



NEWS FROM HEGYVIDÉK – PAGE 2

Munkácsy Mihály-díjasok a Hegyvidék Galériában

Hét különböző művész, hét teljesen eltérő világ, mindez egy helyen. Az idén is folytatódik a 2017 óta íródo hagyomány, hogy az adott évben Munkácsy Mihály-díjjal kitüntetett képzőművészek válogatott munkáit csoportos kiállítás keretében mutatja be a Hegyvidék Galéria.

Mind a hét díjazott – Adorján Attila, Árkossy István, Farkas Ferenc, Incze Mózés, drMáriás, Szok Iván és Wrobel Péter – személyesen vett részt az idei Munkácsy Mihály-díjasok műveit bemutató tárlat megnyitóján a Hegyvidék Galériában. Pokorni Zoltán polgármester, Kallós Judit,

a galéria művészeti vezetője, valamint Feledy Balázs művészeti író méltatta őket. A laudációk előtt és után Ács Dominika és Nemes-Jeles Judit fuvolajátékát hallgathatták az egybegyűltek.

Kallós Judit szerint a kiállítás a kitüntetett alkotók megünneplése. Nagy öröm, hogy ennek az

ünnepnek a Hegyvidék Galéria adhat otthont.

Pokorni Zoltán előbb a XII. kerület helytörténetébe avatta be egy kicsit a művészeket, akik a Kárpát-medence legkülönbözőbb pontjairól származnak. A polgármester személyes tapasztalatával

érzeleltette, milyen szerencsések

vagyunk, amiért békében látogathatunk kulturális eseményeket. Nemrég ugyanis, amikor az önkormányzat Kárpátjára készült vinni a Hegyvidéken összegyűjtött adományokat, az ottani vendéglátók arról beszéltek, hogy helyre kellene hozni az óvodai óvóhelyeket is. „Óvodai óvóhelyek... Belegondolni is rossz ennek a szókapcsolatnak a tartalmába” – gondolkodtatta el a jelenlévőket Pokorni Zoltán.

Feledy Balázs kiemelte: ez az évenkénti tárlat azért is különle-

ges, mert nem kurátor állítja össze egységes művészeti koncepció mentén, hanem tulajdonképpen a véletlen, pontosabban a kitüntetéssel odaítélő minisztérium. A szaktárca az idén körülbelül kétszázötven jelölt közül választott ki hetet, ez is jelzi az elismerés rangját.

A hétből hatan inkább figurális, mintsem nonfigurális alkotók, négyen közülük a trianoni határokon innen, hárman pedig azokon túl születtek. Ötüknek a Magyar Képzőművészeti Egyetem

volt az alma matere, kettejüknek más intézmény. Március 15-e óta azonban egyvalami mindenképpen összeköti egymással a hét alkotót: a Munkácsy Mihály-díj. Meg persze az a tény is, hogy mind a heten rendkívül magas szinten űzik mesterségüket – fogalmazott Feledy Balázs, aki egyenként is méltatta a díjazottak életműveit.

Adorján Attila művészetét sokan a hiperrealizmusnak, vagy radikális realizmusnak nevezett irányzathoz kötik.

(Folytatás a 11. oldalon)



Wrobel Péter, Szok Iván, drMáriás, Incze Mózés, Adorján Attila, Árkossy István és Farkas Ferenc munkáiból a Hegyvidék Galériában nyílt kiállítás, aminek a megnyitóján Pokorni Zoltán polgármester köszöntötte a díjazottakat



Digitális helytörténeti séta a Böszörményi úton

Az épületek és a környék történetéről, a nevezetes üzletekről, vendéglátóhelyekről, valamint az egyes házakhoz kötődő különleges emberekről, szüleink, nagyszüleink életéről találunk képeket, filmrészleteket és leírásokat a most elkészült Böszörményi úti digitális helytörténeti séta anyagában. Tizenegy megálló van, ezeknél oszlopokra helyezett QR-kódok beolvasásával, egy okostelefon segítségével ismerhetjük meg az adott

ról és annak előzményeiről Pokorni Zoltán.

A polgármester emlékeztetett arra, hogy a Hegyvidéki Önkormányzat évekkel ezelőtt tablók kihelyezésével már kialakított egy helytörténeti sétát a Városmajorban, a Böszörményi úthoz kapcsolódóan viszont most egy korszerű, digitális adatbázis készült, amely folyamatosan bővíthető. Az anyag jelentős része a lakóktól kapott fotókból, történetekből állt össze, de az önkormányzat továbbra is várja az érdekes, archív dokumentumokat a környékbeliektől. Ezeket is digitalizálják majd a szakemberek, és ki egészítik velük az online gyűjteményt.

„B u d a p e s t e n nincs még egy ilyen digitális helytörténeti séta” – mondta Földváry Gergely történész, a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény vezetője, kiegészítve azzal, hogy a Királyhágó tér és az Apor Vilmos tér közötti sétaútvonal tizenegy állomáshoz összesen mintegy százötven érdekesség leírása kapcsolódik. Megemlítette, hogy a Böszörményi út és környékének történetéről közel egyévnnyi kutatómunkával olyan

sok izgalmas anyag gyűlt össze, hogy ezekből a későbbiekben egy könyv is készülhet.

Földváry Gergely kiemelte, hogy a téren álló, Böszörményi út 13–15. szám alatti társasház építető-



Fonti Krisztina alpolgármester és Sikota Krisztina képviselő

A digitális anyagot összeállító történész felidézte, hogy a Böszörményi út és környezete azután kezdett életre kelni, hogy 1902-ben kiépült a villamosjárat a Farkasréti temetőhöz. Szintén jelentős hatással volt a környék fejlődésére az 1901-ben átadott egykori csendőrlaktanya a Böszörményi út 21. szám alatt, ahol ma a rendészeti képzéseket folytató Nemzetközi Oktatási Központ működik.

A legizgalmasabb állomások közé tartozik a Királyhágó tér, amelyről különösen sok anyag található az online gyűjteményben.

jének egyik ükunokája a mai napig a házban él, és tőle különleges képeket kaptak az építkezésről. Több fotó tanúskodik arról, mennyire komoly pusztításokat végzett a környéken a második világháború, és hogy milyen lehetetlen állapotok között indult újra az élet. Lebilincselő például az a kép 1946-ból, amin egy cirkuszos kocsi látható, a háttérben a tér egyik szétbombázott épületével. A vándorcirkuszból, ahogy egy korabeli újságcikk írt róla, a második világháború szörnyűségeit átélő „kültelki” gyerekek lázasan csillogó szemmel figyelték Truppe Fernando direktor társulatának álomvilágba repítő előadásait.

A digitális helytörténeti séta nemcsak a helyszínen található QR-kódok beolvasásával vagy a köztéri kijelzők használatával járható végig, hanem akár az otthoni számítógépünkről is hozzáférhető, a foutca.hegyvidek.hu címen. Itt a Hollósy Simon utcai, reformkori játszótér történelmi háttéréről is találhatunk leírást, továbbá a Böszörményi úti üzletekre, szolgáltatásokra kereshetünk rá egy térképes adatbázisban.

Tamási Áron utca: változás a parkolásban

Több változás is történt a Tamási Áron utcai nagy parkoló használatában. Mivel a terület egy kisebb része magántulajdon, ezért azt elkerítették, egyúttal a megmaradó közterülethez új bejárat és feljáró épült. A másik újdonság, hogy ez a rész bekerült a fizetőövezetbe, így ott megszűnt az ingyenes parkolás.

Ami az idei nyár nagyberuházásait illeti, megkezdődött a Náráncis utca felújítása. Ennek első üteme a Tamási Áron utca és a Náráncis utca 26. közötti szakaszt érinti, és magában foglalja a járda, valamint a teljes útpálya rekon-

strukcióját. Nemcsak a kopóréteget cserélik ki a szakemberek, hanem a szegélyköveket és egyes részeken a szerkezetet is. A szerkezetépítés nagyjából az út húsz százalékát érinti, ezzel megelőzhető a későbbi kátyúsodás, az úttest megsüllyedése.

Hamarosan indul a Magasúti köz felújítása a Törökbálinti út és a Lidérc utca között, ahol a kivi-telező újrászönyvegezi az útpályát. A következő hónapok harmadik komoly beruházása a Mártonhegyi út szegélyköveinek felújítása lesz,

hat autó állhat meg ott, ami remélhetőleg jelentősen javítja majd az elsősorban a nyári hétvégeken tapasztalható zsúfoltságot a környék utcáiban, különösen a Zugligeti úton.

Várhatóan még az idén megkezdődik a Zugligeti út felső szakaszának régóta esedékes felújítása. A tervek szerint aszfaltburkolat kerül az útpályára a Csermely út és a Fácános között, a lakóházak védelmében pedig támfal épül a bal oldalon.

mm.



Új bejárat és feljáró épült a Tamási Áron utcai nagy parkolónál



Tizenegy állomás vezet végig a sétán

helyszínre vonatkozó információkat. Ha netán nincs kéznél okoseszköz, a Királyhágó téren és a Városháza téren elhelyezett digitális kijelzőkön is megnézhetjük az összes kapcsolódó képi és szöveges dokumentumot.

„A Hegyvidék főutcája címmel pályáztunk a fővárosnál, a TÉR_KÖZ program keretében arra, hogy megújítsuk, komfortosabbá tegyünk a Böszörményi utat és közvetlen környékét. Ennek keretében újult meg tavaly a Hollósy Simon utcai játszótér, és kezdtek el nemrég az önkormányzati tulajdonban lévő üzletek portáljainak átépítését, amit mintaként állíthatunk majd a többi tulajdonos elé. S hogy ne csak három, hanem négy dimenzióban, tehát az időben is gondolkodjunk, létrehoztuk ezt a digitális helytörténeti sétát, ami felidézni a Böszörményi út múltját, épületeit, az itt élt érdekes emberekkel, történetekkel, sztorikkal” – beszélt a most átadott fejlesztés-



A Királyhágó térről különösen gazdag és érdekes anyag olvasható

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat

az alábbi lakásokat:

Cím	Helyrajzi szám	Terület	Megnevezése	Megtekinthető	Kikiáltási ár (nettó)
1. 1122 Budapest, Maros utca 15. II. em. 32.	Budapest XII. kerület, belterület, 6940/0/A/33	67 m ²	lakás (felújítandó)	Előzetes egyeztetés alapján az információs csomagban meghatározott időpontokban	47 500 000 Ft
2. 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	29 400 000 Ft
3. 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	56 000 000 Ft

és az alábbi telket:

4. 1125 Budapest XII. kerület, Béla király út 30/a	Budapest XII. kerület belterület, 9533/2 hrsz. alatti ingatlan	3649 m ²	Az ingatlan-nyilvántartásban művelési ágból kivett udvar, gazdasági épület, ténylegesen beépítetlen terület	Előzetes egyeztetés alapján az információs csomagban meghatározott időpontokban	395 000 000 Ft + áfa
--	--	---------------------	---	---	----------------------

kínálja nyilvános versenyztetés keretében egyfordulós értékesítésre (licit).

A licit feltételeiről érdeklődni és az ingatlanokról készült információs csomagot a www.hegyvidek.hu honlapon, a licithirdetésnél található tájékoztatóban foglaltaknak megfelelően az 1–3. pont szerinti ingatlanoknál 10 000 Ft + áfa, míg a 4. számú ingatlannál 50 000 Ft + áfa térítési díj ellenében elektronikusan igényelni, érdeklődni a +36-70/333-5110-es telefonszámon munkanapokon 9.00–12.00 óráig lehet **2023. június 21. napja 9.00 órától 2023. július 5. 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

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, 16,84 m ² alapterületű helyiség	7911/2	16,84 m ²	117 880 Ft + áfa/hó	A helyiség egyéb, meg nem határozott szolgáltatás nyújtása – kivéve vendéglátás – funkcióra hasznosítható. A bérleti szerződés a helyiség birtokba adásáról számított 5 + 5 éves, határozott időre jön létre. Előzetes egyeztetés alapján a helyiség megtekinthető.

A pályázati dokumentációkat személyesen megvásárolni a 1123 Budapest, Csörsz utca 14–16. szám I. emelet alatti irodában (nyitvatartás: hétfőtől péntekig 9.00–16.00 óráig), illetve elektronikusan igényelni a <http://momsport.hu> honlapon, a hirdetésnél található tájékoztatóban foglaltaknak megfelelően **2023. június 21. nap 9.00 órától 2023. július 5. nap 12.00 óráig** lehet.

A pályázati dokumentáció díja 10 000 Ft + áfa/csomag.

A pályázati dokumentáció megvásárlásának feltételeiről érdeklődni a 06-70/612-8700-as telefonszámon lehet munkanapokon 9.00–12.00 óráig.

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

Móczán Mónika s.k. ügyvezető

Pályázati felhívás

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat a tulajdonában álló ingatlanok bérbeadására pályázatot hirdet a **2023. június 20. napjától 2023. július 4. napjáig** terjedő időszakban.

A pályázható ingatlanok címe:

- Bp. XII., Magyar jakobinusok tere 4. B. fszt., 140 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Bán utca 6–8. pszt., 115 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Alkotás utca 21. szám alatti, 111 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Nagyenyed utca 4. szám alatti, 105 m² alapterületű helyiség,
- Bp. XII., Böszörményi út 17/b szám alatti, 59 m² alapterületű helyiség,
- 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., Németszőlgyi út 12. fszt. 4. szám alatti, 29 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. július 4. 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

Hegyvidék road renovations. Several Hegyvidék road sections will be renewed in the summer. On Gyógyfű Street, on the side of Kék Golyó Street, a paved road and sidewalk will be built for about 170 meters. Recently, the renovation of Nárcisz Street between Tamási Áron Street and Levendula Street has begun, where the sidewalk and the entire roadway will be renewed, the experts will replace the curb stones and in some parts the structure as well. Also, at the beginning of the summer, the renovation of Magasúti Alley will begin between Törökbálinti Road and Lidérc Street, where the worn layer will be replaced. Another major development will be the renovation of the curb stones of Mártonhegyi Road from Szűnyogh Road to Diana Road. The some 1,800-square-meter gravel parking lot, which can accommodate seventy-six cars, has been completed and will soon be ready for use next to the Zugliget Chairlift.

Night of Museums. On June 24, the night of Saint John, the gates of Hungary's museums open. The large-scale series of events in the Hegyvidék region is joined by the Hungarian Monetary Museum and Visitor Center (6 Krisztina Blv.), the Makovecz Center and Archive (2 Városkúti Rd.), the Bajor Gizi Theater Museum (16 Stromfeld Aurél Rd.) and the Széchenyi-mountain Children's Railway. Museum bus routes run between the program locations in the capital that night. More information: muzej.hu/en/2023

The panoramic terrace on the roof of the Money Museum building in Széll Kálmán square has opened. The terrace level of the former Postal Palace, which offers a special view, was closed to the public until now, but it can now also be visited. The terrace, which also houses a café, can be visited free of charge during the opening hours of the Money Museum. To visit, you need to make an appointment at penzmuzeum.hu.

Summer programs on the Sirály Promenade. The glass-walled pavilion building on Sirály Promenade will be transformed into a community exhibition space this summer as well, where visual artists and designers will present their work in shifts of two weeks. Outdoor programs are connected to the exhibition periods: concerts, book presentations, audience and partner meetings. The next exhibitor at Üveg.ház will be photographer Noémi B. Tier, who will open his exhibition together with Dj Venom on June 22 at 7 p.m. She will be followed by Boldizsár Szmezsányi, the sculptor will present his works accompanied by the performance of Balázs Zságer, a leading personality of the Hungarian electronic music scene, from 7 p.m. on July 6.

Nostalgia ballroom dance. On Sunday, June 25, from 4 p.m., one can dance to nostalgic tunes in the dome hall of MOMkult (18 Csörsz St.). Amateur dancers will give a show, and the organizers will draw a raffle. Admission is free of charge.

Demo Day. The Innovation Center of the Moholy-Nagy University of Arts (MOME IK) and the Hungarian Startup University Program (HSUP) will present pitch presentations of more than ten startup ideas on the topic of circular economy and well-being. The demo day starting at 5 p.m. on June 29 is a bilingual event, some pitches will be in English, others in Hungarian. The location is the experimental studio of MOME TWO Space (9-25 Zugligeti Rd.). More details can be found at mome.hu/en.

Movies in English. Cinema MOM (53 Alkotás St.) is presenting the brand new superhero movie The Flash in English (with Hungarian subtitles), as well as Indiana Jones and the Action-adventure film called Dial of Destiny. The latter is the fifth part of the legendary Indiana Jones series, the title character is again played by Harrison Ford.

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-fiook-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 ÉRHEŐ 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 használatához 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 ügyintézését is a hivatalos ügyfélfogadási időpontokban.

INTÉZZÉ ÜGYEIT KÉNYELMESEN A FOTELBŐL EGY ÖNNEK ALKALMAS IDŐBEN!

HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT

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

Adókedvezmény nyugdíjasoknak

A Hegyvidéken élő magánszemélyek 2007. január 1. óta fizetnek kommunális adót. Az adókötelezettség alapvetően a magánszemélyek tulajdonában álló lakások után fizetendő a lakás tulajdonosa vagy hasznélvezője által.

Az adókedvezményre az az adózó jogosult, aki

- a 65. életévét betöltött nyugdíjas,
- a nyugdíjon kívül más jövedelme nincs, és
- nyugdíjának összege nem haladja meg a megelőző évre vonatkozóan a KSH által közzétett átlagnyugdíj összegét, ami 2022-ben 162 102 Ft volt. Ez a határ évről évre változik, így a jogosultak köre az elkövetkező években bővíthet.

AZ ADÓKEDVEZMÉNY ÉRVÉNYESÍTÉSE

Az adókedvezmény arra az egy lakásra vonatkozóan érvényesíthető, amelyikben az adózó életvitelszerűen él. Ha az adózó több lakás esetében is tulajdonos, úgy az adókedvezmény csak az egyik lakásra vehető igénybe – arra, amelyikben az adózó él.

Az adózót tulajdoni hányadának arányában illeti meg az adókedvezmény, így például ha a lakás 1/2 arányú tulajdonosa, úgy az adókedvezmény fele illeti meg. Amennyiben az adózó például 1/2 arányú tulajdonosa a lakásnak, de az adókötelezettséget az egész lakás után 1/1 arányban teljesíti, és az adókedvezmény feltételei a tulajdonosársai esetében is fennállnak, úgy a teljes lakásra igénybe vehető a kedvezmény.

Az adókedvezmény mértéke évi 19 500 Ft. Az adókedvezmény igénybevitelével az érintett nyug-

díjasok kommunálisadó-terhe 80 m²-es lakásig évi 19 500 Ft-ról 0 Ft-ra, 80–120 m²-es lakás esetében évi 26 500 Ft-ról 7000 Ft-ra, 120 m² feletti lakás esetében 30 000 Ft-ról 10 500 Ft-ra csökkenthet. A kedvezmény 2023-ban, a 2. félévi bevezetésből következően, először a 2. félévben vehető igénybe a 2. félévre eső maximum 9750 Ft erejéig.

AZ ÜGYINTÉZÉS MENETE

Az adókedvezmény igénybeviteléhez egy nyomtatvány (adatbejelentés) kitöltése és benyújtása szükséges, amihez csatolandó az adott évre vonatkozó éves nyugdíjértékesítő másolata. A szükséges nyomtatvány elérhető online az önkormányzat honlapján (www.hegyvidek.hu/ugyintezes/adozas) vagy a polgármesteri hivatalban személyesen.

A nyomtatvány kitöltésében készségeket segítően az adóigazgatási iroda munkatársai – telefonon, élő, online ügyfélfogadás keretében vagy személyesen az ügyfélfogadási időben. A nyomtatvány benyújtását követően adókedvezményre való jogosultság esetén az önkormányzat határozattal értesíti az adózót a kedvezmény kedvező elbírálásáról.

Azok az adózók, akik a 2023. 2. félévi kommunális adót már megfizették, és jogosultak az adókedvezményre, a határozat átvételét követően a 2. félévre befizetett adót visszaigényelhetik. Az adókedvezmény igénylése a későbbiekben is lehetséges, így akinek később jut a tudomására az adókedvezmény bevezetése, szintén érvényesítheti a kedvezményt 2023. július 1-éig visszamenőleg.

Egészségügyi dolgozók, köszönjük!

Minden évben Semmelweis-nap alkalmából tünteti ki a Hegyvidéki Önkormányzat a XII. kerületi egészségügyi ellátásban kiemelkedő munkát végző szakembereket, egyben megköszöni az ágazatban dolgozók egész éves áldozatos munkáját. A szokásoknak megfelelően az idén is a Normafa Gondozási Központ adott otthont az ünnepségnek.

„Semmelweis Ignác születésnapján immár tizenkettedik alkalommal fejezzük ki elismerésünket és hálánkat az egészségügyben dolgozóknak a Hegyvidéken. Nagyszerű alkalom ez arra is, hogy számba vegyük, mi minden történt az elmúlt évben, megnézzük, milyen folyamatok zajlanak éppen, és mivel számolhatunk a jövőt illetően. Ahogyan az ünnepségen arra is lehetőséget kapunk, hogy díjazzuk

kérdések mindig vannak. Nemrégiben például arra kellett választ kapni, mi lesz a kiválóan működő kerületi védőnői hálózat sorsa. Épp a Semmelweis-napon lépett életbe a törvény, aminek az értelmében a védőnők rövidesen átkerülnek a Szent János Kórház kötelékébe.

„Mindig is jó volt a kapcsolatunk az intézménnyel – folytatta Fonti Krisztina. – Szeretnénk, hogy ez megmaradjon, és a védőnők ugyanolyan magas színvonalon segítsék a kerületi kismamákat, mint eddig. Az önkormányzat a jövőben is igyekszik ezt a munkát anyagilag elismerni. Az már biztos, hogy a védőnők megkapják a tizenharmadik havi illetmény felét, a következő testületi ülésen pedig döntés születet arról, hogy a kerület kifizeti a teljes bért a dolgozóknak, és biztosítja

ra az intézmény külső falán egy defibrillátort helyeztek el, és a diákok számára tanfolyam indul, amelyen az eszköz kezelését tanul-

teri hivatal népjóléti irodáját vezető dr. Varga-Kovács Emesével közösen adta át az idei év kitüntetettjeinek jól megérdemelt díjait. A



Az idei díjazottak az önkormányzat képviselőivel

hatják meg. Ez már a tizenhetedik közterületi defibrillátort, amit az önkormányzat üzemeltet. Beszélt a Hegyvidéki Zöld Receptről is, ami egyedülálló kerületi kezdeményezés (bővebben lapunk 4. oldalán olvashatnak erről – a szerk.).

Elhangzott az is, hogy folytatódna az önkormányzati szűrőprogramok. Az idén szeptember 30-án lesz a hagyományos egészségnap, amin különböző vizsgálatokon vehetnek részt az érdeklődők, természetesen térítésmentesen. Lezárult a nagyszabású rendelélfelújítási program, a fejlesztések elsősorban a közösségi helyiségeket érintették.

Fonti Krisztina az önkormányzat egészségügyi és szociális bizottságának elnökével, dr. Harnos Andreával, valamint a polgármes-

Hegyvidék Egészségügyi Ellátásért Díjat ezúttal Forró Illés Judit védőnő kapta meg. Polgármesteri elismerő oklevelet vehetett át Mürschberger Istvánné háziorvosi asszisztens és Németh Anita gazdasági ügyintéző.

Törvény mondja ki, hogy aki húsz éven át folyamatosan körzeti, illetve házi orvosi feladatokat, körzeti gyermekorvosi, illetve házi gyermekorvosi feladatokat, valamint fogorvosi alapellátási feladatokat látott el, címzetes főorvosként folytathatja a gyógyítást. A Hegyvidéken mostantól dr. Karácsony Erika házi gyermekorvos, csecsemő- és gyermekgyógyász szakorvos jogosult a címhasználatra.

Az ünnepség zárásaként az önkormányzat képviselői külön is megköszönték az idén nyugállományba vonuló Lengyelné dr. Fehér Zsuzsanna iskolaorvos három évtizedes kerületi munkáját, valamint gratuláltak Németh Zoltánnak abból az alkalomból, hogy hamarosan megkapja a védőnői aranydiplomáját.

-os



A kiváló munkát végző kerületi védőnők átkerülnek a Szent János Kórház kötelékébe

a legkiválóbb munkatársakat” – kezdte köszöntőjét Fonti Krisztina alpolgármester.

Arra hívta fel a figyelmet, hogy a 205 évvel ezelőtt született Semmelweis Ignác soha nem elégedett meg a készben kapott válaszokkal, hanem sajátokat keresett. Mert

a cafeteriát nemcsak az idén, hanem jövőre is.”

Az alpolgármester elmondta, hogy februárban egy férfit újra kellett éleszteni a Városmajori Gimnázium közelében, Nagy Bence, az iskola tanára segített neki a mentők érkezéséig. A pedagógus javaslatá-

zárult a nagyszabású rendelélfelújítási program, a fejlesztések elsősorban a közösségi helyiségeket érintették.

Fonti Krisztina az önkormányzat egészségügyi és szociális bizottságának elnökével, dr. Harnos Andreával, valamint a polgármes-

Szobrot kapott a kommunista diktatúra négy mártírja

Márton Áron római katolikus püspök, Boldog Jerzy Popieluszko római katolikus pap, a lengyel ellenzék közismert alakja, Boldog Romza Tódor munkácsi görögkatolikus püspök, valamint Esterházy János politikus, a csehszlovák parlament magyar képviselője kapott szobrot szakraális környezetben, a zugligeti templommal szemközti Szent Család parkban. A kommunista diktatúra négy áldozatának emlékművét a Nemzeti Művelődési Intézet ajánlotta fel a Hegyvidéki Önkormányzatnak.

„A kommunista diktatúra krimebe illő módon pusztította el a mártírokat. A diktatúra kiszolgálói hús-vér emberek voltak, ahogyan a mártírok is” – fogalmazott a szoboravatón Esterházy János, aki személyes emlékeit is felidézte: Gdańskban és

voli zugában van, nem szabadulunk meg tőle mindörökké. Sajnos benne van az emberi lélekben” – figyelmeztetett a polgármester. Minden egyes korosztály feladatának tartja, hogy felépítse magában az ellenállást, a védőfalat a gonosszággal szemben, akár Márton Áron, Esterházy János, Jerzy Popieluszko vagy a mai Ukrajna területén megölt Romza Tódor történetének újramesélésével. „Nem a történelem, hanem a jövőnk érdekes – tette hozzá –, és azért kell ezeknek a szobroknak itt állniuk, hogy a jövőnket féltjük.”

Novák Irén, a Nemzeti Művelődési Intézet ügyvezetője arról beszélt, hogy a négy egyházi vértanú az áldozatával reményt és hitet adott a gyötrelmes elnyomás idején. Példájuk ma is azt hirdeti, hogy az embertelen eszmék,

szüksége miatt szabadulása után egy évvel háziőrizetbe került. Tizenegy évig, 1956–1967-ig nem hagyhatta el a gyulafehérvári püspöki palotát.

Boldog Jerzy Popieluszko (1947–1984) lengyel katolikus pap a varsói Kosztka Szent Szaniszló egyházközség káplánjaként prédikált. A fennálló szocialista rendszerrel szemben megalakuló tömegmozgalom, a Szolidaritás híve volt. Miután az államhatalom úgy ítélte meg, hogy veszélyessé vált, 1984. október 13-án egy megrendezett autóbalesettel tört

Márton Áron (1896–1980), az erdélyi katolikus egyház püspöke a második világháború idején bátran felemelte szavát a zsidók deportálása ellen, később pedig a magyar kisebbség jogaiért, a vallás- és lelkiismereti szabadságért

mozdulások egyik jellempévé vált. 2010-ben avatták boldoggá.

Boldog Romza Tódor (1911–1947) munkácsi görögkatolikus püspök 1944-től a szovjet vallás és egyházügyi bizottság szembeni békes ellenállás fontos alakjává vált. Határozottan elutasította a Rómával való egység megtagadását és a Pravosláv Egyházba való áttérést, kitarására és egységre szólította papjait és híveit. Ellenálló tevékenysége miatt 1947-ben – Hruscsov, az akkori Ukrajna Kommunista Pártja Központi Bizottságának első titkára kérésére – Sztálin engedélyezte titkos likvidálását. Munkácsi rendőrök két falu között vasdorongokkal a lovaskocsijára támadtak. A főpap súlyosan megsebesült, de nem halt meg, ezért a kórházba szállítását követően, még aznap egy ügynök mérgejéssel végzett vele. 2001-ben avatták boldoggá.

Esterházy János (1901–1957) a csehszlovák parlament képviselőjeként a magyarság jogfosztottságának megszüntetéséért küzdött. Az első bécsi döntést követően is Szlovákiában maradt, az ott rekedt magyarokkal vállalt sorskö-



Pokorni Zoltán: „Azért kell ezeknek a szobroknak itt állniuk, hogy a jövőnket féltjük”

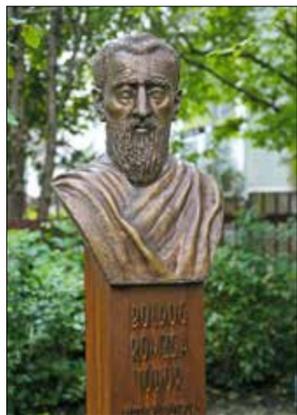
zösséget. 1944-ben zsidókat, lengyeleket és más üldözötteket bujtatott, segítette a menekülésüket. A második világháború után a szlovák kormány, koholt vádak alapján, mint „háborús bűnöst” kiadta a Szovjetunióknak. Egy évig a moszkvai Lubjankában tartották fogva, majd egy szibériai munkatáborba hurcolták.

Távollétében, 1947-ben a szlovák bíróság halálra ítélte Esterházyt, de 1949-ben, amikor a szovjetek kiadták a csehszlovák hatóságoknak, büntetését elnöki „kegyelemből” életfogytiglanra változtatták. Csehszlovákia majd nem minden börtönében raboskodott, a fűtetlen zárkákban egyre beteges lett. Amnesztia kérelmeit azzal az indokkal utasították el, hogy átnevelése egyelőre nem érte el a célját, mivel „még ragaszkodik a régi megrögzött elképzeléséhez, azaz a katolikus valláshoz és az igazság győzelmébe vetett hitéhez”. 1957-ben a morvaországi Mírov börtönében halt meg. A Vatikán 2018 novemberében engedélyezte boldoggá avatási eljárásának megindítását.

z.



Boldog Jerzy Popieluszko, Boldog Romza Tódor, Esterházy János és Márton Áron szobra a zugligeti Szent Család parkban



Varsóban még látta, milyen nagy szerepe volt Jerzy Popieluszko prédikációinak, és aztán a halálának, vértanúságának az egész szolidaritási mozgalom, sőt a lengyel rendszerváltás történetében.

„Az emberi gonoszság nem a múlt köde. Nem a történelem tá-

a lélektelen pusztító hatalmak legyőzhetőek, az emberi nagyság felülkerekedik az elnyomáson, és erkölcsi győzelmet arat. Meggyőződése, hogy „a hitüket rendületlenül védelmező és a közösségért életüket áldozó vértanúk ma is éppúgy bátorságot és reményt ad-

harcolt. A román kommunista hatalom nem nézte jó szemmel a tevékenységét, ezért 1949-ben le tartóztatták. Két év vizsgálati fogságban volt, majd tíz év szigorított fegyházra és életfogytiglani kényszermunkára ítélték. 1955-ben szabadlábra helyezték, de nép-

az életére. Ez meghiúsult, ezért néhány nappal később, október 19-én elrabolták, agyba-főbe verték, megkötözték, végül egy lábára kötött kövel a Visztula folyóba dobták. A gyilkosság egész Lengyelországban felzúdulást váltott ki, személye a rendszer elleni meg-

Demensbaráttá válna a kerület

A kisgyerekektől az idősekig minden korosztálynak nyújt szociális szolgáltatásokat a Hegyvidéki Önkormányzat, és ezek fejlesztésén folyamatosan dolgoznak a szakemberek. Előregedő kerületünkben egyre komolyabb kihívást jelent az időskorú demensek ellátása, a probléma átfogó kezeléséhez pedig a fiatalabbak érzékenyítésére van szükség.

