROGRAM

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

Jelentkezni a programra a <https://eugyintezes.hegyvidek.hu/> oldalon való belépést/regisztrációt követően, a Zöld Iroda menüpont alatt lehet.

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

HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT

HEGYVIDÉKI ZÖLD IRODA

**A magyarok
döntöttek:**

97%

**NEM
A SZANKCIÓKRA**



Készült Magyarország Kormánya megbízásából.

„A legfontosabb, hogy a lényegre figyeljünk!”

Szerelem, szabadságvágy, féltékenység, bosszú, hit. Magasba törés, Baljós fordulat, Otello, Angyali üdvözet, De profundis – alkotások, amik az emberi érzések ábrázolásával tartanak tükröt a világnak. **Károlyi András grafikus-festőművész** munkái gondolatébresztő utazásra hívnak a Galéria 12-ben.

Jókedv és pozitív életszemlélet – aki találkozott már Károlyi Andrással, tudja, a grafikus-festőművész nemcsak az ecsettel és a ceruzával bánik mesteri módon,

– *Isten éltesse sokáig!* – köszöntöttem őt, majd a jegyzeteimért nyúltam.
– Köszönöm szépen! Mit keres?



A szabadság szelleme

hanem a humorral is. Mindenre van valamilyen helyzetpoénja, nem lehet búslakodni a társaságában.

Nem csoda, hogy a Galéria 12-ben tartott kiállítás megnyitójára is kellemes hangulatú, laza baráti összejövetellé alakult. Pedig a falon lévő alkotásokat szemlélve akár úgy is érezhetjük magunkat, mintha az érzelmek hullámvárási útjára váltottunk volna jegyet.

„Az élet nem csupa mosoly és vidámság. A Teremtő jóvoltából mindannyiunknak van valamilyen küldetése, nyomot kell hagyni magunk után. Születésünk óra felelősek vagyunk önmagunkért, a környezetünkért és a nemzetünkért. A legfontosabb, hogy a lényegre figyeljünk: a szörnyű gyűlölködés helyett szeressük egymást, mert egy életünk van” – mondta Károlyi András, miközben a munkáit nézegettem.



De profundis

– *Egy jó idézet! Itt is van: „Ha belenézek a távcsöveembe, rájövök, hogy semmit nem változtam. Csak tapasztaltabb lettem. Ugyanaz vagyok, aki voltam.” Tudja, hogy ki mondta ezt?*

– Nem, de igaza van! Egyetértetek vele.



Otello

– *Önt idéztem. Öt évvel ezelőtt, a nyolcvanadik születésnapja előtt készítettünk önnel interjút.*

– *Akkor igazam volt! Most is így gondolom.*

– *Jól sejtem, hogy a szobájában jelenleg is van valami, amin éppen dolgozik?*

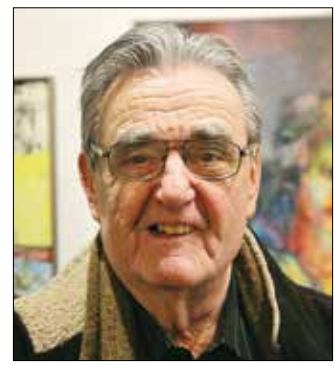
– *Eltalálta! Ezt nem lehet abahagyni. Csak leülök, és elkezdek rajzolni. Az alkotási folyamat mindig más. Van, amikor a világ történései indítják el ezt, és van,*

megélhettem ezt – mutatott körbe az életműdíjas művész.

„Károlyi András nem adott címet a kiállításnak, viszont a fejében megszületett egy: Vízió. Hiszen ha végignézzük a képeket, láthatjuk, hogy a művek az emberi élet történéseit ábrázolják. Szerelem, szabadságvágy, bosszú, féltékenység. Károlyi András »kezet fog a többi művészé«, legyen szó irodalmárról, vagy zenészlől, mert víziószzerűen fogalmazza meg

vészek alkotásait mutatathatjuk be. Károlyi András tősgyökeres hegyvidéki; a gyermekkorát is itt élte, és ma is itt lakik, éppen ebben az utcában” – kezdte köszöntőbeszédét Fonti Krisztina hegyvidéki alpolgármester, kiemelve, hogy Károlyi András Galéria 12-ben bemutatott grafikai és eddigi életműve rangos helyet foglalnak el a magyar képzőművészetben.

„Korszerű művészet az övé, amely nemcsak hogy nem vész oda



legszebb ékköve. – Ezért köszönet illeti valamennyi tagját, és külön is Borza Teréz, aki hozzáértő gondossággal és odaadó szeretettel vezeti az egyesületet.”

Fonti Krisztina szerint Károlyi munkáival a Hegyvidék ismét szép arcát mutathatja meg a közönségnek. „Nagy lehetőség – zárta gondolatait –, hogy itt, a Galéria 12 Kávézóban, a lehető leghétköznapibb helyzetben, egy tapas, vagy egy pohár bor társaságában megismerhetjük Károlyi András alkotásait. Kívánom, hogy minél többen találkozzanak ezekkel a csodálatos remekművekkel!”

B. M.



Kékszakkalú

a mondanivalójukat” – összegzett Borza Teréz, a Galéria 12 Egyesület vezetője.

