

BUDAKESZIERDŐ • CSILLEBÉRC • FARKASRÉT • FARKASVÖLGY • ISTENHEGY • JÁNOSHEGY • KISSVÁBHEGY • KRISZTINAVÁROS • KÜTVÖLGY
MAGASÚT • MÁRTONHEGY • NÉMETVÖLGY • ORBÁNHEGY • SASHEGY • SVÁBHEGY • SZÉCHENYIHEGY • VIRÁNYOS • ZUGLIGET

Kedves, illatos, szórakoztató: karácsonyig tart az adventi vásár

Finomakat enni és inni, vásárolgatni, beszélgetni, azaz: jól érezni magunkat. Nagyjából ezért szeretjük az adventi vásárokat, és így van ez a Hegyvidéken is, annival kiegészítve, hogy nálunk bőven akadnak extra programok. Emiatt kapott helyet egy színpad a Városháza téren, ahol a hét öt napján egymásnak adják az egyébként persze nem létező kilincset a fellépők. Kilincset tehát nincs, annál inkább vannak viszont bábelőadások, mesék, koncertek, no meg vasárnap gyertyagyújtás.

Sőt, még egy „békebeli”, igazi, díszes, lassan forgó, amolyan méltóságjeljes körhintát is sikerült a polgármesteri hivatal elé varázsolni. Mert varázslatból nincs hiány az idei vásáron. Elég csak odamenni, és az embert óhatatlanul megérinti valami más, valami rendkívüli – talán a karácsony szelleme, amitől minden szebb, jobb, kedvesebb lesz.

A „nulladik” napon, azaz advent első vasárnapján leginkább a gyerekeknek kedveskedtek a szervezők, és ez jó alkalom volt a szokásos karácsonyi rajzverseny eredményhirdetésére. Ebben tevékenyen részt

minden évben lehetőséget biztosít a kerületi óvodás és iskolás gyerekeknek, hogy kreatív alkotásaikkal még szebbé tegyék az ünnepet. Az idei, „Első gyertya” című pályázatra huszonöt kerületi intéz-

is, hogy az adventi vásár idején a rajzok fényjáték formájában megjelenjenek a polgármesteri hivatal homlokzatán, még nagyobb jó kedvet és még több mosolyt csempészve az ünnepbe.

Az eredményhirdetés után eszébe sem jutott hazaindulni a népes látogatóseregnek, inkább mindenki szétnézett a vásáron, amely most sincs híján érdekeseknek. „Dél előtt a bábelőadáson voltunk,

nyilván díszeket a fenyőfánkra” – mesélte Judit, hozzátéve, hogy bár nem pártfogolja a cukros ételeket, azért a székely kürtőskalácsos standjánál kivétel tette egy málnás finomság erejéig, amelyet azon nyomban meg is kóstoltak – hiszen tudvalevő, hogy a kürtőskalács melegen a legfinomabb.

Ezt megerősítette Bálint Irma is, a finomság árusítója, aki a vásár állandó résztvevője, immár huszonkét éve minden évben eljön ide Székelyudvarhelyről: „Ismerjük a vásárlókat, ők is miniket, és persze mindig jönnek újak, mi pedig igyekszünk jó illatokkal, finom ízekkel kedveskedni nekik. Nem tudom, a nagynyám, akitől a saját receptünket tanultam, mit szólna hozzá, de most először málnás és pisztácia kürtőskalácsot is kínálunk... Érdekes, mert a málna egy kicsit savanykás, a pisztácia pedig sós.” (Folytatás a 4. oldalon)



vett Kocsik Tekla alpolgármester, aki nemcsak köszöntötte a kicsiket és szülőiket, hanem az ajándékok átadásában is segédkezett.

Mint elmondta, az önkormányzat az adventi időszakban

ményből százhatvan kislány és kislány küldte be rajzait, amelyekből kiállítás nyílt a polgármesteri hivatal folyosógalériájában.

Ennél is nagyobb élmény az alkotóknak, és persze a nézőknek

Mint Kocsik Tekla fogalmazott, a gyerekek rajzai szebbé, ragyogóbbá, meghittebbé teszik mindannyiunk karácsonyát. Természetesen az összes művészpalánta jutalomban részesült.

azán együtt tapsoltuk meg a rajzverseny díjazottjait, köztük a kislányomat, Mártit, aki alig várta, hogy körhintázzon egyet. Előtte azért felfedeztük az árusokat, és vettünk is kézzel készült karácso-

Gyermekajándékok nem csak gyerekeknek

„Minden ajándék, amit adnak, még ha kicsi is, valójában nagyszerű, ha szeretettel adják” – így ír Pindarosz, az ókori görög költő, akinek a gondolata még időszerűbb karácsonykor. Ez a nagyszerűség jellemzi a hegyvidéki diákokat, akik minden évben csatlakoznak a rászoruló részére szervezett gyűjtésekhez. A gyerekek nemcsak a családokra és kortársaikra, hanem a segítségre szoruló állatokra is gondoltak.

Tizenhat éve szervez adománygyűjtést a Sashegyi Arany Iskola-alapítvány az erdélyi Mezőségben működő magyar szóránkollegium 4–11 éves diákjainak. Ezúttal is cipősdobozokban várja az ajándékokat, elsősorban játékokat, plüssöket, csupa olyan tárgyat, aminek örülnek a gyerekek. A vászárúti kollégium könyvtárának könyveket is lehet küldeni, ami rendkívül fontos a magyar nyelv megőrzése szempontjából. A szóránkollegiumot a Kallós Zoltán Alapítvány működteti, amelynek a küldetése, hogy a Mezőségben élő magyar gyerekek anyanyelvi oktatást kapjanak.

Huszonegyedik alkalommal hirdette meg az „Összetartozásunk ajándékai” elnevezésű karácsonyi gyűjtését a Szent László Társaság és a Rákóczi Szövetség, a Magyar Máltai Szeretetszolgálat



„Mosolyvarázsolás” a Virányos Általános Iskolában

A felhíváshoz minden évben csatlakozik a Zugligeti Általános Iskola, ahová tartós élelmiszereket, édességeket, könyveket, társasjátékokat és tisztítószereket vittek be a diákok. Ebben az évben a kár-

hályfalvi napközi otthonba, szatmári és ugocsi óvodákba, iskolákba, Felvidéken bodrogközi és Ung-völgyi családokhoz, valamint a perbenyiki anyaotthonba, míg Délvidéken a Lurkóházak otthonaiba kerülnek az ajándékok.

Még 2017 november elején jelentkezett a PontVelem Okos Programban megjelenő „Varázsolj mosolyt egy társad arcára” című felhívásra a Virányos Általános Iskola. A kapcsolat azóta sem szakadt meg, karácsony táján hatalmas lelkesedéssel gyűjtik a tanulók az ajándékokat a rászoruló gyerekeknek.

Mindenki egy nagy doboz játékot, könyveket, plüssöket, társasjátékokat kap a hegyvidéki iskoláktól, akik a dobozokra ráírták, hogy milyen nemű és korú gyerekeknek küldik ezeket. A csomagolásban segítettek az iskola dolgozói, sőt, a múlt évhez hasonlóan már előre gyűjtötték az üres dobozokat. A csomagokat a Magyar Máltai Szeretetszolgálat juttatja el a rászorulókhöz. (Folytatás a 4. oldalon)



A zugligetis gyerekek az „összetartozás ajándékait” gyűjtik

támogatásával. A felajánlásokat nehézségben lévő külföldi magyar családoknak, gyermekotthonoknak, óvodáknak és iskoláknak juttatják el.

pátaljai ráti Szent Mihály Gyermekotthonba és az ottani családokhoz, Erdélyben Bőjte Csaba gálospetri és székelyhídi gyermek- és napközi otthonába, az érmi-

Kerületi adományok rászorulóknak

Több mint százötven cipősdoboznyi ajándékkal lepték meg a hegyvidékiek a rászoruló gyerekeket. A gondosan becsomagolt játékokat, sporteszközöket, iskolai felszereléseket, higiéniai és kozmetikai kellékeket két intézmény képviselője adta át a jótékonyági akciót meghirdető MOM Sport és Hegyvidéki Sportközpont ügyvezetője, Móczán Mónika, valamint Kovács Gergely polgármester és Kocsik Tekla alpolgármester (képünkön).

„Minden lehetőséget érdemes kihasználni a közösség bevonására, hiszen a segítségnyújtás területén korlátozottak egy önkormányzat lehetőségei” – mondta a jótékonyági akció kapcsán a XII. kerület polgármestere. Mint kiemelte, mindenki számára hasznos egy ilyen kezdeményezés, mert túl azon, hogy az adakozók és a megajándékozottak számára

„Harmincegy éve működünk a kerületben, elsősorban lemorzsolódás által érintett gyerekeket fogadunk. Rendkívül sok hátrányos helyzetű tanuló van, nagyjából a negyedük gyermekotthonból érkezik” – mutatta be röviden az intézményt Kelemené Szlatnek Rita igazgató. Kitért arra is, hogy főként a szocializációra helyezik a hangsúlyt, valamint lényeges, hogy az általános iskolát náluk befejező gyerekek be tudjanak illeszkedni a társadalomba.

Az intézményvezető elmondta, hogy az ajándékokat az osztályok kapják meg a karácsonyi ünnepeiken. Mivel a tanulók sok időt töltnek az iskolában, és a gyermekotthonban élők nem tudnak túl sok tárgyat birtokolni, ezért fontos, hogy legyenek különféle fejlesztőjátékok az osztályokban,

ból. A szervezet képviselőjében érkező Toldi Tanoda vezetője, Lencse Máté arról beszélt, hogy több száz gyereket érnek el, és bár a halmozottan hátrányos helyzetű családok a célcsoportjuk, mindenki előtt nyitva állnak a foglalkozásaik, programjaik.

A keleti határszélen található, kis, háromszáz fős zsáktelepülésen, Toldon dolgozó pedagógus elmesélte, hogy a gyerekekkel általában már november végén megkezdik az ünnepi készülődést, a Mikulás-nappal és a karácsonyi ünnepséggel pedig egy kicsit hozzá tudnak járulni ahhoz, hogy legalább az év végén szép legyen a nem túl könnyű helyzetben lévő családok élete.

„Szerencsésnek érezzük magunkat – zárta szavait Lencse Máté –, sok helyről érkeznek cipősdoboz-adományok. Azonban



is örömet okoz, a közös ügyekben való részvételi hajlandóságot, az önkéntességet is erősíti.

Az ajándékok egy részét a Nyitott Világ Fejlesztő Iskola kapja.

amik tartalmas kikapcsolódási lehetőséget kínálnak.

A dobozok másik része kelet-magyarországi fiatalokhoz jut el az Igazgyöngy Alapítvány jóvoltá-

minden újabb felajánlásnak nagyon örülünk, hiszen ez eggyel több gyermeket jelent, akit meg tudunk ajándékozni.”

Kábítószerügyi egyeztetés a fiatalok védelmében

Magyarországon a 16 évesek 45%-a alkalmasszerűen, 20%-a napi szinten használ valamilyen dohányterméket, 60% iszik havonta legalább egyszer alkoholt, 43% berúg, míg 27% tiltott szerekhez nyúl. Ez egy friss kutatás riasztó eredménye, amiről a XII. kerületi önkormányzat által szervezett kábítószerügyi egyeztető fórumon beszélt dr. Szécsi Judit.

A szakember, aki részt vett Budapest 2024–2029-es drogstratégijának kidolgozásában, elmondta, hogy e terv egyik legfontosabb célkitűzése a szerhasználat mértékének és ártalmának csökkentése. Az általános prevenció mellett

ták, például az Elf Bar vagy a Poco Bar, valamint az ínre helyezve használt dohánytermék, a snüssz. További veszélyt jelent, hogy a fiatalok körében egyre gyakoribb a fájdalomcsillapítók, nyugtatók használata, amiknek a túladagolása miatt már súlyos esetek is előfordultak.