„Örvendtes módon sok a gyerek, ezért a bölcsődéknek, óvodáknak jelentős szerepe van a Hegyvidék életében. Ezzel együtt az előregedés jellemzi a kerületet, különösen fontos tehát a Hegyvidéki Szociális Központ munkája, amely a leginkább kiveszi a részét az idősellátásból” – mondta el Fonti Krisztina alpolgármester a Szociálpolitikai kerekasztal ülésén, amin a Hegyvidék készülő szolgáltatásfejlesztési koncepcióját vitatták meg az intézményvezetők.

Az alpolgármester megemlíti, hogy az önkormányzat évek óta kiemelt figyelmet fordít az időskori demencia problémájára. Ennek keretében elindították az Alzheimer Cafét, amely a gondozást végző családok munkáját segíti, tavaly online szűrést tettek elérhetővé a minél korábbi diagnózis érdekében, a Normafa Gondozási Központban pedig megteremtették a demens és nem demens idősök integrált nappali ellátását.

A demensellátás fejlesztési lehetőségeit kutatva kapcsolatba kerültek egy Milánó melletti kisvárossal, amely az első demensbarát település volt Olaszországban, és jelenleg is példaértékű tevékenységet folytat. Az olasz városban nagy hangsúlyt kap a lakosság érzékenyítése, ami lehetővé teszi a demencia korai felismerését, valamint azt is, hogy a demens idős emberek biztonságban tudják élni a hétköznapjaikat. „Úgy látjuk, a

maga családias, empatikus közösgével a Hegyvidék is alkalmas arra, hogy egy ilyen programot megvalósítsunk, és kerületünk is



A szakemberek egyetértenek, hogy az időskorúak ellátása az egyik legfontosabb feladat

demensbaráttá váljon” – tette hozzá Fonti Krisztina.

A Normafa Gondozási Központban 2022 áprilisában nyílt meg a demenciával élők is fogadó, integrált nappali ellátás. „Jelenleg négy demenciával élő jár ebbe a csoportba, ugyanakkor lehetőségünk van arra, hogy többeknek biztosítsuk ezt az ingyenes ellátást, ami a felügyelet mellett fejlesztést is kínál” – emelte ki a szolgáltatással kapcsolatban Fojtíková Katarína, a Hegyvidéki Szociális Központ vezetője. Arra hívta fel az érintettek figyelmét, hogy a demenciával élők jelentke-

zése esetén neurológus vagy pszichiáter szakorvos által kiállított orvosi diagnózisra van szükség.

„A Hegyvidék lakosságának több mint harmada 60 év feletti, ezért az időskorúak ellátása a legfontosabb feladataink egyike” – jelentette ki Varga-Kovács Emese, a polgármesteri hivatal népjóléti irodájának vezetője. Kitért arra is, hogy a Hegyvidéki Szociális Központnak számos önként vállalt

hely, emellett az időszakos, pár órás gyermekfelügyeletre is igyekeznek nagyobb hangsúlyt helyezni, ami iránt egyre kiterjedtebb az igény.

A Családsegítő és Gyermekjóléti Központ egy úgynevezett izlandi modellprogramot indított el: a bölcsődés- és óvodáskorú gyerekek problémáinak megbeszélésére, külső szakértők bevonásával, szülőklubok alakulnak az egyes intézményekben. A kezdeményezéshez elsőként a Városmajori Óvoda Csermely utcai tagintézménye és a Zugligeri Bölcsőde csatlakozott, de a többi intézményben is szeretnék alkalmazni a programot.

Az egészségügyi, kulturális és sportintézmények együttműködésével nemrégiben elindult a Hegyvidéki Zöld Recept program, ami ingyenes mozgáslehetőségeket

kínál a háziorvosaihoz forduló pácienseknek (erről bővebben ugyanezen az oldalon olvashatnak – a szerk.). Ehhez kapcsolódik az új Okos Recept-konceptió: a Kút-völgyi szakrendelő orvosai különböző okos eszközök – például okosmérleg, okos vércukorszintmérő – használatára tesznek javaslatokat, amik naplózzák a mért adatokat, azokat pedig távvezít formájában értékelik ki szakemberek. A tervek szerint az eszközök beszerzéséhez az önkormányzat támogatást nyújt majd a rászorulóknak.

sz.

Egészség zöld receptre

A természeti környezet, a támogató közösség és a mozgás hármasa jelenti a Hegyvidéki Zöld Recept alapját – hangzott el a Hegyvidéki Kulturális Szalonban rendezett konferencián. A találkozó az országosan egyedülálló kezdeményezést ismerhették meg a program iránt érdeklődő budapesti kerületek, valamint az agglomerációs települések képviselői.



Dr. Lacza Gyöngyvér

Tavaly indította el az önkormányzat a Hegyvidéki Zöld Recept programot. A cél az, hogy a XII. kerületi háziorvosok által felírt különböző mozgásformák segítségével növekedhessen az itt élők egészségben eltöltött éveinek száma. Pokorni Zoltán polgármester a Hegyvidéki Kulturális Szalon-

Dr. Lacza Gyöngyvér, a Testnevelési Egyetem tanszékvezetője arról beszélt, hogy készül a Monspart Saroltáról elnevezett aktív életmód-stratégia, amire elemi szüksége van a lakosságnak. A magyarok 59 százaléka ugyanis teljesen inaktív, világviszonylatban is nagy az elhízottak aránya itthon. A stratégia segítségével a fizikai aktivitás beépülhetne a mindennapokba, és megvalósulhatna az aktív életmód keretrendszer. A zöld recept előnye, hogy mindenki kap egy papírt, amin rajta van, mit kell tennie, és ez pluszmotivációt jelenthet. A modell sikeres például Dániában és Svédországban is.

Dr. Varga-Kovács Emese, a Hegyvidéki Önkormányzat népjóléti irodájának vezetője elmondta, hogy a Hegyvidéki Zöld Re-



A konferencia témája fontos és közérdekű, amit az érdeklődés is mutatott

cept alapját a természeti környezet, a támogató közösség és a mozgás hármasa képezi. Kinézetre olyan, mint egy hagyományos vény, a mozgásformákat a háziorvosok egyes témák szerint írják fel: testsúlycsökkentés, hangulatjavítás, stresszmentesítés, és így tovább.

„Arra törekszünk, hogy a zöld recept üzenete minél többeket elérjen – emelte ki. – Ehhez együtt kell működni a háziorvosokkal, és rávenni a polgárokat, hogy éljenek a lehetőséggel.” Az orvosok a többi között a Hegyvidéki Kulturális Szalon, a Szent Ferenc és a Szent János Kórház, valamint a Normafa Park programjait írhatják fel receptre.

Az egészség megőrzése és viszszerzése szempontjából egyaránt fontos a mozgás, de legalább ennyire lényeges az együtt töltött idő, a közösségi élmény, amihez a sport nagyszerű alkalmat teremt – folytatta a polgármester. Szerinte az egészséges étkezésre is figyelmet kell fordítani, amihez a Hegyvidéki Ízlelőt ajánlotta a jelenlévők figyelmébe. A polgármesteri hiva-

cept alapját a természeti környezet, a támogató közösség és a mozgás hármasa képezi. Kinézetre olyan, mint egy hagyományos vény, a mozgásformákat a háziorvosok egyes témák szerint írják fel: testsúlycsökkentés, hangulatjavítás, stresszmentesítés, és így tovább.

Dr. Lovas László felnőtt háziorvos az eltelt egy év tapasztalatait összegezte. Ő maga mintegy száz receptet írt fel, főleg idősebb hölgyeknek. Mivel a 25-45 év közöttiek kevesebbet járnak orvoshoz, a szakember szerint érdemes lenne közvetlenebbül megszólítani őket, továbbá azokat is, akik vélhetően nem törődnek eléggé az egészségükkel és így a mozgással sem.

Az önkormányzati tulajdonú Hegyvidéki Szabadidősport Nonprofit Kft. szervezi az Aktív Hegyvidék programot, amelynek a foglalkozásait szintén felírhatják receptre a háziorvosok – hívta fel a figyelmet Móczán Mónika ügy-

Utcabál volt a Hegyvidéken

Léggömbök, tombola, spontán találkozások és önfeléd pillanatok – az első Hegyvidéki Utcabálra minden bizonnyal az összes jelenlévő sokáig emlékezik majd. Tipegők, óvodások, kamaszok, fiatalok és „régebb óta fiatalok” sem tudtak ellenállni a zene és a tánc csábításának a Városháza téren.

„Micsoda hangulat! Nagyon örülünk, hogy a közönség ezúttal is velünk együtt ropja. Hetven felett vagyunk, de tánc közben fiatalokká válunk. Ez az igazi csoda!” – lelkesedett Zsóka, a Senior Örömtánc csoport tagja, akivel a Városháza téren találkoztunk.

„Ez így igaz! – szölt közbe csoporttársa, Kati. – Állandóan fáj valamink, de tánc közben minden rendben van velünk. A lábunk és

vacsorához. Még jó, hogy semmi romlandó áru nincs nálam, de mindegy is lett volna, mert összefutottam Marcival, a volt osztálytársammal. Erről a spontán buliról vétek lett volna lemaradni!” – mondta Péter, aki rég látott barátjával közösen énekelte a Neoton Família nagy slágerét, a Santa Mariát.

„A közkedvelt Időspiknik programsorozat ma már a Hegyvidéki

Kulturális Szalon szárnyai alatt is a legkülönbözőbb programokkal várja az érdeklődőket, a mai nap is ennek a része. Öröm látni, hogy

viden tudtunk szót váltani, mert többen is visszavárták a táncterre.

„A nyáresti koncertek tapasztalatai alapján sejtettük, hogy azok



fiatalok és régebb óta fiatalok önfelédten élvezik a generációkat összekötő közösségi élmény várását! – fogalmazott Fonti Krisztina, aki azt is megsúgta nekünk, melyik a kedvenc zeneszáma. – Az ABBA Dancing Queenje igazi favorit számomra. Sokan tudják rólam, hogy szeretek táncolni, ezúttal sem bírtam ellenállni a ritmusoknak” – tette még hozzá az alpolgármester, akivel csak rö-

is csatlakoznak majd, akik előzetesen nem tudtak az eseményről. A zene és a tánc szinte mindenkit vonz, jó ránézni a mosolygós arcokra. A hangulatnak köszönhetően megfelelkezhetünk a hétköznapokról és a problémákról. Itt senki sincs egyedül, együtt élvezhetjük a boldog pillanatokat – mondta Menyhárt Éva, aki a szalon szomszédjaival ápol jó viszonyról is beszélt. – A Hegyvidéki Ízlelő csokoládét, a Bake My Day kézműves pékség vásárlási utalványt ajánlott fel a tombolajátékunkhoz, de a Bach Mindenkinek Fesztivál és a Műpa ajándékai is a nyeremények sorát gazdagították. A szerencsések között heggyvidéki mézet, bort, tortát, piknikplédet, kulacsot, tortát sorsoltunk ki.”

A Hegyvidéki Kulturális Szalon az idén nyáron is megannyi programmal készül. Sok más mellett kalandos gyerektábor, izgalmas foglalkozások és hangulatos kültéri koncertek várják majd a szórakozni vágyókat.

B. M.



a derekunk is tökéletesen működik ilyenkor. Mintha húszévesek lennénk. Hát, ki érti ezt...?”

Habár az idő borús volt, Menyhárt Éva, a Hegyvidéki Kulturális Szalon vezetője javaslatára egy nagy tapssal sikerült távol tartani az esőt az első Hegyvidéki Utcabálon. Persze a Senior Örömtánc, a Zumba Gold és a Party Voices örökzöld dalokból komponált zenei repertoárja még a hazafelé igyekvőket is maradásra készítette.

„Most jöttem a boltból, ahová vissza kellett mennem, mert elfelejtettem paradicsomot venni a



A sportolás nemcsak egészséges, hanem közösségi élményt is teremt

tal épületében működő étteremben sértült emberek dolgoznak, az idejárás pedig egyfajta társadalmi elköteleződést fejez ki.

Dr. Mihók Barbara ökológus, mentálhigiénés szakember és dr. Fekete Márta orvos a természetjárás, a természetben eltöltött idő egészségre gyakorolt pozitív hatását elemezte. Magyarországon 600-700 ezer ember súlyosan depressziós, a kezelések számszerűsített költsége sok százmilliárd forint, miközben a többség nem is kap megfelelő ellátást. Így aztán kitüntetett szerep jut a természetnek mint „mentális egészségvédő szolgáltatásnak”.

sm.

■ A Hegyvidéki Zöld Receptről a hegyvidekispport.hu/zold-recept weboldalon olvashatnak bővebben az érdeklődők.

Sikeres a robotsebészeti program

A rendkívül precíz, robotasszisztált műtéteknek köszönhetően a betegek gyorsabban gyógyulhatnak, kevesebb időt kell a kórházban tölteniük. Néhány éve a robotsebészeti beavatkozások még a sci-fi-kategóriába tartoztak Magyarországon, mostanra viszont ezek száma már az ezret is meghaladta. Az eddigi eredményekről az Országos Onkológiai Intézetben rendezett programon beszéltek a szakemberek.

A Lipcsei Egyetem Urológiai Klinikájával és a Salzburgi Szent János Irgalmas Testvérek Kórház nőgyógyászati osztályával együttműködve az Országos Onkológiai Intézet, a Budapesti Jahn Ferenc Dél-pesti Kórház és Rendelőintézetel közösen, 1,3 milliárd forint európai uniós támogatást nyert el két Da Vinci-műtőrobot és két modern ultrahangkészülék beszerzésére, továbbá a képzések elindítására. 2021 januárjában volt az első hazai robotasszisztált műtét az onkológiai intézetben, azóta közel négyszáz ilyen beavatkozás

alatt 200-200 robotsebészeti műtét elvégzését vállalta, ám ezt már most jelentősen túlteljesítették, közel a dupláját hajtották végre mindkét helyen. Az országban egyébként már a Semmelweis Egyetemen és a Pécsi Egyetemen is sikerült robotot telepíteni, mostanra több mint ezer műtét történt Magyarországon Da Vinci-eszközökkel.

„A robotsebészet a jövő egyik útja a daganatsebészetben, és immár eredményekkel is tudjuk igazolni, hogy a módszer hatékony” – hangsúlyozta a főigazgató. Ki-

magyar robotsebészet egy homályos vízióból az elmúlt évek során valósággá, gyakorlattá vált, ennek hála Magyarország felkerült a világ robotsebészeti térképére.”

Jenei Zoltán, az Országos Kórházi Főigazgatóság vezetője szerint

vonzani a Hegyvidékre, de az egészségipar kivételként jelent” – fogalmazott Pokorni Zoltán polgármester, megemlítve, hogy az onkológiai intézet mellett a Hegyvidéken működik a szív- és érgyógyászati klinika, a Korányi tüdő-



A robotsebészet a jövő egyik útja a daganatsebészetben

nem engedhetjük meg magunknak, hogy kimaradjunk a világ fejlődéséből, ezt a szakemberek és a betegek is elvárják. Az országos kórház-főigazgató a betegségmegelőzési programok fontosságáról is szólt: arra hívta fel a figyelmet, hogy mindenkinek részt kellene vennie a kötelező és ajánlott szűréseken, mert így tudunk a legtovább egészségben élni.

„Kerületünk ad orthont több, az ország egészségügyi ellátásában kulcsszerepet betöltő csúcscsintézménynek, és mi ezekre büszkék vagyunk. Nem szeretünk ipart

klinika, a rehabilitációs intézet, és itt van a Szent János Kórház is, amely a Zsámbéki-medence egészét kiszolgálja.

A polgármester elmondta, hogy egy ország valamennyi pontjáról látogatott egészségügyi intézmény működése megoldhatatlan parkolási gondokat jelent „a sűrűn lakott városzövetben”.



Az Országos Onkológiai Intézet épülete a Ráth György utcában

Arra buzdította az intézményvezetőket, hogy ha bővítést terveznek, a mélygarázst ne húzzák ki fejlesztési programjukból, ez ugyanis elengedhetetlen a mindennapi, normális működés szempontjából.

„A Hegyvidék különleges kerület, itt élnek a legtovább az emberek, és az a célunk, hogy egészségben éljenek a legtovább” – jelentette ki Pokorni Zoltán. Mint

hozzátette, rengeteg szabadidős programot, klubot szervez az önkormányzat, de a legjobb, ami az egészség megőrzését segíti, a sétálás, a kirándulás, a zöldben töltött idő. Erre ösztönöz a háziorvosok közreműködésével kínált Hegyvidéki Zöld Recept is, amit Magyarországon elsőként a XII. kerületben kezdtek el alkalmazni.



Polgár Csaba, az Országos Onkológiai Intézet főigazgatója

történt itt – mondta el Polgár Csaba főigazgató az Országos Onkológiai Intézetben rendezett programon.

Ma már tíz a robotok irányítására kiképzett sebész áll rendelkezésre az onkológiai intézetben és a

tért rá, hogy a betegek érdeklődése óriási, a robotsebészeti beavatkozások lehetőségét viszont azoknak a betegségeknek a kezelésére kell fenntartani, amiknél költséghatékonyan, a funkcionális gyógyulási eredményeket javítva



Pokorni Zoltán hegyvidéki polgármester

Jahn Ferenc kórházban. Előbbiben elsődlegesen urológiai műtéteket végeznek, míg az utóbbiban az urológiai beavatkozások mellett nőgyógyászati műtétek zajlottak a legnagyobb számban, szeptembertől pedig a hasi sebészet, a vastag-

lehet alkalmazni ezt a fejlett technológiát.

A Budapesti Jahn Ferenc Dél-pesti Kórházban 374 urológiai és 11 nőgyógyászati robotműtétet végeztek el a szakemberek a projekt kezdete óta. Dobosi Zsolt, az



bél-, a máj-, a nyelőcső- és a gyomorsebészet is bekapcsolódhat a robotsebészeti programba.

Az uniós támogatással megvalósuló projekt június végén zárul. Polgár Csaba arról is beszélt, hogy a két intézmény a program ideje

intézmény vezetője kiemelte, hogy minden eddigi robotsebészeti beavatkozásuk rendkívül sikeresnek tekinthető, a betegek gyógyulási ideje és a kórházban töltött idő egyaránt csökkent. „Ma már kijelenthetjük – tette hozzá –, hogy a

„A betegség csak egy aktuális állapot”

A laborérték csak egy szám, de semmiképpen sem maga az ember – vallja Dr. Varga Tímea belgyógyász-endokrinológus. A Virányos út 23/d szám alatt található V23 Magánklinika orvosigazgatójával az intézmény komplex egészségügyi megoldásairól, hormonális zavarokról, termékenységi problémákról, önbizalomról és sikertörténetekről beszélgettünk, de azt is megtudtuk, miért van mindig egy doboz papír zsebkendő az asztalán.

Odakint szaladgáló mókuskok, csiripelő madarak, dús lombkoronájú fák. Idebent tágas terek, modern enteriőr, látványos belsőépítészeti megoldások és nemzetközi szinten is egyedülálló vagy hiánypótló egészségügyi támogatás. „Örülök, hogy személyesen is megismerhetem!” – lépett oda hozzám a V23 Magánklinika várótermében Dr. Varga Tímea, aki a szívveljes üdvözlést követően a rendelőjébe kísért. „Itt dolgozom” – mutatta büszkén az intézmény orvosigazgatója.

– Ha megenged egy megjegyzést, a környezetet lebilincselő, de nem ez az egyetlen, ami szembetűnő. Ön a második orvos, akivel az elmúlt öt percben találkoztam, és...

– ...nincs rajtunk köpeny. Persze a beavatkozásoknál mi is viseljük, hiszen a biztonság az első. Erre sokan rácsodálkoznak. A modern, nyugatias felfogást valljuk az első számú filozófiánkknak. – Sokat hallani a „betegbarát” kifejezésről mostanában...

– Beteg? Nekünk nincsenek betegeink! Páciensekkel dolgozunk. Nem akarjuk, hogy a V23-ban bárki is betegnek érezze magát – a betegség csupán egy aktuális állapot. A laborérték csak egy szám, de semmiképpen sem maga az ember. Mindig arra törekszünk, hogy a pácienseink a lehető legkevesebb stresszel, szorongások nélkül, a lehető legtöbb

hozzáadott értékkel távozzanak tőlünk.

– A weboldalukon, a www.v23.hu-n olvastam, hogy több kiemelt vizsgálati területük is van: az érsebészet, a plasztikai sebészet, a labor-diagnosztika, a bőrgyógyászat és az orvosesztétika mellett endokrinológiával, nőgyógyászattal és várandósgondozással is foglalkoznak. A hormonális zavarok, főleg a pajzsmirigyet érintő problémák ma már szinte népbetegségek számítanak – hogyan tudnak segíteni a pácienseknek?

– Az endokrinológián belül három fő területre fókuszálunk: a pajzsmirigy, a túlsúly, tehát az obezitológia és a nőgyógyászati endokrinológia. Cukorbetegközpontként is működünk, így sok más mellett a szintén sokakat érintő inzulinrezisztenciában, diabéteszben, valamint a PCOS-ben is kiemelt szak tudással rendelkezünk. A hazai magán-klinikák között egyedül mi rendelkezünk olyan géppel, amely a lehetővé teszi a pajzsmirigygöbök lézerezését, azaz műtét nélküli kezelését, ami körülbelül harminc percet vesz igénybe. Ez egy jelentős innováció. Rendszerben gondolko-

dunk, hiszen minden mindennel összefügg.

– Mi történik akkor, ha valaki például a pajzsmirigyproblémájával nem fordul időben orvoshoz, vagy nem kap megfelelő kezelést? Egyáltalán milyen tünetek utalhatnak arra, hogy gond van?

fogyás is erre utalhat. Alulműködés esetében pont az ellenkezőjét tapasztalhatjuk: fáradékonyságot, hízást, hajhullást, alacsony pulzust. Nem szabad félvállról venni, mert számtalan problémát, például termékenységi zavarokat is okozhat. Megijedni sem kell tőle,



– A panaszok jelentős részében a pajzsmirigy jellemzően alul- vagy túlműködik. Ez többnyire egy autoimmun folyamat, aminek a lehetősége már a születésünk pillanatában is velünk lehet – a kérdés csak az, hogy mikor kezd el látható tüneteket produkálni. A pajzsmirigy-túlműködést viszonylag könnyű felismerni: egyebek mellett a magas pulzus, a rohamos

hiszen ma már nagyon jó módszerek vannak a kezelésére. A korai diagnózis és a helyes kezelési terv a legfontosabb.

– Amikor beléptünk ide, feltűnt, hogy az asztalán egy doboz papír zsebkendő is van. Miért?

– Sokszor szükség van rá. Az endokrinológia nehéz terület. Rengetegen vannak, akik babát szeretnének, de nem járnak sikerrel, túlsúlyal küzdenek, pedig odafigyelnek az étkezésre. Van olyan páciensem, aki jelentős súlyfelesleggel jött hozzánk, és miután a hormonális problémáját sikeresen kezeltük, rúdtáncos sportoló lett. Babák születtek és születnek. Gyermekáldás után az anyukák ismét nőként érezhetik magukat, az esztétikai kezeléseknak köszönhetően. Az örömkönnnyekért, az elégedett mosolyokért dolgozunk. Ilyen a mi hivatásunk – olykor köpenyben, a műtőben, hol pedig a saját egyéniségünkhöz passzolól öltözékben dolgozunk pácienseink jóléért.



Önkormányzati rendeletek

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 13/2023. (V. 26.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

A KÖZÖSSÉGI EGYÜTTÉLÉS ALAPVETŐ SZABÁLYAIRÓL ÉS EZEK ELMULASZTÁSÁNAK JOGKÖVETKEZMÉNYEIRŐL SZÓLÓ 13/2014. (III. 24.) BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE MÓDOSÍTÁSÁRÓL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete a Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 143. § (4) bekezdésének d) pontjában kapott felhatalmazás alapján, az Alaptörvény 32. cikk (1) bekezdés a) pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

1. §

A közösségi együttélés alapvető szabályairól és ezek elmulasztásának jogkövetkezményeiről szóló 13/2014. (III. 24.) önkormányzati rendelet a következő alcímmel egészül ki:

„7/A. Normafa tűzvédelme

5/A. §

(1) Aki a Normafa területén a kijelölt tűzrakóhelyen kívül, különösen főzési, sütési célból tüzet gyújt, illetve tüzet rak, ha cselekménye nem ütközik magasabb jogszabályba, a közösségi együttélés alapvető szabályait sértő magatartást valósít meg.

(2) Az (1) bekezdésben meghatározott magatartás két-százezer forintig terjedő közigazgatási bírsággal sújtható.

(3) Az (1) bekezdésben meghatározott magatartás miatt a közterület-felügyelő helyszíni bírságot szabhat ki.”

2. §

Ez a rendelet a kihirdetését követő napon lép hatályba.

Budapest Hegyvidék, 2023. május 25.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk. *Pokorni Zoltán sk.*
jegyző polgármester

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 14/2023. (V. 26.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

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

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

1. §

A gyermekek védelmét biztosító pénzbeli és természetbeni ellátásokról szóló 40/2015 (XII.22.) önkormányzati rendelet II. Fejezete a következő alcímmel egészül ki:

„11. Menekült gyermekek nyári táboroztatása

10/B. §

(1) Az Önkormányzat támogatást biztosít az ukrainai háború elől menekült és életvitelszerűen a Budapest XII. kerületben élő gyermekek nyári úszótáborban való részvételéhez.

(2) A támogatásra jogosult a menedékes, a menedékesként elismerését kéri vagy az Ukrajnában állandó lakóhellyel rendelkező és 2022. február 24-én vagy azt követően Ukrajnából érkező magyar állampolgár, amennyiben 6-15 éves korú gyermek ellátásáról gondoskodik.

(3) A támogatás mértéke, ha a gyermeket gondozó családban az egy főre jutó havi jövedelem a jogosultsági összeghatár 81%-át

a) nem haladja meg, a tábor árának 100%-a,

b) meghaladja, a tábor árának 50%-a.

(4) A támogatás a Hegyvidéki Úszóiskola által szervezett egyhetes úszótanfolyamon való részvételhez nyújtható.

(5) A támogatás iránti kérelmet az erre a célra rendszeresített formanyomtatványon a Népülési Irodához kell benyújtani.

(6) Az önkormányzati támogatás összege a Hegyvidéki Szabadidősport Nonprofit Kft. részére kerül kifizetésre havi elszámolás alapján.”

2. §

Ez a rendelet 2023. június 1-jén lép hatályba.

Budapest Hegyvidék, 2023. május 25.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk. *Pokorni Zoltán sk.*
jegyző polgármester

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 15/2023. (V. 26.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

A BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK SZERVEZETI ÉS MŰKÖDÉSI SZABÁLYZATÁRÓL SZÓLÓ 39/2018. (IX. 26.) BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE MÓDOSÍTÁSÁRÓL

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

1. §

A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 39/2018 (IX.26.) önkormányzati rendelet 32. § (1) bekezdés 4. pontja helyébe a következő rendelkezés lép:

(A Képviselő-testület a következő állandó bizottságokat hozza létre:)

„4. Köznevelési és Kulturális Bizottság (tagok száma: 9 fő),”

2. §

(1) A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 39/2018 (IX.26.) önkormányzati rendelet 4. melléklete az 1. melléklet szerint módosul.

(2) A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 39/2018 (IX.26.) önkormányzati rendelet 5. melléklete a 2. melléklet szerint módosul.

(3) A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 39/2018 (IX.26.) önkormányzati rendelet 7. melléklete a 3. melléklet szerint módosul.

3. §

Hatályát veszti a Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 39/2018 (IX.26.) önkormányzati rendelet 2. mellékletében foglalt táblázat 041231. sora.

4. §

Ez a rendelet a kihirdetését követő napon lép hatályba.

Budapest Hegyvidék, 2023. május 25.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk. *Pokorni Zoltán sk.*
jegyző polgármester

1. melléklet a 15/2023. (V. 26.) önkormányzati rendelethez

1. A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 39/2018 (IX.26.) önkormányzati rendelet 4. melléklet 4. pontja helyébe a következő pont lép:

„4. Köznevelési és Kulturális Bizottság
A Bizottság feladatköre:

4.1. Ellenőrzi és koordinálja az Önkormányzat által fenntartott és működtetett nevelési intézmények, közművelődési intézmények szakmai tevékenységét.

4.2. Véleményezi az Önkormányzat által létesített és fenntartott nevelési intézmények, közművelődési intézmények intézmény vezetői állására benyújtott pályázatokat.

4.3. Véleményezi a kerületi óvodafejlesztési koncepciót (az önkormányzati feladat-ellátási, intézményhálózat-működtetési és fejlesztési tervet), valamint az önkormányzati minőségirányítási programot.

4.4. Részt vesz az óvodáztatással kapcsolatos feladatok ellátásában közreműködő szervekkel köntendő együttműködési megállapodások előkészítésében.

4.5. Javaslatot tesz a nevelési, közművelődési és sportintézmények alapítására, átszervezésére, megszüntetésére, illetve alapító okiratának módosítására.

4.6. Feladatkörében javaslatot tesz kitüntetés adományozására a beérkezett kezdeményezések, illetve saját elhatározása alapján.

4.7. Feladatkörében javaslatot tesz külföldi szakmai utak támogatására.

4.8. Közreműködik a neveléssel összefüggő nemzetközi rendezvények helyi megszervezésében és lebonyolításában.

4.9. Segíti a feladatkörébe utalt művelődési tevékenységet.

4.10. Támogatja a meglévő kulturális és sport cserekapcsolatokat.

4.11. Közreműködik nemzetközi szintű kulturális és sport rendezvények helyi megszervezésében és lebonyolításában.

4.12. Figyelemmel kíséri a kerületben folyó közművelődési, kulturális tevékenységet, a kerületi versenysport helyzetét.

4.13. Javaslatot tesz új kulturális, művészeti, sport díjak létrehozására.

4.14. Kezdeményezi a természet és társadalom muzeális emlékeinek gyűjtését, őrzését, tudományos feldolgozását, bemutatását.

4.15. Közreműködik a képzőművészeti, kulturális pályázatok kiírásában, elbírálásában.

4.16. Javaslatot tesz köztéri műalkotások elhelyezésére, áthelyezésére, megszüntetésére.

4.17. Gondoskodik a kerület kulturális hagyományainak ápolásáról, megújításáról.

4.18. Támogatja kulturális egyesületek, csoportok munkáját.

4.19. Javaslatot tesz az Önkormányzat működtetésében levő oktatási intézményekkel, valamint az alapfokú művészetoktatási intézménnyel a szakmai együttműködési megállapodás megkötésére.

4.20. Művészeti és kulturális szempontból véleményezi a kerület területén lévő épületek, épületrészben kialakított műteremben folytatott alkotó tevékenységet, valamint javaslatot tesz az építményadó alóli mentesség időtartamára.