„Minden, amit itt látunk, büszkeségre ad okot. Mindig nagy öröm számomra, ha kerületi mű-

a folyton változó divathullámokba fulladva, hanem az idő múlásával egyre értékesebbé válik – emelte ki az alpolgármester, aki arról is szólt, hogy a Galéria 12 Egyesület kerületünk kulturális életének egyik

■ *Károlyi András kiállítása megtekinthető: március 4-ig, naponta 16.00–22.00 óráig (szerda és vasárnap kivételével). Cím: Galéria 12 Kávézó és Borház, Hajnóczy József utca 21.*



Mária vonzásában

amikor csak egyetlen pont. Így jön létre egy grafika.

– *Látom, sokan szeretnének még gratulálni önnek. Így már csak egyetlen kérdésem maradt: mit kíván majd, amikor elfújja a nyolcvanöt születésnap gyertyáját?*

– *Semmit. Csupán a Jóistennek fogom megköszönni, hogy*

Írországot varázsolja a Hegyvidékre a Bran

Egy csepp Írország – ez volt a címe annak az estnek a Jókai Klubban, amire 1993-ban meghívták Kovács Gáborjánt, aki fiatal, magyar szakos bölcsészként az ír kultúrát kutatta, és másfél évet töltött el a corki egyetemen. Aztán amikor kiderült, hogy van egy ír folklórját játszó együttese, rendszeresen járt ide már zenészként is. Néhány év elmúltával hirtelen véget ért a hazai ír zenei divat, de a Bran már otthon volt a Jókai Klubban, és maradt is harminc éven át. Zenével, tánccal, mesékkel és képekkel varázsolják Írországot a Hegyvidékre.

– *Kétszeres jubileumot ünnepelek az idén. Harminc éve játszanak rendszeresen a Hegyvidéken, a Jókai Klubban, és harminc esztendője alakult meg a zenekar.*

– *Igen, méghozzá Veszprémben, akkor még trióként. Volt a városban egy kultikus alternatív söröző, az Nyhe Fintor, minden kedden ír kocsmával. Egy idő után elterjedt a híre, és hívtak minket mindenfelé az országban. Aztán megtaláltuk egymást a Jókai Klubbal, és az lett a székhelyünk, a klubunk helyszíne, ahol nemcsak zenéltünk, de megpróbáltuk az ír kultúrát is megismertetni az érdeklődőkkel.*

– *Most viszont a Jókai Klub átmeneti bezárása miatt a Hegyvidéki Kulturális Szalonban lépnek fel. Nebéz volt elhagyni a megszokott helyet?*

– *Nyilván kicsit furcsa volt, de az első estünk kiválóan sikerült. Sokan jöttek el, nagyon jó és pezsgő volt a hangulat, úgy érzem, szerettek bennünket, remekül*

éreztek magunkat. Ez egy egészen másfajta hely, frekvenciált helyszínen, élő kulturális élettel. A változás talán egy kis felrúszolást is hozott.

– *A Bran-klub nem változott? Miként a Jókai Klubban, itt sem csak koncerttel várják a közönséget?*

– *Igen, a diavetítés mellett ugyanúgy beszélünk az ír kultúráról. Most éppen egy sorozat közepén járunk, amely a középkori mitológiai történetek legfontosabb részéről szól. Utána pedig kezdődik a zenélés, de közben is mesélünk, hiszen kevesen értik, amikor írül éneklünk. Átláthatóbbá válik minden dal, ha elmondjuk, miről szól, miből fakad, hogyan éltek meg az írek, hogyan változott az idők során a mondanivalója.*

– *Sokan minden ír népzenei kocsmazenének neveznek. Valóban az? A Bran is kocsmazenét játszik?*

– *A kocsmazene tényleg népzene, és Írországból ez a fajta muzika még mindig él, ma is születnek*

új dalok. Ezt ott inkább folklórzenének hívják, és rengetegféle lehet, minden befér. Mi viszont nemcsak tradicionális népzenet játszunk, hanem feldolgozásokat is. Talán azt lehet mondani, hogy a Brannak saját zenéje van, ami ír alapú, de van benne sok minden-

lainkat, azonnal barátok lettünk, eljöttek a koncertjeinkre, izgatta őket, hogy mi hogyan játszunk, és tetszett nekik, hogy van benne egy kis aszimmetria is, ami nem jellemző az ír zenére.

– *Mi a helyzet a tánczással? Régebben ennek is nagy híre volt!*

– *Ha már mondanék, hagyományok, akkor essék szó a Szent Patrik-napról is, amelyet március 17-én minden ír megünnepel a világon! Mi ennek az eredete? Önök készülnek rá valamivel a Hegyvidéken?*

– *Szent Patrik térítő szent volt. Valamikor az ötödik században élt, tizenégy évesen ír kalózként rabolták el őt Walesből vagy Cornwallból. A római légiók akkor vonultak ki a Brit-szigetről, védtelenül maradtak a partvidékek. A fiú büszkén római polgárnak, azaz Patrícusnak hívta magát, ebből ered a neve. Írországból rabszolgaként élt, majd megszökött, és Dél-Franciaországban tanult, egy kolostorban. Ezután visszament Írországba, kolostort alapított, terjesztette a kereszténységet. A 6. században Írország már a kereszténység egyik legnagyobb központjának számított Európában.*