Sztanyó István rendőr alezredes, a XII. kerületi rendőrkapitányság vezetője hangsúlyozta, leggyakrabban kábítószer birtoklása miatt indítanak eljárást, főként más rendőri intézkedésekkel összefüggésben. A terjesztés egyáltalán nem jellemző a Hegyvidéken, az elmúlt nyolc évben mind-



Cselekvési tervet készítenek a szakemberek a drogproblémák kezelésére

célzott programokra is szükség van – tette hozzá. A különösen veszélyeztetettek körébe tartoznak a nehezen beilleszkedők, valamint a magatartási és tanulási problémával küzdő gyerekek, továbbá azok is, akiknek a szülei valamilyen szellemi betegség által érintettek. A stratégia az alacsonyküszöbű ellátások kiterjesztését is célozza, hogy becsatornázza az ellátórendszerbe azokat, akik maguktól nehezen jutnának el az intézményi ellátóhelyekre.

A fórumon részt vevő XII. kerületi iskolák vezetői arról beszéltek, hogy intézményeikben ritkán találkozhatnak kábítószer-fogyasztással vagy -terjesztéssel, sajnos azonban ez nem azt jelenti, hogy a drogok ne lennének jelen a diákok életében, főként a szabadidejükben. Kitértek arra is, hogy a dohányzás visszaszorulóban van, ugyanakkor egyre elterjedtebbek és meglehetősen veszélyesek a különböző ízesített, nikotint nagy mennyiségben tartalmazó, legálisan nem forgalmazható e-cigarett-

össze három ezzel kapcsolatos bűncselekmény fordult elő. A rendőrség elsődleges célja továbbra is a kínálatcsökkentés, azaz a terjesztők felderítése, valamint az, hogy az érintettek – a fiatalok, a szülei és a pedagógusok – tisztában legyenek a szerhasználat veszélyeivel, és tudják, hová fordulhatnak segítségért. Ennek érdekében a kapitányság munkatársai rendszeresen tartanak előadásokat az iskolákban.

Arra kell törekedni, hogy a fiatalok ne függőségekbe meneküljenek, hanem értelmes dolgokban merüljenek el – emelte ki Surányi Judit, az önkormányzat szociálpolitikai és esélyegyenlőségi tanácsnoka. A dropprevenció szakember elmondta, hogy a XII. kerületben jó az ellátórendszer, lehet hová fordulni, ha baj van. Ezzel együtt szükség van a fővárosi drogstratégián alapuló kerületi cselekvési tervre, aminek a kidolgozása még az idén decemberben megkezdődik.

ko.

Megszűnik az Ügyfélkapu

Ahhoz, hogy kapcsolatba léphessünk az elektronikus ügyintézés és szolgáltatást nyújtó szervekkel és közintézményekkel, hosszú éveken át kizárólag a magyar állam elektronikus ügyfélbejelentő és azonosító rendszerét, az Ügyfélkaput használhattuk. Ez azonban 2025. január 16-án megszűnik, helyébe pedig a 2022 nyaráról működő Ügyfélkapu+, valamint az ez év őszén elinduló Digitális Állampolgárság Program (DÁP) mobilalkalmazása lép. Fontos tudni, hogy az Ügyfélkapu+ regisztrációjának utolsó napja 2025. január 15., ezt követően már csak a DÁP alkalmazását lehet igénybe venni.

Miben más az Ügyfélkapu+ és a DÁP? Az előbbi lényegében megegyezik az Ügyfélkapuval, az egyetlen különbség, hogy a „+” változatban a belépés biztonsági okokból már kétféle azonosítással történik. Tehát a felhasználónév mellett nemcsak a jelszóra van szükség, hanem arra is, hogy megadjunk egy a mobil eszközre (telefon, táblagép) telepített hitelesítő alkalmazás által generált, egyszer használatos kódot is. Az emelt szintű azonosítási

szolgáltatás az ügyfélkapu.gov.hu felületen történő bejelentkezést követően igényelhető.

A tervek szerint 2025. december 31-ig elérhető Ügyfélkapu-szeropét a már most is használható DÁP-mobilalkalmazásban lévő, egyszerű és biztonságos azonosítási rendszer veszi át. Az applikációval történő belépéskor nem kell felhasználónévet és jelszót beírni, hanem elég leolvasni egy QR-kódot, és a telefonon biometrikus (ujjlenyomat vagy arcfelismerés) azonosítással tudjuk igazolni magunkat. Rendőri ellenőrzés során az alkalmazásban lévő QR-kódot is bemutatjuk, és egy gombnyomással igényelhetünk digitális hatósági erkölcsi bizonyítványt.

A későbbiekben minden okmány digitális változata elérhető lesz a DÁP-mobilalkalmazásban, és itt lehet majd intézni például a gyermekvállaláshoz, vállalkozás indításához, költözéshez vagy autótársárláshoz kapcsolódó ügyeket is. Elsőként, várhatóan egy év múlva, a gépjármű-adásvétel teljes folyamata lesz elintézhető az applikációban.

-vá-

ÖNKORMÁNYZATI KÉPVISELŐ-TESTÜLETI ÜLÉS

Középpontban a közbeszerzések

Több olyan beszerzés, közbeszerzés lebonyolítását tervezi a XII. kerületi önkormányzat ez év végén és a jövő év elején, ami ahhoz szükséges, hogy biztosított legyen a korábban megkötött, lejáró szerződésekké érintett feladatok ellátásának a folytonossága. Az új szerződések részben vagy egészben a következő esztendőre jelentenek kiadást, ugyanakkor a 2025-ös költségvetés – a törvényi előírásokat betartva – csak a jövő év elején készül el. Emiatt a képviselő-testület, a Közbeszerzési Hatóság útmutatójának megfelelően, kötelezettségvállalási határozatokban biztosított fedezetet az említett feladatokra november 28-án ülésein.

A jövő évi villamosenergia-beszerzésre az önkormányzati intézményeknél 38,1 millió forintot, a MOM Kulturális Központ Nonprofit Kft. esetében 43,3 millió forintot, a Gazdasági Ellátó Szolgálat (GESZ) számára pedig 25,4 millió forintot tervezett be a testület. A GESZ földgázbeszerzése 21,6 millió forintot keretben lett meghatározva, a szintén a GESZ költségvetését érintő közétkeztetési és tálalókonyhai szolgáltatásra vonatkozóan pedig 1 milliárd 260 millió forintnyi fedezetről döntöttek a képviselők.

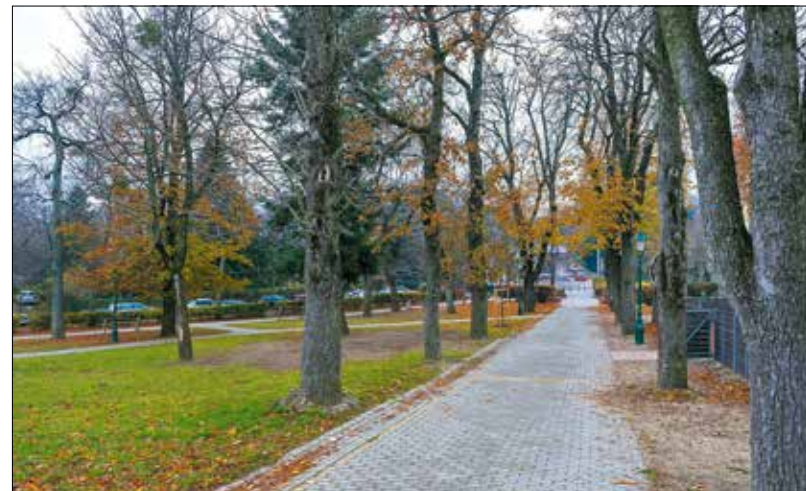
A 2025-ös és 2026-os zöldfelület-fenntartási feladatokra évi 1 milliárd 238 millió forintot, míg mélyépítési munkákra – a „helyi közutak kezelése, fejlesztése és üzemeltetése” kiadási előirányzat keretében – évi 1 milliárd 156 millió forintot szavazott meg a testület. A Hegyvidéki Szabadidősport Nonprofit Kft. létesítményeinek takarítási feladataira 50,8 millió forint áll majd rendelkezésre, a Hegyvidék Lapkiadó nyomdaköltségeire pedig 38,4 millió forintot keret lesz biztosítva az önkormányzat jövő évi költségvetésében.

A téma vitájában Fonti Krisztina képviselő (Fidesz) arra kérdezett rá, miért van szükség a helyi adók emelésére, miközben a zöld területek fenntartására és az utak felújítására jóval kevesebb összeget tervez az önkormányzat, mint amennyit a korábbi vezetést ténylegesen költött 2023-ban és 2024 első három negyedévében. Vadász Gábor alpolgármester arra hívta fel a figyelmet, hogy 2023-ban és 2024-ben is a tartalékaiból költek a Fidesz vezette önkormányzat. Hozzátette, hogy az összehasonlítás azért sem állja meg a helyét, mert a korábbi gyakorlat szerint a választás előtti időszakban mindig

többet költött az önkormányzat, mint a ciklus első felében.

Pásztor Tibor (Magyar Kétfarkú Kutya Párt), a pénzügyi és tulajdonosi bizottság elnöke kiemelte, a mostani döntés arról szól, hogy 2025 elején, amikor még nincs költségvetése az önkormányzatnak, legyen képviselő-testületi kötelezettségvállalás a kiírandó közbeszerzések fedezetére. A jövő évi költségvetésben, képviselő-testületi döntéssel, akár még emelkedhetnek is az egyes feladatokra meghatározott keretösszegek. Ezzel együtt bízik abban, hogy az új vezetés által lebonyolított eljárások eredményeképpen kicsivel kevesebb összegért a korábbiakhoz képest több és jobb minőségű munkát kap az önkormányzat.

A 2024. évi közbeszerzési terv módosításának részeként a képviselők jóváhagyták, hogy az önkormányzat még ebben az évben indítsa el a szükséges közbeszerzési eljárásokat villamosenergia-beszerzésre, zöldfelület-fenntartási feladatok ellátására és mélyépítési



Továbbra is a kiemelt feladatok között szerepel a parkok fenntartása

a közétkeztetés feladatát – amire a jelenlegi szerződés ez év december 31-vel lejár – szintén „darabolja-e” az önkormányzat. Erre ugyanis egy évre 1 milliárd 260 millió forint összegben történik kötelezettségvállalás, viszont a feladat nem szerepel a közbeszerzési tervben.

Kovács Gergely hangsúlyozta: az előző vezetés olyan állapotban adta át az ügyeket, hogy nem lehetett volna időben lefolytatni a közbeszerzéseket, ezért beszerzési eljárásokat kellett lebonyolítani. Ezek után írják majd ki a hagyományos értelemben vett közbeszerzéseket.

megoldás született, erre úgynevezett koncessziós eljárást folytattak le. Hosszabb távra a jövő év elején írja ki a közbeszerzést az önkormányzat.

Vadász Gábor alpolgármester elmondta, a június 9-i választás után arra kérték a leköszönő vezetőt, hogy az már ne kössön hosszú távú szerződéseket, ám az nem volt kérés, hogy ne kezdje el a szerződések előkészítését, a műszaki tartalom összeállítását. Pásztor Tibor hozzátette: az előző vezetés úgy írt ki közbeszerzést a korábbi tervekben szereplő lombkorona-tanösvény fejéülére és jégpálya kialakítására, hogy nem volt meg rá a fedezet, a remélhető támogatás. Ezzel szemben a nélkülözhetetlen feladatellátások esetében még a közbeszerzések előkészítése sem kezdődött el. Ezt pótolja most az új vezetés.

Élő Norbert (Demokratikus Koalíció) szerint a nagyobb feladatoknál gyakran csak egy szereplő vesz részt a közbeszerzéseken, ezért fontos, hogy olyan feltételek legyenek, amelyek több pályázót is bevonzanak, és elősegítik a versenyt. Azt is megemlítette, hogy a zöldfelület-karbantartást végző cégek esetében jobban oda kellene figyelni, valóban elvégzik-e azt a mennyiségű feladatot, amiről kiállítják a számlát.