4.21. Jövőhagyja a közművelődési intézmények éves munkatervét (1997. évi CXL. törvény 78. § (5) bekezdés b) pontja).

4.22. Egyetértési jogot gyakorol az Önkormányzat által fenntartott óvoda szervezeti és működési szabályzatának, házirendjének, pedagógiai programjának azon rendelkezési érvénybelépéséhez, amelyekből a fenntartó önkormányzatra többletkötelezettség hárul (2011. évi CXC. törvény 25. § (4) bekezdés, 26. § (1) bekezdés).

4.23. Meghatározza az adott nevelési évben az önkormányzat által fenntartott óvodában indítható óvodai csoportok létszámát, továbbá engedélyezi a maximális csoportlétszámtól való eltérést (2011. évi CXC. törvény 83. § (2) bekezdés d) pont).

4.24. Értékeli az Önkormányzat által fenntartott óvoda pedagógiai programjában meghatározott feladatok végrehajtását, a pedagógiai- szakmai munka eredményességét (2011. évi CXC. törvény 83. § (2) bekezdés h) pont).

4.25. Ellenőrzi az Önkormányzat által fenntartott óvoda pedagógiai programját, házirendjét, valamint szervezeti és működési szabályzatát (2011. évi CXC. törvény 83. § (2) bekezdés i) pont).

4.26. Dönt a köznevelési intézmény kötelező eszköz- és felszerelési jegyzékével kapcsolatos ügyekben (20/2012. (VIII. 31.) EMMI rendelet 161-162. §).

4.27. Véleményezi az állami intézményfenntartó központ döntése előtt, annak megkeresésére az Önkormányzat által működtetett köznevelési intézmény

a) megszüntetésével, átszervezésével, feladatának megváltoztatásával, nevének megállapításával, összefüggő döntés-tervezetét;

b) vezetőjének megbízásával és megbízásának visszavonásával összefüggő döntés-tervezet, ha az állami intézményfenntartó központ megkeresésében megjelölt határidőn belül a Képviselő-testület nem ülésezik. (2011. évi CXL. törvény 83. § (3)-(4) bekezdés)

4.28. Elfogadja az Önkormányzat fenntartásában álló óvoda vezetője által elkészített, az óvoda középjavú, öt évre szóló továbbképzési programját (277/1997. (XII. 22.) Korm. rendelet 1. § (2) bekezdés.”

2. A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 39/2018 (IX.26.) önkormányzati rendelet 4. melléklet 6. pontja a következő 6.55. és 6.56. ponttal egészül ki:

„6.55. A helyi jelentőségű építészeti értékek felújítására benyújtott pályázatokat a Tulajdonosi és Városfejlesztési Bizottság bírálja el a pályázati kiírásban foglaltak szerint. (5/2014. (III. 4.) önkormányzati rendelet 3. § (3) bekezdés)

6.56. A Tulajdonosi és Városfejlesztési Bizottság dönt a településtervezési, kézikönyv és településképi rendelet készítését és módosítását megelőzően a készítés vagy módosítás tényéről, az új beépítésre szánt terület kijelölése esetén az Érv.-ben foglalt követelményeknek való megfelelésről, amennyiben indokolt, a kiemelt fejlesztési területre nyilvántartásról és a települési önkormányzati főépítési feljegyzés elfogadásáról. A döntés meghozataláról a Tulajdonosi és Városfejlesztési Bizottság a Képviselő-testületet a következő ülésen köteles tájékoztatni. (65/2023. (V.25.) Kth. határozat)”

2. melléklet a 15/2023. (V. 26.) önkormányzati rendelethez

1. A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 39/2018 (IX.26.) önkormányzati rendelet 5. melléklet 3.1. pontja helyébe a következő pont lép:

„3.1. Dönt az Önkormányzat által fenntartott óvoda, közművelődési és sport intézmény vezetői pályázatának kiírásáról, a Köznevelési és Kulturális Bizottság véleményének kikérése mellett (1992. évi XXXIII. törvény 20/B. §).”

2. A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 39/2018 (IX.26.) önkormányzati rendelet 5. melléklet 6.5. pontja helyébe a következő pont lép:

„6.5. A társasházak, valamint a helyi jelentőségű építészeti értékek felújítására a költségvetési rendeletben jóváhagyott keret felhasználására a polgármester pályázatot ír ki. A pályázati feltételekről és az elbírálás rendjéről a Tulajdonosi és Városfejlesztési Bizottság véleményének kikérése mellett a polgármester dönt. A társasházak felújítására benyújtott pályázatokat a polgármester a kiírásban foglaltak szerint bírálja el, melyről a pályázatok elbírálását követő ülésen tájékoztatja a Képviselő-testületet. (5/2014. (III. 4.) Ök. rendelet 3. §).”

3. melléklet a 15/2023. (V. 26.) önkormányzati rendelethez

1. A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének Szervezeti és Működési Szabályzatáról szóló 39/2018 (IX.26.) önkormányzati rendelet 7. melléklet 1.7. pontja helyébe a következő pont lép:

„1.7. Köznevelési és Közművelődési Iroda”

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 16/2023. (V. 30.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

AZ ÖNKORMÁNYZAT TULAJDONÁBAN ÁLLÓ LAKÁSOK ÉS NEM LAKÁS CÉLJÁRA SZOLGÁLÓ HELYSÉGEK BÉRLÉTERŐL, A LAKÁSOK LAKBÉRENEK MÉRTÉKÉRŐL, VALAMINT A LAKBÉRTÁMOGATÁSÁRÓL SZÓLÓ 34/2017. (IX. 27.) BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE MÓDOSÍTÁSÁRÓL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete a lakások és helyiségek bérletére, valamint az elidegenítésükre vonatkozó egyes szabályokról szóló 1993. évi LXXVIII. törvény 2. számú mellékletében kapott felhatalmazás alapján, a Magyaror-

szág helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 23. §-ának (5) bekezdés 14. pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a következőket rendeli el:

1. §

Az Önkormányzat tulajdonában álló lakások és nem lakás céljára szolgáló helyiségek bérletéről, a lakások lakbérének mértékéről, valamint a lakbértámogatásról szóló 34/2017 (IX.27.) önkormányzati rendelet 17. §-a a következő (5a) és (5b) bekezdéssel egészül ki:

„(5a) Amennyiben az Önkormányzat által fenntartott költségvetési szervnél legalább 10 év közszolgálati, közalkalmazotti jogviszonnyal, munkaviszonnyal rendelkező bérlo az öregségi nyugellátásra való jogosultságot megszerzi és az öregségi nyugellátást igénybe veszi, a polgármesterhez benyújtott írásbeli kérelmére a szolgáltatási jelleggel létrejött bérleti jogviszony határozatlan idejű bérleti jogviszonnyá alakul. A kérelem benyújtására kizárólag abban az esetben van lehetőség, ha a foglalkoztatási jogviszony folyamatosan fennáll, a bérlonek bérleti-, különszolgálati, illetve közüzemi díj tartozása nem áll fenn és a lakás lakóépületben helyezkedik el.

(5b) Az (5a) bekezdés szerinti kérelem benyújtására az Önkormányzat által fenntartott költségvetési szervnél legalább 10 év közszolgálati, közalkalmazotti jogviszonnyal, vagy munkaviszonnyal rendelkező bérlo is jogosult, amennyiben a szolgáltatási jelleggel létrejött bérleti jogviszony időtartama legalább hét éve folyamatosan fennáll, a bérlonek bérleti-, különszolgálati, illetve közüzemi díj tartozása nem áll fenn és a szolgáltatási jelleggel bérbe adott lakás lakóépületben helyezkedik el.”

2. §

Az Önkormányzat tulajdonában álló lakások és nem lakás céljára szolgáló helyiségek bérletéről, a lakások lakbérének mértékéről, valamint a lakbértámogatásról szóló 34/2017 (IX.27.) önkormányzati rendelet 18/A. § (2) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(2) Lakásigény benyújtására jogosultak, akik
a) a 40 éves életkort nem töltötték be,
b) sem az igénylő, sem a vele együtt költöző személy nem rendelkezik Budapesten, illetve Pest vármegyében másik lakás vagy lakás egy részének tulajdonjogával vagy bérleti jogával,
c) készek végleges lakáshoz jutásukat önerőből, előtakarékoság vállalásával megoldani,
d) Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal, az Önkormányzat által fenntartott költségvetési szerv, az Önkormányzat kizárólagos tulajdonában álló gazdasági társaság köztsztrviselei, közalkalmazottai, munkavállalói.”

3. §

Az Önkormányzat tulajdonában álló lakások és nem lakás céljára szolgáló helyiségek bérletéről, a lakások lakbérének mértékéről, valamint a lakbértámogatásról szóló 34/2017 (IX. 27.) önkormányzati rendelet 59. § (6) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(6) A jegyző a pályázati felhívást a pályázati tárgyalás megkezdéséig vonhatja vissza.”

4. §

Ez a rendelet a kihirdetését követő napon lép hatályba.

Budapest Hegyvidék, 2023. május 25.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk. *Pokorni Zoltán sk.*
jegyző polgármester

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 17/2023. (V. 30.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

A BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT 2022. ÉVI ÖSSZEONT KÖLTSÉGVETÉSÉNEK VÉGREHAJTÁSÁRÓL SZÓLÓ BESZÁMOLÓ (ZÁRSZÁMADÁS) ELFOGADÁSÁRÓL

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

1. §

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat (a továbbiakban: Önkormányzat) Képviselő-testülete a 2022. évi összevont költségvetés végrehajtásáról szóló beszámolót elfogadja.

2. §

(1) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat 2022. évi zárszámadásának összevont bevételi főösszegét 53 019 271 637 forintban, összevont kiadási főösszegét 47 755 757 267 forintban hagyja jóvá, melyeken belül a

- költségvetési kiadások főösszege 21 483 301 471 forint,
 - költségvetési bevételek főösszege 21 180 897 448 forint,
 - költségvetési egyenleg 302 404 023 forint hiány,
 - finanszírozási célú pénzügyi műveletek bevétele 31 838 374 189 forint
 - finanszírozási célú pénzügyi műveletek kiadása 26 272 455 796 forint
 - finanszírozási egyenleg 5 565 918 393 forint többlet.
- (2) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat 2022. évi összevont működési költségvetésén belül a
- személyi juttatásokat 5 097 923 460 forintban,
 - munkaadókat terhelő járulékokat 753 145 787 forintban,
 - dologi kiadásokat 7 637 260 850 forintban,

d) ellátottak pénzbeli juttatásait 105 562 631 forintban,
e) egyéb működési célú kiadásokat 1 857 888 511 forintban

hagyja jóvá.
(3) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat 2022. évi összevont felhalmozási költségvetésén belül a

a) beruházási kiadásokat 3 341 720 474 forintban,
b) felújítási kiadásokat 2 511 508 578 forintban,
c) egyéb felhalmozási célú kiadásokat 178 291 180 forintban

hagyja jóvá.
(4) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat 2022. évi összevont költségvetése teljesítésének maradványát 5 263 514 370 forintban hagyja jóvá.

3. §

(1) Az Önkormányzat Képviselő-testülete a 2. § (1) bekezdés szerinti összevont kiadási főösszeg előirányzat csoportonkénti teljesítési összegeit a rendelet 1. melléklete szerint fogadja el.

(2) Az Önkormányzat Képviselő-testülete a 2. § (1) bekezdés szerinti összevont bevételi főösszeg előirányzat csoportonkénti teljesítési összegeit a rendelet 2. melléklete szerint fogadja el.

(3) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az intézmények, a Polgármesteri Hivatal és az Önkormányzat bevételeit és kiadásait címenként a rendelet 3/a. és 3/b. melléklete szerint hagyja jóvá.

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

(5) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat állami támogatásból származó bevételeinek jogcímenkénti részletezését a 4/a. melléklet szerint fogadja el.

(6) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat és a Polgármesteri Hivatal működési feladatainak részletes teljesítését a rendelet 5/a-5/d. mellékleteiben foglaltak szerint fogadja el.

(7) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat

a) beruházási kiadásait célonként a rendelet 6/a-6/b. mellékletei szerint,
b) felújítási kiadásait feladatonként a rendelet 7/a-7/b. mellékletei szerint,
c) a működési és felhalmozási célú támogatásokat a rendelet 8/a-8/c. mellékletei szerint hagyja jóvá.

4. §

Ez a rendelet a kihirdetését követő napon lép hatályba.

Budapest Hegyvidék, 2023. május 25.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk. *Pokorni Zoltán sk.*
jegyző polgármester

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 18/2023. (V. 30.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

A BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT 2023. ÉVI KÖLTSÉGVETÉSÉNEK MÓDOSÍTÁSÁRÓL

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

1. §

A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat 2023. évi költségvetéséről szóló 7/2023. (II. 28.) Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testületének önkormányzati rendelete (a továbbiakban: Ör.) 1. §-a helyébe a következő rendelkezés lép:

„1.§ (1) A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat (a továbbiakban: Önkormányzat) Képviselő-testülete az Önkormányzat 2023. évi költségvetési bevételek előirányzatait 22 735 134 ezer forintban, tárgyévi költségvetési kiadások előirányzatait 27 998 648 ezer forintban határozza meg. A tárgyévi költségvetési bevételek és kiadások különbözeteként a 2023. évi költségvetési hiány összege 5 263 514 ezer Ft.

(2) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az (1) bekezdésben megállapított költségvetési hiány finanszírozását 5 263 514 ezer Ft maradványból kívánja biztosítani.

(3) Az Önkormányzat 2023. évi költségvetésének bevételi főösszege belső finanszírozási műveletekkel együtt 28 131 116 ezer forint, mely a kiadási főösszeggel egyező.”

2. §

(1) A Ör. 2. §-ának (1)-(2) bekezdése helyébe a következő rendelkezések lépnek:

„(1) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat 2023. évi működési költségvetésén belül a személyi juttatásokat 5 845 053 ezer forintban, munkaadókat terhelő járulékokat és szociális hozzájárulási adót 819 794 ezer forintban, dologi kiadásokat 9 017 832 ezer forintban, egyéb működési célú kiadásokat 6 086 394 ezer forintban

állapítja meg.

(2) Az Önkormányzat Képviselő-testülete az Önkormányzat 2023. évi felhalmozási költségvetésén belül a beruházások előirányzatát 2 242 995 ezer forintban, felújítások előirányzatát 3 529 915 ezer forintban, egyéb felhalmozási célú kiadások előirányzatát 273 810 ezer forintban állapítja meg.”

(2) Az Ör-nek az Ör. 1.§ (3) bekezdésében megjelölt kiadási főösszeg előirányzat-csoportok és kiemelt előirányzatok szerinti összegeit meghatározó 1. melléklete helyébe e rendelet 1. melléklete lép.

(3) Az Ör-nek az Ör. 1.§ (3) bekezdésében megjelölt bevételi és kiadási előirányzatait, valamint az Önkormányzatok szerinti összegeit meghatározó 2. melléklete helyébe e rendelet 2. melléklete lép.

(4) Az Ör-nek az Ör. 1.§ (3) bekezdése szerinti bevételi-kiadási főösszegén belül a költségvetési szervek kiemelt bevételi és kiadási előirányzatait, valamint az Önkormányzat kiemelt bevételi és kiadási előirányzatait kiemelt feladatok szerinti bontásban, továbbá kötelező és önként vállalt önkormányzati, valamint államigazgatási feladatokra összesítve meghatározó 3/a-3/b. melléklete helyébe e rendelet 3/a-3/b. melléklete lép.

(5) Az Ör-nek az Önkormányzat bevételeinek részletes előirányzatait meghatározó 4. melléklete helyébe e rendelet 4. melléklete lép.

(6) Az Ör-nek a Polgármesteri Hivatal és az Önkormányzat kiemelt feladatainak részletes előirányzatait meghatározó 5/a-5/d melléklete helyébe e rendelet 5/a-5/d melléklete lép.

(7) Az Ör-nek a) a beruházási kiadásokat célonként meghatározó 6/a-6/b. melléklete helyébe e rendelet 6/a-6/b. melléklete lép;

b) a felújítási kiadásokat feladatonként meghatározó 7/a-7/b. melléklete helyébe e rendelet 7/a-7/b. melléklete lép;

c) működési és felhalmozási célú támogatásokat meghatározó 8/a-8/b. melléklete helyébe e rendelet 8/a-8/c. melléklete lép.

(8) Az Ör-nek az Önkormányzat költségvetési tartalékainak előirányzatait meghatározó 9. melléklete helyébe e rendelet 9. melléklete lép.

3. §

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

(2) Az Önkormányzat költségvetési intézményei és a Polgármesteri Hivatal felhatalmazást kapnak arra, hogy e rendelet mellékletei szerinti részletezésben jóváhagyott előirányzat-módosításokat költségvetésükben árvessék.

Budapest, Hegyvidék 2023. május 25.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk. *Pokorni Zoltán sk.*
jegyző polgármester

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 19/2023. (V. 31.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE

A DÉL-HEGYVIDÉK KERÜLETI ÉPÍTÉSI SZABÁLYZATÁRÓL SZÓLÓ 36/2021. (XII. 14.) BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE MÓDOSÍTÁSÁRÓL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete az épített környezet alakításáról és védelméről szóló 1997. évi LXXVIII. törvény 62. § (6) bekezdés 5. és 6. pontjában kapott felhatalmazása alapján, a Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 23. § (5) bekezdés 6. pontjában, az épített környezet alakításáról és védelméről szóló 1997. évi LXXVIII. törvény 13. § (1) bekezdésében és a 14/A § (2) bekezdés c) pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a településtervek tartalmáról, elkészítésének és elfogadásának rendjéről, valamint egyes településrendezési sajátos jogintézményekről szóló 419/2021. (VII.15.) Korm. rendeletben meghatározott államigazgatási és egyéb szervek, valamint az érintett önkormányzatok véleményének kikérésével, illetve a partnerségi egyeztetés szabályainak megfelelően a következőket rendeli el:

1. §

A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 8. és 9. §-a helyébe a következő rendelkezések lépnek:

„8. §

Az Lke-3 jelű építési övezetek – kivéve az Lke-3/D-4 és Lke-3/D-11 jelű építési övezeteket – telkein kizárólag lakó funkciójú épület esetében, ha a lakás célú rendeltetési egységek átlagos bruttó területe legalább 200 m², és a telek szabályozási vonal szerinti telekalakítása megtörtént, az építési övezet által előírt megengedett legnagyobb beépítettség 5%-al, általános szintterületi mutató értéke 0,05-tel növelhető.

9. §

Az Lk-2 jelű építési övezetek, valamint az Lke-3/D-4 építési övezet telkein, kizárólag lakó funkciójú épület esetében, ha a lakás célú rendeltetési egységek átlagos bruttó területe legalább 150 m², és a telek szabályozási vonal szerinti telekalakítása megtörtént, az építési övezet által előírt megengedett legnagyobb beépítettség 5%-al, általános szintterületi mutató értéke 0,05-tel növelhető.”

2. melléklet a 19/2023. (V.31.) önkormányzati rendelethez

1. A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 2. melléklet 3. pontjában foglalt táblázat 29. sora helyébe a következő rendelkezés lép:

(1.)	Építési övezet jele	Telek kialakítható legkisebb területe (m ²)	Telek kialakítható legkisebb szélessége (m)	Telek kialakítható legkisebb mélysége (m)	Beépítési mód	Beépítettség megengedett legnagyobb mértéke (%)	Zöldfelület megengedett legkisebb mértéke (%)	Terepszint alatti beépítés megengedett legnagyobb mértéke (%)	Általános szintterületi mutató megengedett legnagyobb mértéke (m ² /m ²)	Parkolási szintterületi mutató megengedett legnagyobb mértéke (m ² /m ²)	Épület-magasság megengedett legkisebb mértéke (m)	Épület-magasság megengedett legnagyobb mértéke (m)
29.	Lk-2/D-AI11	1000	-	-	SZ	30	35	40	1,0	0,35	5,5	10,5

2. §

(1) A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 15. § (1) bekezdés d) pontja helyébe a következő rendelkezés lép:

(Az 1. mellékleten jelölt *Megtartandó fás növényállomány területén*)

„d) a facsoportban lévő szélő fák lombkoronájának függőleges vetületi vonalán belül a terepszint megváltoztatása nem megengedett, kivéve nyomvonal jellegű építmény megvalósítása esetén fás szárú növények védelméről szóló önkormányzati rendelet figyelembevételével.”

(2) A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 15. § (2) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(2) A *Megtartandó fás növényállományra* vonatkozó előírásoktól el lehet térni abban az esetben, ha

a) az ingatlan területére önkormányzati rendelet megtartandó fasor, fa jelölést tartalmaz, vagy
b) az ingatlan területére kertészeti szakvélemény/dendrológia dokumentáció készül és az eltérés lehetősége tervtanácsai vélemény, vagy főépítési szakmai konzultáció során jóváhagyásra kerül.”

3. §

(1) A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 19. § (1) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(1) Építési telken teljes közművesítettséget kell biztosítani a 20. §, valamint az OTÉK megújuló energiaforrásokra vonatkozó előírásainak figyelembevételével.”

(2) A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 19. § (3) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(3) Meglévő közmű kiváltása vagy megszüntetése esetén a feleslegessé vált közmű műtárgyait el kell bontani, amennyiben a bontási munkálatok nem veszélyeztetik a meglévő faállományt. A bontási munkálatok után a terület helyre kell állítani.”

4. §

A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 20. §-a helyébe a következő rendelkezés lép:

„20. §

(1) Csatorna-közműpótló műtárgy létesítése és használata nem megengedett a szennyvizek befogadására alkalmas közcsontrával ellátott területen.

(2) Közcsontrával ellátatlan területeken átmenetileg, a közcsontra megépítéséig, közműpótló berendezésként csak ellenőrizhetően kivitelezett, zárt, szivárgásmentes szennyvíztároló létesíthető.

(3) Tisztított és tisztítatlan szennyvizek szikkasztása tilos.”

5. §

A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 22. §-a helyébe a következő rendelkezés lép:

„22. §

A közcsontra hálózatba történő bevezetéshez szükséges hálózat üzemeltetői előírás hiányában új beépítés, vagy új rendeltetési egység kialakításával járó bővítés esetén minden megkezdett 20 m² burkolt felület növekedés után 1 m³ tárolókapacitású zárt csapadékvíz tározó tartályt (ciszternát) kell elhelyezni,

a) a csapadékvizek tovább szállítását a közcsontra hálózat felé késleltetve és fékezten kell megoldani,
b) amennyiben közcsontra hálózat nem áll rendelkezésre, a csapadékvizet a telken belül kell hasznosítani.”

6. §

(1) A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 27. § (5) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(5) Amennyiben a telekalakításra a tervezett, vagy feltételhez kötött szabályozási vonal végrehajtása céljából kerül sor, úgy a visszamaradó építési telek, telek akkor is kialakítható, ha annak beépítési paraméterei az építési övezet, övezet 2. melléklet szerinti határértékeinek nem felelnek meg.”

(2) A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 27. §-a a következő (7) bekezdéssel egészül ki:

„(7) Azonos építési övezetben lévő ingatlanok közötti telekhatár-rendelet megengedett, amennyiben a telekalakítás során az ingatlanok területe legfeljebb az építési övezetben meghatározott minimális telekméret 1%-ával változik. Ebben az esetben a 2. melléklet szerinti *Telek kialakítható legkisebb területétől* el lehet térni.”

7. §

A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 59. §-a helyébe a következő rendelkezés lép:

„59. §

A telek határvonalain kerítés legfeljebb 2,0 m magassággal létesíthető, kivéve a településkép védelméről szóló önkormányzati rendelet 3. mellékletében Tömör kerítés jelkulccsal lehatárolt ingatlanokat.”

8. §

A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 72. § (3) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(3) Az Lk-2/D-AI jelű építési övezetekben – kivétel az Lk-2/D-AI2, Lk-2/D-AI12 és az Lk-2/D-AI14 jelű építési övezet – kizárólag

a) kereskedelmi, szolgáltató,
b) hitéleti,
c) nevelési, oktatási,
d) egészségügyi, szociális,
e) kulturális, közösségi szórakoztató,
f) szállás jellegű,
g) igazgatási,
h) irodai és
i) sport

rendeltetés helyezhető a 32. § (1) bekezdés figyelembe vételével. Lakás az építési övezetek területén nem helyezhető el, az ingatlan-nyilvántartásban szereplő, meglévő lakás megtartható.”

9. §

(1) A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 1. melléklete helyébe az 1. melléklet lép.

(2) A Dél-Hegyvidék Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 36/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 2. melléklete a 2. melléklet szerint módosul.

10. §

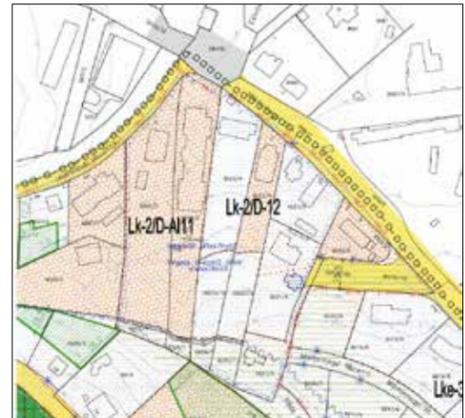
Ez a rendelet a kihirdetését követő napon lép hatályba.

Budapest, Hegyvidék 2023. május 25.

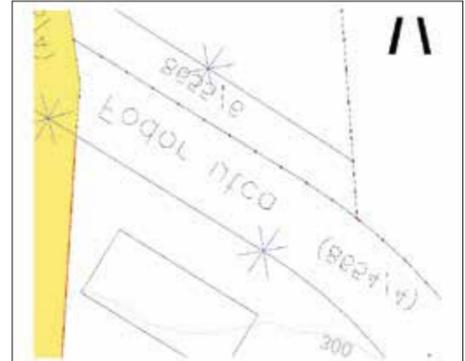
Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk. *Pokorni Zoltán sk.*
jegyző polgármester

1. melléklet a 19/2023. (V.31.) önkormányzati rendelethez
„1. melléklet

1.



2.



3.



4.





2. melléklet a 20/2023. (V. 31.) önkormányzati rendelethez
1. A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 2. melléklet 3. pontjában foglalt táblázat 21. sora helyébe a következő rendelkezés lép:

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
1.	Építési övezet jele	Telek kialakít-ható legkisebb területe (m ²)	Telek kialakít-ható legkisebb szélessége (m)	Telek kialakít-ható legkisebb mélysége (m)	Beépítési mód	Beépítettség megengedett legnagyobb mértéke (%)	Zöldfelület megengedett legkisebb mértéke (%)	Terepszint alatti beépítés megengedett legnagyobb mértéke (%)	Általános szinterületi mutató megengedett legnagyobb mértéke (m ² /m ²)	Parkolási szinterületi mutató megengedett legnagyobb mértéke (m ² /m ²)	Épület-magasság megengedett legkisebb mértéke (m)	Épület-magasság megengedett legnagyobb mértéke (m)
21.	Lk-2) KS-A15	2000	-	-	SZ	30 45 ^{TSZ}	40 30 ^{TSZ}	35	0,8 1,1 ^{TSZ}	0,25	5,5	8,5

BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 20/2023. (V. 31.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE
A KISSVÁBHEGY KERÜLETI ÉPÍTÉSI SZABÁLYZATÁRÓL SZÓLÓ BUDAPEST FŐVÁROS XII. KERÜLET HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK 35/2021. (XII. 14.) ÖNKORMÁNYZATI RENDELETE MÓDOSÍTÁSÁRÓL

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat Képviselő-testülete az épített környezet alakításáról és védelméről szóló 1997. évi LXXVIII. törvény 62. § (6) bekezdés 5. és 6. pontjában kapott felhatalmazása alapján, a Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény 23. § (5) bekezdés 6. pontjában, az épített környezet alakításáról és védelméről szóló 1997. évi LXXVIII. törvény 13. § (1) bekezdésében és a 14/A § (2) bekezdés c) pontjában meghatározott feladatkörében eljárva a településtervek tartalmáról, elkészítésének és elfogadásának rendjéről, valamint egyes településrendezési sajátos jogintézményekről szóló 419/2021. (VII.15.) Korm. rendeletben meghatározott államigazgatási és egyéb szervek, valamint az érintett önkormányzatok véleményének kikérésével, illetve a partnerségi egyeztetés szabályainak megfelelően a következőket rendeli el:

1. §

A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 2. §-a a következő 23. ponttal egészül ki:
(E rendelet alkalmazásában)
„23. Nyílt szerkezetű pult, illetve állvány: térelemekkel nem határolt, talajhoz rögzített, ideiglenes, kereskedelmi célokat szolgáló szerkezet.”

2. §

A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 3. alcíme a következő 5/A. §-sal egészül ki:

„5/A. §

Védett épületet tartalmazó ingatlanon, ha az önkormányzat polgármestere a településképi javítása érdekében

az épített környezet alakításáról és védelméről szóló törvény szerint a tulajdonossal hatósági szerződést kötött a védett épület helyreállításáról, a mélygarázs utólagos építése érdekében a terepszint alatti beépítés legnagyobb mértéke az övezetben előírt határérték 50%-kal növelhető továbbá a zöldfelület minimum mérete 5%-kal csökkenthető és a megvalósításhoz szükséges terepalakítás elvégezhető. Ebben az esetben a terepszint alatti mélygarázs 40 m²-t meghaladó zárófödémét legalább extenzív zöldtetőként kell kialakítani.”

3. §

A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 7. §-a helyébe a következő rendelkezés lép:

„7. §

Az Lk-2 jelű építési övezetek telkein, kizárólag lakó funkciójú épület esetében, ha a lakás célú rendeltetési egységek átlagos bruttó területe eléri, vagy meghaladja a 150 m²-t és a telek szabályozási vonal szerinti telekalakítása megtörtént, az építési övezet által előírt megengedett legnagyobb beépítettség 5%-al, általános szinterületi mutató értéke 0,05-tel növelhető.”

4. §

(1) A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 15. § (1) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(1) Építési telken teljes közművesítettség kell biztosítani a 16. §, valamint az OTÉK megújuló energiaforrásokra vonatkozó előírásainak figyelembevételével.”

(2) A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 15. § (3) és (4) bekezdése helyébe a következő rendelkezések lépnek:

„(3) Meglévő közmű kiváltása vagy megszüntetése esetén a feleslegessé vált közmű műtárgyait el kell bontani, amennyiben a bontási munkálatok nem veszélyeztetik a meglévő faállományt. A bontási munkálatok után a területet helyre kell állítani.

(4) A zöldterületek és erdőterületek övezeteiben épületen kívüli közmű építményt csak növényzettel takart módon lehet elhelyezni.”

5. §

A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 16. §-a helyébe a következő rendelkezés lép:

„16. §

(1) Csatorna-közműpótló műtárgy létesítése és használatra nem megengedett a szennyvizek befogadására alkalmas közcsonornával ellátott területen.

(2) Közcsonornával ellátatlan területeken átmenetileg, a közcsonorna megépítéséig, közműpótló berendezésként csak ellenőrizhetően kivitelezett, zárt, szivárgásmentes szennyvíztároló létesíthető.

(3) Tisztított és tisztítatlan szennyvizek szikkasztása tilos.”

6. §

A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 18. §-a helyébe a következő rendelkezés lép:

„18. §

A közcsonorna hálózatba történő bevezetéshez szükséges hálózat üzemeltetői előírás hiányában új beépítés, vagy új rendeltetési egység kialakításával járó bővítés esetén minden megkezdett 20 m² burkolt felület növekedés után 1 m³ tárolókapacitású zárt csapadékvíz tározót tartályt (ciszternát) kell elhelyezni,

- a) a csapadékvizek tovább szállítását a közcsonorna hálózat felé késleltetve és fékezten kell megoldani,
- b) amennyiben közcsonorna hálózat nem áll rendelkezésre, a csapadékvizet a telken belül kell hasznosítani.”