A 12. századtól ünneplik őt mint a legfontosabb szentjüket. Amikor az írek eljutottak Amerikába, nagyon összetartó csoportot alkottak, ragaszkodtak a katolikus vallásukhoz, megemlékeztek Szent Patrikról is. Amíg az óházában ez templomi alkalom volt, az amerikai írek úgy kezdték ünnepelni, hogy azt mások is lássák: parádés felvonulásokat szerveztek, katonazenekarral. Ez egy kis erőfitogtatás is volt a protestánsok felé. Írországból a vallásos emberek a mai napig a templomokban emlékeznek Szent Patrikra, ez az egyetlen nagy nemzeti ünnepük. Az 1990-es évekre azonban az óházába is áttért a fesztiválózás. A nagy parádé után az emberek beülnek kocsmáználni, ami régen is így volt, csak akkor a mise után mentek. Énekelnek, zenélnek, sört isznak. Szent Patrik napjáról természetesen mi is megemlékezünk. Március 17-én lesz a Ráth György utcai Nyitott Műhelyben a következő Ózirmusi mesék és dalok előadás, Császár Róberttel. Itt is biztosan szó esik Szent Patrikról, ahogy a két koncertünkön is: március 18-án a Fonóban, március 25-én pedig a Hegyvidéki Kulturális Szalonban.

K. A.

■ *A legközelebbi Bran-klub időpontja a Hegyvidéki Kulturális Szalonban: február 18. 18.00.*



Jól sikerült az első koncertjük, amit a Hegyvidéki Kulturális Szalonban tartottak

más hangzás is, ami hatással volt ránk: moldvai, balkáni zene, középkori zene. De nem világzene! Amikor kint jártunk Írországból, sokan rácsodálkoztak a dalainkra. Az egyik legizgalmasabb élményem akkor ért, amikor Dublinban egy ír nyelvű rádióban készült velünk interjú. Már az is érdekes volt számunkra, hogy ír nyelven lehetett beszélgetni ír zenéről nem írrel. Aztán amikor meghallották a da-

– *Most épp nincs tánczánk, viszont korábban nagy fesztiválok is szerveztünk, hol a Jókai Klubban, hol a Fonóban, a Bártában, a Merlin Színházban. Nemcsak íreket, hanem skótokat, walesieket, bretonokat is meghívtunk, hogy lehessen hallani élőben: bár mi itt, Magyarországon lelkesen játszunk ezt a zenét, de azért az az igazi, amit ők csinálnak. Tehát ez egy-*

maradtak a partvidékek. A fiú büszkén római polgárnak, azaz Patrícusnak hívta magát, ebből ered a neve. Írországból rabszolgaként élt, majd megszökött, és Dél-Franciaországban tanult, egy kolostorban. Ezután visszament Írországba, kolostort alapított, terjesztette a kereszténységet. A 6. században Írország már a kereszténység egyik legnagyobb központjának számított Európában.

A MOM Kulturális Központ, a Hegyvidék Galéria, a Jókai Klub és a Barabás Villa március 31-ig szünetelteti szolgáltatásait és a jegyárusítást. A rendszeres programokról, a több helyszínre áthelyezett kulturális rendezvényekről, sorozatokról a kulturális intézmények weboldalain található aktuális és friss információ.

MOM Kulturális Központ: momkult.hu
Hegyvidék Galéria: hegyvidekgaleria.hu
Jókai Klub: jokaiklub.hu
Barabás Villa: barabasvilla.hu



Zugligeti út 64.
lovasut.hu
Jegyek: lovasut.jegy.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!
OMNIBUS-koncert február 18-án és március 18-án 17.00–18.00. Zene komolyan mindenkinek! Házmuzsika-koncert az egész családnak, zenepedagógusok közreműködésével. Közreműködik: Surján Péter, Surján Katalin, Surján Eszter. **Jegyek: lovasut.jegy.hu.**
Encuentro február 19-én 18.00–19.00. Két örök értékű művész barátsága a zene és a költészet nyelvén. Közreműködik: Gótz Nándor (szoprán-szaxofon), Csáki András, Pusztaszeri Kornél. **Jegyek: lovasut.jegy.hu.**
Alaine – Ideje a meghalásnak február 24-én 19.00–20.00. Egy fiatal színésznő és egy nyolcvanéves báb. Ketten, mégis egyedül – egyedül, mégis ketten. Ötvenpercnyi, megállóan egyszerű közlés az elkerül-

hetetlenről. Közreműködik: Markó-Valentyik Anna. **Jegyek: lovasut.jegy.hu.**
Élő zenés hatha jóga flow február 26-án és március 19-én 10.00–11.30. Tematikus jógaórák élő zenével kezdődnek és haladók. Közreműködik: Dévényi Zoltán, Bakos Bettika. **Jegyek: lovasut.jegy.hu.**
Haydnal Londonban – Kedvesem, megtudhatnám, hogy van? Haydnem – Bösze Ádám előadás-sorozatának következő alkalmá március 14-én 19.00–20.00. **Jegyek: lovasut.jegy.hu.**
BÁB16+ március 17-én 19.00–20.00. Pados mesék – Benchtime Stories. Egyszemélyes előadás felnőtteknek, amelyben a bábjátékos lenyűgöző technikai repertoárjával és kézzel készített marionettjeivel vezeti be a nézőt egy szöveg nélküli előadás izgalmas, időnként sötét, máskor humoros világába. Közreműködik: Sarkadi Bence. **Jegyek: lovasut.jegy.hu.**
Tanfolyamok:
Zumba. Mozdulj Bartha Sylvivel! Hétfőn és szerdán 8.30–10.00.
Kung fu hétfőn és szerdán 16.00–17.30.
Kagami Ryū szerdán 18.30–20.00.
Művészeti torna szombaton 9.30–11.30.