Kovács Gergely mindkét felvetéssel egyetértett. A parkfenntartás kapcsán elmondta, más kerületekben, ahol tematikus vagy területi alapon több részre bontották a közbeszerzést, jelentős verseny alakult ki, ezért itt is ezt a megoldást követik majd. Ma már kiváló városüzemeltetési szoftverek léteznek a zöldfelület-karbantartási munkák ellenőrzésére, ilyeneket is alkalmazni szeretnének a jövőben.

nn.



Több mint évi 1 milliárd forint áll majd rendelkezésre útfejlesztésre

munkák elvégzésére. Fonti Krisztina a napirendi vita keretében arra emlékeztette Kovács Gergely polgármestert, hogy korábbi ígéretei szerint a verseny érdekében megszünteti a közbeszerzések 15 millió forint alatti beszerzésekre bontását, ezzel szemben viszont a kerület összesen 90 millió forint összegben kötött 15 millió forint alatti szerződéseket. A fideszes képviselő azt is megkérdezte, hogy

„Bár ezt lehet versenykorlátozónak nevezni, így is 210 millió helyett 90 millió forintba fog kerülni például a parkolási rendszer informatikai üzemeltetése. Emiatt nem érte kár az önkormányzatot, sőt, akkor érte volna érdemi kár, ha az előző vezetés megkötötte azt a szerződést, amit szeretett volna” – nyomatékosította a polgármester. Arra is kitért, hogy a közétkeztetés esetében szintén átmeneti

Ködös harmónia

„Téli hangulat a kerületben” címmel fotópályázatot hirdetett az önkormányzat. Olyan felvételeket várt a kiíró, amelyek megörökítik, milyen csodálatos a XII. kerület téli köntösben, legyen szó havas tájról, karácsonyi fényekről vagy bármilyen szívemlengető pillanatról. Az önkormányzat Facebook-oldalára feltöltött sok csodaszép kép közül a legtöbb szavazatot végül Verő-Gergye Kristóf Normafánál készült fotója kapta, amelynek a címe: Ködös harmónia. Gratulálunk a győztesnek! Érdemes végignézni az „online kiállítást”, jó néhány magával ragadó felvétel született. A nagy érdeklődésre való tekintettel jövőre további hasonló pályázatok kiírása várható, még több kategóriában.



Karácsonyig tart az adventi vásár



(Folytatás az 1. oldalról)
Arra a kérdésre, hogy életében hány darab süteményt süített, csak annyit válaszolt: „Az egyenlítő körbejárná.”

Ahogy Judit említette, a vásáron ünnepi díszek is kaphatók, ami önmagában nem meglepő, lévén jön a karácsony, az alkotók kiléte azonban már nem ennyire megszokott. A Munka-Kör Alapítvány a Hallássérültekért hozta el ugyanis a portékáit, amik közt nincs két teljesen egyforma, mivel mindegyik kézzel készült, ráadásul újrahasznosított anyagokból, így a papírangyalka és a hóember a környezetet is védi.

Egyébként a Hűvösvölgyi út 81. alatt is megvásárolhatók ezek a valóban különleges ajándéktárgyak.

Ha már kézimunka, érdemes a vásáron egy – de akár több – pillantást vetni Sallai Jánosné szötteire. Már csak azért is, mert többet erre nem lesz alkalmunk: a Szék községből érkező népi mester húszéves Hegyvidékre járás után eldöntötte, hogy az idén jött utoljára. Ennek tiszteletére a legszebb abrónchos, szalagos mintás terítőit hozta el, nem egy közülük még a nagymamája keze munkája.

Nem nehéz kitalálni, hogy Mártit a fentiek közül a kürtöská-

zókat, akik minden csütörtökön ugye csak kóstolót kaptak, mert a cukor neki sem tesz jót. Édesanyja ezért kárpótlásul meglepte őt egy kőáttalakkal, mivel az ásványosnál szintén kapható eredeti cápa fogakat nem érezte eléggé lányos ajándéknak. Ezzel nem nagyon lehet vitatkozni, bár manapság talán a cápa fog sem számít extrém tárgynak, még a kislányok szemében sem, nem úgy, mint a szintén kapható ötmillió éves csigakövételek.

Az adventi vásár december 22-ig tart nyitva. Keddenként és csütörtökönként óvodások és iskolások műsorai szórakoztatják a vásáro-

zókat, akik minden csütörtökön látványos, élő zenés tűzshow-ban is gyönyörködhetnek. A hétvége leginkább a gyerekprogramok ideje, míg vasárnaponként a többi között „Lángos csillag” túra és adventi gyertyagyújtás gondoskodik az ünnepi hangulatról. Aki közben megéhezik, vagy megszomjazik, annak nem kell elzárándokolnia a közeli élelmiszerboltba, hiszen a Városháza téren meleg ételek és italok is kaphatók.

MM.

■ Az adventi vásár hátralévő programjai lapunk 6. oldalán olvashatók.

Adventi ebéd időseknek

Időpont: december 17-én és december 18-án 13.00
Helyszín: Barabás Villa (Városmajor utca 44.)

Az esemény a XII. kerületi nyugdíjasok számára nyitott. A limitált férőhelyek miatt előzetes regisztráció szükséges. Egy fő kizárólag egy alkalomra regisztrálhat.

A regisztrációra munkanapokon 10.00–14.00 óráig van lehetőség személyesen az alábbi helyszíneken:

Hegyvidéki Szociális Központ – Városmajor utca 16.

Normafa Gondozási Központ – Normafa út 1.

Németvölgy Gondozási Központ – Kiss János altábornagy utca 33/b

Gyermekajándékok nem csak gyerekeknek

(Folytatás az 1. oldalról)

Stenczer Leonóra tanárnő kezdeményezésére a Sashegyi Arany János Általános Iskola és Gimnázium adventi adománygyűjtést tart a Füzesabonyi Állatvédő Alapítvány által felkarolt nehéz sorsú, bántalmazott, beteg kutyák és

tablettára, porra, izületvédő, porcerősítő termékekre, Humac porra, Cobalplexre, Vetri Dmg-re, Immunovetre, probiotikumokra. Jól jön a junior kutyakonzerv, táp, alutasakos eledel is. Az alapítványi munkatársaknak nagy segítséget jelentenek a fertőtlenítők, szem-



Kutyáknak, macskáknak gyűjtöttek a diákok a Sashegyi Arany iskolában

macskák javára. A téli szünet kezdetéig lehet leadni a felajánlásokat az iskola portájával szemben kialakított gyűjtőpontra.

A beteg, allergiás és hasmenéssel kutyáknak jó minőségű tápokra van szükségük, valamint Endia bélflóra-helyreállító pasztára, Hepapet

teszcsák, papírtörölkő, nedves törölkendők, tisztítószer. Nem tudnak viszont átvenni szivaccsal, tollal töltött takarókat, párnákat, nagy méretű szőnyeget, ruhákat. Információ az alapítványról: www.fuzallatvedelem.hu.

-os

Gyorsabb vasúti közlekedés Budapest és Bécs között

Év végéig lezárul a korszerűbb, kiszámíthatóbb és gyorsabb vasúti közlekedést lehetővé tevő „Szűk keresztmetszetek felszámolása és az átjárhatóság fejlesztése a Budapest (Kelenföld) – Hegyeshalom (oh.) vonalon” CEF projekt. A beruházás Budapest és Hegyeshalom között lehetőséget teremt a nemzetközi és a belföldi forgalom gyorsítására, az utastájékoztató színvonalának a javítására, és közvetlenül Győr város és annak vonzáskörzetében élőknek is előnyöket hozhat.

A Budapest és Hegyeshalom közötti 1-es számú vasútvonal Magyarország legnagyobb áruforgalmat, belföldi és nemzetközi személyforgalmat egyaránt lebonyolító vonala, egyúttal fontos szerepet tölt be Európa vasúti közlekedésében. A MÁV a magyar kormány jóváhagyásával és az Európai Unió támogatásával ezen a vonalon a szűk keresztmetszetek felszámolását és a vasúti átjárhatóság növelését tűzte ki célul, annak érdekében, hogy megbízhatóbbá és pontosabbá váljon a vasúti közlekedés. A projekt célja a Budapest–Bécs vasúti összeköttetés színvonalának javítása, amit követően bővíthetővé válik a menetrendi kínálat, és tovább csökkenthető a járatok menetideje. Az új menetrendi szerkezetben várhatóan napi 16 pár járat kapcsolja majd össze a magyar és osztrák fő-

várost a jelenleginél rövidebb menetidővel. A fejlesztéssel javul a Győr–Bécs nemzetközi kapcsolat színvonala, csökken a Budapest és Győr közötti menetidő, és a nemzetközi vonatok gyorsítása magával hozza a Budapest környéki elővárosi közlekedés felgyorsítását is.

Az év végén záruló projekt a TEN-T törzshálózati követelményeknek megfelelő műszaki paraméterek kialakítását célozza az átjárhatóság, a közlekedésbiztonság és a vasúti szolgáltatások javítása érdekében. Ennek kedvező hatásai lesznek a vasúti személyszállítás esetében, többek között a Győr–Hegyeshalom és Győr–Bécs útvonalon közlekedők számára is.

A projekt része volt az elektronikus biztosítóberendezések belsőterei elemeinek cseréje, új kezelőfe-



lültek és új áramellátó berendezések telepítése Tata, Almászfűzőföld és Hegyeshalom vasútállomásokon. Komárom állomáson a meglévő elektronikus biztosítóberendezést cserélték a megbízott kivitelezők.

A meglévő Központi Forgalmellenőrzés berendezés (KÖFE) helyett korszerűbb Központi Forgalmirányító berendezés (KÖFI) létesült a teljes vasútvonalon. Közvetlenül Győr város és annak vonzáskörzetében élőknek is előnyt hoz ez a beruházás, hiszen az új KÖFI révén pontosabb lehet Győr és Hegyeshalom között is a vasúti közlekedés, javulhat a menetrendszerűség, ami a hivatásforgalomban is előnyt jelent. Megváltozik és egységesebb lesz az utastájékoztató is, hiszen az egész vonalon egy Üzemirányító központból vezénylik a MÁV munkatársai az utastájékoztató rendszereket.

A projekt részeként korszerűbb lett az eddig használt vonatbefolyásoló rendszer (ETCS L1) is. Hegyeshalom állomáson a megállás nélküli határátmenet és a menetidő-megtakarítás érdekében megtörtént a vonatbefolyásoló rendszer összehangolása (az ETCS L1-L2 szintváltás kiépítése) az osztrák és magyar vasúttársaságok közötti műszaki együttműködés eredményeként. A biztosító- és

a vonatbefolyásoló rendszer korszerűsítése révén már 100 km/órás sebességgel haladhatnak át a vonatok Hegyeshalom állomáson. Jelenleg naponta két pár Railjet vonat közlekedik hegyeshalmi megállás nélkül Budapest és Bécs között.

A beruházás költségvetése 27 137 805 341 forint, amelyhez az Európai Unió az Európai Hálózatfinanszírozási Eszközből (CEF) 15 920 340 348 forint támogatást tett elérhetővé, a projekthez a hazai költségvetés 11 217 464 993 forinttal járul hozzá.



A „Szűk keresztmetszetek felszámolása és az átjárhatóság fejlesztése a Budapest (Kelenföld) – Hegyeshalom (oh.) vonalon” projekt műszaki megvalósítása az idén év végéig lezárul. A nemzetközi vonatok menetrend szerinti közlekedési idejének tényleges változása érdekében szükség van arra, hogy az osztrák vasúton zajló pályafelújítások is lezáruljanak. Az ÖBB 2028-ra ígéri az országhatár és Bécs közötti vonal rekonstrukciójának a befejezését.

(x)



Az Európai Unió által társfinanszírozott projekt
Európai Hálózatfinanszírozási Eszköz





Ünnepi munkarend a polgármesteri hivatalban

Tisztelt Ügyfeleink!
A Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal év végi nyitvatartási rendje az alábbiak szerint változik.