7. §

A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 16. alcíme a következő 21/A. §-sal egészül ki:

„21/A. §

Közterületen található műemléki, vagy helyi védelem alatt álló műtárgy középpontjától számított 200 méteres körzetében közterületi nyíltszerkezetű pult, illetve állvány – az adventi időszakot kivéve – nem létesíthető.”

8. §

A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 23. § (5) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(5) Amennyiben a telekalakításra a tervezett, vagy feltételhez kötött szabályozási vonal végrehajtása céljából kerül sor, úgy a visszamaradó építési telek, telek akkor is kialakítható, ha annak beépítési paraméterei az építési övezet, övezet a 2. melléklet szerinti határértékeinek nem felelnek meg.”

9. §

A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 37. § (1) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(1) Meglévő beépítés bővítése esetén építmény utólagos akadálymentesítésére szolgáló, legfeljebb 40 m² alapterületű építményrész az építési övezetben meghatározott építési határértékeket meghaladóan is elhelyezhető.”

10. §

(1) A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 1. melléklete helyébe az 1. melléklet lép.

(2) A Kissvábhegy Kerületi Építési Szabályzatáról szóló 35/2021. (XII. 14.) önkormányzati rendelet 2. melléklete a 2. melléklet szerint módosul.

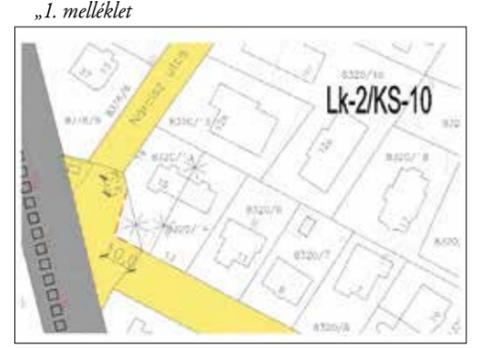
11. §

Ez a rendelet a kihirdetését követő napon lép hatályba.

Budapest, Hegyvidék 2023. május 25.

Dr. Gottfried-Tusor Gabriella sk. Pokorni Zoltán sk.
jegyző polgármester

1. melléklet a 20/2023. (V. 31.) önkormányzati rendelethez
„1. melléklet



„SZÍVSN A KERINGÉSI BETEGSÉGEK MEGELŐZÉSÉÉRT”

mozgalom a Hegyvidéken

A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat a kerületi felnőtt lakosság számára 2023-ban is elindítja azt a **prevenciós 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 Beteg-egyesülettel, 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 átvethető, 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:

- 2023. április 16., vasárnap 8-14 között ✓
- 2023. május 21., vasárnap 8-14 között ✓
- 2023. június 11., vasárnap 8-14 között ✓
- 2023. július 16., vasárnap 8-14 között
- 2023. augusztus 13., vasárnap 8-14 között

Helyszín:
a Semmelweis Egyetem Városmajori Klinika,
1122 Bp. Határőr út 18. sz. alatti épületének ambulanciája.
Jelentkezni a szivsn@gmail.com e-mail címen lehet.

A szűrésre jelentkezők között értékes könyveket sorsolunk ki!

Lehetőség szerint olyanok jelentkezését várjuk, akik legalább 5 éve nem voltak szűrésen, és nincs kardiológus kezelőorvosuk a Városmajori Klinikán.

TÖRÖDJÖN EGÉSZSÉGÉVEL, A KERINGÉSI BETEGSÉGEK MEGELŐZHETŐK!

MOZOG ÖN ELEGET?

Miért nem?

- nincs kedvem hozzá
- nincs kivel
- nem ismerem a kerületi lehetőségeket
- sokba kerülnek a teremberletek
- nem tudom, hogyan kezdjem el

ISMERI a Zöld Receptet?

A kerületi orvosok felírják Önnek a megfelelő mozgásterápiát!

Önnek mire van szüksége?

Választható mozgásforma kategóriák, orvosa ajánlása szerint:

- Prevenció
- Izomfejlesztés
- Hangulatjavítás
- Energizálás
- Stresszcsökkentés
- Lazítás-nyújtás
- Mentálfejlesztés

KÉRJE A ZÖLD RECEPTEK ORVOSÁTÓL!

A fenti kategóriákba számos, jó hangulatú csoportos program tartozik, mint például zumba, aerobic, pétanque, asztalitenisz, kímélő torna, jóga vagy gyakorlatklub.

Éljen egészségesebb és vidámabb életet!

<https://hegyvideksport.hu/zold-recept/>

Diákok és pedagógusok kaptak díjakat

Pedagógusnap alkalmából a Közép-Budai Tankerületi Központ immár hatodik alkalommal adott át díjakat a legkiválóbb diákoknak, pedagógusoknak, intézményi dolgozóknak. A XII. kerület-

latban, hogyan érdemelheti ki valaki a „Tankerület Kiváló Diákja” címet. A tanulók egy része az iskolájáért dolgozik rendkívül aktívan, akár a diákönkormányzat tagjaként, és vannak olyan fiatalok



FOTÓ: VÁROSI ARON ÉS VELENSKY MÁRTON

ből 36 tanuló és 17 tanár, tanító, valamint nem pedagógus iskolai alkalmazott kapott jutalmat.

„Nemcsak a tanulmányi, művészeti vagy sportversenyeken elért eredmény, hanem a példaadó személyiség és a közösség érdekében végzett munka is számít” – emelte ki Hajnissné Anda Éva tankerületi igazgató azzal kapcsolo-

is, akik más fontos ügyekben, például a környezetvédelem, a pénzügyi tudatosság terén vívták ki közösségük elismerését.

Az iskolai kollektívák díjazottjainak Miniszteri Elismerő Oklevelet vagy Pedagógus Szolgálati Emlékéremet kaptak, a tankerülettel pedig kiváló munkájukért vehettek át elismerést.

Újra együtt énekeltek magyar és japán gyerekek

A koronavírus-járvány miatti két év kényszerű szünet után az idén immár tizenegyedik alkalommal tartott közös hangversenyt a Virányos Általános Iskola és a Budapesti Japán Iskola. Szó szerint „ütősen” indult az előadás, a japán dobgyűttes fergeteges műsora azonnal megadta a hangulatot.

Japán részről furulyagyűttes, xilofonosok, ütősök és fúvósok

Kántor Ágnes, a Virányos Általános Iskola igazgatója köszöntőjében „rég-új hagyományként” üdvözölte a koncertet, örömet kifejezve, hogy a két oktatási intézmény ismét sort keríthetett erre a jelentős eseményre. Külön is köszönetet mondott Sakai Keikónak, a Budapesti Japán Iskola intézményvezető-helyettesének és Tóth Emesének, a Virányos Általános Iskola művészeti vezetőjének, hogy tizenhat éve gondozzák fáradhatatlanul a rendezvényt.

Miként mindig, a lelkes közönség ezúttal is zsúfolásig megtöltötte az iskola tornatermét. A vendégek közt foglalt helyet a Közép-Budai Tankerületi Központot képviselő Fászkerti Katalin, aki elismeréssel szövegezte a közös koncert-ről. Mint mondta, számára a japán dobeldőadás nyújtotta a legkatarantikusabb élményt.

Sakai Keiko és Tóth Emese arról beszéltek, mennyire fontosnak tartják a két nép közötti híd meg-



a Tavasz szél...”, míg magyar köz-kívánatra a japán nép számára fontos jelképet idéző Sakura, azaz Cseresznyevirág szívhez szóló dala-lamai is, amiket a japán és a magyar gyerekek egymás anyanyelvén, együtt adtak elő. Keith & Kristyn Getty I Am Not My Own című ír dalával zárult a program, szintén a két nép fiataljainak közös produkciójában.

erősítését, fenntartását, ami a sporton kívül leginkább a zene közös nyelvén valósulhat meg. Ennek megkoronázása ez a hagyományos előadás. Emellett a Virányos Általános Iskolában, Németh Zsuzsa vezetésével, szakköri keretek között zajlik a japán nyelv oktatása, ez pedig közös órák megtartását is lehetővé teszi.

-os

Millió lépés az iskoláért

Rendkívül aktívan töltötték az elmúlt heteket, hónapokat a hegyvidéki diákok, szülők és tanárok. Nagy számban csatlakoztak ugyanis a mindennapos mozgást népszerűsítő, „Millió lépés az iskoláért” címmel március végén induló országos kihíváshoz.

Mindenki nyert, aki részt vett a Magyar Szervátültetettek Szövetsége által meghirdetett akcióban, hiszen lépéseket tett az egészség megőrzéséért. A legaktívabb XII. kerületi iskolai közösségek azonban sporteszközök vásárlására felhasználható pénzzutalmat is kaptak a Hegyvidéki Önkormányzat és az Aktív Magyarország Program támogatásával.

„Nagy értéke a kihívásnak, hogy nemcsak mozgásra sarkall, hanem közösségeket erősít és terem, ezért is kapcsolódunk szinte az első pillanatban a kezdeményezéshez” – mondta el a jutalmak átadása alkalmából Fonti Krisztina alpolgármester. A Hegyvidé-



Az igazi nyereség nem a pénzösszeg, hanem a mozgás révén elérhető jó egészség

rencések is voltak, közülük három, az Arany, az ELTE Gyakorló és a Városmajori Gimnázium az egymillió forintos sportszervásárlási támogatást is elnyerte.

„A szabadidősportban a mozgás lehetőségét oly módon igyekszünk biztosítani, hogy az élményt jelentsen” – fogalmazott Révész Mária, aki drámai statisztikai adatokkal támasztotta alá, miért kell az eddiginél is nagyobb hangsúlyt helyezni az aktív életmód népszerűsítésére. Az Eurobarométer felmérése szerint a magyarok 59%-a soha nem sportol, míg

például Finnországban mindössze 8%, Svédországban 12% ez az arány. Hazánkban a halálesetek közel 10%-a a mozgásszegény életmódra vezethető vissza, azaz

naponta átlagosan 37 ember hal meg amiatt, mert nem mozog rendszeresen. Bár a mindennapos testnevelés több mint egy évtizede működik az iskolákban, ezzel együtt nem javul a helyzet, nem tapasztalható pozitív változás a fiatalok életmódjában, évről évre nő az elhízottak aránya.

Az államtitkár bejelentette, hogy a „Millió lépés az iskoláért” program szeptemberben újraindul, 77 napon át versenghetnek az iskolai közösségek az újabb díjakért. „A legnagyobb nyereség azonban nem az egymillió forint, ha-

nem hogy egyre többen jönnek rá, érdemes mozogni” – tette hozzá.

„A mozgás nemcsak a szervátültetetteknek, hanem mindenkinek jót tesz” – hangsúlyozta Grózi Csaba, a Magyar Szervátültetettek Szövetségének stratégiai és orvosi igazgatója, aki arra hívta fel a figyelmet, hogy a nyáron is elindítanak egy kihívást, Napi 60 címmel. A civil szervezet képviselői június utolsó hetvégjén egy adománygyűjtő út keretében vízre szállnak, hogy álló szőrőn, naponta hatvan kilométert haladva, végigvezessék a Duna teljes magyarországi szakaszát. Eközben a „Millió lépés” appli-

kációt használó mintegy 200 ezer embert arra biztatják majd, hogy hat héten át napi hatvan percet mozogjanak.

A Napi 60 kihíváshoz Fonti Krisztina is csatlakozik, aki szintén arra buzdítja a Hegyvidéken élőket, hogy minél többet sportoljanak a nyáron. „Nagyon szeretek gyalogolni, de az úszás is egészen biztosan jelentős részt tesz ki a nyári pihenés időszakából” – válaszolta kérdésünkre az alpolgármester, hogy milyen módon szeretné teljesíteni, amit vállalt.

z.

Hogyan készül a békává változtató varázsfőzet?

Öt csepp a csillámló tó vizéből és ugyanennyi békanyál – a Zugliger Óvodába járó gyerekek szerint ezekre van szükség a békává varázsoló főzet elkészítéséhez. S még valamire: egy titkos összetevőre, amiből pontosan öt grammot kell hozzáadni az elixírhez. Az, hogy mi is ez az összetevő, nem derült ki, sok minden más viszont látható a tanévzáró kiállításon, amit a gyerekek egész éves munkáiból állítottak össze az óvodapedagógusok az intézmény tornatermében.



A Feneketlen-tó terepasztalon

Mindjárt az ajtó előtt ott a „használati utasítás”, amiben az óvodások a többi között arra figyelmeztetik a látogatót, hogy nem szabad rohagni, állatot bevinni a tárlatra, egymást lökdödni, no meg kiállni a sorból. Aki betartja ezeket az intelmeket, feltétlenül jól szórakoznak majd. Ez pedig valóban így van, a gyerekek igazán kitétek magukért, nemcsak a formába öntött ötleteik nagyszerűek, hanem a kivitelezés is kifogástalan.

A kiállítás elején a sárga csoport az idők végtelenjébe viszi a látogatót az őskort idéző barlangrajzokkal. Barangolhatunk velük egy kicsit az ókorban és a középkorban is, hogy a narancssárga csoport jóvoltából egyszer csak a Berek erdőben találjuk magunkat. Itt Bumm-Bumm Benővel és más fantázialényekkel találkozhatunk.

A kiscsoportosok a víz világnapján a Feneketlen-tónál jártak, és amit akkor láttak, megörökítették egy terepasztalon.

A zöld csoportosok panelprogramot készítettek: mindegyikük vitt egy cipősdobozt, és ezekben alakítottak ki otthonokat mindenféle kacsából, maradék anyagból. A narancssárga csoport Sütő boszorkánnyal kalandozott, és a boszorkánykonyhájában még varázsfőzeteket is összeállítottak.

Érdemes néha felfelé is nézni, a kiállítás felett ugyanis madarak



Érdemes felfelé is nézni a különleges kiállításon

heti, mindent elcsór, úgyhogy vigyázni kell a csillogó dolgainkkal – figyelmeztetnek a rózsaszín csoportosok. Innen már csak egy ugrás a tarka rét, ahol a piros csoportba járó gyerekek a természet

minden szépségével ellátják a vendégeket. Zárásként a tehetségdondozó műhelyesek énekeit, táncait lehet megnézni felvételről.

„A tehetségdondozó műhelyben az idén dalokat, népdalokat



Őskort idéző barlangrajzok



Cipősdobozokkal megvalósított panelprogram

dolgoztak fel, táncoltak a nagycsoportosok. Minden évben más a központi téma, korábban volt már a vizuális, vagy éppen a környezeti nevelés is” – mondta el érdeklődésünkre Mária Gáborné óvodavezető, aki hozzátette, hogy tavaly elmaradt a kiállítás, most viszont sikerült tető alá hozni. Ennek mindenki nagyon örült: a gyerekek azért, mert megmutathatták, milyen ügyesek, míg a felnőttek betekintést nyerhetnek az óvodában folyó munkába.

MM.

Egy város igazi gazdagságát az idő adja

Az idén ünnepeljük Pest, Buda és Óbuda egyesülésének 150. évfordulóját. 1873. november 17-én írták alá az erről szóló törvényjavaslatot, ennek következtében épülhetett meg a Duna két partján a – számunkra legalábbis – legsebb világvasút.

Az emlékvé alkalmából a Budapesti Városvédő Egyesület XII. kerületi csoportja vitett képes előadást rendezett a Hegyvidék Galériájában. Beöthy Mária Podmaniczky-díjas építész, a csoport vezetője a legrégebbi – kelta, római – időkől kezdve korabeli metszetek, térképek, fotók szemléltetésével vázolta fel a város történet alakulását az egyesítésig, kiemelve ennek jelentőségét, továbbá az ezt követő, infrastruktúrát, építészeti érintő fejlesztéseket.

Az egyesítés gondolatát gróf Széchenyi István vetette fel, a Bu-



„A múltjától megfosztott város maga a pokol!” – mondta a polgármester

Duna-part. Bár Podmaniczky Frigyes szívügyének tekintette a fővárost, harminc évig töltötte be a közgyűlés elnöki tisztét. Ybl Miklós építész nevéhez számos középület, palotaépület fűződik, például az Operaház, a Corvinus Egyetem, a Várkert Bazár, a Hild

József által megkezdett bazilika befejezése, a Bakáts téri templom, a Margitszigeti Nagyszálló, a Pollack Mihály téri Károlyi- és Festetics-palota. A korszak legkiemelkedőbb épülete az Országház, amelyet a tervpályázat nyertese, Steindl Imre 1883 és 1902 között neogót stílusban épített.

A tömegközlekedés fejlesztése során 1877-ben megnyílt a Nyugati, 1887-ben a Keleti pályaudvar. A századforduló előtt már villamos járt Pesten és Budán, 1896. május 2-án, az ezredéves kiállítás alkalmával pedig átadták a kontinentális Európa első villamos meghajtású földalatti vasútját.

A Hegyvidéket legfőképpen az infrastruktúra fejlesztése jellemezte. A kies kirándulóhelyek megközelítésére kötött pályás közlekedé-

si eszközök jöttek létre: az 1860-as években a Víziváros és Zugliger között megépült a Lóvasút és a Hegypálya, azaz a svábhegyi fogaskerekű vasút. A környék hangulatát a legendák övezte vendéglátás is meghatározta, sok más hely mellett a Szépjuhász né, az Istenszeme fogadó, a Fácán vendéglő és a Disznófő.

A történet előadása után Pokorni Zoltán polgármester A Mester és Margarita című regényből idézett, amiben elhangzik a mondat: „Moszkva a jelenlét poklába vetve ég”. Ehhez kapcsolódva úgy fogalmazott, hogy a múltjától megfosztott város maga a pokol, mert egy város nemcsak három dimenzióból áll, hanem négyből – a negyedik az idő. A 150 éves Budapestnek is az idő, a múlt adja meg a mélységét, gazdagságát.

Arról is beszélt, hogy a régi metszeteken alig látni fát az épületek mellett. Széchenyi a parkbarátok oldalán állt, de a 19. században nagy vita zajlott arról, hogy a fa fölöslegesen vidékies. Azt gondolták, a városban legyen lámpa, burkolat, ház, a fával csak baj van. Ebben a nagy szilfavészjárvány is ludas volt – tette hozzá a polgármester.

Hozzászólásokban felvetődött a zöldövezetek megőrzésének témája. A Hegyvidék szerencséjére a domborzati viszonyok miatt az ipar inkább Pestre települt, de ahol volt közel sík terület és vasút, ott Budán is megvalósult: ilyen a MOM gyártelepe is, aminek a helyén ma a MOM Park, a MOMkult és a MOM Sport működik. Arról is szó esett, hogy még mindig jobb, ha az egykori rozsdávozeteket építik be, mint az életünkben jelen lévő másik folyamat, a környező településre kiköltözők környezetterhelő ingázása. A rozsdávozetet lehetne az emberléptékű városfejlesztés alapja.

Az előadás-sorozat szeptemberben folytatódik. A meghívott vendégek részletesen tárgyalják majd Budapest történetét, különös tekintettel az építészeti fejlődésére.

Sz. D.

Nyáresti szerenád

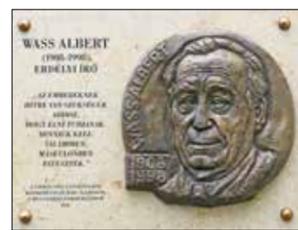


A Divertimento Kamarazenekar nyáresti szerenádát adott a Szent László Községi Házban. A koncerten Mozart, Csajkovszkij, Durand, Mendelssohn-Bartholdy és Johann Strauss remekművei csendültek fel. Vezényelt és a műsort vezette: Bolyky Zoltán. Hárfán játszott: Nizalowski Fanni

Wass Albert-emléktábla a Farkasvölgyben

A Rácz Aladár út 5. szám alatti gyógyszertár falán kapott helyet a Hegyvidék első Wass Albert-emléktáblája. Az avatóünnepségen dr. Bácsy Zsolt, az ötletgazda Farkasvölgyi Baráti Kör elnöke arról beszélt, hogy eredetileg más-hová képzelték el az emlékhelyet, ám végül az önkormányzat támogatásával ide került Hunyadi László alkotása.

Időskora miatt a művész nem vett részt a mostani eseményen, Cinota Zsófia, az unokája képviselte őt. Mint elmondta, Hunyadi László, a Magyar Művészeti Akadémia tagja, Magyar Örökség díjas, a Magyar Érdemrend lovagkeresztjének kitüntetettje Marosvásárhelyen él. Számos köztéri szobor fűződik a nevéhez: Székelyudvarhelyen Orbán Balázs és Márton Áron, Marosvásárhelyen Petőfi Sándor, Segesváron Apor Vilmos püspök, Farkaslakán Tamási Áron, Szabadon Kossuth Lajos emlékműve, Marosvécsen pedig egy Wass Albert- és egy Kemény János-dombormű. Szent István- és Petőfi Sándor-szobor



iben is megörökített – hívta fel a figyelmet az ünnepségen Úrvári Sándor, a Farkasvölgyi Baráti Kör tagja, aki felelevenítette az életút főbb állomásait. Wass Albert a Válaszút nevezetű kis erdélyi faluban született, tanulmányait Kolozsváron, később a debreceni mezőgazdasági egyetemen folytatta. Első műve azonnal sikert aratott, elnyerte Klebelsberg Kuno vallás- és közoktatásügyi miniszter díját.

A második világháborúban az ukrán frontra vezényelték Wasst, aki a sebesülését követően hazatért, majd az utolsó vonattal Németországba menekült, a rokoniához. 1951-ben vándorolt ki az Egyesült Államokba, ahol egyete-



Gidófalvy Dénes és Menyhárt Éva önkormányzati képviselők

Kiskunfélegyházán, egy második világháborús emlékműve Keszthelyen látható, ahogyan más országokban is megtalálhatók munkái.

Dr. Gidófalvy Dénes, az érintett választókerület önkormányzati képviselője szerint örülni kell annak, hogy megvalósult ez az emlékhely, és minden évben együtt lehet majd itt ünnepelni. Így lehet igazán erősíteni a közösséget, örízni a hagyományokat. Elmesélte, hogy először fiatalokból olvasta Wass Albert Elvész a nyom című kötetét. Ahogyan teltek az évek, egyre inkább megértette a mű üzenetét, ahogyan fogalmazott: idősebb az ember „fogékonyabb lesz a szépre, mindarra, amit nagy írók próbálnak átadni nekünk”. Amikor Erdélybe utazik, igyekszik a szerző szemével nézni a vidéket. Wass Albert sokkal többet ad, mint az egyszerű tájleírás, mondanivalója tele van mögöttes értékekkel, benne van a lelke – emelte ki a képviselő.

Az író egész életében hirdette az összetartozást, amit a regénye-

MM.



dapest elnevezést már 1831-ben leírta a Világ című művében. Az ő munkássága meghatározta az egész korszakot, nevéhez fűződnek a többi között a Magyar Tudományos Akadémia, az Első Magyar Teátrum, a Nemzeti Kaszinó megalapítása, a közlekedéssel, infrastruktúrával kapcsolatos fejlesztések és a Lánchíd megépítése.

Hatalmas lendülettel kezdődött meg az egyesített város fejlesztése. Az 1870-ben megalakuló Fővárosi Közmunkatanács közreműködésével kiépült a Sugárút (Andrássy út), a Nagykörút, a



Az ember tragédiája két kortárs műalkotás tükrében

A 200 éve született Madách Imre fő műve, Az ember tragédiája egyetemes értékű, örök érvényű alkotás, a világirodalom egyik legmélyebb filozófiai költeménye. Szinetár Miklós 1969-ben tévéfilmet rendezett, 2011-ben Jankovics Marcell animációs filmet készített belőle.

A Hegyvidéki Kulturális Szalonban filmbemutatókkal, beszélgetéssel idézték fel e két művet a résztvevők: Rubovszky Éva, Jankovics Marcellnek, a Hegyvidék díszpolgárának özvegye, az est moderátora, Huszti Péter Kossuth- és Jászai Mari-díjas színművész, rendező, a Nemzet Művésze, a Corvin-lánc kitüntetettje, a Hegyvidék díszpolgára, valamint Orosz István Kossuth-díjas grafikusművész, animációs-film-rendező, író, a Nemzet Művésze. Menyhárt Éva, a szalon programvezetője a közönség körében üdvözölte Piros Ildikó Kossuth- és Jászai Mari-díjas színművészt, érdemes művészt, a Halhatatlanok Társaságának örökös tagját, Huszti Péter feleségét.

Madách pechje, hogy Petőfivel egy évben született – vezette fel az est témáját Rubovszky Éva, hozzátéve, hogy Madáchot nehezebb érteni. A Tragédiát világszerte ismerik, 45 nyelvre fordították le. A műfaja drámai költemény – szerzője nem színpadra írta, csak huszonöt évvel a halála után mutatták be.

A Tragédia fontos állomása az emlékeztetés televíziós feldolgozása. A kis képernyők miatt szűk plá-

nokban kellett gondolkodnia a rendezőnek, ezért nagyon fontos volt a színészválasztás. Huszti Péter, aki Ádámot játszotta, pályája során a Tragédia több szerepét is megformálta, ezekről meg is osztott emlékeket a beszélgetésben.

Először mindkét feldolgozásból a Teremtés és az Édenkert részeket

a morfológiát, például ahogy a rabszolgák teste fokozatosan átváltozik a piramist építő kövekké, vagy az athéni jelenetben a vitakozó felek egy pillanatra kakassá alakulnak át.

„Ezzel a filmmel kellene tanítani a gyerekeknek Az ember tragédiáját, mert végigvezeti őket a

rengeteg szállóigévé vált gondolata van, például amikor azt mondja a rabszolga, »Milliók egy miatt«, mesélték a kollégák, hogy felhőrdült a nézőtér.”

A mű kicsengése optimista, vagy sem? Ezzel kapcsolatban Huszti Péter a Madách Színház átalakulásának időszakára emlékezett vissza, amikor ismét bemutatták a Tragédiát. Kerényi Imre az Úr szerepét osztotta rá. Ez volt az utolsó évad. Küszködött, amibe óhatatlanul belejátszott a Madáchban töltött ötven év, az összes szerep, a fiatal, száműzött társulat sorsa. A darab végén nem tudta úgy mondani a „Mondottam ember, küzdj és bízza bizzál” mondatot, mint ahogy a filmben Bessenyei.

„Az Úr nem szokott megváltozni, de ez az Úr, akit én játszottam, azt hiszem, megváltozott. Úgy éreztem, velem is megtörtént minden, ami Ádámmal. Megrendülve, együttérzéssel néztem fentről a kis társulatot. Olyasmit szerettem volna kifejezni az utolsó mondatból, hogy gyerekek, én is tudom, látom, mi történik velünk. De hát ti is azt mondtátok, hogy »az élet célja a küzdés maga«, úgy látszik, ez a sorsunk. Nem tudom megismételni, mindenesetre úgy mondtam, hogy továbbra is fenn kell tartanom: »...Mondottam, ember, küzdj és... hát... bízza bizzál...« Azóta is így érzem, így olvasom ezt a mondatot” – zárta gondolatát Huszti Péter, és ez lett a végszó az esten.

Sz. D.



Huszti Péter, Rubovszky Éva és Orosz István beszélgetett a szalonban

nézhattuk meg a szalonban, majd a rajzfilm és a játékfilm kétféle világról esett szó. Mit képes hozzátenni a rajzfilm a műhöz? Jankovics filmje évtizedekkel később készült, így a kor is, a műfaj is más.

Orosz István szerint az animáció egy sor olyan trükköt tud, amit a színház nem, és a film is csak módjával. A rajzfilmben minden történelmi szín a megfelelő művészettörténeti stílusban készült el. Az animáció megvalósítja

korokon, amiket történelemből tanulnak majd” – mondta el a véleményét Piros Ildikó, aki arról is beszélt, hogy az unokáinál tapasztalta, a gyerekek tökéletesen értik a Jankovics-filmek absztrakcióit.

Madách az egyiptomi és a görög színben elemzi az egyén és a tömeg kibékíthetetlen ellentétét. „Milyen vihar volt a Nemzeti Színházban, amikor betiltották a Tragédiát! – fogalmazott Huszti Péter. – Késégtelen, máig hatóan

Munkácsy Mihály-díjasok a Hegyvidék Galériában



Ince Mózés: Vezetett séta

(Folytatás az 1. oldalról)

A most bemutatott képei is ebbe a hagyományba illeszkednek. A festészet tradícióhoz visszanyúlva a képzőművészet és a popkultúra határait kutatja, modern világunk valóságát hiperrealista módon ragadja meg. Stílusa a valóság és képzelet határmezsgyéjén mozog, fotókról, divatmagazinok lapjairól kölcsönzött figuráival a fogyasztói társadalom kritikáját fogalmazza meg. Munkái számos hazai és külföldi magángyűjteményben megtalálhatók.

A Kolozsvárról származó Árkossy István 80 évvel korábban az idei díjazottak között. Gazdag és sokszínű életművéből néhány olyan festményt hozott magával, amelyek Picasso világára emlékeztethetik a látogatókat.

Farkas Ferenc zalaegerszegi szobrászművész leginkább talán köztéri alkotásairól ismert. Ezúttal a többi között egy Franz Anton Maulbertschet ábrázoló kisplasztikáját, valamint egy a Hieronymus Bosch-féle világból ismerős madár szobrocskáját is láthatjuk.

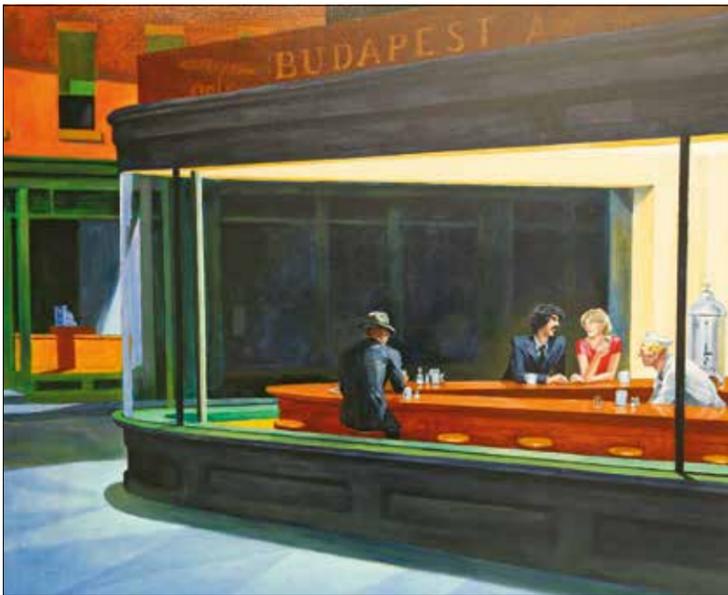
Ince Mózés meglehetősen fiatalon kapta meg a Munkácsy Mihály-díjat. Az Isaszegen élő festő művei elsősorban talán könnyen megérthetőnek tűnnek – de csak elsőre. A képek előtt állva sokáig elmerenghetünk a mélyebb jelentésrétegeken.

A hét díjazott közül Máriás Béla, avagy dr. Máriás a legismertebb a széles nyilvánosságban. Ez nem kis részben az újvidéki festő politikai érdeklődése miatt alakult így. A Hegyvidék Galériában megtekinthető képei is több ponton érintkeznek a közléttel, a popkultúrával, értelmezésüket a szerző saját szövegei könnyítik, amiket a művei mellett olvashatunk.