Furagura Alkotóműhely hétfőn 17.45–19.15. A lila perspektíva február 20-án, a vörös szín március 13-án, A zöld párbeszéd március 20-án. Mi a Furagura? Egy kreatív társasjáték, egy szabad alkotói érzés, a lehetőség, hogy megismerjük magunkat, hogy felismerjük az alkotói lehetőségeket a kalandot, és saját nyelvezeteket teremtsünk, amivel közvetíteni tudjuk másoknak, hogyan látjuk a világot. Egyedi, a terveinkhez, igényeinkhez igazodó, szabad teret kapunk tehetségünk építésében és támogatást a művészi technikák elsajátításában. Hegyvidéki lakosoknak a részvételi díj: 3000 Ft alkalmonként. Fizetés és további részletek a foglalkozásvezetőnél, Kormos Mercedes művésztanárnál: 06-30/309-5658, mercedeskormos24@gmail.com.



Törpe utca 2.
06-1/202-2509
info@kulturalisszalon.hu
kulturalisszalon.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!
Bran-koncert február 18-án 18.00. Ír népzenei est. A Bran együttes vezetője Kovács Gáborján, mellette számos zenész megfordult a zenekarban az évtizedek során, jelenleg Császár Róbert gitáros, Mózser Tamás mandolin, valamint Nagy Katalin furulyás alkotják az együttest. **Jegyár: 1500 Ft.** **Jegyek kaphatók a szalonban** vagy a www.kulturalisszalon.jegy.hu oldalon. (Kovács Gáborjánál készült beszélgetésünk a 9. oldalon olvasható!)
Jerikótól a streamig! – a Solas Rézfúvós Együttes koncertje február 20-án 18.00. Az együttes tagjai a Magyar Állami Operaház szólamvezető művészei, akik a magyar zenei élet különböző formációiban meghívottként és szólistaként is közreműködnek. Műsorvezető: Mona Dániel zenetör-

ténész. Az előadást az NKA támogatja. A belépés díjtalan, de regisztrációkötéses a szalonban.
MOM Nyugdíjasok klubja február 21-én, március 8-án és 22-én 13.00. Információ: Berán Antalné/Viki, 06-30/522-2095.
„5000 éves egészség” klub: A regeneráció filozófiája – előadás február 21-én 16.00. A belépés díjtalan.
Hegyvidéki Trianon Társaság február 21-én 18.00. Kammerer Ágnes, a Csibészek Alapítvány kuratóriumi elnöke. Az Árvácskák, Pánczél Mária, Pánczél Ágnes és Bulai Jancsi, akik forrófalvi csángók, egész kicsi koruktól a csiksomortáni Babba Mária otthonban nevelkedtek. A Csibészek patrónusa Tiszt-Gergely István. Szétszakítottak (Örök hűség), Trianon traumája – előadó: Iványi Marcell Arany Pálma-díjas filmrendező-producer. Műsorvezető: Szőnyi Kinga, a Magyar Asszonyok Érdekszövetségének elnöke. A rendezvény szerkesztője: dr. Galla János. A belépés díjtalan.
Szaloneyetem. Február 22. 14.30 Filmlágerek. Időutazás a régi magyar filmslágerek világában. A Kacsóh Pongrácz Színház operett- és musical-előadása. Zene-fere – Gencsev Gábor és Pethő Brigitta előadóművészekkel Kovács Zalán László tubaművész beszélget. **Jegyár: 1000 Ft.** Hegyvidéki lakcímkártya felmutatásával és regisztrációval a belépés ingyenes.
Időspiknik a Hegyvidéken: Téletető sétá a Sas-hegyen február 23-án 10.30. Találkozó: a Hegyalja út és a Dayka Gábor utca sarkán, a templommal szemben, az 59-es villamos Farkasréti temető megállójától 2 perc sétára. A sétát vezeti: Kremnicsán János környezeti nevelő, a DINPI munkatársa. A program ingyenes, de regisztrációhoz kötött a szalonban.
A Magyar Rákellenes Liga Segítő Szolgálata programja február 23-án 14.00. Információ: Antal Magda, 06-20/584-6059. A részvétel regisztrációhoz kötött.
Irodalmi Szalon: Nagy László – előadás február 23-án 18.00. A 20. századi magyar költészet kiemelkedő képviselője. Költészete egyszerre