A szervezeti egységek
2024. december 21. és 2025. január 5. között
zárva tartanak,

kivéve az anyakönyvi csoportot, amely ezeken a napokon az alábbi munkarend szerint fogadja az ügyfeleket **kizárólag haláleset anyakönyvezése ügyében:**

2024. december 23-án: 8.00–12.00
2025. január 2-án: 8.00–15.30
2025. január 3-án: 8.00–12.00

Szíves megértésüket köszönjük,
és áldott, békés ünnepeket kívánunk!

Dr. Orosz György
jegyzői feladatok ellátásával
megbízott köztisztviselő

Kigördült a fényflotta

Karácsonyhoz közeledve az idén is kigördültek a kocsiszínból a BKV ünnepi fényekben pompázó villamosai. A hagyományos Fényvillamos, egy ragyogóan feldíszített Ganz UV a Hegyvidéken is feltűnik: december 15-én késő délután a hajdani 18-as járat vonalán, a Szent János Kórház és a Savoya Park között, december 29-én kora este pedig az 56A útvonalán, Húvösvölgy és a Móríc Zsigmond körtér között tesz meg néhány tiszteletkört.

Egy ünnepi díszítésű Tatra villamoson lehet utazni december 21-én, 28-án és január 4-én a 17-es, december 23-án és január 6-án az 56-os, december 26-án pedig az 59-es vonalán. Szintén fényfűzerben várja utasait a fogaskerekű vasút egyik szerelvénye. A gyerekek nagy örömére a Mikulásbusz viszonylag gyakran, december 23-ig hétköznapokon többször is felbukkan a 105-ös és a 210-es vonalán.

Ezekben a hetekben a gyermekvasút is különleges díszítésű kocsikkal, valamint egy Fényvonattal lepi meg az utazókat. Az egyedi díszkivilágítással ellátott Mk45-ös dízelmozdony és a hozzá kapcsolt, feldíszített utasterű „debreceni” kocsit december 20-ig hétfő kivételével mindennap megteszi néhányszor a Széchenyihegy és Húvösvölgy közötti utat.

n.

Kedvezményes lakossági várakozási hozzájárulás 2025-re

2025. január 1-jétől online igényelhetők a 2025. évre érvényes XII. kerületi várakozási hozzájárulások. A 2024-re kiváltott engedélyek érvényességi ideje 2025. január 31.

Figyelem! A polgármesteri hivatal 2024. december 21-től 2025. január 5-ig igazgatási szünetet tart, ez idő alatt szünetel a személyes ügyintézés az ügyfélszolgálaton és a szakirodákban is. A kérelmek során felmerülő esetleges hiányosságok pótlására csak január 6-tól lesz lehetőség. Az igazgatási szünet időtartama nem számít bele a hatósági és egyéb eljárások ügyintézési határidejébe.

A kedvezményes lakossági várakozási hozzájárulás online igényléséhez Hegyvidék fiók szűke, amelyet az önkormányzat eugyintezes.hegyvidek.hu oldalon lehet létrehozni. Amennyiben a Hegyvidék fiókos regisztrációval vagy a várakozási hozzájárulás elektronikus igénylésével kapcsolatban kérdése van, írjon az ugyfelszolgalat@hegyvidek.hu e-mail-címre, vagy hívja ügyfélfogadási időben a 06-1/224-5900-as telefonszámunkat, munkatársaink az 5916-os, az 5395-ös és az 5396-os melléken állnak rendelkezésükre.

A 2025. január elsején életbe lépő új XII. kerületi parkolási rendelet továbbra is az itt élőkét részesíti előnyben, és számukra nyújt kedvezményes várakozási lehetőséget. A legnagyobb érdeklődés a lakossági engedélyeket érintő változások iránt mutatko-

zik, ezért áttekintjük ezek kiadásának főbb feltételeit.

A felsorolt engedélytípusok kiadásának költségterítési díja egységesen 2000 forint, és ehhez adódik hozzá a lakossági várakozási díj, az alábbiak szerint.

– Személyenként egy darab lakossági várakozási hozzájárulás adható annak a lakosnak, akinek állandó lakóhelye a várakozási övezet területén van, és ő a gépkocsi üzembentartója. Céges autó

amely a lakó üzembentartásában van. Céges autó esetében a kedvezmény mértéke 50%.

– További kedvezményt kapnak azok a lakosok, akik az előző év december 31-ig betöltötték 65. életévüket. A kedvezményezett köre bővül azokkal a nagycsaládosokkal is, amelyek három vagy több gyermek után családi pótlékra jogosultak. A 65 év feletti és a nagycsaládos kedvezmény egyaránt 90% az éves parkolási díjból.

mű megfelel az EURO 3-as környezetvédelmi kategóriának, akkor a kedvezmény mértéke 30% az éves parkolási díjból. Az ennél magasabb környezetvédelmi besorolással rendelkező, vagy tisztán elektromos, illetve gázüzemű autók után 50%-os éves kedvezmény kapható.

Szintén igényelhetnek lakossági várakozási hozzájárulást azok, akik a parkolási zónában lakó, háziorvos által igazoltan tartósan beteg vagy súlyosan fogyatékos hozzátartozójukat ápolják. Számukra az önkormányzat 100%-os kedvezményt biztosít az éves várakozási díjból.

A 2025. évre szóló parkolási engedélyek igénylése során mindenki legyen figyelemmel arra, hogy akinek adótartozása van, nem kaphat parkolási engedélyt! Aki december második felében vagy januárban rendezi a tartozását, kérjük, hogy parkolási engedély-kérelméhez csatolja a tartozás befizetését igazoló dokumentumot (például: csekk másolata, átutalási bizonylat).

További információ és a rendelet szövege megtalálható az eugyintezes.hegyvidek.hu weboldalon, a parkolási engedély menüpont alatt.

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat



esetében a járműnek a munkáltató üzembentartásában, lízingelésben vagy tartós bérletben kell lennie, és igazolni szükséges, hogy azt a munkáltató kizárólagos használatba adta a lakosnak.

– A lakossági várakozási hozzájárulás az első autó után az adott, „A” vagy „B” fizetési zóna éves parkolási díjából 80% kedvezményt biztosít arra az autóra,

– Olyan lakóhely esetében, amelyre 2025. január 1. után lett benyújtva a használatbavételi engedélyezési eljárás megindítására vonatkozó kérelem, a lakossági várakozási hozzájárulás 100%-os éves várakozási díja fizetendő.

De mi a helyzet, ha egy családban két autó van? Egy lakóhelyhez két parkolási engedély adható ki. Ha a második gépjár-

csatolja a tartozás befizetését igazoló dokumentumot (például: csekk másolata, átutalási bizonylat).

További információ és a rendelet szövege megtalálható az eugyintezes.hegyvidek.hu weboldalon, a parkolási engedély menüpont alatt.

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat

Az önkormányzati képviselők fogadóórái

Választókerület	Név	Fogadóóra és cím
	Kovács Gergely polgármester	Előzetes bejelentkezés alapján a titkarsag@hegyvidek.hu e-mail-címen
5	Vadász Gábor alpolgármester Momentum	Előzetes bejelentkezés alapján a titkarsag@hegyvidek.hu e-mail-címen
8	Kocsik Tekla alpolgármester MKKP	Előzetes bejelentkezés alapján a titkarsag@hegyvidek.hu e-mail-címen
1	Kocsis Borbála MKKP	Minden hónap első szerdáján 16.00-tól a polgármesteri hivatalban. Előzetes egyeztetés szükséges a kocsis.borbala@hegyvidek.hu e-mail-címen
2	Surányi Judit MKKP	Minden hónap első keddjén 16.00-tól a polgármesteri hivatalban. Előzetes egyeztetés szükséges a suranyi.judit@hegyvidek.hu vagy a 06-20/560-4026-os telefonszámon
3	Pásztor Tibor MKKP	Minden hónap utolsó hétfőjén 16.00-tól a polgármesteri hivatalban, vagy előzetes egyeztetés alapján bármikor a mail@pasztortibor.hu e-mail-címen vagy a 06-30/954-4307-es telefonszámon
4	Mónus Angéla MKKP	Minden hónap első csütörtökjén 16.00-tól a polgármesteri hivatalban. Előzetes egyeztetés szükséges a monus.angela@hegyvidek.hu e-mail-címen
6	Kovács Dávid MKKP	Előzetes egyeztetés alapján a kovacs.david@mkkp.hu e-mail-címen vagy a 06-30/246-5266-os telefonszámon
7	Bürger Zoltán MKKP	Előzetes egyeztetés alapján a burger.zoltan@hegyvidek.hu e-mail-címen vagy a 06-30/262-0923-as telefonszámon
9	Dr. Novák István Momentum	Előzetes egyeztetés alapján a novak.istvan@hegyvidek.hu e-mail-címen
10	Visi Piroska Hegyvidék jövőjéért Egyesület–MKKP	Minden hónap 3. hete csütörtökjén 17.30-tól a polgármesteri hivatalban. Előzetes bejelentkezés szükséges a visi.piroska@hegyvidek.hu e-mail-címen
11	Fekete Orsolya MKKP	Előzetes egyeztetés alapján a 06-50/117-6144-es telefonszámon
12	Sasi-Szabó Tamás MKKP	Minden hónap második szerdáján 18.00-tól a polgármesteri hivatalban. Előzetes bejelentkezés: sasi-szabo.tamas@hegyvidek.hu
Kompenzációs lista	Fonti Krisztina Fidesz–KDNP	Fidesz-iroda – Királyhágó tér 4. Minden hónap első szerdáján 14.00-tól, előzetes bejelentkezéssel. Bejelentkezés a 06-1/375-7411-es telefonszámon
Kompenzációs lista	Menyhárt Éva Fidesz–KDNP	Fidesz-iroda – Királyhágó tér 4. Minden hónap első hétfőjén 15.00-tól. Bejelentkezés a 06-1/375-7411-es telefonszámon
Kompenzációs lista	Dr. Harnos Andrea Fidesz–KDNP	Fidesz-iroda – Királyhágó tér 4. Minden hónap harmadik keddjén 18.00-tól
Kompenzációs lista	Dr. Péchy László Fidesz–KDNP	Fidesz-iroda – Királyhágó tér 4. Bejelentkezés a 06-1/375-7411-es telefonszámon
Kompenzációs lista	Élő Norbert DK–MSZP–Magyar Liberális Párt– Liberálisok	Márvány utca 38. Minden hónap első keddjén 17.00-tól

Megmenekültek a kőrisek a Rác Aladár úton

Végre biztonságosan közlekedhetnek a gyalogosok a Rác Aladár út Melinda út és Mindszenty József-bíboros tér közötti szakaszán, az önkormányzat ugyanis pótolta a hegy felőli oldalon évtizedek óta hiányzó járdát. A vadonatúj aszfaltjárda 201 méter hosszú, a mellette lévő részsűt megartására pedig támfalat épített a kivitelező. Ez elkerülhetetlen volt, a fal nélkül ugyanis nem lehetne rendeltetésszerűen használni a járdát.

Éppen emiatt a Rác Aladár út 164. és 170. között, sajnos, több fát ki kellett vágni, különben nem épülhetett volna meg a járda. Az önkormányzat ügylet arra, hogy a lehető legkisebb mértékben ritkítsa meg a növényzetet, így végül 15 fa – köztük 6 invazív – kényszerű eltávolítása mellett döntött. Ez volt tehát az a kivételes helyzet, amikor fakivágást kellett engedélyezni – jó hír ugyanakkor, hogy 2 kőrist sikerült megmenteni, így végül 13 fával csökkent a növényállomány. Am csak időlegesen, mert nemsokára összesen 52 tizenégy-tizenhat centiméter törzskörméretű fát ültetnek el a szakemberek a közvetlen környéken.

Szintén használatba vehették a lakók a Költő utcában felújított

járdaszakaszt, amely mellett – a Rác Aladár úthoz hasonlóan – támfal készült. Nagyszabású csatornafejlesztés kezdődött a Pagony utcában, a Nárcisz utca és a Németvölgyi út közötti szakaszon. Ezt a részt már korábban szeretne volna felújítani az önkormányzat, ám a tervezett közműépítés miatt ennek nem lett volna értelme. A csatornacsere idejére teljes széles-

col, ez nem azt jelenti, hogy leállnak a kátyúzási munkálatok. Az önkormányzat üttelendői naponta járják a XII. kerületi utakat, és ha burkolathibát találnak, gondoskodnak ezek kijavításáról. Veszélyes kátyú esetében ez néhány napon belül megtörténik.