Szokk Iván néhány úgynevezett homorművet hozott el a kiállításra. Fele-

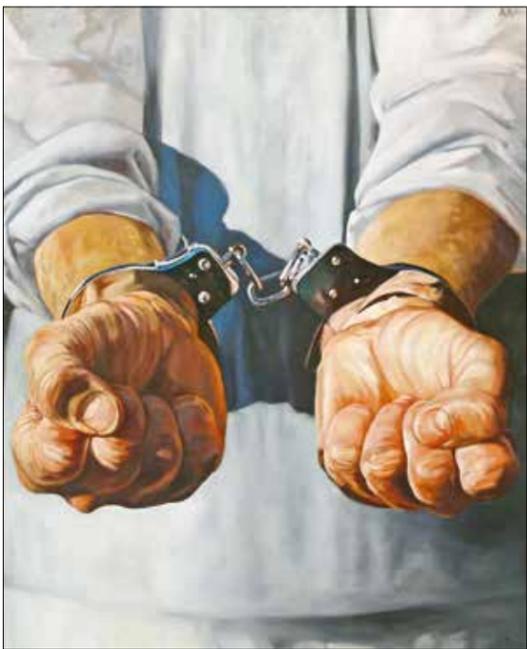
dy Balázs úgy fogalmazott, hogy már legalább negyven éve kijárt ez az elismerés a szombathelyi születésű képzőművésznek.

absztrakt, nonfigurális. Az itt látható képei kapcsán könnyen a világűrre, a csillagos égboltra aszociálhatunk.



Dr. Máriás: Frank Zappa szerelmet vall Méhes Mariettának a Tilos az Á környékén Edward Hopper műtermében

Wrobel Péter annyiban mindenképpen kakukktojás a friss Munkácsy Mihály-díjasok között, hogy művészete egyértelműen



Adorján Attila: Bilincs

A felsorolásból is kiderül, hogy az idei kitüntetettek valóban igencsak szerteágazó látásmóddal rendelkeznek. A tárlaton földhözragadtabb és attól elrugaskodott művek egyaránt megtekinthetők, megidéződik – az említett Picasso és Bosch mellett – Edward Hopper, vagy éppen Andy Warhol világa. A kiállított festmények, szobrok mégsem képeznek különálló szigeteket, hiszen a művészek önkéntelenül is reagáltak egymásra, amikor saját munkáik közül szemezgettek.

Árkossy István képein keresztül régmúlt korok szelleme tűnik elő. Művészettörténeti ikonok, nem csupán azért, mert az ábrázolt személyek az egyetemes festészet-

történet ikonikus alakjai, hanem kidolgozásuk módja miatt is. Először a válogatás folyamatáról kérdeztük őt.

„Ez mindig nehéz kérdés egy művész számára. Egy életmű során egy könyv terjedelménél is sokkal több munka gyűlik össze. A kiállítás jellege adott egy sugallatot. Mivel ez a 2023-as Munkácsy Mihály-díjasok tárlata, mindenképpen szerettem volna, hogy a képeimnek legyen aktualitása. A kiválasztott művek az utóbbi években készültek. Közel állnak a szívemhez, és úgy érzem, jól illeszkednek ebbe a környezetbe.”

Arról is érdeklődtünk az íróként is elismert művésznél, hogy milyen érzés ennyire eltérő stílusú alkotások között látni a saját képeit.

„A kiállításoknak két nagy kategóriája létezik: az egyéni és a közös. Az egyéni kiállítás egy művész önarcképe. A közös kiállítások rendszerint nagyon sokszínűek, de általában van egy vezető tematikájuk. A téma most egyértelmű volt: a 2023-as Munkácsy Mihály-díjasok bemutatása. A tárlat sokszínűsége tulajdonképpen csak erősíti az egyes képeket, szobrokat, egyben megmutatja, miben tér el a másik művészete.”

Természetesen arra is kíváncsiak voltunk, mekkora jelentőséget tulajdonít a Munkácsy Mihály-díj elnyerésének.

„Nincs olyan művész, aki ne örülne egy ilyen elismerésnek. Ez egy sorompó az életművemben, amely elválasztja azt, ami eddig történt, és azt, ami ezután fog elnyerése után, de ez egy visszajelzés arról, hogy a külvilág elismeri a több évtizedes munkásságomat.”

Dr. Máriás képei rendre tartalmaznak egy-egy utalást, kika-csintást, esetleg egy látszólag oda nem illő tárgyat, személyt. Összművészetnek is mondható munkásságát főleg a harsány, ironián és önironián túlmutató, szarkasztikus humor és kritikai hangvétel, valamint a kelet-európai identitásból, történelmi és politikai sajátosságokból fakadó létkérdések jellemzik. Alkotói nyelvezetében egyebek mellett a punk, az avantgárd, a dadaizmus, a pop-art, a szürrealizmus eszközeivel operál. Művészeti, közírói tevékenységét társadalomsebesztésként definiálja. Vajon mindig az a célja, hogy „megfricskázza” a nagyjérdeműt?

„A fricskázás nem jó szó. Azt viszont szeretem a képzőművészetben, hogy jelentős játékteret hagy az értelmezésre. Az irodalom sokkal közvetlenebb, a zene pedig elvontabb művészeti ág. A képzőművészet



Árkossy István: Beszélgetők

tehát valahol a kettő között helyezkedik el.”

A művészbent a legtöbben úgy képzelik el, mint aki a kicsinyes, mindennapi gondok fölött lebeg. Ezzel szemben dr. Máriás



Farkas Ferenc: Bosch úr madara

sokat foglalkozik közléttel, politikával, erről a mostani kiállításon is megbizonyosodhatunk. Kíváncsiak voltunk, nem frusztráló-e ez számára.

„A kérdés jó. A politika az életünk része, a politikusok pedig a világunk alakítói; ha hiteles korrajzra töreksem, nem hagyhatom figyelmen kívül a témát. Ha Svájcba, vagy Norvégiába születtem volna, feltehetőleg sokkal kevesebbet foglalkoznék közléttel. Sajnos itt, Közép-Európában nagyon átpolitizált az életünk.”

Azt szokták mondani, a festészeti fősodor a fényképezés feltalálása miatt vált egyre inkább nonfigurálissá, mivel azt, amit a szemünkkel látunk, a kamera tökéletesen meg tudja örökíteni. Az utóbbi évtizedekben mintha mégis újra egyre hangsúlyosabban lennének jelen a művészeti kánonban a figurális, realista alkotók is. Vajon Ince Mózés osztja ezt a nézetet?

„A létezés valóságága előbb-utóbb kéri a maga megnyilvánulási lehetőségét. Én ugyan figurális festő vagyok, de lényegében csak

absztrakt képeket festek, hiszen a valóságérzékelésünk maga is egyfajta absztrakció. Amit a szemünk az agyunkig eljuttat, az egy átdolgozott jelsorozat, ezt jobb híján valóságnak nevezünk. Maga a képszerkesztés, vagyis ahogy felépíttem a kompozíciókat, sok esetben éppen az absztrakcióval kokettáló éveimből maradt vissza. Tulajdonképpen egy fordított fejlődési ívet jártam be, mint sok más kollégám. Volt egy időszakom, amikor színre-formára redukált képeket alkottam, később aztán újra a földhözragadtabb valósághoz nyúltam.”

Azt is megkérdeztük Ince Mózestől, milyen érzés ilyen fiatalon ennyire rangos elismerésben részesülni.

„A díj rivaldafényt jelent, amibe nem is én, hanem a munkáim kerültek. Ez az összpontosított figyelem erősebb jelenléte ad a képeimnek, én pedig igyekszem ezt folyamatosan megújuló tartalommal megtölteni. Természetesen

szokk Iván: Görgői fővezér



Szokk Iván: Görgői fővezér

örülök annak a méltatásnak, amit egy ilyen díj jelent. Azonban ezentúl is a magam képeit, és nem »Munkácsy Mihály-díjas« képeket festek majd.”

W. Á.

■ A kiállítás július 1-jéig látogatható, a belépés díjmentes. Cím: Hegyvidék Galéria, Királyhágó tér 10.



Wrobel Péter: Kapu

Az újrahasznosítás művészete

Kavics a kárpitban, Attila fapalotája, Szigonykereszt, Földsebzett ég, Metamorfózis – alkotások, amik civilizációs szemétből születtek. A Galéria 12 Egyesület szemléletformáló kiállítása az újrahasznosítás művészetével hívja fel a figyelmet a pazarló életmód globális veszélyeire.

„Mindig nevetett, szóhoz sem hagyott jutni. Most is így tenne, ebben biztos vagyok, ahogy abban is, hogy fentről figyel minket” – fogalmazott Borza Teréz, a Galéria 12 Egyesület vezetője, aki művésztársaival együtt egyperces csenddel emlékezett a nemrég elhunyt Károlyi András grafikus-festőművészre a Galéria 12 legújabb kiállításának megnyitóján.

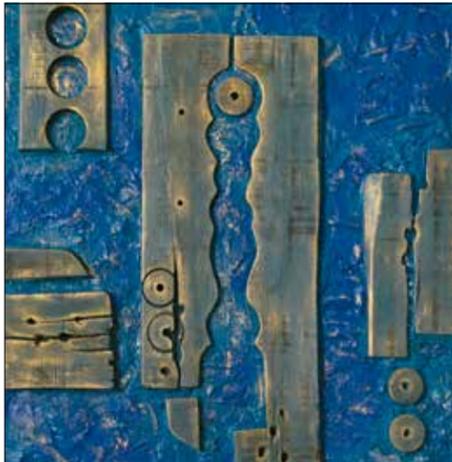
„Az élet nem csupa mosoly és vidámság. A Teremtő jóvoltából mindannyiunknak van valamilyen küldetése, nyomot kell hagyni magunk után. Szüle-



Miroljuba Gendova: Újrahasznosítás

zarlás hatalmas szeméthegeket termel, ezért az újrahasznosítás nemcsak az iparra, hanem a művészet-re is hatással van.

„Sárban vájkáltam és arannyá tettem azt – Baudelaire szavai különösen igazak erre a kiállításra is.



Szamos Iván: Szent Iván éjjelén



Borza Teréz: Hogy legyen mindig kenyérünk

tésünk óta felelősek vagyunk önmagunkért, a környezetünkért és a nemzetünkért” – mondta lapunknak februári, utolsó önálló kiállításán Károlyi András, aki maga is többször szolt világunk törekénységéről.

„Emberek, népek közötti összecsapások, különböző társadalmak bánásmódja a világgal. Valamiféle önpusztítás ez. A művészet mindig mindenre reagál. A művész áttételesen fejezi ki aggodalmait. Mert a művészet nem propaganda, az nagyon is távol áll tőle” – kezdte köszöntőjét Feledy Balázs a Teremtésvédelem – újrahasznosítással című tárlat kapcsán. A művészeti író emlékeztetett, hogy a pa-

Olykor le kell számolni a hagyományos szemlélettel, anyagokkal, technikákkal, és a műtárgyra vonatkozó fogalmainkat meg kell újítani. Mert ha körbenézünk, láthatjuk, hogyan kap a műtárgy más karaktert és új definíciót. Az újrahasznosítás a művészetben tulajdonképpen újjáteremtést is jelent” – magyarázta.

A Galéria 12 kávézóban látható válogatáson – ahogy Feledy Balázs kiemelte – a civilizációs szemét és a természeti anyagok újraértelmezésére csodálkozhatunk



Végheő Klára: Hagyaték



Orient Enikő: Víz-tükör (részlet)

rá. A bemutatott művek között kulcsokból, csavarokból, csomagolóanyagokból, kopott kárpitból, szigonyból, kerítésdarabból, búzából, gesztenyéből

és konzervdobozból is kreatív, gondolatébresztő művek születtek.

„Amikor megtaláltam édesanyám régi zsebkezdőit, nem tudtam, mit lehetne kezdeni velük. Aztán egyszer csak eszembe jutott: ezek tulajdonképpen vásznak, amikre akár festhetek is!” – mesélt a Könyvek című munkája történetéről Kádár Katalin.

„A Hegyvidéki Önkormányzat számára kiemelten fontos a kultúra. Én is mindig nagy örömmel követem a Galéria 12 Egyesület kiállításait – mondta Csepreginé Volosinovszki Mária, a polgármesteri hivatal oktatási és közművelődési irodájának vezetője. – Ezúttal is különleges alkotásokat láthatunk itt. Büszkék vagyunk arra, hogy ilyen tehetséges művészek élnek kerületünkben. A mostani tárlat igazi ékszerdoboz, hiszen a művek nemcsak elgondolkodtatnak, de szemléletformáló erejük is van.”

A kiállító művészek: Borza Teréz, Bakos Tamás, Holló Katalin, Tóth József Füles, Németh Andrea, Szamos Iván, Láng-Miticzky Katalin, Miroljuba Gendova, Vida Zsuzsa, Széchy Bea, Hayde Tibor Ervin, Maczkó Erzsébet, Rainer Péter, Kádár Katalin, Makkai Márta, Makkai Kovács Beatrix, Orient Enikő, Végheő Klára, Angyal Júlia, Harsay Ilona.

B. M.

■ A Galéria 12 Egyesület Teremtésvédelem – újrahasznosítással című kiállítását július 30-ig lehet megtekinteni a Galéria 12 Kávézó és Borbárban (Hajnóczy József utca 21.).



Las Burekas
▶ 07. 08. 19:00

NYÁRESTI
KONCERTEK

2023



Cafuné Duó
▶ 07. 15. 19:00



Gyárfás-Zonda-Káldi trio
▶ 07. 22. 19:00



**Derzsi György
Balogh László**
▶ 08. 05. 19:00



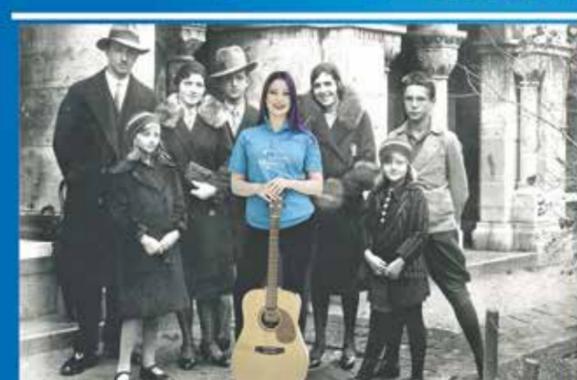
Villa Sevilla
▶ 08. 26. 19:00

Helyszín: Szalon előtti tér
További információ: kulturalisszalon.hu

„A ZENE ÖRÖK ÉRTÉKET JELENT”

Zenélő
Budapest

2023 HEGYVIDÉKI DALLAMOK



INGYENES
KONCERTSOROZAT
A KULTURÁLIS SZALON
TERASZÁN

Művészeti vezető: **GÖTZ NÁNDOR**

kulturalisszalon.hu
facebook.com/zenelobudapest
zenelobudapest.hu



**HEGYVIDÉKI
ÖNKORMÁNYZAT**

mOmKult

JÚLIUS

07. 07. 19:00 FRITZ JÓZSEF jazz klarinét – GÁSPÁR PÁL bendzsó

07. 13. 19:00 MEXIKÓI DALLAMOK:
MANUEL BETANCOURT ének – SEBASTIAN RAMIREZ zongora

07. 14. 19:00 BORBÉLY MIHÁLY trió ethno jazz – fúvós hangszerek, bőgő, dob

07. 20. 19:00 GÖTZ SAXOPHONE QUARTET

07. 27. 19:00 CAMPANELLI HARANGJÁTÉK EGYÜTTES

07. 28. 19:00 Ifj. SÁRKÓZY LAJOS hegedű primás – CSÍK GYULA cimbalom

AUGUSZTUS

08. 04. 19:00 GÖTZ NÁNDOR szaxofon – CAPRICCIO VONÓSNÉGYES

08. 10. 19:00 POCSAI KRISZTINA vocal – ELEK ISTVÁN szaxofon – GYÁRFÁS ISTVÁN gitár

08. 11. 19:00 NÉPZENE FELSŐFOKON:
ZSIKÓ ZSUZSANNA népdalénekes – SZOKOLAY DONGÓ BALÁZS népi hangszerek

Megújulnak a hegyvidéki méhlegelők

Új növények is díszíthetik majd a megszokott helyeket, miután az eddigi tapasztalatok felhasználásával továbbfejlesztett koncepció szerint történt meg a méhlegelő kialakítása. Máté András természetvédelmi biológus, a méhlegelő fajtálasztékának összeállítója segítségével vetjük sorra a Hegyvidéken elvetett magkeverékeket.

Túlzás nélkül állíthatjuk, hogy a Hegyvidéki Önkormányzat zöld irodája az elmúlt években úttörő szerepet játszott a beporzó rovarok nagyvárosi védelmében. A méhlegelő kialakítása is e törekvés részeként kezdődött meg.



Búzavirág

Az évek alatt összegyűjtött szakmai tapasztalatok és lakossági visszajelzések alapján az idén újabb előrelépés megtételére nyílt lehetőség. A külföldről behozott magkeverékek használata után egy hazai méhlegelő-keverékkel is kísérleteztek a szakemberek, most pedig eljött az idő a teljesen a Hegyvidék klimatikus és talajadottságaihoz hangolt keverékek gyakorlati tesztelésére.

Máté András természetvédelmi biológus lapunknak elmondta, hogy a XII. kerület összes – mind a tíz – méhlegelőjét megvizsgálták benapozottság, alapközet, kémhatás és talajminőség szempontjából. A cél az, hogy olyan vadvirágos réteket lehessen kialakítani, amik már nemcsak a Kárpát-medencében vagy általában hazánkban honos növényekből állnak, hanem kifejezetten lokális élőhelyű, azonos flórajárásból származó, a Hegyvidéken is előforduló növényeket sorakoztatnak fel.

Végül összeállt egy közel száz fajból álló lista, de persze nem minden faj jelenik meg mindegyik méhlegelőn. Az egyes területeken ebből a – lényegében termőhelyazonos – tágabb fajkészletből

csak az oda legjobban megfelelő virágfajok magjait vetették el a szakemberek, szinte minden hegyvidéki méhlegelőre más fajösszetételben. Van, ahol szűkebb, 20 fajból álló listát, máshová viszont akár 60 tagú keveréket javasolt a biológus.

A magokat egyébként nem a természetből gyűjtötték be, hanem kisüzemi körülmények között termesztik őket, így a méh-

gelőkben felbukkanó ritka – de nem védett – növények esetében sem kell semmiféle természetkárosítástól tartani. Erre garanciát jelent a természetvédelmi biológus személye, továbbá a települési zöld területeken szerzett korábbi munkatapasztalatok összessége is.

A májusban elvetett magkeverékek alapvetően két típusba sorolhatók: az egyikbe egyházi fajok, a másikba kétévesek és évelők kerültek. Az egyháziak – nevükből is következően – már a vetés évében eléri teljes fejlettségüket, néhány hét alatt virágoznak, és a tudatos válogatásnak köszönhetően, egymást váltva, egészen őszig táplálékot biztosítanak a viráglátogató rovaroknak. Ezeknek a magkeverékeknek jellemző, látványos fajai például a nyári hérics, a kék búzavirág, a keleti szarkaláb, a sebforrasztófű, az Orlay turbo-



A természetközeli rétek növényei kevés gondozást igényelnek

lya, a mezei fejtűvirág vagy a közkedvelt pipacs.

A kétéves és évelő fajok hátránya, hogy a vetés évében csak a leveleket fejlesztik, így se nem különösebben mutatósak, se nem nyújtanak virágport és nektárt a rovaroknak. A második-harma-



Boglárka

dik évtől viszont korábban és nagyobb tömegben virágoznak, mint az egyháziak, valamint a magjaikat elszórva hatékonyabban újulnak meg azzal, hogy a következő években új példányok csíráznak. A vadvirágos rét lassan beáll egy természetközeli fajöss-

a Mátyás király út–Hollós út sarkára is.

Az egy- és többéves fajok érveinek ötvözése érdekében az évelő ágyásokat egyháziakkal szegélyezték a kerület több pontján, így már az első évben is nyílnak virágok, de a jövőbeni értékekről sem kell lemondani. Ilyen kiültetés látható a Szent Orbán téren, a Mártonhegyi út 5. szám alatti bölcsőde bejáratánál, az Agancs út–Karthauzi utca sarkán, a Zólyomi lépcsőnél lévő villamosmegállóban, a Hegyalja út–Kálló esperes utca sarkán, a Rác Aladár úton és a Moholy-Nagy Művészeti Egyetem előtt. Ezek a területeken egyebek közt magyar szegfűt, imolafajokat, mezei varfűvet, szarkalábakat, magyar macskamentát, zsályákat, homoki baltacímét láthatunk majd.

A természetközeli rétek kialakításának



Méhlegelő a Győri út és az Alkotás utca sarkán

Titokzatos zsákok a fák tövében

Többen is érdeklődtek már a frissen elültetett fák töve körül látható, ismeretlen célú műanyag tárgyakkal kapcsolatban. Vannak, akik tudni vélik, hogy a sötétzöld PVC-zsákok a kutyák „öntözési tevékenységétől” óvják a csemeték tövét. Nos, valóban közülük van az öntözéshez, ám a kutyákhoz kevésbé.

A rendszerint 75 liter űrtartalmú zsákokat hetente egyszer töltik fel vízzel a FÖKERT szakemberei, ami után ezek lassan, csak mintegy 6-8 óra alatt engedik ki a vízmennyiséget a fa törzse körül. Így az egyre értékesebb víz nem a talaj felületén folyik szét, hanem a növény gyökereire jut el, és mélységében nedvesíti át a földet.

Ezzel a gyökérvízre az alsó rétegekben segíti a gyökérvíz fejlődését, és megelőzi a felszínes öntözések miatt a sekély talajrétegekben történő gyökérvíz elvezését. A felső zónában növekvő gyökerek ugyanis sokkal jobban ki vannak téve a melegebb és szárazabb időszakok viszontagságainak, mint a mélyebb rétegekben kialakuló hálózat. A természetben a fák ugyanilyen módon jutnak nedvességhez azáltal, hogy a csapadékot a törzs felé vezetik, és a lecsurgó víz onnan jut a talajba.

A zsákok további előnye, hogy tartósak, ellenállnak az UV-fény-

nek, gyorsan telepíthetők és viszonylag olcsók. A FÖKERT a sikeres tesztje után kerületünk több zöld területén is ezzel a megoldással váltotta fel a korábban alkalmazott, kevésbé hatékony módszert, az ültetésnél a fa gyökérvízvezetést perforált csövet.



Hasznos öntözőeszköz lehet a magánkertekben is

Az öntözőzsákok a magánkertekben is hasznos eszközei lehetnek, kiváltható velük akár a sokkal költségesebb öntözőrendszer telepítése is. Könnyen a fák töve köré lehet rögzíteni, és szükség esetén áthelyezni, így akár egyetlen zsákkal is több növény öntözhető. Nagyobb törzsméretűvel rendelkező (20 centiméter feletti),

idősebb fáknál több zsák egyszerű összecipzárásával nagyobb alkalmatlanságot is készíthetünk, amelybe értelemszerűen több víz fér.

Ha este töltjük fel a zsákokat, akkor azok reggelre kiürülnek, és sokkal szerényebb párolgási vesz-

teség mellett juttatják a vizet a gyökerekhez, mintha kézzel locsolnánk. Ráadásul – még a minden használat utáni esetleges elpakolással együtt számolva is – sokkal kevesebb időt vesz igénybe a zsák megtöltése, mint a kézből történő locsolás. A zsákok segítségével tápoldatot is könnyen adagolhatunk az öntözővízhez.

A gyakorlatban szerzett tapasztalatok szerint az öntözőzsákkal locsolt fák sokkal több vízhez jutnak, amit jobban is hasznosítanak, így gyorsabban fejlődnek, s jobban ellenállnak a városi környezet és az éghajlatváltozás kedvezőtlen hatásainak. A hobbikertészek pedig, ha már a sajátjaikról gondoskodtak, feltölthetik a közeli közterületen álló fák zsákjait is. A nyári melegben ez a látszólag kis szívesség óriási segítséget jelent a lakókörnyezetünk élhetősége szempontjából kulcsfontosságú növényeknek.

B. I.

Sok parlagfűre számíthatunk az idén

A parlagfűszezon – ebben az esetben a jelentős pollenszórás időszaka – időjárásától függően július közepén-végén kezdődik, és káros egészségügyi hatásaival mintegy két hónapon át borzolja az allergiások kedélyállapotát. A növény irtása minden ingatlantulajdonos jogszabályban rögzített feladata.

A parlagfű virágpora szempontjából most még alaphelyzetben vannak a pollenfigyelő honlapok mutatói, és a Nemzeti Népegészségügyi Központ Parlagfű Pollen Riasztási Rendszere is csak júliusra ígéri az első adatokat. Pedig a növény már itt fejlődik a közvetlen környezetünkben, és még az egyébként szerencsésnek mondható Hegyvidék sem mentes tőle.

Az idei csapadékos, kedvező időjárás hatására – sok más fajhoz hasonlóan – erőteljesen növekednek a tövek, amik hamarosan megkezdik a virágzást és a pollentermelést. Ráadásul a klímaváltozás a parlagfű malmára hajtja a vizet, hiszen a hosszabb vegetációs időszakban korábban indulhat fejlődésnek, hamarabb virágozhat, és arra is marad elég idő, hogy a másodikéves megerősödjék, s tömegesen virágozzon. A több parlagfű és a magasabb pollenkoncentráció már ma is mérhető módon emeli az allergiában szenvedők számát, de a tudósok szerint ez az emelkedés a következő évtizedekben tovább folytatódhat, és a betegek számának megduplázódásával járhat.

Egy másik veszélyes jelenség is felütötte a fejét: sokan ősi gyógynövényként kezdték alkalmazni a parlagfűvet, miközben az Öreg Kontinensre csak száz éve behurcolt faj kifejezetten mérgező. A levelekből főzött tea, vagy a keszkelemben is kapható parlagfűves termékek hosszabb távú fo-

gyasztása egyértelmű toxikus hatásokat von maga után, például agy- és vesekárosodást okozva. A szakértők ezért mindenkit óvatosságra intenek az újrafelfedezett és olykor csodaszernek titulált növényvel kapcsolatban.



Mindnyájunk érdeke, hogy azonnal eltávolítsuk a felbukkanó töveket

Az elmúlt év változása, hogy a jogszabályok korábban csak június 30-át követően írták elő a parlagfű irtásának kötelezettségét, ám ezt a dátumot eltörölték. A jegyző már a teljes vegetációs időszakban ellenőrizheti a növény jelenlétét, és amennyiben az ingatlantulajdonos vonakodik intézkedni, akkor akár közérdekű védekezést is elrendelhet, ami a gyakorlatban kényszerkaszálást jelent.

Mindemellett a parlagfű jelenléte büntetést is maga után von-

előnye, hogy a fajok a helyi adottságokhoz, akár a száraz klímához is alkalmazkodnak, ezért kevés gondozást igényelnek. A nagy területű pünkösdfürdői magvetés tapasztalatai alapján azonban a csírázás időszakában a „gyomok” – ebben az esetben az olyan mezőgazdasági növények, mint a lucerna, a mustár vagy a fűfélék – elnyomhatják a vadvirágokat. A látványos megjelenés és a hasznos ökológiai szolgáltatások mellett az önkormányzatok és a FÖKERT is nagy előnynek értékeli a kevés kézimunkaigényt, amivel a méhlegelők fenntarthatók.

A Hegyvidék méhlegelőin vetett magkeverékek már az idén nagyon mutatósak lesznek – öszszegezte az elvégzett munka remélt eredményét dr. Máté András. Mint mondta, a következő években már a kerület városias pontjain is kialakulhatnak a viráglátogató rovarok szempontjából is ideális vadvirágos foltok.

(Barta)

hat, amelyet a területileg illetékes kormányhivatal szab ki, a fertőzött terület nagyságától függően 15 000 és 5 000 000 forint közötti mértékben. A növényvédelmi bírságot növelhetik a vétkes terhére elvégzett kényszerintézkedés költségei.

A borsos büntetéstől azonban egyetlen kerttulajdonosnak sem kell tartania, ha rendszeresen gondozza növényeit, és azonnal eltávolítja az esetleg felbukkanó parlagfűtöveket. Baj az építkezések miatt megbolygatott telkeken

szokott bekövetkezni, ahol a csupasz talajon az egyik először megjelenő növény a parlagfű. Versenytársak híján hetek alatt sűrű állományt képes létrehozni, akár a lakó- és pihenőövezetek kellős közepén is. A mihamarabbi hatékony védekezésben fontos szerepet játszanak a lakossági bejelentések, amiket online is megtehetünk, a Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal elektronikus felületén: pbr.nbih.gov.hu.

B.



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

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Az egy évig érvényes Hegyvidéki KultKupon a Hegyvidéki Önkormányzat e-ügyintézés/kulturális kedvezmény oldalán igényelhető, regisztrációval!

Sirály buli – a BPM Swing Dance Corner szabadtéri táncstíjei, swing- és boogie-estek a Sirály sétányon augusztus 29-ig, minden kedden 19.00–22.00. Az oktatók által tartott bulikhoz mind a már gyakorlott táncosok, mind a kezdők csatlakozhatnak. A szervezők lelkesedésének és a helyszín egyedülálló atmoszférájának köszönhetően klassz táncos esték várhatók: a Sas-hegy, a Gesztenyés kert és a MOMkult által keretezett sétányon kialakított táncternek a bíbor naplemente adja meg majd az igazi különlegességét.

Gerendás Paula festőművész kiállítása megtekinthető: június 30-ig. Gerendás Paula a színek szakértőjének vallja magát, azt tartja küldetésének, hogy harmóniát, hangulatot és érzelmeket vigyen az otthonokba. Élénk színhasználat, pozitív, lélektelítő kisugárzás jellemző alkotásaira. A közönségnek a művészről leginkább a tájak, virágok és a tengerek jutnak eszébe, de nagy sikert arattak budapesti éjszakai sorozata és városképei is. Leginkább impresszionista és realista stílusban alkot.

Üveg.ház kéthetente csütörtökön. Június 22. 19.00–22.00. Kiállító: B. Tier Noémi. Zene: Dj Venom. Július 6. 19.00–22.00. Kiállító: Szmrecsányi Boldizsár. Zene: Zságer Balázs. Támogató: Budapest 150.

Nosztalgia társastánc június 25-én 16.00. Tánc nosztalgikus dallamokra. Minden alkalommal táncbemutató amatőr táncosokkal. Standard táncok, latin táncok, swing, rock 'n' roll, salsa. A táncbemutatók között és után: ösztánc, tombola. Információ: 06-30/464-7376 (18.00–20.00 között).

A döntés – Tenki Réka és Csányi Sándor előadása június 27-én 19.00. Dr. Edith Eva Eger világsikerű könyve önéletrajzi ihletésű mű, egy élettörténet elmesélése, ami az Auschwitza deportálást követő borzalmakról, a túlélésről és megbocsátásról szól. Az író az üzenet olvasónak, hogy a múlttal való szembenézés út a gyógyulás és újraéledés felé. Dr. Edith Eva Eger a mai napig praktizáló klinikai pszichológus, a Kaliforniai Egyetem oktatója, szakterülete a poszttraumás stressz kezelése.

mozi.kert – szabadtéri filmvetítések a MOMkult kertjében. Június 28. 21.00. Hyppolit, a lakáj (magyar filmvígjáték – 72 perc, 1931, 12, fekete-fehér, főszereplők: Kabos Gyula, Csontos Gyula, Jávor Pál). Székely István történelmi jelentőségű filmje minden ízében magyar komédia az életstílusát megváltoztatni nem akaró kismemberről. Az első igazán sikeres magyar hangosfilm bemutatója óta ugyan több mint 90 év telt el, ám a színészlegendák a mai napig képek megneveteteni a nézőt.