hagyományörző és merészen újító. Érett korszakának verseiben az élet nagy kérdéseivel küzd. Feladatának vallja az értékek őrzését. Minden rossz történelmi tapasztalata ellenére hisz az ember jövőjében. Előadó: Tamáska Jánosné magyartanár. Közreműködik: Hutter Franciska. Zene és technika: Tamáska János. **Jegyár: 1000 Ft.** Hegyvidéki lakcímkártya felmutatásával és regisztrációval a belépés ingyenes.
Szemfény – Losonci Pál fotókiállítás megtekinthető: február 23-ig, a programok függvényében.
MOM-208 és Hegyvidéki Bélyeggyűjtők Klubja február 24-én 13.00.
Filmvetítés február 24-én 18.00. A tölgy – az erdő szíve (francia természetfilm – 80 perc). **Jegyár: 1600 Ft.** **Jegyek kaphatók a szalonban** vagy a www.kulturalisszalon.jegy.hu oldalon.
Egész napos családi nap a Sashegyi Látogatóközpontban február 25-én 9.00–17.00. Regisztráció a szalonban
Fotókkal átöltött Világ – Kovács Judit fotókiállítás. Megnyit: március 11-én 18.00. Megtekinthető: február 25-től március 23-ig, a programok függvényében.
Szabadpolc február 27-én 11.00–15.00. Régi, megunt, esetleg több példányban meglévő könyveket lehet cserélni a Szabadpolcon megtalálható kötetekre. A jó állapotban lévő, szépirodalmi vagy ismeretterjesztő, becsérélhető könyvek száma maximum 10 darab.
Szupernagy Népdalkör Találkozója február 28-án 13.00. Alapító: Karcagi Gyuláné. Csatlakozási lehetőség a helyszínen.
Páratlan párok. Február 28. 19.00 Huszka és Zerkovitz. A MOMkult közkevelte programja 2023 első három hónapjában a Hegyvidéki Kulturális Szalonban! Bösze Ádám és László Ferenc közös kortárs kereső sorozatának előadása, a Páratlan párok új évada az operett nagy alkotóinak, kiemelkedő személyiségeinek sorát mutatja be, bebarangolva az operett soknemzetiségű birodalmát, eljutva e szer-

teagázó műfaj földrajzi és esztétikai határterületeire is. A hungarikumként, illetve monarchikumként emlegetett bécsi-budapesti operett-tradíció mellett szó esik a műfaj másik két meghatározó vonulatáról, a francia és az angol-szász operetről is. Az időben haladva pedig az operett feltűnésétől a műfaj arany- és ezüstkorán át a sorozat eléri a dzsessz- és a szocialista operett zsáneréhez, egyszerszintű a musical kezdetéhez. **Jegyár: 3500 Ft.** **Jegyek kaphatók a szalonban** vagy a www.kulturalisszalon.jegy.hu oldalon.
Barangolások a középkorban: Róma – előadás március 1-jén 14.30. O tempora, o mores! – Ó, idők, ó, erkölcsek! Dr. Szabó János történész, teológus, pszichológus előadása. **Jegyár: 1000 Ft.** Hegyvidéki lakcímkártya felmutatásával és regisztrációval a belépés ingyenes.
Segítő kéz a családban. Gasztronómia és pszichológia – előadás március 2-án 18.00. Dr. Domján Mihály pszichológus családterapeuta, pszichoterapeuta-jelölt vendége: Mautner Zsófi gasztroblogger. **Jegyár: 1000 Ft.** **Jegyek kaphatók a szalonban** vagy a www.kulturalisszalon.jegy.hu oldalon.
Mozgásos foglalkozások:
Gerinctorna hétfőn 9.30. Vezeti: Glatz Zsuzsa (+36-30/295-1833, glatzzsuzsa@gmail.com). Részvételi díj: 1800 Ft/alkalom.
Meridiántorna hétfőn 10.00. Vezeti: Haide Éva. Ára: 200 Ft/alkalom. Kerületi lakosoknak ingyenes.
Szakraális körtánc hétfőn 10.00–11.00. Vezeti: Istenes Emília. Ára: 500 Ft. Kerületi lakosoknak ingyenes.
Szenior Örömtánc haladónak hétfőn 11.00–12.30. Vezeti: Tóth Krisztina Apollónia (+36/70-775-8625, krisztina.apollonia.toth@gmail.com). Részvételi díj: 2000 Ft/alkalom.
Hatha jóga kedden 8.30. Vezeti: Ott Cecília. Információ: +36-20/917-8127, ott.cecilia@gmail.com. Részvételi díj: 2500 Ft/alkalom.
Székes jóga kedden 10.00. Vezeti: Ott Cecília. Információ: +36/20-917-

HEGYVIDÉKI KULTURÁLIS SZALON | **A KULTÚRA MELEGÍT** | **LOVASÚT ZUGLIGET**

NAPPALI A HEGYVIDÉKEN

MINDEN HÉTKÖZNAP 9.00-TŐL 16.00 ÓRÁIG. A BELÉPÉS DÍJTALAN. MINDENKIT SZERETTEL VÁRUNK!

A Hegyvidéki Önkormányzat 2023. január 9-től március 31-ig minden hétköznap 9 és 16 óra között két helyszínen nyit nappali közösségi teret: a Kulturális Szalon (XII. Városháza tér, Törpe u. 2.) és a Lóvasút Kulturális és Rendezvényközpont (XII. Zugligeti út 64.) különféle díjtalan társasági programmal, előadásokkal, kreatív foglalkozásokkal és családi rendezvényekkel, valamint a nyitvatartási időben teával várja a látogatókat (Bring-your-own-cup/Hozd-a-saját-bögrét)! Kérjük a résztvevőket, hogy mindenki hozzon saját csészét, bögrét).

A programokról, tematikus napokról bővebb információ a kulturalisszalon.hu és a lovasut.hu weboldalon található, valamint a +36 70 908 4105-ös telefonszámon elérhető munkatársak segítenek az érdeklődőknek.

HEGYVIDÉKI KULTURÁLIS SZALON – NAPPALI A SZALONBAN | **LOVASÚT ZUGLIGET – NAPPALI A LOVASÚTON**

KONCERT

Vámosi-Nagy Zsuzsa – fuvola | **Szilágyi Kinga Katinka – hárfá** | **2023 02 17 19:00**

Godard: Suite de trois morceaux Op. 116
Saint-Saëns: Fantaisie Op. 124
Debussy: Syrinx
Mouquet: La flûte de Pan Op. 15

Jegyinfo// 1.000Ft
Regisztráció: info@kulturalisszalon.hu
Helyszín | Tamási Áron terem

HEGYVIDÉKI KULTURÁLIS SZALON | **Művészeti Ösztöndíj Program**

Az alkotó műve a Magyar Művészeti Akadémia Művészeti Ösztöndíjprogramjának támogatásával jött létre.