Az illetékesek továbbra is várják a lakossági jelzéseket: aki kerületi



Támfal épült a felújított járdaszakasz mellett a Költő utcában

ségében lezárják az útszakaszt, az ünnepekre tekintettel azonban karácsonytól újév napjáig megnyitják az autóforgalom előtt. A csatornafejlesztés végzetével következhet az egész pályás aszfaltozás, valamint a kapcsolódó járdák felújítása.

Bár megérkezett a hó, és a hőmérséklet is fagypont körül tán-

fenntartású utakon – ezeken nem jár tömegközlekedési eszköz – kátyút észlel, a hegyvidek.hu/aktualis/kerületi-munkalatok/uthiba-bejelentés oldalon teheti meg a bejelentését, míg az egyéb, azaz a fővároshoz tartozó utak esetében a 06-1/301-7500-as telefonszámot kell hívni.

-05

A* Advent a Hegyvidéken▲

VÁSÁR | PROGRAMOK | GASZTRONÓMIA

2024. DECEMBER 1–22.

XII. VÁROSHÁZA TÉR

„Az ajándékozás egy lelki mozdulat”

A VÁSÁR NYITVATARTÁSA

2024. december 1. és 22. között
hétfő–péntek • 11:00–20:00
szombat–vasárnap • 10:00–20:00
[nulladik és “plusz egyedik” nap
nem teljes szolgáltatáskörrel:
november 30. és december 23.]

VÁSÁRI KÖRHINTA

hétköznap • 15:00–20:00
hétfőn • 10:00–20:00

FÉNYFESTÉS

A Polgármesteri Hivatal ünnepi fényfestést kap
Az *első gyertya* című gyerekrajzpályázat díjazott műveinek
felhasználásával – hétfőnente 17:00–19:00 között.

PROGRAMNAPTÁR

DECEMBER 13. PÉNTEK

18:00 – Balance Wheel Group [koncert]

DECEMBER 14. SZOMBAT

10:30 – Himzett Igricek [zenés mesejáték]

11:30 – Helen Doron nyelviskola műsora

16:00 – Danny és Béla mesekoncert

18:00 – Campanelli Harangjáték Együttes
és Vámosi Nagy Zsuzsa

DECEMBER 15. VASÁRNAP

10:00 – Jótékonyági csúnya pulcsis futás

11:00 – Makám [koncert]

14:00 – „Lángos csillag” túra 3.

16:00 – Városmajori Jézus Szíve Plébánia
híveinek műsora

16:30 – Adventi Gyertyagyújtás

18:00 – Zámbó Brigitta és Szaszák Zsolt
[koncert]

DECEMBER 17. KEDD

15:00 – Fekete István Óvoda, Általános
Iskola, Szakiskola és EGYMI,
Genarro Verolino Óvoda, Általános
Iskola, Készségfejlesztő Iskola
és Kollégium közös műsora

15:20 – Fekete István Óvoda, Általános Iskola,
Szakiskola és EGYMI

16:00 – Kimbi Óvoda Zöld béka csoport

18:00 – Körmeny Máttyás Quartet [koncert]

DECEMBER 19. CSÜTÖRTÖK

16:30 – Solti György Zeneiskola rézfúvós
együttese

17:30 – Tűzmadarak – tűzszínház

DECEMBER 20. PÉNTEK

18:00 – Romano Drom [koncert]

DECEMBER 21. SZOMBAT

10:30 – Écsi Gyöngyi [bábelőadás]

16:00 – Versi Varsa együttes

18:00 – Magyar Nemzeti Rézfúvós Kvintett

DECEMBER 22. VASÁRNAP

10:30 – Kabóca Bábszínház: Leszállt
és ég dicső királya

14:00 – „Lángos csillag” túra 4.

16:00 – Oriolus kórus

16:30 – Adventi Gyertyagyújtás

18:00 – Leggiero Szaxofon Kvartett

A vásár további programjai, és minden infó:
momkult.hu



Az első lépések a szivacs-Hegyvidék felé

Egy összetett és szerteágazó program kezdeteként elkészültek az első mikrotározók a Hegyvidéken, amelyek csökkenteni tudják a városi villámárvizek és elöntések kialakulását. A károkhítás mellett a felfogott vízmenyiség észszerű hasznosítására is kiterjed a most kiépülő rendszer.

A LIFE Városi Eső projekt keretében projektvezetőként évek óta részt vesz az adatgyűjtésben és az elemzésben a Hegyvidéki Zöld

ben. Ha 30-40 milliméternél több víz zuhog le rövid idő alatt az égből, akkor az hegyi patakok módjára az utcákon hömpölyög, végül

mafa alatti domboldalokon történő beavatkozást jelenti. A külföldi példák és a helyben gyűjtött adatok kiértékelése után lett meghatározva az első két terület, ahol a közelmúltban megkezdődhetnek a szürke beruházások.

November végén a Diana utca és a Gyöngyvirág út találkozásánál helyzetett el az önkormányzat három egyenként tíz köbméteres, föld alatti betonciszternát, december elején pedig az Öröm utca végén kapott helyet két hasonló, kis kapacitású tározó. Ezek nem oldják meg azonnali felhőszakadások által okozott problémát, de ha a folyamatos fejlesztések során elkészül a Hegyvidékre tervezett többtucatnyi társuk, akkor hozzájárulhatnak a kerüle-

ti vízkárok enyhítéséhez.

A betongyűrűből álló ciszternák nem teljesen egyformák. Többségük zárt, de az Öröm utcában a helyi talajtani adottságok lehetővé tették, hogy az egyik nyitottan épüljön meg. Azaz szükasztóként üzemel, és a felfogott vizet lassan a talajba vezeti.

A tározókban összegyűjtött vizet a kerület – automata öntözőrendszerrel nem felszerelt – kisebb közparkjainak, évelőgyásainak öntözésére használják fel a szakemberek. A külső vállalkozás által végzett munka szempontjából nagy előrelépés lesz, ha a talajnedvesség-érzékelők jele alapján oda öntözik majd a vizet a ciszternákból, ahol arra a legnagyobb szükség van.

A már üzembe helyezett tározók vize egy nagyobb eső után körülbelül egy hétig tudja fogadni a kerület öntözését végző kis tartályos autókat. Természetesen ezáltal csökkenni fog az eddig tűzcsapokból vételezett víz mennyisége is, ami a költségtényező mellett azért is előnyös, mert nem az ivóvízkészlet rovására történik az öntözés, és a növények természetes, lágy esővizet kapnak.

A rendszer további fejlődésével elkészülnek majd az első zöld és



A helyükre kerültek a ciszternák az Öröm utcában

kék infrastrukturális elemek is, azaz óvárok és esőkeretek segítik a víz elvezetését és talajba szivárgatását. Minden elemet mérőműszerekkel látnak el, így a szakemberek számára láthatóvá válik majd, hogy a Hegyvidék egyedi adottságai mellett mely megoldások bizonyulnak a leghatékonyabbnak.

Persze a teljes rendszer kiépülése után sem várható, hogy elfelejtjük a villámárvizeket, városi elöntéseket, hiszen az egyik kiváltó ok – a klímaváltozás – hatásának

folyamatos erősödése prognosztizálható. Ez ebben az esetben a lehulló csapadék eloszlásának koncentrációját és ezáltal az intenzívebb esők gyakoriságának folyamatos növekedését jelenti. Fontos tehát tudni, hogy bár a kerületbe tervezett több tucat puffertároló jelentős előrelépés, de a 80-100 milliméteres felhőszakadások miatt kialakulhatnak a ma viszonylag gyakori kedvezőtlen következmények.

Már az idén megvalósultak az első beavatkozások, amik a Hegyvidékre hulló és a beépítettség miatt problémákat okozó csapadékmennyiség befogadását és biztonságos elvezetését, elszívárgását segítik. Ha

például a szaporodó zöldtetőket és a már meglévő lakossági csapadékvízgyűjtőket kiegészítik sikerül megvalósítani a LIFE Városi Eső projekt további elemeit is, akkor elmondhatjuk majd, hogy egy szivacsvárosban élünk, amely nem a lehető leggyorsabban akar megszabadulni az egyre értékesebbnek bizonyuló csapadékvízről, hanem a kerület növényállománya által befogadja és hasznosítja azt, a helyi lakosok érdekében.

(Barta)



Egyre gyakoribb közlekedési próbatétel: autózás villámárvízben

Iroda, több budapesti kerülettel együtt. Külföldi példák és jó gyakorlatok megismerésén át vezetett az út az adottságokhoz legjobban idomuló beavatkozási lépéseket felvételéig. A hosszú tanulási folyamat során részletes csapadék- és talajtani térképek, lefolyási modellek készültek, és meghatározták a kerület részvízgyűjtő területeit is. Emellett áramlási mérések folynak a legproblémásabb részeken, és a lakossági jelzésekre támaszkodva kirajzolódta a villámárvizekkel és városi elöntésekkel leginkább veszélyeztetett városrészek.

Az adatok elemzéséből az is kiderült, hogy a jelenleg meglévő, súlyosan elavult csatornahálózat nem képes elvezetni a hirtelen lezúduló csapadékot a XII. kerület-

pedig tengelyig erő elöntéseket és komoly károkat okoz a Győri út környékén.

Sajnos a fővárosi csatornahálózat modernizálása, bővítése nem reális alternatíva a közeljövőben. Ezt is számításba véve a modellezés rámutatott, hogy az elöntéseket elsősorban nem kezelni kell, hanem megelőzni a keletkezésük helyén. Ez a XII. kerület esetében a vízgyűjtő felső harmadában, viszonylag magasban, a Nor-



Csinos lakossági csapadékvízgyűjtő

Szaffi már a vadonban ünnepel

Szaffi és Szerénke ment, Lukrécia és Merlin viszont maradt. Ahogy az egész év eseménydús volt, úgy az ünnepek sem ígérkeznek unalmasnak a Budakeszi Vadasparkban. A kifutók ugyan sok mindent látni engednek, ám a szakmai munka egy része észrevétlenül, a háttérben folyik.

A Budakeszi Vadaspark már 2021 óta aktívan részt vesz az idén az év emlősének megválasztott vadmacskák védelmében. A nemsokára véget érő esztendő váratlanul sok feladatot és kiemelkedő sikereket is hozott a fajvédelem területén.

Szaffi, a park vadmacskája – úgynevezett puha elengedéssel – szabadlábú. Ez annyit jelent, hogy a vadaspark munkatár-

etetik és itatják, erőnléti és mentálisan is felkészítik a szabad élet kihívásaira, aztán egy szép napon kinyitják a ketrec ajtaját. Szaffi a vadkamerák tanúsága szerint nem sokat morfondírozott, bátran nekivágott a kalandnak, és nem is tért vissza a ketrecbe, ahol még néhány hétig friss ebéd várta volna.

További életéről csak a nyakába szerelt napelemes helymeghatáro-



Morcós Szaffi

ugyanis ilyen esetben a nyakörv automatikusan leold, ám szerencsére Szaffi esetében szó sincs semmi ilyesmiről. Néhány nappal az utolsó helyadat feljegyzése után ugyanis felvétel érkezett egy vadkamera üzemeltetőjétől. A képen a jó kondícióban lévő, nyakörvvel felszerelt Szaffi feszített.

Az idén három elárvult kismacska került a vadasparkba, amelyekről a genetikai vizsgálat kiderítette, hogy testvérek és vadmacskák. Fogságban történő nevelésük zökkenőmentesen zajlott, ezért az a szakmai döntés született, hogy egyiküket – egy Szerénke nevű nőtényt – még a télvíz beálta előtt szabadon engedik ott, ahol megtalálták, hogy fenntartsák a helyi vadmacska-populációt.