Hogyan értsük félre a nőket? – Csányi Sándor színházi estje július 5-én 19.00. Egyszemélyes vígjáték: nyolc különböző karakter – nyolcvan percben. Mi a teendő, ha az ember a szülőszoba ajtajában döbben rá, hogy nemcsak a gyerekekkel nem tud bántani, de a nőekkel sem? Miért a mi hibánk, ha Ők rosszat álmognak? Miért baj, ha őszintén válaszolunk arra a kérdésre, hogy „fogytam-e”? Érdemes-e a friss jogosítvánnyal vezetett feleségünknek tanácsokat adni vezetés közben? Eljön-e az a pillanat egy nő életében, amikor azt mondja: „Köszönöm, van elég cipőm, nem kell több”? És miért dobban meg mégis a szívünk, ha belép a szobába?



Zugligeti út 64.
lovasut.hu

Jegyvétel: lovasut.jegy.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Transzlégzés Szilasi Mártival és Vonyó Gáborral július 2-án 18.00–21.00. Bővebb információ: anahitateple.com

Üdvözlét a korlátlan lehetőségek terében! – tanfolyam július 9-én 12.00–18.00. Bővebb információ: anahitateple.com

Psszt! Némafilmvetítés élő zongorakísérettel július 14-én 18.00–19.30. Klasszikus rajzfilmek peregnék a falon. A program ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött! További időpontok: augusztus 2., 15., 30. Bővebb információ: lovasut.hu



BARABÁS VILLA
Városmajos utca 44.
barabasvilla.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Meztelen terek – Sibitka Panni és Hardi Ágnes kiállítása megtekinthető: július 5-ig, hétfőtől csütörtökig 9.00–17.00. Két fiatal művésznő, akiknek a munkái az ember által alkotott terek, a magány és az üresség gondolatisága körül forognak.

Eső után – Mészáros Ágnes kiállításának megnyitója július 19-én 18.00. „Előkészítem azt a jelenléte, amiben egyértelművé válik a festmény alakulása. Ilyenkor egy szemlélődő gyermekkor és 40 éves festői tapasztalat kérdések nélkül áramlik elő a vászonra. Túlbeszélte világunkban szeretem az elhagyást a képen. A ki nem mondott dolgok finom feszültségét, az üresen hagyott felületek csendjét. Fontos számomra a mozgás lenyomata a képen. A festés dinamikája. Fontos a spontaneitás. A szakmai tudás biztonságának a határait feszegetve” (Mészáros Ágnes). A kiállítást megnyitja: Rideg Zsófia. A megnyitón énekel: Kéring László előadóművész. Közreműködik:

Fűspök Anna experimentális táncos. A kiállítás megtekinthető: augusztus 16-ig, hétfőtől csütörtökig 9.00–17.00.

Graffiti Tábor augusztus 21–24-ig, naponta 13.00–16.00. Ismerkedés néhány jellemző betűtípussal, saját fontkészlet tervezése. Különböző grafikus eszközök, markerek, tollak használata. A résztvevők megtervezik a saját nicknevüket, sablonnal kivágják és színekkel felfújják. Az utolsó napon közös graffitifűtés a Városmajor legal falára. A tábor díja: 12 000 Ft/fő/4 nap. Jegyek a villa honlapján válthatók. A tábor 12 éves kor felett ajánlott. Táborvezető: Tóth Anna. A jegy 1 fő részére szól, a négy nap mindegyikére!

Mozgásos foglalkozások
Meridiántorna szerdán 9.30. Vezető: Hargita Zsuzsa. Kerületi lakosoknak díjtalan.

Tai chi kéthetente csütörtökön 9.00. Vezető: Békefi András. Kerületi lakosoknak díjtalan.

Grace Ballet – tánc és mozgás gyerekeknek és felnőtteknek szerdán 16.00. Tanfolyamvezető: Stubna Enikő (+36-30/994-3118).



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

Jegyvétel: jokaiklub.jegy.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Budapest és vidék – Fazekas Gerő István fotókiállítás megtekinthető: június 30-ig, a Jókai Klub nyitvatartásának megfelelően. Előzetes telefonos egyeztetés: 06-1/395-8284.

Mozgásos foglalkozások
NTC School Budapest (holland bölcsőde-óvoda) 20 hónapos és 4 éves kor közöttieknek kedden 8.30–14.30, pénteken 8.30–11.30. Holland tanmenet szerinti foglalkozások flamand és holland anyanyelvű családok részére. Vezető: Bori Martina (+36-30/241-2546, lesbories@t-online.hu).

Kung Fu kedden és csütörtökön 17.00–19.00. A Leung Ting Wing Tsun Kung Fu tradicionális kínai harcművészet, az egyetlen, amit egy hölgy fejlesztett ki. Ez a stílus lehetőséget ad egy gyengébbnek megvédenie magát erősebb támadójával szem-

ben. Vezető: Si-hing Tamás Péter (3. mesterfokozat). Információ: +36-30/952-2444.

Csiri-biri torna csütörtökön 9.30–10.15. Az országos népszerűségnek örvendő Csiri-biri mozgásfejlesztő torna olyan 45 perces, irányított foglalkozás, dalokkal, mondókákkal, amin a gyermek a hétköznapitól eltérő mozgásformákkal ismerkedhet meg. Mivel a tornafoglalkozások nem egymásra épülnek, év közben bármikor lehet csatlakozni. Előzetes jelentkezés nem szükséges. Információ: Orszáczky Ildikó, csiri-biri.hu, info@csiribiri.hu.

Művészi torna szombaton 9.30–11.30. Mozgáskoordináció- és ritmusérzék-fejlesztő gimnasztika Berczik Sára módszere alapján. Vezető: Pataki Rita mozgáspedagógus (+36-30/483-1897, patakiri@gmail.com).

Harmonia Táncklub: társastánc-tanfolyamok vasárnap 13.30–20.00. Kezdő versenytánc, felnőtt tánciskola. Vezető: Székely Attila táncanár (+36-30/952-9477, harmoniatancklub.hu).

Zumba felnőtteknek kedden és csütörtökön 20.00–21.00. Egyszerű, de eredeti és izgalmas latin mozdulatokkal, fülbemászó ritmusokkal. Vezető: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató (+36-20/549-0893).

FitMind hétfőn 8.30–9.30. Egy nyugodt, csendes, elmélyült ingyenes órával lehet indítani a hetet a nagyteremben.

FitBody szerdán 8.00–9.00. Heti egészségmegőrző, alakformáló, preventív edzésprogram. Vezető: Barta Sylvia aerobik- és FitDance-oktató (+36-30/625-6065).

FitDance kezdőknek, újrakezdőknek szerdán 9.00–10.00. Izületkímélő, táncos mozgás latin zenére, egyszerű, de látványos koreográfiákkal, korhatár nélkül. Vezető: Barta Sylvia aerobik- és FitDance-oktató (+36-30/625-6065).

FitBall gerinctorna pénteken 8.30–9.30. A FitBall segítségével harmonikusan fejleszthető a kondíció és a koordinációs képesség, az egyensúlyozó képesség, valamint a gerinc, a hát és a törzs izmai. Ha-

tékony a különféle eredetű hát- és derékfájdások megszüntetésében, így iskoláskorú gyerekeknek, aktív dolgozóknak és idősebbeknek egyaránt ajánlott. Vezető: Barta Sylvia aerobik- és fitdance-oktató (+36-30/625-6065).

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

Hatha jóga csütörtökön 18.30–20.00. A hatha jóga rendkívüli hatással van a testre és a lélekre. A jóga az egészségvédelem és a betegségmegelőzés mindennapos eszköze. A foglalkozásokat vezeti: Pazoni Mónika jógaoktató, rekreációs sportoktató (+36-20/952-4685).

Jókai Jóga – új program kezdőknek és haladóknak kedden és csütörtökön 9.30. Vezető: Orosvári Emese. Az oktató Thaiföldön és Indiában tanulta és gyakorolta a jóga különböző irányzatait. Óráin a testi-lelki kiegyensúlyozottság elérése és annak megtartása kap kiemelt hangsúlyt. Információ: 06-20/240-3356.

Bridzsklub szerdán 13.30–18.00. Új érdeklődőket várnak a klubtagok, akik a törzstagsághoz hasonlóan magas színvonalon üzik ezt a sportágat. Klubvezető: dr. Kis Géza (06-1/395-8907).



LÍVIA-VILLA
Költő utca 1/a
06-1/395-8284

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Versutazás – szerelmes versek – exkluzív program egész nyáron, a versek, az előadó színművész és egy

pohár ital társaságában. Legközelebbi időpontok: június 23. és 24. 19.00 és 20.00. Előadja: Hajduk Károly Jászai Mari-díjas színművész. A költészet és a szerelem találkozási naplemente idején. A verseket válogatta és szerkesztette: Zsalakovics Anikó. A részvétel regisztrációhoz kötött. Regisztráció: szervezes.andaxinhaz@gmail.com, jelentkezes@avillavar.hu. Előadásonként maximum 6 néző tud részt venni! Regisztrációra, időpont-módosításra vagy lemondásra legkésőbb az előadás előtt két nappal van lehetőség. Az előadás pontosan kezdődik! Eső, rossz idő esetén a házson belül lesz a program. Ajánlott hozzájárulás: 8000 Ft. Támogatói hozzájárulás: 10000 Ft.



Törpe utca 2.
06-1/202-2509

info@kulturalisszalon.hu
kulturalisszalon.hu

Jegyvétel:
kulturalisszalon.jegy.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Magyar Rákellenes Liga Segítő Szolgálata. Június 22. 14.00. Amit tudnunk kell bőrünk védelméről, betegségeiről. Előadó: dr. Kispál Mihály, az Országos Onkológiai Intézet bőrgyógyásza. Kapcsolattartó: Antal Magda, 06-20/584-6059. A részvétel regisztrációhoz kötött.

Szabadpolc június 26-án 10.00–15.00. 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.

Jókai növény-és kertbarátkör. Június 28. 16.00. Nyári kerti-növényes tennivalók. Előadó: Komiszár Lajos egyetemi tanár. A belépés díjtalan.

Csatlakozz Budaörsi úton nyíló új üzletünkhöz!

Budapest,
Budaörsi út 121.

Jelentkezz!
jobs.lidl.hu

Olvass be!

Amit kínálunk:

- az első három évben garantált évenkénti béremelés
- közösségi közlekedéssel való munkába járás költségének 100%-os térítése, autóval 40 Ft/km
- nagy értékű egészségprogram, illetve plusz 1 nap szabadság szűrővizsgálatokon való részvétel céljából
- teljes és/vagy részmunkaidős munkavégzési lehetőség is (8, 6 és 4 óras munkaidő)

Jelenleg elérhető belépő bruttó jövedelem*:
450.000 Ft

* a bruttó jövedelem magában foglalja az alapbért, pótlékokat, arra való jogosultság esetén a Lidl kártyára kapott összeget

A Top Employer díjjal azokat a munkáltatókat ismerik el világszerte, akik kiemelkedő munkavégzési körülményeket biztosítanak.

MOM-208 és Hegyvidéki Bélyeggyűjtők Klubja június 30-án 13.00.

Somogyi Tóth Sándor 100 – irodalmi emlékműsor a 100 éve született Somogyi Tóth Sándor József Attila-díjas íróról június 30-án 18.00. Írói, pedagógusi és – jelen lévő családtagjai segítségével – apai személységét idézik meg a szervezők, valamint felvillantják regényeinek izgalmas cselekményét és szereplőinek küzdelmes, útkereső életpályáját. A program ingyenes, regisztrálni a Hegyvidéki Kulturális Szalonban lehet.

Zenélő Budapest 2023. Hegyvidéki dallamok – térzene a Hegyvidéki Kulturális Szalon előtt. A zene örök értéket jelent! Július 7. 19.00 Joe Fritz (jazzklarinét) és Gáspár Pál (bendzsó). A koncert díjtalanul megtekinthető.

Nyáresti koncertek. Július 8. 19.00 Las Burekas – a balkáni, kelet-európai és latin-amerikai groovy tánczene győgyítő erejével. A belépés díjtalan.

Mozgásos foglalkozások

Meridiántorna hétfőn 10.00. Vezető: Haide Éva. Ára: 200 Ft/alkalom. Kerületi lakosoknak ingyenes. Utolsó alkalom: június 26.

Hatha jóga kedden 8.30. Vezető: Ott Cecília. Információ: +36-20/917-8127, ott.cecilia@gmail.com. Részvételi díj: 2500 Ft/alkalom. Utolsó alkalom: június 27.

Székes jóga kedden 10.00. Vezető: Ott Cecília. Információ: +36-20/917-8127, ott.cecilia@gmail.com. Részvételi díj: 2500 Ft/alkalom. Utolsó alkalom: június 27.

Mommy&Me balettóra 2,5-3,5 éves korosztály részére kedden 15.50–16.30. Jelentkezés: Stubna Enikő, +36-30/994-3118, info@gracebalett.hu. Utolsó alkalom: június 27.

Autentikus hastánc felnőtteknek kedden (kezdő II.) 19.00. Vezető: Fritz Mónika Parvati (+36-70/621-3794). Részvételi díj: 9000 Ft/4 alkalom. A bérlet egy hónapig érvényes. Utolsó alkalom: július 4.

Napindító reggeli torna szerdán 9.00. Vezető: Balázs Mari. Nyugdíjasok is elkezdhetik! Részvételi díj: 500 Ft. Utolsó alkalom: június 28.

Meridiántorna szerdán 11.00. Vezető: Pál Szabó Gabi. Ára: 200 Ft/alkalom. Kerületi lakosoknak ingyenes. Utolsó alkalom: június 28.

Nia csütörtökön 19.00. Vezető: Bodor Virág (+36-20/946-9171, bodor.virag@gmail.com). Részvételi díj: 2500 Ft/alkalom. Utolsó alkalom: június 29.

Szabadtéri mozgásformák

Gyaloglóklub (Monspart Sarolta által alapítva) kedden 9.00-kor a Normafánál (július 4.) és a Margitszigeten (június 27. és július 11.). Klubvezető: Korik Vera.

Nordic walking a Normafánál kedden 9.00. Vezető: Szász-Kerek Judit. További információ: Normafa-Margitsziget Gyaloglóklub Facebook csoport.

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



Királyhágó tér 10.
hegyvidekgaleria.hu

Jegyvétel:

hegyvidekgaleria.jegy.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Csontváry művészete – művészettörténeti előadás Csontváry Kosztka Tivadar (1853–1919) festőművész születésének 170. évfordulója alkalmából június 22-én 19.00. A magyar festészet egyik legeredetibb alkotója, Csontváry Kosztka Tivadar művészetével ismerkedhetnek meg az érdeklődők Gimesy Péter művészettörténész, filozófus előadásában, aki igyekszik feltárni a festő inspirációs forrásainak és szokatlan

motivumainak hátterét. Az életmű leghíresebb alkotásain túl Csontváry kevésbé ismert, sokszor rejtett jelenetét tartalmazó képeit is bemutatja. Részvételi díj: 800 Ft, hegyvidéki lakosoknak 200 Ft. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu weboldalon és a Hegyvidék Galériában. Érkezéskor a lakcímkártya felmutatása kötelező!

Munkácsy-díj 2023. Családi alkotószarok június 24-én 10.00 (kísérőprogram). Az 1950-ben alapított Munkácsy Mihály-díj kiemelkedő képzőművészeti tevékenység elismerésére adományozható állami kitüntetés, legfeljebb hét művész kaphatja meg minden évben március 15-én. A Hegyvidék Galéria 2017 óta csoportos tárlat keretében mutatja be az adott évben díjazottakat. Az idei kitüntetettek: Adorján Attila festőművész, Árkossy István festőművész, grafikus, Farkas Ferenc szobrászművész, Incze Mózes festőművész, dr.Máriás festőművész, Szoklóné festőművész, szobrászművész, Wrobel Péter festőművész. A kiállítás megtekinthető: július 1-jéig, keddtől péntekig 10.00–18.00, szombaton 10.00–14.00. A kísérőprogramon való részvétel 800 Ft, hegyvidéki lakosoknak 200 Ft. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu weboldalon és a Hegyvidék Galériában. Érkezéskor a lakcímkártya felmutatása kötelező! (A kiállításról lapunk 1. és 11. oldalán olvashatnak!)



Zugligeti út 64.

info@hegytortenet.hu

helytortenetigujtemeny.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

„Hegyvidék, O – Egy csepp történelem” – időszaki kiállítás, ami a Hegyvidék és a víz kapcsolatát mutatja be. Megtekinthető: szerdától vasárnapig 10.00–18.00.



BAJOR GIZI SZÍNHÁZMÚZEUM
Stromfeld Aurél út 16.
oszmi.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Múzeumok Éjszakája június 24-én 16.00–01.00. 16.00 Az Ádám Ottó-kiállítás megnyitója. 17.30–18.30 Jazzkoncert. Közreműködők: Pocsai Krisztina (ének) és Oláh Dezső (zongora). 19.00–20.00 Balog István: Jupiter Theátruma, vagy a vándorló színészek. 20.00–21.30 A TESSÉK zenekar koncertje. 22.00–23.00 Beszélgetés A turné című film alkotóival. 23.00–0.30 A turné című film vetítése. 20.00–21.00 Bagó Bertalan rendező tárlatvezetése az emeleti állandó kiállításban. 21.30–23.00 Petőfi-versek megzenésítve, Hunyadi Máté színművész előadásában. 19.00–23.00 között (óránként ismételve, folyamatosan) Árnayk Birodalma. A karszalag a helyszínen vagy elővételben, a múzeum nyitvatartási idejében vásárolható meg. Belépődíj: felnőtteknek 2500 Ft, gyerekeknek 1200 Ft. A Bajor Gizi Színházmúzeumban történő karszalagvásárlással mindenki a múzeumot támogatja. További információ: www.muzej.hu, www.oszmi.hu

Magyar nyelvű színjátszás Pétefi korában 1823–1849. A kiállítás megtekinthető: december 31-ig, szerdától vasárnapig 14.00–18.00. A létrejöttét támogatta: Kulturális és Innovációs Minisztérium, Nemzeti Kulturális Alap, Színházi Olimpia.

Madách 200 – az Országos Színháztörténeti Múzeum és Intézet installációja a 10. Színházi Olimpián. Helyszín: a Nemzeti Színház első emeleti előcsarnoka. Megtekinthető: július 1-jéig. A létrejöttét támogatta: Kulturális és Innovációs Minisztérium, Színházi Olimpia.



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

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Teremtésvédelem újrashnznosi-tással – nyári közös képzőművészeti kiállítás. Megtekinthető: július 30-ig, naponta 16.00–22.00 (szerdán és vasárnap zárva). (A kiállításról lapunk 12. oldalán olvashatnak!)



EGYSZÜLŐS KÖZPONT (Buda)
Magyar jakobinusok tere 1.
06-20/611-0725
egyszulo@egyszulo.hu
egyszulo.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

A programok és a szolgáltatások Egyszülős Kártyával ingyenesen vagy kedvezményesen vehetők igénybe. A programok ideje alatt gyermekfelügyelet biztosított, az erre vonatkozó igényt az egyszulo@egyszulo.hu e-mail-címen kell jelezni.

Válástársas. Egy új társasjáték tesztelése június 28-án 17.00–18.30. A válástársas a vagyonmegosztás folyamatában, az azzal kapcsolatos döntésekben nyújt segítséget. A játék segít eligazodni a jogi útvesztőkben és a különböző vagyonelemek, az ingatlanok és ingóságok megosztási lehetőségeinek feltérképezésében.

Társasjátékest Budán június 29-én 17.00–21.00. Egy kötetlen esti program, amin az izgalmas társasjátékok mellett kikapcsolódás, szórakozás és nevetés vár mindenkit. A könnyed, felszabadult program lehetőséget teremt barátságok és ismeretségek kialakítására. Az este folyamán profi

játék mesterek segítenek a játékok megismerésében és a játékasztalok kialakításában.

Piknik a Normafánál július 17-én 10.00. Az Eötvös Loránd park megközelíthető autóval vagy busszal (a Normafa, Gyermekvasút megállónál kell leszállni). Plédet, elemőzsiával, süttivel, gyümölcscsel és itókkal megrakott kosarat mindenki vigyen magával! Egy kötetlen, vidám nap, egy igazi, fűbe heveredős piknik, amin játékos vetélkedő, számháború várja a résztvevőket.

Pilates hétfőn 17.30–18.00. A pilates a kontroll művészete, lassú, kontrollált munkavégzés és belső odafigyelés jellemzi. Egyszerre nyújtja és erősíti az izmokat, növeli az ízületek mozgékonyaságát.

Gyereklóga-foglalkozás 6–10 éveseknek szerdán 17.00–18.00. A ki-egyensúlyozott és boldog élet alapjához nyújt segítséget. A gyerekek játékosan tanulják meg, milyen érzés magabiztosnak, kitartónak, koncentrálnak és nyugodtnak lenni. A főszerepben az érzelmek megélése, a gyermek önmagával való ismerkedése és testi-lelki egészsége áll.

Segítő beszélgetés kedden és csütörtökön 10.00–13.00. Ha úgy érzi, hogy nehézsége van egy aktuális élethelyzetben, és nincs kihez fordulnia, aki elfogadná; ha szeretne végre önmaga lenni, és tisztábban látni az érzelmi szövevényében, akkor várják a mentálhigiénés beszélgetésekre.

Jogi tanácsadás személyesen, online és telefonon a nehéz jogi problémáival szembesülő egyedülálló szülőknek. Az ingyenes tanácsadás 20-30 perces konzultációt biztosít. Nem jelent jogi képviselést, sem okiratok kitöltését, szerkesztését! Személyes tanácsadás minden héten kedden 15.00–17.00. Jelentkezés: egyszulo@egyszulo.hu.

Ringató. Foglalkozásvezető: Zempléni Marcsi. A foglalkozásra 3 éves korig várja a legkisebbeket és szüleiket szerdán 10.00–10.30. Játék, ének, ismerkedés egymással és a zenei hangokkal, a zene örömeivel, sok mókázás! Részvételi díj: 1500 Ft. Regisztráció: maria.zempleni@gmail.com.

EBKM:
11,00%*

Éves kamatláb
11,12%*

3
HÓNAPOS
LEKÖTÉSRE

MagNet
BANK
hazai • zöld • közösségi

MagNet Prizma
lakossági forint betét

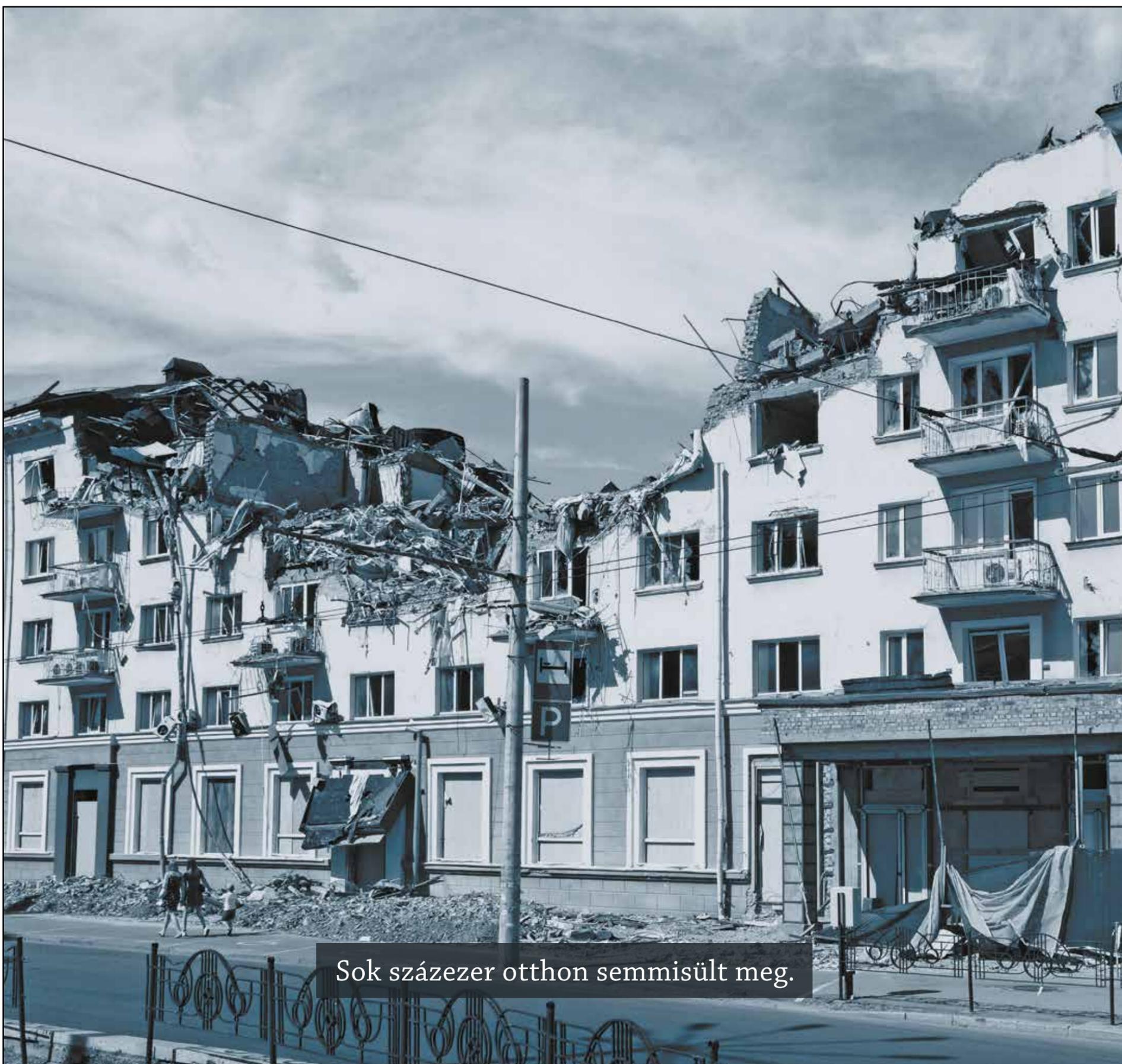
JÚNIUS 30-IG
SZOCHO-MENTESEN
LEKÖTHETŐ!



MagNet Újbuda • 111 Budapest, Bartók Béla út 34.

* Új forrásból származó összeg lekötése esetén. 2023. június 30. napjáig lekötött betétekre a 205/2023. (V.31.) Korm.rendelet szerinti szociális hozzájárulási adó („szochó”) fizetési kötelezettség nem vonatkozik. A MagNet Prizma lakossági forint betét részletes feltételeiről (közte az új forrás fogalmáról) bármely bankfiókunkban, továbbá a www.magnetbank.hu/prizma-betet oldalon tájékozódhat.

Jelen hirdetés nem minősül ajánlattételnek, a benne foglalt információk tájékoztató jellegűek, és célja kizárólag a figyelem felkeltése. A tájékoztatás nem teljes körű. A részletes feltételekért látogasson el honlapunkra: www.magnetbank.hu/prizma-betet, bármelyik MagNet bankfiókba, illetve tájékozódjon a honlapon közzétett, vonatkozó szabályzatokból (Általános Üzleti Feltételek és Pénzforgalmi Üzletszabályzat), valamint az Általános Hirdetményből, Lakossági ügyfeleknek kínált betétek kamatairól, díjairól, jutalékairól és költségeiről szóló kondíciós listából és a Lakossági bankszámlák díjairól és jutalékairól szóló kondíciós listából. A Bank fenntartja a feltételek egyoldalú módosításának jogát.



Sok százezer otthon semmisült meg.

ELÉG VOLT A HÁBORÚBÓL!

ITT AZ IDEJE A BÉKÉNEK!

Készült Magyarország Kormánya megbízásából.

A gyurgyettától a rebarbaráig – júniusban könnyű választani

Ilyenkor már zavarba ejtően sokféle friss zöldség, gyümölcs jelenik meg a piacon. Itt van mindjárt a gyurgyetta! Tudnánk-e, mi ez, ha pusztán e név állna az ártáblán? Pedig csak a legkorábbi, nyár eleji spárgatókról van szó. Amelyben jóval több az értékes anyag, mint hinnénk, még eredményes fogyókúrát is kezdhetünk vele.

A szintén mostanában megjelenő, zsege, fejteni való cukorborsó manapság csemegének számít Közép-Európában, nyersen fogyasztják. Sok B1-, B2-, C-vitamint és fehérjét tartalmaz. Leves, főzelék mellett önálló fogásként, vagy húсок kísérőjeként is bátran kipróbálhatjuk. Júniusban még a fokhagyma is zsegeként számít, az íze, az illata kevésbé intenzív, mint a későbbi példányoké. Akár a zöld száruk egy-egy darabkáját is belecsomósíthatjuk az ételünkbe. A kovászos uborka pedig elképzelhetetlen nélküle.

A rebarbara, a gyümölcsök előkelő, rátarti képviselője szintén ez idő tájt jelenik meg az árusítóhelyeken. Különösen fanyar, savanykás íze miatt nem sokan kedvelik, pedig édes társaságban, eper, málna, illatos sütemények kíséretében ritka finom ízzelkel ajándékozhatja meg bátor kóstolóit.

ÚJHAGMÁS TÖKLEVES

Ennek a levesnek nagy előnye, hogy előre elkészíthető. Még jót is tesz neki a „várakozás”, mert közben összeérnek az ízei. Ráadásul meleg napokon hidegen tálalható. Miatán nem markáns ízű, a saját ízlésének megfelelően mindenki tovább fűszerezheti. Például tálaláskor paradicsomkockákat adhat hozzá, a petrezselymet kaporral helyettesítheti.

Hozzávalók (4 személyre):
40 dkg spárgatók
só
1 csomó újhagyma
2 evőkanál burgonyapüré-pehely
2 dl tejföl
1 dl tejszín
2 gerezd zsege fokhagyma
só, őrölt fehér bors
1 csokor petrezselyem

A tököket meghámozzuk, az apró magjait kikanalazzuk, a húsát felkockázzuk, majd 7 deci enyhén sós vízben puhára főzzük. Közben az újhagymákat megtisztítjuk, azaz a

végüket levágjuk, a héjukat lehúzzuk. A friss zöldjüket is levágjuk, ezt később más ételhez használhatjuk fel. Az így előkészített hagymákat felkarikázzuk. Mindezeket a közben puhára főtt tökhöz adjuk, és pépesre turmixoljuk.

A burgonyapelyhet, a tejszín, a tejszín, a zöldségpépbe keverjük, zúzott fokhagymával, sóval, bors-

sal ízesítjük, és még egyszer felforraljuk, de nem főzzük tovább. Az apróra vágott petrezselyem felét beleszórjuk, és jól elkeverjük. Ha kihűlt, néhány órára hűtőszekrénybe tesszük. Felkeverjük, és a maradék petrezselyemmel megszórva tálaljuk. Aki szereti, a felforrott újhagyma zöldjéből is karikázhat rá egy keveset.



FRANCIA ZÖLDBORSÓ

A vajon párolt zöldborsó kedvelt köret nálunk, különösen frissen kifejtett, zsege formájában. A franciák azonban „megcsavarják” az újhagymával és a kínai kellel, amitől a kora nyári frissensültek egészen különleges kísérőjévé válik, még a salátát is helyettesíti.