Fotó: Réthey-Prikkel Tamás

Ritka jó rétesek sósan, édesen

Nem fér hozzá kétség, hogy a rétes az egyik legkedveltebb tésztafélének. Annak ellenére, hogy szinte mindnyájan szeretjük, senkit sem biztatunk arra, hogy fogjon bele az eredeti recept szerinti, autentikus réteskészítésébe, mert az bonyolult, hosszadalmas és nagy rutint kívánó feladat. Miért is tennénk, ha a készen kapható réteslapok tökéletesen megfelelnek a célnak? A hangsúly a tölteléken van, amibe viszont mindenki beledhatja, „amije csak van”, és nemcsak az édes, mákos, diós, túrós, gyümölcsös rétesekre gondolunk, hanem az olyan sós, fűszeres, zöldséges, húsos változatokra is, amik eddig talán nem jutottak az eszünkbe. Egyvalamit jegyezzünk meg: a kész réteslapok közét és tetejét jól be kell olajozni-vajazni, hogy sülés közben ne ragadjanak össze. És az édesek mindegyikéhez nagyon illik a vaníliamártás!

RÉTESGOMBÓCLEVES

A mai Monostorapáti község (az ősi Almád városka) a varázslatos Káli- és Tapolcai-medence határán fekszik. Innen való a rétesgombóclevés, amit a helybeliek roppant leleményesen mindig az alkalomhoz igazítottak. Bőjtben hús nélkül, disznótörkor apróra vágott hagymás májjal, ünnepek idején főtt, pástétomfinomságúra darált csirke- vagy galambhússal töltve készítették.

Hozzávalók (6 személyre):
...a leveshez:
1 evőkanál zsír vagy olaj
1 evőkanál liszt
1 kis vöröshagyma
késhegynyi pirospaprika vagy reszelt gyömbér
1-2 babérlevél, só
...a rétesgombóchoz:
20 dkg rétesliszt
10 dkg búzadara, só
15-20 dkg főtt, darált csirke- vagy galambhús
só, őrölt bors

A leveshez a zsírral és a liszttel rántást készítünk. Ha megpirult, az apró kockákra vágott vöröshagymát megfuttatjuk benne, majd pirospaprikával vagy gyömbérral meghintjük, és vízzel 2 liternyire felengedjük. Babérlevéllel,



KAKAS RÉTESBatyuban

Az eredeti recept valóban kakasról szól, de praktikus okokból főhet levesünk tyúkból is, amihez könnyebb hozzájutni. Ezúttal egy füst alatt egész menü készül; egy kiadós húsvéles, utána pedig a főtt hús felhasználásával finom második fogás: a rétesbattyu.

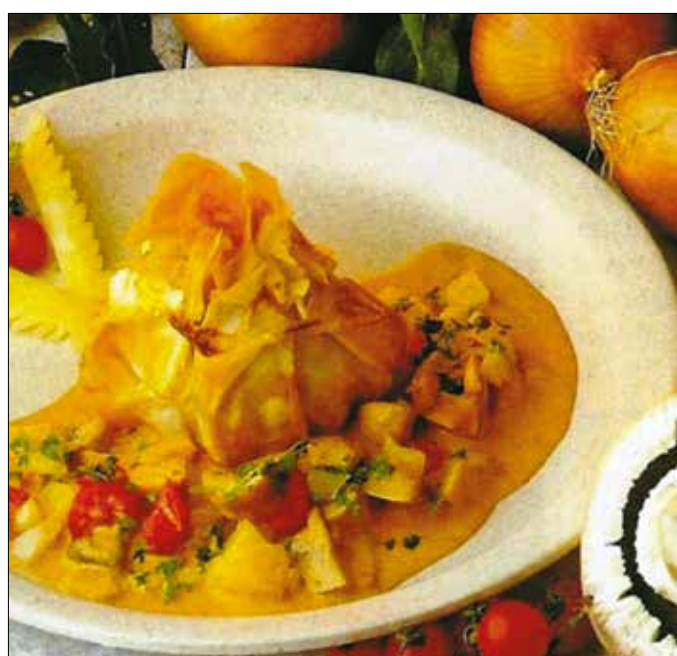
Hozzávalók (4 személyre):
1 konyhakész kakas
húsvéleshez való zöldségek, fűszerek
...a mártáshoz:
1 kisebb vöröshagyma
6 evőkanál olaj
1 kiskanál pirospaprika
1-1 kisebb zöldpaprika és paradicsom
15-20 dkg csiperkegomba
1 gerezd fokhagyma
csipetnyi őrölt kömény
1 dl tejföl és 0,5 dl tejszín
1 púpozott evőkanál liszt
...a battyuhoz:
1 csomag (4 lapos) rétesliszt
1 tojássárgája

A kakasból, a hagyományos módon bezöldségelve és fűszerezve, húsvéles főzünk, kissé hűlni hagyjuk, majd leszűrjük. A főtt húst kicsontozzuk, és 40 dekát finomra darálunk belőle. A többi vékony csíkokra vágjuk, és félretesszük a leveshez. A mártáshoz a hagymát megtisztítjuk, felaprítjuk, a fele olajon üvegesre sütjük,

A pirospaprikával meghintjük, 2,5 deci levessel felengedjük. A kis kockákra vágott paprikát és paradicsomot hozzáadjuk.