Mivel ez a cica még nincs egy éves, habár már a teljes testméretét elérte, remélhetőleg tovább izmosodik a következő hónapokban, ezért nem kapott nyomkövető nyakörvet. A viszonylag rövid idő miatt a szabadon engedése sem a



Az ajándékok kibontása mindig jó mókat ígér

Szaffinál alkalmazott puha módon történt, hanem durván, ami azt jelenti, hogy az élővilágvédelmi szakemberek egy hordozóket-

recben kivitték az erdőbe, és kinyitották a hordozó ajtaját.

Természetesen azért Szerénke nem teljesen felkészületlenül, csupán az ösztöneire bízva cseppent vissza a vadonba, mert a fogságban töltött hónapok alatt megtanították őt vadászni és elbánni az élő zsákmánnyal. Története további részleteit nem ismerjük – remélhetőleg éli a rejtőzködő vadmacskák láthatatlan életét.

Testvérei még várnak a szabadon engedésre, ami valószínűleg a jövő év tavaszán következhet be. A jelenlegi tervek szerint ők is majd lágy elengedés után, helymeghatározós nyakörvvel vághatnak neki az önálló életnek.

Addig, a visszavádítás sikere érdekében, a látogatók elől védett helyen laknak a Budakeszi Vadasparkban, fajuk két nagykövetét, Szilvesztert és Félixet viszont meg lehet nézni a vadmacskák kifutójában. A velük történő találkozásra is kiváló alkalom december



A három kölyök

tők ráírhatják jókívánásaikat. Bár a vadakat nem annyira az ünnepek, mint inkább a csomagokba rejtett finomságok érdeklik, azért a díszdobozok kibontása is jó szórakozást kínál.

Az ünnepi állatbemutatók után a látogatók feldíszíthetik az állatok karácsonyfáját az állatsimogatóban. A díszek válogatott finomságok lesznek, amelyekre a muflonok és a dámszarvasok jóízűen leleghetnek a fáról.

A vadaspark arra is lehetőséget kínál, hogy megajándékozassuk egymást egy igazi vadállattal. Persze nem vihetjük haza a farkast, a medvét vagy a mókust, de örökre fogadhatjuk őket, és a „Nevelőszülők Napján” másodmagunkkal ingyen látogathatjuk meg kiválasztott védencünket, beszélgethetünk gondozóival. Az örökbefogadás részletei a honlapon (budakeszivadaspark.hu/orokbefogadas) olvashatók, de ami a legfontosabb: még mindig nem késő intézkedni, hogy a karácsonyfa alá kerülhessen a megajándékozott örökbefogadó – mostantól „Vadasparki gondoskodó” – névre szóló „Zöld Diplomája”.

-b-



Szerénke szabadlábú

sai egy repatriáló ketrecet építenek a vadonban, ahol a szabadon engedést tervezik. A könnyen szállítható, lapra szerelhető, szabványi ketrec lehetőség ad a macskának, hogy testközeli érzéssel a környező erdő minden rezdülését, illatát, mégis védve legyen a veszélyektől.

A vadonhoz szoktatás néhány hetes időszakában az állatot még

ző készülék adataiból lehet követni, amely hónapokon át hűségeken küldte a jeleket, aztán végleg lemerült. Ekkor már eltelt a szakirodalom szerinti száz kritikus nap, a fogságban nevelkedő állat visszatért a természetbe, és valószínűleg területet is foglalt magának.

Persze ha a jel megszűnik, az jelentheti a vad pusztulását is,

MINDEN PILLANATBAN OTT VAN

ENERGIA. ÉRTÜNK



mvm.hu

MVM

E E E
ETELE • PLAZA



FŐNYEREMÉNY:
5 MILLIÓ FT

**NYERJ.
VELÜNK!**

VEDD MEG NÁLUNK A KARÁCSONYI
AJÁNDÉKOKAT, TÖLTSD FEL A BLOKKOT
AZ ETELE APP-BA, ÉS NYERJ HETENTE
AKÁR 1 MILLIÓ FORINTOT!

„Saját magunk számára kialakítottuk a varázslatot”

Valószínűleg kevesen tudják, hogy a Hegyvidéki Kulturális Szalon alig egy hónapja ott dolgozó új munkatársa, programszervezője egy többkötetes kortárs magyar író. Maros András a Puff című novellagyűjteményével robbant be az irodalmi életbe 2001-ben, később regényeket, színműveket, forgatókönyveket is írt. Egyébként közgazdász a végzettsége. Magyarországon, Hollandiában, az USA-ban, Angliában tanult, emellett volt már – most idézet következik a Wikipédiáról – „címügynök, mikrochipeket lézérrel megjelölt betanított munkás, takarító, angolnyelv-tanár, matematikatanár, utcai hegedűs, utcai furulyás, utcai újságár, festő-mázoló, teniszező, teniszedző, teniszütő-húrozó, sportszertáros, kínai bolt áruszállító sofőrje (majd üzletvezetője, majd ismét áruszállító sofőrje, majd személyzeti igazgatója, majd tolmácsa, majd ismét áruszállító sofőrje), később reklámszövegíró, kreatívigazgató.”

Furcsa véletleneket produkál az élet. Elkezdtem olvasni Maros András Két-három dán című regényét, és már jól benne voltam a történetben, amikor érkezett a felkérés, készítsek interjút az íróval. Boldogan mondtam azonnal igent, mert nagyon kíváncsi voltam arra, hogy aki ilyen vicces regényt tud írni – akkor még a vidám részről tartottam... –, vajon milyen ember lehet. (Spoiler: nagyon jó fej!)

■ **Nem szomorú, hogy egy tízkötetes írónak, drámaíróknak, forgatókönyvíróknak dolgoznia kell ahhoz, hogy megéljen? Úgy értem, nem az írás a fő munkája.**

– Attól függ, mit kell csinálnia. Sokáig dolgoztam reklámügynökségeknél, abból elég volt, az idén abbahagytam, nem vágyom vissza. Na de akkor mi más lehetne, mi más kellene csinálni? Mondjuk, tenni valamit az emberekért, a kultúráért... Erre gondoltam. És amit most csinálok, az pont ez: a Hegyvidéki Kulturális Szalonban dolgozom, programszervező vagyok. Egy hónapja kezdtem. Óriási felismerés, hogy nemcsak reklámokkal lehet foglalkozni, ha az ember épp nem ír. Nem is értem, miért nem jutott eszembe ez korábban. Nagyon kedves kis csapat fogadott, türelmesen segítenek a beilleszkedésben, jól érzem magam köztük, velük. Visszatérve arra, miért kell dolgozni... A regényeimből, színdarabjaimból, forgatókönyveimből, cikkeimből nem tudok megélni, soha nem is kergettem ábrándokat, hogy ez sikerülhet. Na jó, ez nem igaz, mert próbálkoztam, dolgoztam szabadúszó íróként, de csak rövid ideig. Túl nagy teher volt, hogy nem válogathatok, mit írok, mit nem, muszáj volt minden szembejövő lehetőséget elvállalni. Szóval egyáltalán nem vagyok az ellen, hogy az írónak legyen valamilyen civil foglalkozása – mellesleg itt, ebben a kicsi országban, úgy, hogy ezen a kevesek által beszélt nyelven ír az ember, nincs is nagyon más választás.

■ **És lehet munka mellett írni? Van idő és energia erre a napi nyolc, sőt akár többórás elfoglaltság után? Hiszen maga az írás is kemény munka. Sok író elmondta, hogy beosztott napirendje van, akkor is az asztalhoz ül, ha épp nincs ihlete, mert másképp ez nem megy.**



„A varázslat felvételénél is varázslat”

– Ez attól függ, min dolgozom. Regényt írni csak így lehet, ahogy mondtam: fegyelmetten, időbeosztással. A nagyobb terjedelmű könyveimet ezért mindig „elvonulva” írtam, leginkább külföldön, egy-egy ösztöndíjprogram keretében. Ugyan-

drámák esetében mindig olyan ötletből lesz mű, ami hosszan velem marad, amely ötlet beköltözik a fejembe, és ott marad. A regény- és drámaírás hosszú folyamat, rá kell szánni fél évet, egy évet, akár többet is, fontos tehát, hogy ezt az időt olyan témával töltsse az ember, ami valóban nem hagyja nyugodni. Mindez kevésbé igaz az „ötletalapú” írókra, novellákra, tárcákra, kabaréjelenetekre.

■ **Nehéz volt íróvá válni? Ezt úgy értem, hogy nyilván az író akkor lesz író, ha mások is elolvassák, amit ír. Tehát hogy nem az első mű megszületése, hanem annak a világra kerülése volt-e nehéz.**

– Nekem szerencsésen indult. A 90-es évek közepe-vege felé beiratkoztam a Jó-zsef Attila Kör egyik nyári írótáborába, prózaíró-szemináriumra, Háy János tartotta, ő szintén kerületi, a Hegyvidék díszpolgára. Ígéretesnek találta az írásaimat, és arra biztatott, hogy ha a szövegeimből



Maros András író

■ **Mindig van miről írni? Nincs olyan, hogy elfárad benne az ember?**

– Fáradtságot – azt hiszem – írástól még sosem éreztem, de olyat igen, hogy nincs kedvem hozzá. Voltak évek, hogy alig írtam. És mivel nem „megélhetési író” vagyok, megengedhettem magamnak az aligírást. Ez nyilván nem lenne lehetséges, ha ebből élnék.

■ **Egy hónapja programszervező a szalonban, két éve a Hegyvidéken él. Belakták már?**

– Régóta szemeltünk a kerülettel, kinéztük magunknak a Böszörményi utat és környékét. A második kerületből jöttünk. Ez itt egy kis falu a városban, csodás a hangulata. Most már a munkahelyeink is itt vannak, a feleségemé is, neki család- és párterápiás praxisa működik a közelben. A kisebbik gyerekünknek aránylag közel van az iskolája, a nagyobb pedig már elég nagy ahhoz, hogy mindegy legyen neki, hol a sulij.

■ **Akkor egy újabb karácsony köszönt be nemsokára a hegyvidéki otthonukba. Én azt hiszem, háromféle karácsony van. Az első, amikor az ember még gyerek, a**

már ha a gyerekek az óvodában megsúgja valaki, hogy nincs Jézuska... Egyrészt lehet, hogy nem hiszi el, hogy nincs, másrészt ha elhiszi, akkor is szívesen vesz részt a játékban, hogy van. Mi – hogy úgy mondjam – saját magunk számára kialakítottuk a varázslatot, és fenntartjuk, amíg lehet, pedig a nagyobb lányunk már tizenhat, a kisebbik kilenc... Bár szerintem kár életkorokról beszélni, a varázslat felnőttként is varázslat.

■ **Abszolút. Én például hiszek a Tél-apóban.**

– Merthogy van! Finn állampolgár. Az északi sarkkörön lakik, Rovaniemi-ben.

■ **Ugye?!**

– Családi házban él, hatalmas garázs van. Most, hogy erről beszélünk, eszembe jutnak további részletek a gyerekkorom karácsonyairól... Nálunk úgy volt, hogy amíg a Jézuska a fát díszítette, és elrendezgette alatta az ajándékokat, apám, a nővérem és én elmentünk a környékre sétálni: meglestük, hol járt már eddig, számoltuk, hány karácsonyfa látható az utcáról, az ablakokon benézve. Anyukánk nem tartott velünk, „főzött”. Mire hazaértünk,



„A Hegyvidéki Kulturális Szalonban dolgozom, programszervező vagyok”

akkor az is igaz, hogy ha valaki naponta csak egyetlen oldalt ír, márpedig egy oldalt bárki tud írni, arra bárki tud időt szakítani, akkor egy év alatt összejön egy háromszázhatvanöt oldalas regény. A folyamatosság a lényeg, a rendszeresség, „a történetben maradás”. Ami a kisebb terjedelmű szövegeket illeti, vagy akár a drámákat – amelyekkel rövid, intenzív szakaszokban, „sprintekben” is lehet haladni –, azokkal munka után, éjszaka is tudok foglalkozni.