Hozzávalók (4 személyre):
40 dkg zöldborsó
2 csomó fejesező újhagyma
diónyi vaj
kiskanálnyi cukor
só, őrölt bors
fél fej kínai kel

A munkát a zöldborsó kifejtésével kezdjük. Ezt követően a fejesező újhagymát megtisztítjuk, azaz a külső héját lehántjuk, és a haragoszöldjéből annyit vágunk le, hogy csak a zsege szárrész maradjon meg. Ezt fél centiméteres karikákra, a nagyobb fejeket kettévágjuk.

ÚJKRUMPLIN SÜLT FOKHAGYMÁS CSIRKECOMB

Ebben a fogásban a hús és az újkrumpli dominál, a sült fokhagyma csak hozzáad a fűszeres ízekhez, amiket a citrom és a rozsmaring tovább fokoz. A fokhagymát nem kötelező elfogyasztani, noha kár lenne kihagyni, mert zsege gerezdjei krémes belsőt rejtenek.

Hozzávalók (4 személyre):
...a páchoz:
8 evőkanál olaj
2 evőkanál mustár
1 evőkanál balsamecet vagy vörösborecet
só
...a sültökhöz:
8 csirkealsócomb
6-8 ág rozsmaring
2 biocitrom
1 kg újkrumpli
4 fej zsege fokhagyma

A páchoz az olajat a mustárral, az ecettel és egy kevés sóval összekeverjük, majd a combokat bekenjük vele. Egy jól záródó edénybe tesszük, a rozsmaringágakat és a félbevágott citromokat melléjük

A vajat megolvasztjuk, a hagymát rádobjuk, és fedő alatt 5 percig pároljuk. Ezután a zöldborsót is beleszórjuk, cukorral, sóval és borsal ízesítjük, majd lefedve addig hagyjuk a tűzön, amíg megpuhul. Ha kell, egy kevés vizet önthetünk alá, de ennek közben teljesen el kell párolgania! A végé-

re vajon párolt zöldborsót kell kapunk.

Közben a kínai kelt megmossuk, jól lecsöpögtetjük, és csíkokra metéljük. A megpárolt zöldborsóval összekeverjük, visszatesszük a tűzre, de csak addig, amíg a kelcsíkok kissé össze nem esnek.



dobjuk, utóbbiak levét egy kissé ki is nyomkodhatjuk, majd legalább 3 órán át a hűtőszekrényben tartjuk.

Sütés előtt az újkrumpli héját lekapargatjuk, majd a szemeket egy olajjal kikent tepsiben vagy sütőtálon elterítjük, és a pácolt

csirkedarabokat ráfektetjük. A páclével leöntjük, a citromdarabokat, a rozsmaringágakat és a megmosott, de egészben hagyott fokhagymákat közéjük, köréjük dugdossuk. Előmelegített, 200 °C-os sütőben (légkeveréses sütőben 180 °C) ropogósra sütjük.



ZÖLDBORSÓS SZŰZPECSENYE

A magyar borsó szó ötörök eredetű, és noha az emberiség egyik legrégebbi kultúrnövénye, eredetileg mi is száraz állapotban ettük. Zöldborsóként fogyasztása csak a 17. században Nyugat-Európából, a francia királyi udvarból kiinduló divatként terjedt el. Több fajta ismert, de a legfinomabb a frissen kifejtett cukorborsó.

Hozzávalók (4 személyre):
60 dkg szűzpecsenye
1,5 kiskanál só
1-1 mokkáskanál őrölt bors és cukor
4 evőkanál olaj
2 dkg vaj
40 dkg frissen kifejtett zöldborsó
1 nagy csokor petrezselyem

A szűzpecsenyét megtisztítjuk, azaz a külsején végighúzódo, vékony, fehér hártáját lefejtjük. Ezután ujnyi érmekre vágjuk, nagyon óvatosan kissé kiverjük, az így kapott szeletek széleit beirdal-

KOVÁSZOS UBORKA

Ez a páratlan nyári savanyúság általában 3-4 nap alatt elkészül, ám aki nem biztos a dolgában, néhány nap elteltével bátran halásszon ki egy-egy példányt az üvegből, és kóstolja meg. Ha kellően savanykás, sós és jó ropogós, akkor kész. Csak hidegen élvezhető, a leve is elfogyasztható. Ez uborka felét zsege cukkinival helyettesíthetjük.

Hozzávalók:
1,5 kg kovászoszini való – arasznyi,
2-3 cm átmérőjű – uborka
1 csokor szárított kaporászár
2 csokor friss kapor
1 fej (5-6 gerezd) fokhagyma
3-4 csapott evőkanál só
1-2 szelet fehér kenyér
2 liter víz

Az uborkát alaposan megmossuk, legjobb, ha kis kéfével meg is dörzsölgetjük, és folyóvízzel leöblítjük, nehogy szennyeződés maradjon a héján. A végeit levágjuk, és a hosszanti oldalát egészen az aljáig négy helyen függőlegesen bemetszük. A kaporászarat megmossuk, és egy jól kiöblített, széles szájú, nagy üveg alá nyomkod-

EPRES REBARBARA TÖKMAGOS GOMBÓCCAL

Nem könnyű megszelídíteni a rebarbarát fanyar ízét, de bármilyen édes gyümölcs, eper, málna vagy búzadara, esetleg kukoricadara, vagy akár a kókuszreszelék is alkalmas a tányérba édesgetéséhez.

Hozzávalók:
...a gombóchoz:
8 dkg cukor
5 dkg tökmag
2 evőkanál zselatin
2,5 dl tej
1 tasak vaníliás cukor
4 dkg búzadara
2,5 dl tejszín
1 kiskanál reszelt (bio) narancshéj
3 evőkanál narancslikőr (ha van)
...a kompóthoz:
3,5 dl vörösbör
15 dkg cukor
2 szegfűszeg



juk, nehogy sütés közben a pecsenye összeugorjon. Ezután sóval, borssal és leheletnyi cukorral behintjük, majd a forró olajban oldalanként 2-3 percig sütjük, lecsöpögtetjük és félretesszük.

A vajat a visszamaradó zsírába dobjuk, és amint felolvadt, a zöldborsót beleszórjuk. Megsózuk, és lefedve, kis lángon, a saját levében

kb. 20 perc alatt puhára pároljuk. Közben, ha szükséges, egy kevés vizet is önthetünk alá, nehogy odakapjon. Végül a felaprított petrezselyemmel megszórjuk – ez az íze és a látvány miatt is fontos –, majd az elősütött húsokat belerakjuk, hogy jól átforrósodjanak, de különösebben már nem kell párolni. Párolt rizs illik hozzá köretnek.



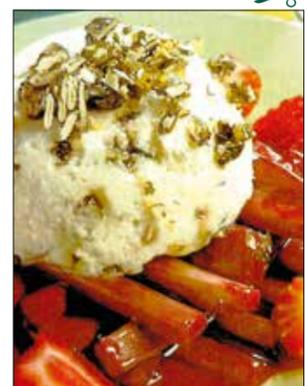
juk. Az uborkákat szorosan beleszórjuk – szebb lesz, ha egymás mellé állítjuk –, majd a meghámozott fokhagymagerezdeket közéjük dugdossuk. (Könnyebben lehet az uborkát állítva beletenni az üvegbe, ha kissé megdöntjük, és azonos nagyságú példányokat csúsztatunk ügyesen egymás mellé.)

Az üveget megtöltjük vízzel, megmérjük, mennyi fér bele, és minden literre 1 evőkanál sót számítva felforraljuk. A friss kaporot és a kenyeret az uborka tetejére fektetjük, a meleg, sós vízzel

leöntjük, úgy, hogy a kenyeret is ellepje, majd kistányérral leborítva napra állítjuk. 3-4 napig így érleljük, de közben az üveget megforgatjuk, hogy a nap mindenütt egyenletesen érje.

Ha megérett – a leve tejszínné és zavaros, kovászos ízű és illatú lesz –, a kenyeret a tetejéről kidobjuk, a levét leöntjük. A megkovászolt uborkákat jól záródó edénybe vagy üvegekbe átszedjük, a levét rászűrjük, lezárjuk, és hideg helyre (legjobb, ha hűtőszekrénybe) állítjuk. Így több napig eltartható a kovászos uborka.

40 dkg rebarbara
2 evőkanál narancslé
2 kiskanál étkezési keményítő
30 dkg eper
2 evőkanál citromlé



A gombóchoz tökmaggrillázt készítünk, azaz a cukor felét karamellizáljuk, és a tökmagot beleszórjuk. Jól összekeverjük, majd hagyjuk kihűlni, és nagyobb darabokra törjük. Ezután a zselatint langyos vízben feloldjuk. A tejet a maradék cukorral és a vaníliás cukorral felforraljuk, a darát beleszórjuk, és sűrűre főzzük. Néhány perc hűlés után a zselatint is hozzáadjuk. A tejszín kemény habbá verjük, az összetört tökmaggrillázt kétharmadával, a narancshéjjal és a narancslikőrrel együtt a langyos grízbe forgatjuk. Legalább 3 órára hűtőszekrénybe állítjuk.

A kompóthoz a bort 10 dkg cukorral és a szegfűszeggel felforraljuk. A rebarbarát megtisztítjuk, azaz a levélnyeleket leszálkazzuk, majd kis darabokra vágva a borba szórjuk. Rövid idő alatt puhára

főzzük, a narancslében feloldott étkezési keményítővel besűrítjük, és hűlni hagyjuk. Az epret megmossuk, lecsomázzuk, cikkekre vágjuk. A maradék cukorral megszórjuk, a citromlével meglocsoljuk. Amikor a rebarbara kihűlt, az eperrel összeforgatjuk, és tálakba osztjuk. Minden adag tetejére egy habos darából formázott gombócot ültetünk. A maradék tökmagot díszítve kínáljuk.

(pákozdi)

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

SZOLGÁLTATÁS

ABLAK, AJTÓ, REDŐNY

REDŐNY-, relaxa-, harmonikaajtó-, szalagfüggöny-, napellenző-, szünyogháló-, függönykarnis-javítás, -készítés. 06-1/356-4840, 06-30/954-4894.

RÉZ- ÉS ROZSDAMENTES KÜSZÖBÖK, beszereléssel. Zárak, kilincsek, pántok, zsanérok cseréje, régi ajtók, ablakok felújítása, szigetelése. 06-20/381-6703, 06-1/251-9483.

ANTIALKOHOLISTA csapat: szobafestést, mázolás, tapétázást, csempézést, gipszkartonozást, szőnyegpadlózást, víz-, villanyzerelést, nagytakarítást, parketázást, favágást, ács-ápolást, kőművesmunkát vállal. delakft2011@gmail.com, 06-20/998-2369.

FÉMKAPOK JAVÍTÁSA, kítámasztók, aknafedelek, ajtóbehúzó cseréje, kaszkódokorlók készítése. Tel.: 06-20/380-8988.



REDŐNYSZERVIZ, gurtncserék, faredőnyök, szünyoghálók szerelése. Bibancz György, 06-30/222-4428.

ASZTALOSMUNKÁK/
KÁRPITOSMUNKÁK

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

IKEA típusú könyvszekrények, konyhabútorok, beépített szekrények, irodabútorok méretre gyártása legolcsóbban. Például könyvszekrény: 228x80x28 cm, 15800 Ft. Igényes munka, rövid határidő. 06-30/368-1354.

BÜTORKÁRPITÓZÁS, Márkó István. Tel.: 06-1/201-8780, 06-70/782-3422.

ELTARTÁS, GONDOZÁS,
ÉLETJÁRADÉK

SZERETNE GONDTALAN, NYUGDIT nyugdíjas éveket? Még szabadulna a rezsiszámláktól? 22 éves cég leinformálható ügyvezetője életjáradéki szerződést kötne, ortlakás nélkül. 06-20/326-5787.

GONDOT OKOZ a közös költség, a rezsik, a gyógyszerek fizetése? Életjáradéki vagy tartási szerződéssel megkönnyítjük nyugdíjas éveit. Várja hívását négygyermekes ügyvéd család. Tel.: 06-30/146-3636.

KISGYERMEKES, értelmiségi házaspár anyagi biztonságát nyújtana egyedülálló nyugdíjasnak. Gondtalan idős kori évek, törődés, odafigyelés. 06-30/201-3452.

IDŐSGONDOZÁS! Délutáni órákban bevásárlást, főzést, piperetakarítást, gyógyszerkiváltást stb. vállalok! Tel.: 06-20/629-7339.

MEGBÍZHATÓ, FIATAL, diplomás hölgy eltartási szerződést kötne ingatlanért cserébe. Ön lakása kizárólagos használatja és haszonélvezője marad. A gondozást szakmai végzettséggel tudom végezni. Tel.: 06-20/343-9793.

SZAKMAI VÉGZETTSÉGGEL idős gondozást vállalok. Autóval rendelkezem, takarítás, bevásárlás. Kérem, keresen bizalommal. Tel.: 06-30/129-5020.

TULAJDONI HÁNYADOT, negyed-, fél, háromnegyed részt is vásárolnék Budapesten és környékén, akár életjáradéki vagy eltartási szerződéssel. Hívjon bizalommal. Tel.: 06-20/506-3272, 06-30/265-3569.

ÉLETJÁRADÉKI SZERZŐDÉST kötne, anyagi biztonságot biztosítok. Azonnali készpénzfizetéssel, megegyezés esetén. Ortlakás nélkül! Kérem, jelezze érdeklődését: 06-20/528-2532.

JÓL KERESŐ, nagy gyakorlattal és felsőfokú végzettséggel rendelkező, fiatal pár életjáradéki szerződést kötne egyedülálló, idős személlyel. Méltó, megbecsült, nyugodt életet biztosítunk. Telefonszám: 06-70/423-0888.

ÉLETJÁRADÉK, GONDOZÁS, eltartás. Becsületes, keresztény, háromgyermekes család vállalná hivatalosan gondozását. 06-70/610-3438.

TULAJDONI HÁNYADOT, negyed-, fél, háromnegyed részt is vásárolnék Budapesten és környékén, akár életjáradéki vagy eltartási szerződéssel. Hívjon bizalommal. Tel.: 06-20/577-9778.

ORVOS HÁZASPÁR GYERMEKÉNEK holtig tartó haszonélvezet és bentlakás megtartása mellett lakást vásárolna idős hölgytől, úrtól. Telefonszám: 06-20/326-1345.

IDŐS HÖLGY gondozását vállalom, ortlakással. Tel.: 06-70/201-6171.

SZAKSZERŰ, KÉPZETT segítséget nyújtunk idős hölgyeknek/úrnak a napi feladatok ellátásában, gondozásában. Életjáradéki vagy eltartási szerződésért cserébe. Hívjon bizalommal! 06-30/519-1729, 06-30/365-5619.

ELTARTÁSI vagy életjáradéki szerződést kötne agilis, fit, 50-es hölgy, biztos anyagi háttérrel. 06-20/238-6858.

HA ELMŰLT 40 ÉVES, és nehezen bírkozik a lelki terhekkkel, hívhatja a DélUtán Alapítvány ingyenes telefonos lelki segélyszolgálatát. Az év minden napján 18 és 21 óra között: 13777 vagy 06-80/200-8666.

SZAKKÉPZETT szociális gondozó ápolói végzettséggel rendelkezem, sokéves gyakorlattal vállalom idősfelügyeletet, gondozást, takarítást, bevásárlást, főzést, orvoshoz kísérést stb. Keressen bizalommal: 06-70/300-8713.



GYERMEKFELÜGYELETET VÁLLALOK! Megbízható, felelősségteljes, kisgyermeknevelő végzettséggel rendelkező, középkorú hölgy vagyok. Telefonszám: 06-30/981-5439.

GYERMEKÉRE FELÜGYELET, amíg ügyet intéz, széptékezik, vásárol. Kerületben lakó, középkorú hölgy vagyok. margokallay@gmail.hu, 06-30/222-2050.

HÖLGY ELTARTÁSI SZERZŐDÉST kötne idős személlyel, akár ortlakással is: 06-30/868-6334.

ELTARTÁSI SZERZŐDÉST kötne egyetemista lány, a szülei segítségével. Anyagi támogatás vagy rezsi költségek átvállalása, segítség a heti feladatok ellátásában. Keressen bizalommal: Boglárka, 06-30/749-7790.

GYÓGYMASSZÁZ-TERAPEUTA életjáradéki/eltartási szerződést kötne a kerületben. A Szt. Lukács Gyógyfürdőben dolgozom (leinformálható vagyok), aktív futó. Ké-ké-túrász. Telefonszám: 06-20/929-9739. Üdvözléssel: Anna (Hollósy S. u.).

NAGY TAPASZTALATTAL RENDELKEZŐ szakpoló idős gondozást vállal 24 órában, kétheti váltásban. Telefonszám: 06-30/229-3879.

FIATAL LÁNYKÉNT életjáradéki/eltartási szerződést kötneknél segítség/ családra vagyó hölgygel. Részletekért keressen: 06-70/608-1905.

ÉLETJÁRADÉKI, eltartási szerződést kötneknél, teljes ellátással. Nagyobb, egyszerű kezdőfizetéssel. Autóval rendelkező, egyedülálló, 48 éves hölgy. Hívjon bizalommal: 06-20/229-0986.

GONDOZÓI KÉPZÉSSEL rendelkező hölgy kedvezményes áron vállal: takarítást, főzést, bevásárlást, teljes körű ellátást, ügyintézés, gondozást. Autóval rendelkezem. 06-20/932-0983.

FIATAL, ÉLETRE VALÓ, hívó ember keres olyan idős bábcsit, nénit, akik segítségére szorulnak. Teljes ellátással, idővel, szeretettel gondoznám őket. 06-70/392-4354.

CSALÁDI BÖLCSÖDE NYÍLT a Sashegy tetőjén. Szeretettel várjuk a gyermekeket 8 hónapos kortól 3 éves korig! www.babybudabolcsi.hu

NYUGDÍJASOKNAK KEZELMÉNYESEN vállalom bevásárlást, házimunkát, gondozást. Autóval rendelkezem. 06-20/932-0983.

HÖLGY ELTARTÁSI SZERZŐDÉST kötne idős úrral, hölgygel. Lakással kapcsolatos tartozásait rendezem, ha felújítandó, akkor megbeszélés szerint megoldjuk. 06-30/792-5129.

IDŐSGONDOZÁS-GYERMEKFELÜGYELET-TAKARÍTÁS. Családokhoz ajánlunk és keresünk idős gondozókat, babysittereket, takarítókat, bejárású és bentlakással. 06-70/380-5650, Empátia Iroda.

KÖZÉPKORÚ HÖLGY eltartási szerződést kötne, takarítással, gondozással: 06-70/556-2574.

XII. KERÜLETI, FIATAL hölgy keres a XII. kerületben, Németvölgy, Mártonhegy, Farkasrét környékén, eltartási szerződéssel, egyedülálló idős nénit, bábcsit a mindennapok terheinek támogatására. 06-70/397-8809.

KEDVES, GONDOSKODÓ úr életjáradéki szerződést kötne idős személlyel, gondozással. 06-20/410-8173.

KÖZÉPKORÚ HÖLGY eltartási szerződést kötne, takarítással, gondozással: 06-20/372-2174.

KÖZÉPKORÚ ÚR kötne életjáradéki szerződést, autóval rendelkezem. 06-30/624-6678.

BETEG GYERMEKEM érdekében vállalom idős gondozást, életjáradékot Budapesten. 06-70/209-2945.

ELTARTÁSI vagy életjáradéki szerződést kötneknél. Egyszeri nagyobb összeg, vagy havi fix összeg, vagy mindkettőt! Segítség megoldható! 06-30/299-7335.

VÁLLALOK OTTHONÁBAN teljes körű vagy eseti betegápolást, idős gondozást, illetve szociális és egészségügyi intézményben betéglátogatást, kiegészítő ápolási asszisztenciát. 06-70/500-8010, Halász Ildikó ápolási asszisztens.

AJÁNLJON NÉKÜNK olyan magányos, idős embert, aki eltartási szerződést kötne a XII. kerületben egy középkorú párral, és ha szerződünk, Ön 100000 Ft-ot kap! 06-30/625-8666.

HÁZTARTÁSI GÉPEK, ELEKTRONIKA

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

MIKROHULLÁMÚ SÜTŐ javítása és sugármérése, helyszínen is. Sági Pál, Istenhegyi út 27/b. 06-1/355-6377, 06-30/260-9995.

KERT, FAKIVÁGÁS

FAKIVÁGÁS, gallyazás, ereszcsonna-tisztítás hegymászó technikával. 06-30/942-6500, 06-1/426-5000. a@prodive.hu

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

KERTRENDEZÉS, fakivágás, szállítás, metszés, permetezés, fűnyírás. Tel.: 06-20/348-8753. Szócsi Dénes.

NORMAFÁNÁL nagy kert ápolásához keresek segítséget. 06-30/519-5640.

KERTÉPÍTÉS, TÉRKÖVEZÉS, kerítésépítés, betonozási munkák, gyepesítés, favágás, bozótirtás, permetezés, támfal-építés. Díjmentes felmérés. Web: www.telrendezes.hu. Tel.: 06-20/259-6319.

KERTÉPÍTÉS, KERTKARBANTARTÁST, támfalak, sziklakertek építését, fakivágást, kerti kőművesmunkák elvégzését, öntözőrendszer telepítését vállaljuk. A keletkezett hulladékok elszállításával. Elérhetőségeink: 06-70/229-2690, 06-30/445-9437, szilagyigardenkft@gmail.com.

KERTGONDOZÁS, gyepszellőztetés. 06-30/362-1893.

VÁLLALJUK ELHAGYOTT kertek, nyaralók, társasházak teljes rendbetételét, veszélyes fák kivágását, visszavágását. Fűnyírás, fűkaszálas, bozótirtás, sövénynyírás, zöldhulladék-elszállítás. Kertrotálás, kézi-gépi földmunka. Jakab József, 06-20/327-2220.

KERTGONDOZÁST, fűnyírást vállalom. 06-30/362-1893.



KŐMŰVES- ÉS KERTI MUNKÁKAT rövid határidővel vállalok. Tapasztalattal, precíz, megbízható szakember. 06-20/421-6707.

FAVÁGÁS ALPIN TECHIKÁVAL! Vállalunk faápolást, fakivágást, metszést, gallyazást, bozótirtást, tuskókivágást, ereszcsonna-takarítást alpin technikával. Korrekt árak, szakosított munka, díjmentes felmérés Budapesten. Korondi Áron, telefonszám: 06-70/413-9959.

HELYI LAKOSKÉNT vállalom állandó vagy alkalmi kertrendezést, telektisztítást, komplett kertépítést, kerti járdák, kocsibeállók térkövezését, kerítések építését-felújítását. 06-30/333-6014.

VÁLLALUNK HÁZIKERT-GONDOZÁST, zöldfelület-karbantartást, favágást, faápolást kötéletechnikával, illetve egyéb kerti munkákat. Hívjon bizalommal. 06-20/357-5881.

BUDAPESTEN ÉS PEST megyében vállalom kertépítést, favágást, fűvágást, térkövezést, kerítésépítést, öntözőrendszer telepítését, víz- és hőszigetelést. www.telrendezes.hu, GNT Hungária Kft., 06-20/981-0853.

FÜKASZÁLÁST, kertrendezést vállalom. Tel.: 06-20/318-9335.

KERTÉSZMUNKÁKAT vállalom cégeknek, magánszemélyeknek, társasházaknak 06-70/663-4546.

KŐMŰVESMUNKÁK

HEGYSZÓTECHIKÁVAL: műkövezés, vakolás, festés, tető-, csatorna-javítás, -szigetelés, ereszcsonna-tisztítás. 06-1/426-5000, 06-30/942-6500. a@prodive.hu

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

KŐMŰVESMUNKÁK elvégzését, bontását, kertrendezését vállalom, kisebb kőművesmunkákat is, határidővel. Elérhetőségeink: 06-30/445-9437, 06-70/229-2690, szilagyigardenkft@gmail.com.



KŐMŰVESMUNKÁK, KERÍTÉSEK, JÁRDÁK KÉSZÍTÉSE, BURKOLATJAVÍTÁS. KARA LÁSZLÓ, 06-30/341-3423.

LAKÁSSZERVIZ

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

LAKÁSFELJÚTÁS, SZOBAFESTÉS, tapétázás, parkettázás, csempézés, vízszelvény, villanyzerelés, kőművesmunkák és kisebb munkákat is vállalom, garanciával. Halász Tibor. Tel.: 06-1/202-2505, 06-30/251-3800.

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

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

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

LAKÁSFELJÚTÁS, ÉPÜLETFELJÚTÁS, festés, burkolás, szigetelés, gipszkartonszerelés, tetőjavítás, minden, ami a ház, minden, ami lakás. Munkáinkra garanciát vállalunk. 06-20/320-6808. misidanyi567@gmail.com

LAKÁSFELJÚTÁS, -ÁTALAKÍTÁS. Összeszokott budapesti kivitelezőcsapatunkkal vállaljuk valamennyi szakipari munka elvégzését. Kőműves-, burkoló-, festő-, víz-gáz-villanyszerelő munkálatok. Telefonszám: 06-70/245-8334.

KONTÉNERES SITTSZÁLLÍTÁS, sóder, termőföld, zöldhulladék. Tel.: 06-20/464-6233.

LAKÁSFELJÚTÁST VÁLLALOK, kisebb-nagyobb munkákat. Minőségi munka megfizethető áron! Vállalkozásom szolgáltatásai: generálkivitelezés, burkolás, bontás, zsuzolás, kőművesmunka, szigetelés, festés, benti munka. Hívjon bizalommal, és levessük a terhet válláról. Tel.: 06-70/601-0580.

LAKÁSDOKI, szobafestés-mázolás, tapétázás. Ha fontos önnek a 32 éves tapasztalat, minőségi, tiszta munka. 06-30/505-8038.

MINŐSÉGI LAKÁSFELJÚTÁS. Komplex fürdőszoba-, konyhafelújítás, festés-mázolás-tapétázás, kültér, beltér. Ingyenes árajánlat, kiszállás, árubeszérlés. www.pecoproject.hu, 06-20/424-0227.

FESTÉS-MÁZOLÁS-TAPÉTÁZÁS, kőműves javítással. Akár gyors kezdéssel, rövid határidő, katás vállalkozás. Tel.: 06-30/568-6255, Kovács Gergely.

FESTÉST, MÁZOLÁST, burkolást vállalom, nyugdíjasoknak kedvezménytel. Bútormozgatással, takarítással. Tel.: 06-30/422-1739.

ÁCS-, TETŐFEDŐ, bádogos munkák kivitelezése magas minőségben, szakértelemmel. Úgy dolgozunk, mintha a sajátunkat valósítanánk meg. Lealkalmasan, magas hozzáadott értékkel, megbízhatóan és rövid határidővel dolgozunk. toptetofedobadogos.hu, 06-70/220-1049.

EZERMESTER sokféle típusú, kisebb javítási munkákat vállal. Részletek a http://www.barkacosok.hu weblapon. Tel.: 06-30/235-6058.

SOS LAKÁSSZERVIZ: víz-gáz-fűtés-szerelés, gázkészülék-javítás, duguláshárítás. 06-30/269-0001.

LAKÁSDOKI, SZOBAFESTÉS. Tel.: 06-30/505-8038.

TELJES LAKÁSFELJÚTÁS, bontás, sithordás, loomtalanítás, villanyzerelés. Tel.: 06-70/744-4864.

BOROS ÉS TÁRSA BÁDOGOS KFT. Vállaljuk teljes tető készítését, felújítását, szerkezetépítést. Ácsmunkák csatornájavítását, cserét, tisztítást, cseréptisztítást. Kemény szegést, kúpcserépteljesítését. Kisebbit-nagyobb bontási munkákat. Számlával, garanciával. Hívjon bizalommal: 06-70/570-9808.

FESTÉST, MÁZOLÁST, burkolást vállalom, nyugdíjasoknak kedvezménytel. Bútormozgatással takarítással. Tel.: 06-30/422-1739.



SZOBAFESTŐ SZAKEMBER vállal szobafestést, tisztasági festést, díszítőfestést, mázolás, tapétázást, lépcsőház- és homlokzatfestést, számlával, garanciával. 06-30/609-4294.

KILAZULT? CSÖPÖG? ELTÖRÖTT? Nem működik? Fűrni kell? Javítás, összeszerelés, hibaelhárítás. Vállalom mindenféle ingatlanfenntartási munkát azonnal. Telefonszám: 06-20/442-1411. www.ezermesterhazhoz.hu

TETŐDOKTOR! Régi, hajlott tetők javítása, cseréje, beázás elhárítása, bádógozás, Lindab tető, új tető cseréje, kisebb javítások, SOS munkák. 06-30/622-5805, 06-20/492-4619.

CSALÁDI CSAPAT ÁCS-, tetőfedő, bádogos munkát vállal 15 éves tapasztalattal. 10% év eleji kedvezményt adunk: 06-30/730-5030.

FÜRDŐSZOBÁK akadálymentesítése, kád helyett zuhany kiépítése. 06-20/950-0035.

VÍZSZERELÉST ÉS FÜTÉSSZERELÉST vállalom, felújítás, javítás, teljes körű kivitelezés. Séra Barnabás, 06-70/288-9954.

SZOBAFESTÉS, MÁZOLÁS, TAPÉTÁZÁS. Tel.: 06-30/964-1315.

MINDEN, AMI HÁZI! Teljes körű munkát vállalom: tereprendezés, kőműves-, lakatosmunkák, burkolás, festés, gipszkartonozás, térkövezés, kertépítés. Gyors, precíz munka, ingyenes felmérés! Hívjon bizalommal! Adamecz Gábor, 06-30/195-1351.

TETŐSZERVIZ! Zomborcsécs Gergő, 06-30/222-4428.

LAKÁSFELJÚTÁS, külső/belső építőipari munkák. Összeszokott budapesti kivitelezőcsapat, referenciákkal. Gyors felmérés, ajánlattétel. Ingyenes, precíz munkavégzés. Kőművesmunkák, víz-, gáz-, villanyzerelés, burkolás, festés, parkettázás. 06-70/245-8334.

GARÁZSOK, KERÍTÉSEK, lábazatok, erkélyek, teraszok felújítását és festését vállalom. Képek és festmények felrakását, kisebb kerti munkákat vállalom. Tel.: 06-20/514-3241.

CSALÁDI ÉS TÁRSASHÁZAK homlokzati hőszigetelése, külső homlokzat felújítása, színezés, festés, ereszcsonna-mázolás, állványozással is, Bronya ultravékony hőszigetelő bevonat, szobafestés, mázolás, tapétázás. Kiss István, 06-20/3334-489, deltabau54@gmail.com

TAKARÍTÁS

A TAKARÍTÓSZTAG felveszi a kesztyűt a rendtelenség ellen. Bízva ránk otthona tisztaságát. Takarítás Budapesten, akár 1 órán belüli kiszállással. Korrekt árak, megbízható csapat. Telefonszám: 06-30/411-1651.

MUNKÁJÁRA INGYENES HÖLGY kizár

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

KLÍMAMEN: klímatisztítás, karbantartás, új klíma telepítés, cseréje. Ingyenes kiszállással. Hívjon bizalommal! Tel.: 06-30/857-2653.

GÁZKÉSZÜLÉKEK KARBANTARTÁSA, időszakos műszaki és biztonsági vizsgálata. FÉG gázkészülékek, konvektorok, gáztűzhelyek, gázmelegítők javítása. Engedélyvel: G/80604. Tel.: 06-30/443-2031.

GÁZKÉSZÜLÉKEK, KONVEKTOROK, vízmelegítők javítása, karbantartása, műszeres vizsgálattal. Tamási Zoltán, 06-20/9654-621.