2-3 percig főzzük, majd 3-4 evőkanálnyit a darált húsba dolgozunk, hogy ne legyen olyan száraz. A többiben a megtisztított, apró cikkekre vágott gombát 5 percig főzzük. A zúzott fokhagymával és a köménnyel fűszerezzük, végül a tejjel és a tejszínnel simára kevert liszttel sűrítjük.

A réteslapokat egymásra fektetve kiterítjük, majd keresztben is,



Mi a kezdetek óta tirolinak nevezzük azt a „rétest”, ami – mint kiderült – se nem tirol, sem nem rétes. Tirolban úgy tudják, hogy az eredeti recept a magyaroktól származik. Örök titok, hogy miért tartjuk tirolinak az rétesnek, mert még csak nem is igazi réteskészítésből készül. Talán a feltekert formája emlékeztet a rétesre. A valódi rétes eredete a törökökre vezethető vissza, akik valószínűleg 150 éves „vendégeskedésük” közben kedveltették meg a magyarokkal.

A tirol tésztája egyszerű vajas tészta, ami soha nem lesz olyan „repülő”, lehet vékony és ropogós, mint a hagyományos rétes. Van, aki kifejezetten azért szereti,

mert „van mibe harapni”. Javára szóljon azonban, hogy még a kezdő háziasszonyok is el tudják készíteni.

Nem kell bravúrosan nyújtogatni, csak összegyúrjuk, kisodorjuk, megtöltjük, sütjük, és kész. A tölték pedig annyiféle lehet, amennyit a rendelkezésünkre álló hozzávalók és a fantáziánk megenged. Ami viszont biztos: töltés előtt kötelező a tésztáját hideg helyen pihentetni, akár egy éjszaka át is! Nagyon illik hozzá a vaníliamártás.

EGYSZERŰ ALAPTÉSZTA

A gyorsan elkészülő tésztahoz 30 dkg lisztet 20 dkg vajjal vagy margarinnal, 6 evőkanál vízzel, 1

töltékkel vékonyan megkenjük. Végül mutatóujj-vastagságúra (nem vastagabbra!) feltekercjük. A tekercseket tepsire fektetjük, és nem túl meleg sütőben szárazra sütjük, de nem pirítjuk meg.

Sütés előtt vagy után három centi hosszúságú darabokra vágjuk. Ezeket a töltött, sült darabkákat nevezik Monostorapátiban rétesgombócnak, amit a lobogva forró levesbe dobunk, majd azonnal tálalnak.

CSÜLKÖS RÉTES

Szokatlan, ám kiadós fogás, igazi nagyevőknek való. Elkészítése a szokásosnál munkaigényesebb, de a mártást semmiképpen ne hagyjuk el mellőle, attól csúszik majd!

Hozzávalók (4 személyre):
10 dkg savanyú káposzta
4 evőkanál rizs
40 dkg főtt, füstölt csülök
1 dl tejföl
2 tojás
1 csokor kapor, só
1 csomag (4 lapos) réteslap
5-6 dkg vaj
1 evőkanál zsemlemorzsa
...a mártáshoz:
5 dkg füstölt szalonna
2 evőkanál olaj
1 kisebb vöröshagyma
1 gerezd fokhagyma
1 kiskanál pirospaprika
késhegynyi őrölt kömény
1-1 dl tejföl és tejszín
1 púpozott evőkanál liszt
fél csokor kapor

A savanyú káposztát kissé felaprítjuk, a rizzsel együtt 4 deci vízben, lefedve, kis lángon 20 percig főzzük, ezalatt mindkettő megpuhul. Utána leszűrjük, majd amikor kihűlt, a közepes kockákra vágott főtt hússal, a tejjel és a tojásokkal összedolgozzuk. A felaprított kaporral fűszerezzük, óvatosan megsózzuk.

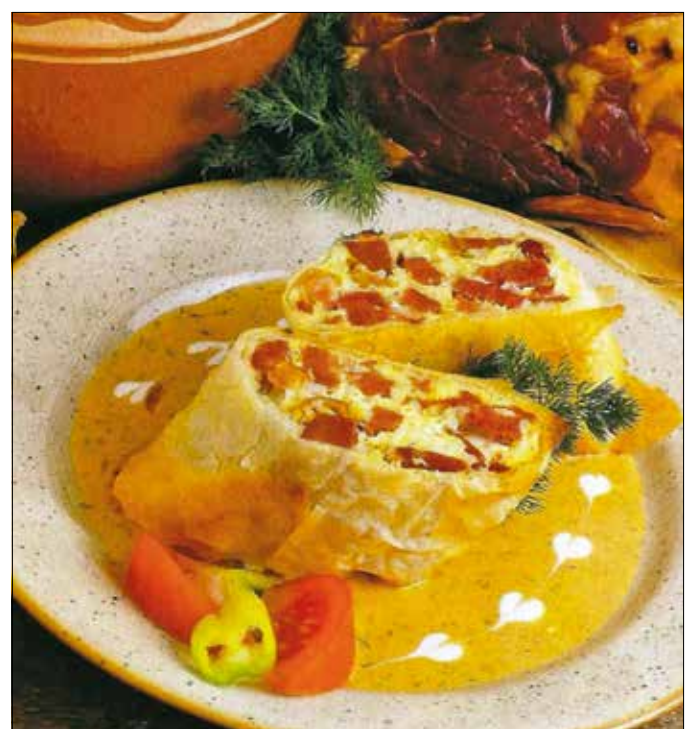
A réteslapokat egy nedves konyharuhán egymásra fektetjük,

KELBIMBÓS RÉTES

Húsos szalonna helyett főtt, füstölt sonkával vagy nyelvel is készíthetjük. Noha tél van, egy-két szem paradicsom ízben-színben illik hozzá. Friss helyett a mélyhűtött kelbimbó is megteszi, de ezt nagyon óvatosan főzzük, mert a töltékhez a formáját meg kell tartani!