■ **Honnan jön az ihlet? És amikor jön, azonnal le kell ülni írni?**

– A próza és a dráma nem feltétlenül ihletből születik, az inkább a vers, amely műfajjal – mindenki nagy szerencséjére – nem próbálkoztam. Jegyzetfüzeteket használok, jegyzetfüzetőrült vagyok, ragaszkodom a kézzel írt feljegyzésekhez, a digitális rögzítési lehetőségekkel csak ritkán élek. Ha a villamoson elcsúszok egy jól hangzó félmondatot, vagy eszembe jut egy motívum, ami előregörgetheti az aktuális szöveget, amin dolgozom, előkapom a jegyzetfüzetet, felírom. Hogy aztán fel is használom-e, jó kérdés – leginkább nem... A regények, vagy az egész estés



„Ez itt egy kis falu a városban, csodás a hangulata”

összegyűlik egy kötetre való, keressem meg. Akkor a Palatinus Kiadónak volt a főszerkesztője. Szaván fogtam, megkerestem, megjelent az első novelláskötetem, ő szerkesztette. Harmincévesen lettem első könyves író. Aztán megjelent a második novellagyűjteményem, és onnantól beindultak a dolgok. Viszonylag későn jött, hogy komolyan írni kezdjek, bár az írás mindig jelen volt az életemben: költözések során találtam történetekkel teleírt kockafüzeteket. Aztán mégis másfelé indultam el, sportkarrier, közgazdász végzettség, bár bevallom, nem gondoltam komolyan, hogy kezdjek valaha valamit a közgazdász diplomámmal... A húszas éveim közepétől vad útkeresésben voltam, milliárd dologba befogtam.

■ **második, amikor felnőtte válik, a harmadik pedig, amikor már neki vannak gyerekei. Ez három különböző ünnep.**

– Ez pontosan így van! Mi már abban a szakaszban vagyunk, amikor a gyerekeket figyeljük, és élvezzük, mennyire intenzíven élük meg ezeket a napokat. Emlékszem, gyerekkoromban a családom sokáig fenntartott egy szokást, amelyhez még akkor is ragaszkodtunk, amikor gyerekként már úgy éreztük a testvéremmel, hogy lehullott a „mágikus lepel”, a szüleim is tudták, hogy tudjuk, mégis mindannyian eljátszottuk, hogy valóban megtörténik a csoda. Ezt a családomban is továbbvisszük, és a feleségem családi hagyományait is „becsatornázzuk”, tulajdonképpen a kettőből áll össze a mi sajátunk. Nem szá-

már nálunk is járt a Jézuska; lágyan csilingelni kezdett a csengettyűjével, jelezve, hogy ki szabad nyitni a nappali ajtaját, be lehet menni... Majd eltűnt. Ez volt az állandó koreográfia. Emlékszem, a nővéremmel minden karácsonykor ránk tört valamiféle esztrádműsor-szolgáltatási kényszer. Vers, próza, zene – hegedű, furulya –, valami félnémet-félhalandzsza dal is rémlik, amit kánonban adtunk elő, se a hallgatóság, se mi, előadók, nem értettünk belőle semmit. Ezek az emlékek megmaradtak, akár csak az illatok, az ízek, a röhögések. Szerencsére a gyerekeinknek is vannak már hasonló élményeik, vagyis lesznek emlékeik, amiket majd ők vihetnek tovább, és építhetnek be saját családjuk karácsonyaiba.

A pillanat és a gondolat művésze

Nézni, látni, láttatni, miközben a valóság és a képzelet peremén egyensúlyoz – ez a fotográfus egyik legfontosabb feladata Eifert János szerint. A Balogh Rudolf-díjas fotóművésznek Képzület és valóság címmel látható most reprezentatív válogatása a Hegyvidéki Kulturális Szalonban.



A kirekesztett

Hogyan született Eifert János új kiállításának ötlete? Erről Csorba Károly fotóművész, a Hegyvidéki Kulturális Szalonban négy-öt éve otthonra találó APS Stúdió fotósa beszélt a megnyitóra egybegyűlő közönség tagjainak, akik közül többen, így ő maga is, a fotóművész tanítványai. Az APS Stúdióból már sokan kaptak lehetőséget egyéni bemutatkozásra. Közel egy éve Csorba Károly rendezett egy

Első találkozása a mesterrel fotópályázatokhoz kötődik, amelyeken Eifert zsűrielnökként szerepelt. Csorba több kiállításra bekezdte a felvételeivel, barátság alakult ki köztük, és a fotóművész „Mester és tanítványai” kiállításokat szervezett számukra.



Kettős tudat

táncmatikájú fotókiállítást, amit Eifert János nyitott meg. Ekkor gondoltak először az önálló kiállításra megvalósítására.

„Nagyon sokféle állított már ki, de itt még nem. »Nézz körül!«, mondtam, a hely nagyszerű, a munkatársak nagyszerűek, támogatók, a tárlatot nagyon sokan fogják látni, mert az épület sokféle foglalkozásnak, rendezvénynek ad otthont” – emlékezett vissza a kezdetekre Csorba Károly.

életben, de a fotóművészetben is. Sontagnak A fényképezésről című kötete alapmű, az 1970-es években jelent meg, a fotózás által felvetett esztétikai és filozófiai problémákkal foglalkozik, egyebek közt azzal, hogy milyen viszonyban van a fénykép és a valóság. „Témánál vagyunk! A mostani kiállítás címe: Képzület és valóság” – tette hozzá.

„Egyre több kép van körülöttünk, amely a figyelmünket követ-

arra utal, hogy nem elég a pillanat csodáját elkapni például egy jó természetfotó elkészítéséhez, rengeteg előzetes ismeret, tudás, technika kell hozzá, és szív – no meg esetében a nyolcvan év tapasztalata is.

Dr. Kuttner Ádám PhD kutató, kultúramenedzser szakmai megnyitójában a magyar fotóművészet egyik kiemelkedő alakjának életrajzát is felvázolta. A Hódmezővásárhelyről induló fiatalember táncosként kezdte pályafutását. Csaknem egy évtizeddel később a mozgásművészetből hozott érzé-

valamint annak filozófiai vonatkozásai jól tükrözik művészeti alapelveit – taglalta a kutató. Eifert művészetében a valóságérzékelés rétegei és a képzelet kreatív ereje egyedi esztétikai dimenziót teremtve jelennek meg. Merleau-Ponty francia fenomenológus ideológiájához kapcsolta a gondolkodásmódot, amely szerint a test mozgása, a térérzékelés és ritmusa alapvetően befolyásolja a képzelet működését, lehetővé téve, hogy az észlelt valóság új perspektíváját szemléljük. Ez a gondolat különösen releváns Eifert esetében, hiszen táncos múltja mélyen áthatja művészetét, számára a fotográfia, saját szavai-

Eifert János fotóművész

Képeinek egyedisége nemcsak a mozdulatok szépségének megragadásában rejlik, hanem azok érzelmi és szimbolikus tartalmának kifejezésében is – fogalmazott Kuttner Ádám. A kiállított fotók nemcsak a látványt ragadják meg, hanem mélyebb érzelmeket is közvetítenek, így arra ösztönzik a nézőt, hogy újraértelmezze a valóság és



A fény elúzi az árnyékok

li a kezdetektől, 1839 óta ma már fényképeztek szinte mindent” – írta Sontag ötven évvel ezelőtt, amikor még nem volt digitális technika és mobiltelefon... „A fotózás a pillanat művésze, de a gondolkodás művésze is” – ez már a mester gondolata, amivel

kenységgel és dinamizmussal fordult a fotográfia felé, amelyet hatvan éve fáradhatatlan kíváncsisággal és kreatív elkötelezettséggel művel.

Talán nem véletlen, hogy a kiállítás meghívóján a Kettős tudat című képe szerepel, mert ez a fotó,



Öreg halász kis hallal



Szempontok

valélve, egy nagyon komoly játék, amihez inspirációját a mozgásból, a ritmusból és a testtudatból meríti. A kettős tudat – a táncos múlt, a fotográfus jelen – találkozása különösen felismerhető stílus kölcsönöz a munkáinak.

Eifert János nem ragaszkodik mereven a fotográfiai szabályokhoz, nyitott az újításokra. Korai kísérletei közül kiemelkedett az úgynevezett szendvicstechnika alkalmazása, amelynek során több expozíciót kombinálva hozott létre rétegeket, dinamikus képeket. Művészeti pályáján a táncfotózás mellett maradandót alkotott a színpadi fotózás, az aktfotózás és a természetfotózás területén is.

képzelet határait – ehhez az est végén a fotográfus tárlatvezetéssel járult hozzá.

Sz. D.

■ A bemutatott képek: *Időutazás; Sasha Volkova veszélyes utazása; A fény elúzi az árnyékok; Vörös tánc fehér kockán; Kettős tudat; Black Dance; Akt-sorozat – tanulmány; Szimmetrikus gesztusok; Megszakadt párbeszéd; Fiona vörös fülbevalóval; Élő és holt fejek; A kitesztott; Öreg halász kis hallal; Fenyvesi Félix Lajos költő; Kortárs táncszínház.*

A kiállítás megtekinthető: 2025. január 6-ig, a programok függvényében. Cím: Hegyvidéki Kulturális Szalon – Törpe utca 2.

Karácsonyi hangulat a Galéria 12-ben

Ünnepváró csoportos kiállítással zárja az évet az idén a tizenötödik születésnapját ünneplő Galéria 12 Egyesület. Borza Teréz porcelánművész, az egyesület elnöke a megnyitón két vendéget, egy Ungvárról érkező hölgyet és egy Húvösölgyből ideutazó urat is köszöntött, akik azért jöttek el, mert hallották híret a XII. kerületi alkotóművészek csoportjának és kiállítóhelyüknek.

Az est zenei közreműködői, Réman Zsófia fuvolaművész és Szkibó Gergő gitárművész kezdésként Johann Sebastian Bach egy meghitt tételét, a G moll Sicilianót adták elő, befejezésül pedig két



Juhász Miklós: Zúzmará

dal, a Christmas Carol – The first Novel és az In Dulci Jubilo csendült fel. A program, a címéhez híven, karácsonyi hangulatban zajlott, és nemcsak azért, mert a kiállított művek tematikájukban az ünnepkörhöz kapcsolódnak, hanem azért is, mert Aknay Tibor fotóművész rendhagyó megnyitójával, saját verseivel teremtett ehhez megfelelő atmoszférát. Az alkotó fotográfáit hasonló költőiség jellemzi, mint az írásait. A bemutatott műveket egyenként elemző bevezető helyett tehát ezúttal a poézis erejével hangolódhattunk a sokszínű és sokféle technikával készült művekből rendezett kiállításra.

A költemények – az elcsendesült, megbékélt tájat, a ködfátyolba öltözött fákat, a reménnyel teli, életet vigasszal érkező, fényes angyalszárnyakat megidézve – a csodaváró gyerekkorba röptették a hall-

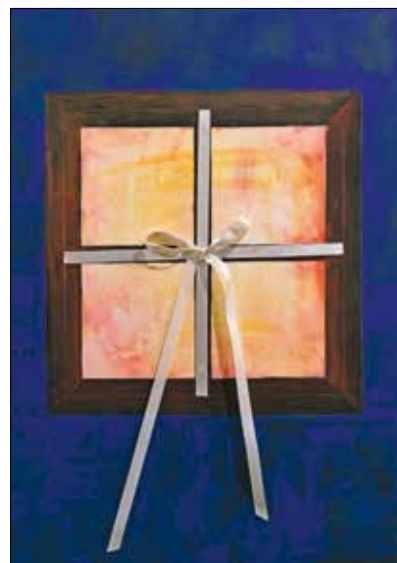


Szabó Endre: Éjfél mise

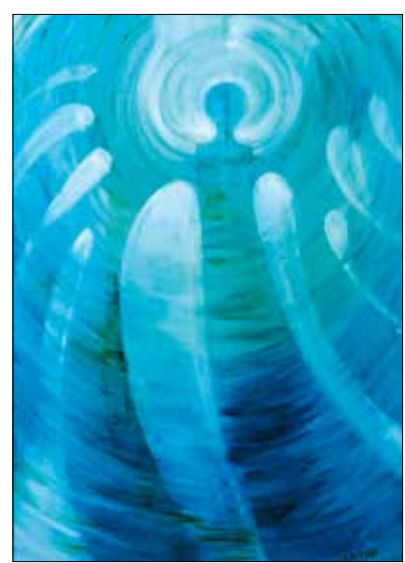
gatósgát, ezzel mindenkire rábízva a karácsonyi üzenetével való bensőséges találkozást. A fotóművész-költő egyik versében a karácsonyt megszemélyesítve látjuk, „aki” először egy faágon ücsörgő, játékos kisgyerek, majd felnőttként, zsákjába gyűjtve a kívánságokat, körbepöly a világon, és egyszer talál egy papírszeletet, ezzel az óhajjal: „Segíts rájunkt, ha

teheted, nálunk kevés a szeretet.”/Elgondolkodott karácsony nagy szomorúan a faágon, / ilyen szegény lett a világ?/És szétesztotta önmagát.”