FATA ZSOLT VÁLLALJA kémények bélelését, építését, kondenzációs kazánok telepítését, teljes körű ügyintéssel. 06-20/264-7752.

HÖSZIVATTYÚK, fűtő-hűtő split klímák, hővisszanyerős szellőzők tervezése, beépítése, berendezések értékesítése. Új üzletünk egyedi nyitási kedvezményekkel, több mint 30 éves mérnöki tapasztalattal. XII. ker., Nagyenyed utca 11., www.varosmajorkft.hu. Tel.: 06-30/349-5156. E-mail: varosmajorklima@gmail.com

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

VILLANYSZERELÉS AZONNAL! Hibaelhárítástól a teljes felújításig. Petrus József villanyszerelő mester. ELMŰ-ügyintézés Tel.: 06-1/246-9021, 06-20/934-4664.

VÍZSZERELÉSVÁLLALOK. Felújítás, javítás, teljes körű kivitelezés. Séra Barnabás, 06-70/288-9954.

KLÍMA-KADÁR. Tel.: 06-70/555-2080. Klíma- és légtechnikarendszer-szerelés. Telepítés, beszerzés, nyári/téli tisztítás, karbantartás, javítás. Klimakadar@gmail.com, Kádár József e.v.

KAZÁN-, CIRKÓ-, gázvízmelegítő-felújítás, -csere, -javítás, -karbantartás. Kazáncsere kéménybéleléssel, teljes körű ügyintéssel. Gázbojler cseréje villanybojlerre. Villanybojler vízkötelenítése, cseréje, javítása. Fábán Zsolt épületgépész: 06-70/943-4372.

VÍZSZERELŐ: CSÖTÖRÉS, DUGULÁSELHÁRÍTÁS 24 órában! Viz-, csatorna-, fűtőszelvény-, javítás. Új rendszerek kialakítása. Hőkameras vizsgálat. Telefonszám: 06-30/216-9461.

CSÖKENTSE GÁZSZÁMLÁJÁT 40%-KAL. Korszerű kondenzációs fűtés. Kéménybélelés, kazáncsere egy kézben, szolgáltatók felé szakvélemény-ügyintézés. Ingyenes felmérés. 06-70/227-3040, 06-70/227-3041.

BUDAI ÉPÜLETGÉPÉSZ VÁLLAL: víz-, gáz-, fűtőszelvény, javítás, karbantartást, rövid határidővel. Tel.: 06-20/208-1205.

VÍZSZERELÉS! VILLANYBOJLEREK vízkötelenítése, csapok, szifonok, véccsatornák cseréje, javítása. Anyagbeszerzéssel. Tel.: 06-30/655-8074.

VÍZSZERELÉS! Csapok, szifonok, véccsatornák cseréje, javítása, mosó-, mosogatógépek bekötése. Ingyenes kiszállással. Anyagbeszerzéssel. Tel.: 06-30/447-3603.

DUGULÁSELHÁRÍTÁS, lefolyók, szifonok, mosdók, kádák, tisztítása. Vízszelvény. Tel.: 06-30/282-5677.

KLÍMATISZTÍTÁS, -javítás, -karbantartás. 06-20/208-1205.

VILLANYSZERELÉS, hibaelhárítás korrekte áron. 06-20/443-4520.

KLÍMATISZTÍTÁS egészség- és környezetbarát! Klímaberendezéseit biosztízis és fertőtlenítő folyadékkal tisztítom. www.bio-klíma.hu, 06-70/316-0301.

KÖLTÖZTETÉS, LOMTALANÍTÁS

KÖLTÖZTETÉS, LOMTALANÍTÁS elérhető áron, gyakorlott rakodókkal. Ingyenes, szakértői szállítás. Hagyatéklomtalanítás, lakás kiürítés a hét mindennapján. Csomagolás ingyenes dobozokkal. Ingyenes felmérés. 06-20/292-0015.

TEHERTAXI-költöztetés, precíz munkavégzéssel. Megbízható rakodókkal, gyors ügyintéssel. Igény esetén dobozok, csomagolóanyagok. Komplet csomagolási technikával. Lomtalanítást is vállalunk. Tel.: 06-70/214-4235.

KÖLTÖZTETÉS, LOMTALANÍTÁS, áruszállítás, csomagolás, bütorszerelés, fuvarvállalás. Tel.: 06-20/972-0347, 06-30/589-7542.

LAKÁS/INGATLAN/ BÉRELEMÉNY

„BUDAVÁR '89” Ingatlanközvetítő Magánroda! 201-7719, Zwilling.

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

KERESÜNK LEGALÁBB 4 hálószobás, kiadó budai villát. BakosLak Ingatlan, I., Batthyány utca 32. Tel.: 06-1/326-0618, 06-20/974-0571.

DIPLOMATÁNAK KERESÜNK I., II., XII. kerületben kiadó, 3 hálószobás lakást. BakosLak Ingatlan, I., Batthyány utca 32. Tel.: 06-1/326-0618, 06-20/974-0571.

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

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

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

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

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

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

CSALÁDOMNAK KERESÉK Balaton partközeli építési teltet vagy felújítandó nyaralót! Minden lehetőség érdekel, esetleg telekmező is. 06-20/326-5787.

III., MÁTYÁSHEGYEN, csendes, zöldövezeti zsákutcában eladó, 4 lakásos, 2002-ben épült, liftes társasház 3. emeletén, örökpanorámás, 4 szobás lakás. Az ingatlanhoz a földszinten tartozik egy irodabesorolású, de lakásként is használható lakrészt egy szobával, konyhával és fürdőszobával, valamint egy 2 beálló garázs. BakosLak Ingatlan, I., Batthyány utca 32. Tel.: 06-1/326-0618, 06-20/974-0571.

KERESÉK ELADÓ LAKÁST, vagy minimum egy évre bérelnék. 06-30/729-7546.

1 SZOBÁS, erkélyes lakást keresünk XII., XI. kerületben. Tel.: 06-30/584-1495.

DIPLOMATA CSALÁD részére keresek házat, lakást hosszú távú bérlésre. Tel.: 06-30/924-7165.

KERESÜNK ELADÓ-KIADÓ ingatlanokat érdeklődő ügyfeleinknek. RADIUS Ingatlanforgalmazás. Várjuk hívását, hogy segíthessünk. 06-20/946-8383, 06-20/414-9344.

HOLIDAY CLUB FÜREDEN 2 fős apartman szeptember 23-30-ig 140000 Ft-ért kiadó. Tel.: 06-70/332-3010.

ELCSERÉLNÉM, VAGY VENNÉK és eladnám II., Törökvezé utca, 54 nm-es, napfényes, nagy erkélyes, félemeletes lakásomat. Keresek 42-46 nm-es, földszinti, I. emeleti, napos, Zugliger, Pasarét, Hűvösvölgy környéki. Árkülönbözet kb. (62-50 =) 12 M Ft, készpénz igényével. 06-20/411-7778.

CSALÁDI HÁZAT vásárolnék tulajdonostól, akár azonnali fizetéssel, felújítandó is lehet. Tel.: 06-20/931-3122.

NAGYOBB ALAPTERÜLETŰ lakást vásárolnék tulajdonostól, akár azonnali fizetéssel, felújítandó is lehet. Tel.: 06-20/931-3122.

II., SZERÉNA ÚTON eladó, 9 lakásos téglapépületben, egy 62 nm-es, erkélyes, 2 szobás, részben felújított, földszinti lakás. Ingatlanközvetítő segítségét nem kérem. Tel.: 06-20/238-0468.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

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

ÜZLETHELYISÉG a Bem rakpart 31-ben, 87 nm, alacsony rezsi, felújított, panorámás, felszuterén, bejárattal galéria mellett azonnali kiadó. 2 WC, kis konyha. 350000 Ft/hó. 06-20/383-6564.

AZONNAL FIZETŐ, készpénzes ügyfeleinknek keresünk lakotant (hasznélvezeti joggal) eladó ingatlanokat. Hívását tisztelettel fogadom: 06-30/815-2525. vvaleria@citycartel.hu

MAGÁNSZEMÉLYTŐL ELADÓ XII. kerület, Maros utcai, 62 emeleti, 92 nm-es lakás. Telefonszám: 06-30/924-4951.

SZARVAS GÁBOR ÚTI, 90 nm-es lakás 81 millió forintért eladó. Tel.: 20/398-2307.

XII., ZÖLDÖVEZETI, Orbánhegyen, fantasztikus panorámával a városra, frissen felújított, gépesített amerikai konyhás, kéthálós, emeleti téglalakás eladó. 06-30/311-3166.

ELADÓ XII. KERÜLETI, 66,5 nm-es, 4. emeleti, liftes, napfényes, felújítandó lakás tulajdonostól tulajdonosnak a Nagyenyed utcában. Ár: 57 M Ft. Tel.: 06-20/380-9776.

FIATAL PÁR nyaralót vásárolna Dunakanyar, ill. a Balaton közelében. 06-30/452-5074.

NÉMETHVÖLGYEN, KÜTVÖLGYÖN Böszörményi út környékén keresek kiadó lakást 200 ezer Ft-ig. 06-70/949-4013.

OKTATÁS

MATEMATIKÁBÓL, ANGOLBÓL TAPASZTALT, diplomás szaktanár egyénileg fejleszt, vizsgákra felkészít: 06-30/749-2507.

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

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

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

MATEKATANULÁS felelmek nélkül, örömmel, általános iskolásoknak, gyakorlott pedagógussal a Lauder iskolánál. Felkészítés középiskolai felvételi. Franciánítás középiskolások részére. 06-20/571-7554, 06-1/950-2285.

25 ÉVES VIZSGÁZTATÓI gyakorlattal felkészítés angol nyelvből minden típusú vizsgára. Tel.: 06-70/741-3372, esténként, illetve vasárnap.

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

HÁZHOZ MEGYÉK. Angoltanítás: 06-20/917-6604.

TAPASZTALT ZONGORATANÁR-NŐ óraadást vállal. 6 éves kortól felnőttkorig. Tel.: 06-70/540-2442.

KISDIÁKOK KORREPETÁLÁSÁT, felügyeletét vállalja angolul is beszélő nyugdíjas tanár. Tel.: 06-20/374-7137.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

NÉMETHVÖLGY-TANÁR, NYUGDÍJAS, vállalom online németnyelv-tanítást: általános társalgás, nyelvvizsgára felkészítés A1-C1-ig 4500 Ft/60 perc. Bemutatózó óra ingyenes. Érd.: richterzsuzanna36@gmail.com, 06-30/602-0094.

ANGOLOKTATÁS/FELZÁRKÓZTATÁS, hához megyék, vagy lakásomon. 06-20/293-1091.

MATEMATIKAKORREPETÁLÁS 5-12. évfolyamig, érettségire felkészítés szaktanároknál, 40 év gyakorlattal. Középszintűeknek 900 oldalas online segédanyagot biztosítunk. htiborgy@gmail.com és 06-30/235-6058.

MATEMATIKAKORREPETÁLÁS középiskolásoknak a MOM Parknál. Tel.: 06-30/235-6058. www.matekolnet.hu

GARÁZS

GARÁZS ELADÓ, 16 nm (kapu 2,30 széles), a Széplóna Remiznél. I.á.: 10 M Ft. gyula.mezey@gmail.com

KIADÓ A TORNALJA UTCÁBAN egy 17 nm-es GARÁZS. Érdeklődni a 06-30/407-6842-es telefonszámon lehet.

VEGYES

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

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

TAROT SORSELEMZÉS: dr. Gál Judit, 06-30/224-4492. https://tarot-dr.gal.hu

A DON-KANYAR 80. évfordulójához kapcsolódó filmhez keresünk magyar német egyenruhát, katonai felszerelést, kiegészítőket (sisak, bajonett stb.), fotókat, fényképezőgépeket, tollat, órát stb. 06-70/949-4013.

FILMES FÉNYKÉPEZŐGÉPET KERESÉK. Nikon, Canon, Leica, Praktika, Mamiya, Minolta, MOM, Gamma, Zenza-Bronica, Mamiya, Linhof, Argus, Hasselblad, Yashica, Zenit stb. Objektíveket is. 06-70/949-4013.

RÉGISÉG

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

ALMÁSI KATALIN készpénzért vásárol legmagasabb áron bútorokat, festményeket, órákat, dísz tárgyakat, porcelánokat, varrógépet, írógépet, műszaki cikket, lemezeket, könyveket, csipkét, bizsukat, ezüstöt, kitüntetések, régi pénzt, játékokat, kristályt, teljes hagyatékokat, díjtalan kiszállással. 06-30/308-9148.

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

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

BÉLYEGGYŰJTEMÉNYT, régi pénzeket, képeslapot, könyveket, papírrégiséget, porcelánt, tárgyakat és régiségeket vásárolunk. VI., Andrásy 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, ezüstműveket, ékszert, antik órákat, festményeket, bútorokat (koloniált is), csillárt, szőnyegeket, kitüntetések, pénzérmét, zongorát. Hához megyünk, készpénzben fizetünk. T.: 06-70/673-7787.

ELADNÁ RÉGISÉGEIT: karóra, asztali, falióra, tört és fazonarany. 10000-16000 Ft-ig. Ezüst 100 Ft-tól 350 Ft-ig, festményt, porcelánt, Zsolnay kerámiát, régi bizsut, kitüntetések, régi pénzt 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, írha-, szőrmebundákat, dísz tárgyakat, órákat, kitüntetések. Gyűjteményeket, teljes hagyatékok, kiürítéssel! Díjtalan kiszállás, értékbecslés. Jakab 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 értékbecsléssel festményeket, porcelánokat, bútorokat, bakelitlemezeket, műszaki cikket, régi pénzt, kitüntetések, szobrokat, órákat, könyveket, lakáskiürítést. Hagyatékfelvásárlás. Díjtalan kiszállással a hét minden napján! 06-20/294-9205.

KEZDŐ GYŰJTŐ VAGYOK. Órákat, festményeket vásárolnék tisztességes áron. Ha van önnek eladó, kérem, hívjon! 06-20/4549-152.

AZONNALI KÉSZPÉNZÉRT MEGVÁSÁROLJUK: arany- és ezüstpénzeket, órákat, festményeket, porcelánokat, régiségeket, régi pénzeket, kitüntetések, teljes hagyatékokat! 06-20/807-2906, Budapest XIV., Vezér út 148-150.

BÉLYEGET, KÉPESLAPOT, papír-, fémpénzeket, festményeket és mindenféle régiséget vásárolunk, vagy árverésre átveszünk. VI., Andrásy út 16. Tel.: 06-1/317-4757, H-Sze: 10-17, Cs: 10-13.

FESTMÉNYEK, MŰTÁRGYAK, hagyaték felvásárlása! 1077 Bp., Wesselyeni u. 9. Kárai Galéria. Tel.: 06-20/924-5370. www.karaigaleria.hu

KIEMELT ÁRON vásárolok bécsi színházak részére is bútorokat, festményeket, dísz tárgyakat, gyűjteményeket, ezüstműveket, bizsukat, hangszereket, lemezeket, könyveket, hagyatékokat, ruhaneműt, szőrmét. Készpénzes fizetéssel. 06-30/943-5583.

ANTIKVITÁS VÁSÁROL készpénzes fizetéssel festményeket, porcelánokat, könyveket, kerámiákat, ezüstpénzeket, karórákat, lakberendezési tárgyakat. Teljes hagyatékkal. Díjtalan kiszállással. www.hildaantkvtas.hu. Tel.: 06-30/462-8883, 06-1/951-8307.

ANTIKVITÁS BUDAPEST, VÁLLALJUK: régiségek, festmények, lakberendezési tárgyak, könyvek, porcelánok, órák, hagyatékok, örökségek stb. felvásárlását készpénzben. www.antikvitasbudapest.hu. Tel.: 06-30/343-5233.

FESTMÉNYEKET VÁSÁROLOK! Antik és kortárs képek, akár teljes gyűjtemény azonnali készpénzes vásárlása. Tel.: 06-70/550-7909.

KASTÉLYOK BERENDEZÉSÉHEZ vásárolok festményeket, aranyakat, ezüstpénzeket, kitüntetések, porcelánokat, órákat, kristályokat, papírpénzt, érméket, bútorokat, gyűjteményeket stb. Díjtalan kiszállás, értékbecslés. 06-30/400-3645, zsolny08@gmail.com

KERÜLETI LAKOS kvalitásos festményt, gyűjteményt venne magánszemélytől, befektetési céllal. Tel.: 06-30/822-8050.

RÉGISÉG ÉS ÉKSZER felvásárlása, ingyenes, korrekt értékbecsléssel, azonnali készpénzfizetéssel! 06-70/611-0596.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

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

SZÍNHÁZAK RÉSZÉRE mindennemű régiségek felvásárlása készpénzért. Dísz tárgyak, festmények, bútorok, hagyatékok. Kiszállítás, szakbecslés díjtalan! 06-30/419-2713. Diszkrét ügyintézés, korrekt árajánlat. www.antiklakberendezes.hu

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, ezüstpénzeket, festményeket, bútorokat, porcelánt, karórákat, könyveket, teljes hagyatékokat, zongorát. Tel.: 06-20/474-0948.

TÖRT ARANY, FAZONARANY felvásárlása. Telefonszám: 06-20/614-5514.

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

KASTÉLYOK BERENDEZÉSÉHEZ VÁSÁROLOK festményeket, ezüstöt, porcelánokat, bronzokat, órákat, bútorokat, katonai tárgyakat, hagyatékokat stb.! Üzlet: 06-30/286-4717, nemzetantik@gmail.com

BUDAI JÓZSEF: HAGYATÉK, lakáskiürítés. Felvásárolnék antik bútor, szobrokat, órákat, ezüstpénzeket, ékszereket, pénzérméket, kitüntetések. Viber: 06-70/673-7787. E-mail: antik@magyarantik.hu

RÉGISÉGET, ANTIK TÁRGYAKAT, teljes hagyatékok felvásárolunk. Kollár István, 06-20/472-5952.

FIG

AKTÍV HEGYVIDÉK

NYÁRI PROGRAMOK

VÁROSMAJORI FUTÓKLUB

Kedd 18.30–19.30
Városmajori futópálya, rajthely

NORMAFA FUTÓKLUB

Csütörtök 18.30–19.30
Gyülekező: a Norma Látogatóközpont bejáratánál

AEROBIK

Foglalkozások csak iskolai tanulmányi időszakban zajlanak, iskolai szünetekben nem!

Hétfő

18.00–19.00 Jókai Mór iskola (Diana utca 4.)

18.30–19.30 Tamási Áron iskola (Mártonhegyi út 34.)

Kedd

18.00–19.00 Tamási Áron iskola (Mártonhegyi út 34.)

Szerda

19.00–20.00 Jókai Mór iskola (Diana utca 4.)

19.30–20.30 Tamási Áron iskola (Mártonhegyi út 34.)

Csütörtök

19.00–20.00 Németvölgyi Általános Iskola (Németvölgyi út 42–46.)

Péntek

17.00–18.00 Arany János iskola (Meredek utca 1.)

KIMÉLŐTORNA

Foglalkozások csak iskolai tanulmányi időszakban zajlanak, iskolai szünetekben nem!

Hétfő

19.00–20.00 Jókai Mór iskola (Diana utca 4.)

19.30–20.30 Tamási Áron iskola (Mártonhegyi út 34.)

Szerda

18.00–19.00 Jókai Mór iskola (Diana utca 4.)

18.30–19.30 Tamási Áron iskola (Mártonhegyi út 34.)

Csütörtök

18.00–19.00 Németvölgyi Általános Iskola (Németvölgyi út 42–46.)

Péntek

16.00–17.00 Arany János iskola (Meredek utca 1.)

MOZGÁS EGYETEME

Foglalkozások csak iskolai tanulmányi időszakban zajlanak, iskolai szünetekben nem!

Kedd 18.30–19.30

Testnevelési Egyetem, „K” épület, Athén-terem (Alkotás utca 44.)

ZUMBA**Hétfő** 15.00–16.00

MOM Sport, balett-terem (Csörsz utca 14–16.)

Szerda 17.00–18.00

MOM Sport, balett-terem (Csörsz utca 14–16.)

ASZTALITENISZ

Foglalkozások csak iskolai tanulmányi időszakban zajlanak, iskolai szünetekben nem!

Hétfő 18.00–19.00

Szombat 9.00–10.00
Városmajor utca 29., tornaterem

FUNKCIONÁLIS EDZÉS

Hétfő 17.30–19.00

Szerda 18.00–19.30
Városmajor utca 71.,
műfüves labdarúgópályák

Olyan komplex, eszközzel vagy eszköz nélkül végzett mozgásformák, amik a mindennapi életben is használhatók. Nemcsak a fizikai kondíciót alakítják, hanem mentálisan is erősé tesznek

TAEKWONDO**Szerda** 18.30–20.00

TE – Alkotás utca 44., K épület, Los Angeles-terem

Dél-koreai eredetű küzdősport, amit kortól, nemtől függetlenül bárki bármennyig gyakorolhat. Az edzéseken az alapvető technikák elsajátítása mellett az önvédelem van a fókusz

INTEGRAL YOGA**Szerda** 20.00–21.00

MOM Sport, balett-terem (Csörsz utca 14–16.)

Csütörtök 19.00–20.00

Livia-villa (Költő utca 1/a)
Szükséges felszerelés: jógamatrac

A programok – a többnapos túrák (szállás, étkezés, utazási díjak) kivételével – a hegyvidéki lakosok számára INGYENESEK! Információ: Hegyvidéki Szabadidősport Nonprofit Kft., XII., Városmajor utca 29., Lohm Angéla sportszervező (lohm.angela@hegyvideksport.hu, 06-70/442-2135).

A résztvevők a programokon való részvételükkel hozzájárulnak a kép-, videofelvétel készítéséhez és annak a Hegyvidéki Szabadidősport Nkft. weboldalaira és Facebook-oldalaira történő feltöltéséhez, valamint a cég kommunikációjához, marketingjéhez történő időbeli korlátozás nélküli felhasználásához.

A vb-re készül a Normafánál edző maratoni futó

Szabó Nóra ugyan nem a Hegyvidéken lakik, ám évek óta minden héten a Normafánál edz. A magyar csúcstartó maratoni futó megnyerte az idei „Előzd meg a fogaskerekűt!” versenyt, hamarosan pedig a hazai rendezésű atlétikai világbajnokságon képviseli a magyar színeket.

– Emlékszik még, milyen volt az idei „Előzd meg a fogaskerekűt!” verseny, amit elsőre sikerült megnyernie?

– Persze hogy emlékszem, azt a kemény hegymenetet nehéz el-

– Valóban ez lesz az első, bár a tavalyi eugene-i világbajnokságra is kvalifikáltam, de sajnos túl közel volt a müncheni Európa-bajnoksághoz, amin végül 17. lettem. Nem is tudom, össze lehet-e ha-

Most már negyedik éve minden vasárnap ott vagyok, koptatom az aszfaltot, és minden alkalommal rá kell jönnöm, hogy a János-hegy, bizony, nem lesz „síkkabb”... Nagyon-nagyon szeretek ott edzeni. Jó felmenni egy kicsit, olyan, mintha egy másik világba csöppennék, tisztább a levegő, sok-sok fa van. Örömmel látom, mennyire sokan járnak oda sportolni, legyen az túrázás, nordic walking vagy kerékpározás.

– Pesten él, a Margitszigeti AC versenyzője, nem esik túl közel a Norma. Miért választotta mégis állandó külső edzőhelyszínnek?

– Kultikus hely, régebben is sokan edzettek, készültek ott a hosszútávfutók közül. Hosszú futásra kiváló, mert a forgalomtól elzárt – én mindig az aszfaltos részen haladok –, és változatos edzéseket lehet végezni. Olyan, mint egy hullámvasút.

– Talán nem mindenki tudja önről, hogy 23 évesen azért húzott futócipőt, hogy lefogyjon. Gondolta volna, hogy ebből egyszer világbajnoki részvétel lesz?

– Amikor elkezdtem futni, valóban az motivált, hogy vékonyabb legyek, ami aztán hamar átalakult, és már azért húztam futócipőt, mert szerettem a futást, és ez a mai napig így van. Az, hogy egyszer világbajnokságon indulok, soha nem jutott az eszembe. Semmilyen komolyabb célom nem volt akkor, 2011 nyarán.

– Mire volt szűkség a vb-részvétel eléréséhez?

– A futáshoz elsősorban az kell, hogy szeressük. A céljaink eléréséhez legalább ennyire fontos a kitartás és a szorgalom. Biztos számít a tehetség is, de a szorgalom többet ér. Kell az is, hogy higgyünk magunkban, higgyünk abban, hogy bármire képesek le-

hetünk, és csak pozitívan szabad gondolkodni, edzeni, rajthoz állni, mert a gondolatnak teremtő ereje van.

– Ahogy említette is, új maratoni országos csúcsot futott az idén februárban Sevilében. Lehet ezen tovább javítani?

– Akár sikerülhetett volna sokkal jobban is az a versenyem... A maratoni futás nem egy sprintszám, amit bármelyik héten le lehet futni, évente két, esetleg három esélye van az embernek arra, hogy jól teljesítsen. Azt gondolom, bőven lehet még javítani, ezen a szinten már a másodpercek is nagyon értékesek és sokat számítanak. A budapesti világbajnokságon augusztus 26-án reggel 7 órakor rajtol el a női maratoni mezőnye. Ki tudja megmondani, milyen időjárás lesz aznap? Azt, hogy ott milyen időt futok, ez is meghatározza majd.

– Milyen célokkal vág neki a nagy kalandnak, mivel lenne elégedett?

– Reális célokat tűztünk ki az edzőmmel. Szeretnék 2 óra 30



Szabó Nóra maratoni futó

– Az első vb-indulás tehát már megvan. Mi lehet a következő lépés, akár az olimpia?

– Szeretnék jól futni a vb-n, szeretnék elégedett lenni, miután célba értem, szeretném, ha az edzőm is elégedett lenne az eredményemmel. Minden tőlem telhető megteszek azért, hogy ez így legyen, nagyon motivált vagyok. Nagy álmom, hogy indulhassak az olimpián. A szintidő igen erős, 2:26:50 a nőknél. Ranglistapontokkal is ki lehet jutni, de az utóbbi években ren-



Rajtra várva az „Előzd meg a fogaskerekűt!” futóversenyen...

felejtani! Őszintén szólva nem készültem rá, a februári maratonim után eddig a versenyig csak síkon edztem, de biztam abban, hogy a lábam nem felejt el a néhány hónappal korábbi emelkedős edzéseket, és megy majd a taposás. Úgy tűnik, így volt, hiszen megnyertem a versenyt. Bár ez csak az utolsó 300–350 méteren dőlt el.

– Azért kérdeztem, mert akkor azt mondta nekünk, hogy reméli, ott lesz a budapesti atlétikai világbajnokságon. Ez sikerült – amihez ezúton is gratulálunk –, de mi kellett ahhoz, hogy elérje a célját?

– Köszönöm szépen a gratulációt! Elsősorban sok-sok kemény edzés, kitartás, szorgalom, hit, akarat, valamint természetesen egy – a legjobb – edző, Berkovics Imre! Valójában a ranglista szerint már a februárban futott maratoni országos csúcsmal (2:28:25) szinte biztosra vehető volt a kijutásom, de én csak a ranglista lezárása után, május 31-én lettem nyugodt. A 74. helyen kvalifikáltam magam, a maratoni számban egyedüli magyarként.

– Ez lesz az első világbajnoksága. Más ez, mint a korábbi nagy versenyek, amiken elindult?

sonlítani bármelyik eddigi versenyt a hazai rendezésű vb-vel. El sem tudom képzelni, milyen érzés lehet majd itt futni, sok ezer – de remélhetőleg még annál is több – hazai sportrajongóval az útvonal mentén, hallani azt, hogy nekem drukkolnak, az én nevetemet kiabálják a családom, a barátaim, az ismerőseim, a szurkolóim. Már a gondolatától is libabőrös vagyok!

– Hogyan készül a nagy megméretésre?

– Az utóbbi két hónap nagyon-nagyon sűrű volt, mert nekem nem a sport a főállásom, nem vagyok profi futó, nem ebből élek. Dolgozom, naponta egyszer edzem, és éppen az első évet fejezem be pszichológia szakon. Sajnos semmi időm sem jut a regenerációra, de majd ha június végén végzek a vizsgákkal, már „csak” a munka és az edzések maradnak. Azonban egyáltalán nem panaszkodom, sőt! Én választottam, én döntöttem úgy, hogy újra elkezdek tanulni, és nem bántam meg.

– A mostani felkészülésében is fontos helyszín a Norma?

– Természetesen „normafás” edzés nélkül nincs felkészülés!



...és már a győzelem után, az eredményhirdetésen

percen belül futni, de azt nehéz megmondani, hogy ez az eredmény milyen helyezést érhet majd. Nem tudni, kik állnak végül rajthoz, milyen lesz a mezőny, ez majd a verseny előtti napokban válik véglegessé.

teget fejlődött a maratoni futás, és már sokan meg is futották a szintet a jövő évi párizsi olimpiára. Teszek érte, hogy az én nevem is hamarosan ott lehessen a rajtlistán.

sm.

Ezreket mozgatott meg a diáksportbajnokság

Hét számban – atlétika, labdarúgás, kosárlabda, röplabda, dodgeball, sakk, túrázás – versengtek a XII. kerületi iskolák tanulói a Hegyvidéki Diáksportbajnokságban. A koronavírus-járvány óta ez volt a második szezon, amikor a teljes tanévben zajlottak a Hegyvidéki Szabadidősport Nonprofit Kft. által rendezett versenyek.

A lebonyolítás nem változott, a sportteljesítmény mellett a résztvevők száma alapján is pontokat szerezhettek az iskolák. Ennek megfelelően a végelszámolásnál azok az intézmények végeztek előrébb, amelyek a létszámaikhoz képest minél több gyereket mozgatottak, és a dobogós helyezések tekintetében is jól szerepeltek.

Összesen 2639-en álltak rajthoz a június elején véget érő diáksportbajnokságban. Az atlétikaver-



A Nárcisz Futás is beleszámított a szabadidős pontverseny eredményébe (fotónk egy korábbi rendezvényen készült)

nyek voltak a legnépszerűbbek, mezői futásban, váltófutásban és a pályaversenyeken nagy létszámú csapatok indultak. Az alsó tagozatosok körében a dodgeball és a

labdarúgás vitte a prímet, ezeken a pontversenyben szereplő tizenkét iskolából nyolc állt rajthoz. A középiskolás korosztályban a csapatversenyek közül a röplabda von-

zotta a legtöbb csapatot, míg az egyéni versenyszámoknál az atlétika-pályabajnokság.

A szabadidős pontverseny keretében az „Előzd meg a fogaske-

reküt!” rendezvényen rekordlétszámú kisdíjak túrázott, a 7 kilométeres távot 931-en teljesítették. A májusi Nárcisz Futás résztvevői a rákos gyerekeknek gyűjtöttek adományokat. A jótekonysági versenyen tizenhárom iskola és óvoda közössége állt ki beteg társaiért.

A Hegyvidéki Diáksportbajnokság I–II. korcsoportjában az ELTE Gyertyánffy István Gyakorló Általános Iskola, a III–IV. korcsoportban a Pannonia Sacra Katolikus Általános Iskola, míg a középiskolák között a Városmajori Gimnázium végzett az élen. A szabadidősportbajnokságban a Városmajori Kós Károly Általános Iskola és a Németvölgyi Általános Iskola azonos pontszámmal osztozott az elsősen.

M.