Hozzávalók:
1 csomag (4 lapos) réteslap
...a töltékhez:
70 dkg kelbimbó
só
10 dkg húsos szalonna
mokkáskanálnyi kömény
5 dkg vaj
10 dkg zsemlemorzsa
őrölt bors
2 gerezd fokhagyma
1 csokor petrezselyem

A kelbimbót megtisztítjuk, és minden szemet a száránál kezdve kereszt alakban bemetszünk. Enyhén sós vízben puhára főzzük, leszűrjük, lecsöpögtetjük. A szalonnát kis kockákra vágjuk, és serpenyőben kisütjük, majd a köménymagot megfuttatjuk benne. A zsemlemorzsa a vajon kissé megpirítjuk, és a kelbimbóra öntjük. A köménymagos szalonnát hozzáad-



a közüket olvasztott vajjal meglocsoljuk, és morzsával is megszózzuk. Utóbbiból a felső lapra (a tölték alá) valamivel több kerüljön! A húsos keveréket vastag csíkban ráhalmozzuk, a tésztát feltekercjük, és tepsibe fektetjük. A maradék olvasztott vajjal megkenjük, előmelegített sütőben, nagy lánggal (200 °C, légkeveréses sütőben 180 °C) kb. 20 percig sütjük.

Amíg készül, megfőzzük a mártást. Ehhez a szalonnát apró koc-

kákra vágjuk, az olajon kisütjük, majd a felaprított vöröshagymát és az összezúzott fokhagymát is rádobjuk. Rövid pirítás után a pirospaprikával meghintjük, 4 deci vízzel felöntjük, a köménnyel fűszerezzük. Néhány percnyi forralás után a tejjel és a tejszínnel simára kevert liszttel sűrítjük. Végül átszűrjük, a felaprított kaporral fűszerezzük. 8 szeletre vágjuk, kettesével tányérra rakjuk, és a paprikás mártással körülöntve kínáljuk.



juk, óvatosan megsózzuk, és a zúzott fokhagymával meg a felaprított petrezselyemmel összekeverjük.

A réteslapokból kettőt-kettőt megnedvesített konyharuhán egymásra fektetünk, az olvasztott vajjal meglocsoljuk, és a töltéket egy csíkban az egyik oldalára halmozzuk, majd a konyharuha segítségével

vel felgöngyöljük. Az így kapott réteseket kiolajozott vagy sütőpapírral bélelt tepsire fektetjük, a tetejüket megkenjük olajjal. Előmelegített sütőben, nagy lánggal (210 °C, légkeveréses sütőben 190 °C) 15-20 perc alatt ropogósra sütjük. Kissé hűlni hagyjuk, majd ferde szeletekre vágva tálaljuk.

emeljük egy nedves konyharuhára. Tetszés szerinti töltékkel megkenjük, és a konyharuha segítségével felgöngyölítjük. Sütőlemezre fektetjük, a tetejét a felvert tojással megkenjük, és 180 °C-ra előmelegített sütőben (légkeveréses sütőben 165 °C) megsütjük. Langyosan vagy hidegen szeleteljük, és porcukorral meghintve tálaljuk.

A TÖLTÉK HAGYOMÁNYOS

A tirol töltékei megegyeznek a tradicionális rétesével. Télen az almás, körtés, túrós, sütőtökös, diós, mákos, káposztás töltékek közül választhatunk, de ismerünk aszalt gyümölcsös, baconnal gazdagított savanyú káposztás válto-

zatot is. Nyáron természetesen a gyümölcsös töltékeké lehet a főszerep.

VANÍLIAMÁRTÁSSAL AZ IGAZI!

Minden változathoz illik a vaníliamártás. Ehhez 3 dl tejet – 2 evőkanálnyit kivételével – 1 vaníliarúd kikapart belsejével és 1-2 evőkanál cukorral ízesítve a tűzre tesszük. Fél evőkanál étkezési keményítőt a maradék 2 evőkanálnyit hideg tejrel simára keverünk, majd a forrásban lévőbe öntjük. Egy perc forrás után a tűzről lehúzzuk, 1 tojássárgáját belekeverünk, és egy kevés citromhéjjal ízesítjük. Szorgalmasan kevergetve kihűtjük.

(pákozdi)

A tirol titka

evőkanál 10%-os ecettel, csipetnyi sóval egy-kettőre összegyúrunk, hogy a vaj ne olvadjon meg benne, és két egyforma cipóvá formázva hideg helyre tesszük.

(Lehet a tészta egy kevés tejjel is gyúrni.) Sütéskor a cipókat liszttel behintett deszkán egyenként maximum fél centi vastagra nyújtjuk, majd sodrófára tekerve át-