Zárásként pedig álljon itt Aknay Tibornak az Amikor kisgyerek voltam című verse: „Amikor kisgyerek voltam/ még tudtam, a mesék igazak:/mindössze hinnem kellett, /hogy angyal járt/a fenyőfa alatt.//Amikor kisgyerek voltam!– emlékszem – hogy anyám mesélt, /tündérekéről, és más csodákról, /beleszóve mind az életét. / Amikor kisgyerek voltam, /így kezdődött majd minden mese: /hogy anya stoppolt, /és már leragadt szeme, /amikor nagy zúgások



Kádár Katalin: Fényt, meleget, szeretetet



Angyal Júlia: Várakozás

között/egy fekete hattyú szállt le rálés ő álmaiba költözött. /Amikor kisgyerek voltam, /Karácsonykor mindig belestem/a nagyszoba kulcslyukán, /hogy lássam, hogyan beszélget/az angyallal anyám, /de őt láttam csak és a szárnyait/és Isten csókját a homlokán.”

Sz. D.

■ A Karácsonyi hangulatok című tárlat megtekinthető: december 31-ig, vasárnap és szerda kivételével mindennap 16.00–22.00 óráig. Cím: Galéria 12 Kiállítóhely, Kávészó és Borbár – Hajnóczy József utca 21. Weboldal: galeria12.hu



Szamos Iván: Betlehemi királyok

latokkal, fülbemászó ritmusokkal. Vezető: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató. Telefonszám: 06-20/549-0893.

FitMind hétfőn 8.30–9.30. Egy nyugodt, csendes, elmélyült, vezetetlen óra a nyugalom jegyében a nagyteremben. „Hagyd kint a telefont, a zajt, és adj egy órát magadnak!”

FitBody szerdán 8.00–9.00 és pénteken 8.30–9.30. Testbresztő, alakformáló pilates a tónusos izomzatért, a mozgékony ízületekért és a rugalmas, egészséges gerincért. Heti egészségmegőrző, alakformáló, preventív edzésprogram. Vezető: Barta Sylvia aerobikédző és FitDance-oktató. Telefonszám: 06-30/625-6065.

FitDance kezdőknek, újrakezdőknek szerdán 9.00–10.00. Zsírégető HIT (High Intensity Training) és kardioedzés zenés, könnyen követhető koreográfiákkal. Vezető: Barta Sylvia aerobikédző és FitDance-oktató. Telefonszám: 06-30/625-6065.

Kagami-ryu harcművészeti edzések szerdán 18.30–20.30. A szamurájard útja, ami más fegyverekkel és karatealapokkal kezdődik. A Jókai Klub Dojo az ország egyik legrégebben – egy helyen – működő közössége. Az edzések baráti hangulatúak, mindenki önmagához képest teljesít, nincsenek versenyek, sem kötelező vizsgák. A tréningekre 18–60 éves hölgyeket és urakat vár az edzésvezető: Horváth Attila (4 dan). Információ: 06-20/945-3901, jokiaiklubdojo.hu, kagamiryu.hu.

Babui Yoga. Kedden 9.00–10.00-ig, pénteken 10.00–11.00-ig Yoga Glow, csütörtökön 18.30–19.30-ig napzáró Soft Flow. A reggeli Yoga Glow-órákon a tradicionális hathajoga-elemeket dinamikus erősítőszorozatok és pilateselemek kombinálják, és nagy hangsúly lesz a nyújtáson. Az óra végére kívül-belül „ragyognak” majd a résztvevők. Az esti Soft Flow-órákon inkább a nyújtásoké és a csavarásoké a főszerep, de erősítő-, dinamikus elemeket is tartalmaznak. Tökéletes zárása a napnak, kellemesen megnyugtat az egész napos pörgés után. Minden órát minihangfürdő

és relaxáció zár. A foglalkozásokat vezeti: Kovács-Siklósi Melinda. Részletes információ: a „Babui Yoga és Photo” Facebook-oldalon, valamint az adott jógaóra eseményénél. Bejelentkezés: a babuiyoga@gmail.com e-mail-címen vagy a Facebookon üzenetben, Messengeren vagy az eseménynél.

Bridzsklub szerdán 13.30–18.00. A tagok olyan új érdeklődőket várnak, akik a klub törzstagságához hasonlóan magas színvonalon üzik ezt a sportot. Klubvezető: dr. Kis Géza (06-20/933-9665).

Jókai Nyugdijasklub minden hónap első és harmadik csütörtökjén 14.30–16.30. Szabadtéri és beltéri programok, kultúra, egészségmegőrzés, vidám társaság, tartalmas előadások, színvonalas szórakozás, családi közösség. Minden hónap első csütörtökjén klubnap, amin élő zene, kvízzjáték, versek és tánc várják a nyugdíjasokat. Minden hónap harmadik csütörtökjén külső program: kirándulás, várak felkutatása, múzeumlátogatás. A csatlakozási szándékkal és a részletes programmal kapcsolatban Harsányi Hajnalka klubvezetőt lehet keresni a 06-20/971-4140-es telefonszámon. A jövő évi első klubnapok: január 9. – zumba, zene és vers; január 23. – séta a solymári erdőben, utána ebéd a Retro étteremben.



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

Hegyvidék kártyával számos program ingyenesen vagy kedvezményesen látogatható. A kártya érvényességét a rendezvények előtt,

ÜNNEPI ÍZEK, NAGY ÖRÖMÖK, APRÓ OSTOBASÁGOK

Szederkényi Olga – szerkesztő, újságíró, dokumentumfilmes, a francia és a magyar gasztronómia kutatója

Szécsi Noémi – József Attila-díjas író

Fullajtár Andrea – színművész

2024. DECEMBER 18. | 19:00
Hegyvidéki Kulturális Szalon
1124 Budapest, Törpe u. 2.

Jegyinfo// 2.500Ft,
Hegyvidéki lakosoknak 2.000Ft
kulturalisszalon.jegy.hu

belépéskor ellenőrzik a munkatársak. A termek befogadóképességére való tekintettel több programnál is fel van tüntetve, hogy előzetes regisztráció szükséges. A részvételt az info@kulturalisszalon.hu e-mail-címen, a 06-1/202-2509-es telefonszámon vagy személyesen, az infópultnál lehet jelezni. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogathatók a rendezvényeken.

Önképzőkör – könyvképzőkör. December 17. 16.00 Roma Krisztina: Karácsony a magyar hagyományban – mit ünneplünk valójában? Háziasszony: Wolf Magda. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidéki lakosoknak regisztrációval díjtalan. Regisztráció

nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

Vallástörténeti előadás. Ellenség a pokolból – A Templomosok pere – Szent harcosokból eretnek gonosztevők? II. rész december 18-án 14.30. Előadó: dr. Szabó János történész, pszichológus, teológus. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidéki lakosoknak regisztrációval díjtalan. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

Juhász Anna Irodalmi Szalon #163. December 18. 19.00 Ünnepi ízek, nagy örömök, apró ostobaságok. Vendégek: Szederkényi Olga szerkesztő, újságíró, dokumentumfilmes, a francia és a magyar gasztronómia kutatója, Szécsi Noémi József Attila-díjas író, Fullajtár Andrea színművész. Háziasszony, szerkesztő: Ju-

hász Anna irodalmár. További részletek: facebook.com/jairodalmiszalon. Jegyár: 2500 Ft, hegyvidéki lakosoknak 2000 Ft. Jegyek kaphatók a szalonban vagy a kulturális szalon.jegy.hu weboldalon. Az Irodalmi Szalon 2024-es évada a Szerencsejáték Zrt. támogatásával valósult meg.

Nemes Nagy Ágnes gyermekverseinek varázslatos világa – zenés könyvbemutató december 19-én 18.00. Közreműködnek: Ferencz Győző József Attila-díjas költő, irodalomtörténész, Szabó Imola Julianna, a kötet illusztrátora, Huzella Péter Kossuth-díjas zenész, dalszerző, Ughy Szabina, a Móra Könyvkiadó irodalmi szerkesztője. A belépés díjtalan.

Képzlet és valóság – Eifert János Balogh Rudolf-díjas fotóművész kiállítását megtekinthető: január 6-ig, a programok függvényében. (A tárlatról a 15. oldalon, A pillanat és a gondolat művésze című cikkünkben olvashatnak bővebben.)

MOM Nyugdijások klubja január 7-én 13.00. Információ: Berán Antalné Viki, 06-30/522-2095.

Vad horgolók klubja január 8-án 10.00. A klub tagjai a kététhetes tartott találkozásokon kezdőket és haladókat egyaránt szívesen fogadnak, az érdeklődőket horgolási fortélyokra tanítják. Klubvezető: Lepenyéné László Teréz önkéntes.

Szaloneyetem. Január 8. 14.30 Zsolnay: Emberek és művészet a márkanév mögött. Egy kis pécsi műhelyből indult el világhódító útjára a Zsolnay manufaktúra, amely az 1900-as évekre a Monarchia legnagyobb kerámiaüzeme lett. Előadó: Hunyadi Ágnes idegenvezető. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidéki lakosoknak regisztrációval díjtalan. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

Segítő kéz a családban. Január 9. 18.00 „Jó” legyen, vagy önmagam – családi és munkahelyi szerepeink „átvilágítása”. Előadó: dr. Domján Mihály pszichológus, családterapeuta, pszichoterapeuta. Jegyár: 2500 Ft. Jegyek kaphatók a szalonban vagy a kulturális szalon.jegy.hu weboldalon.

Üjévi koncert a Capriccio Vonósnégyes előadásában január 11-én 18.00. Közreműködnek: Gótz Nándor szaxofonművész, valamint Bartha Kat és Adamik Pál, az Art's Harmony Stúdió táncosai. Jegyár: 2500 Ft, hegyvidéki lakosoknak 2000 Ft. Jegyek kaphatók a szalonban vagy a kulturális szalon.jegy.hu weboldalon.

Szupernagyi Népdalkör találkozója január 14-én 13.00. Alapító: Karcagi Gyuláné. A foglalkozást vezeti: Kovács Kati. Énekzenekar: Bucsei Anikó. Csatlakozni a helyszínen lehet.

„5000 éves egészség” Klub, a regeneráció filozófiája január 14-én 16.00. A belépés díjtalan.

Kerékpárral keresztül Amerikán – előadás január 14-én 18.00. Előadó: Puskás Zoltán „PusiZoli” túrakerékpáros. Jegyár: 1000 Ft. Jegyek kaphatók a szalonban vagy a kulturális szalon.jegy.hu weboldalon.

Hegyvidékiek Egészségközpontja. Január 15. 14.30 Újdonságok a gerincdaganatok ellátásában. Előadó: dr. Szövérfi Zsolt PhD gerincgyógyász, gerincdaganat-specialista, a Budai Egészségközpont szakorvosa. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidéki lakosoknak regisztrációval díjtalan. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

Magyar Rákellenes Liga Segítő Szolgálat január 16-án 14.00. A részvételhez regisztráció szükséges. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

Kíváncsi Kata. Január 16. 14.30 Altamirai barlang, a világorökség része. Előadó: Nagy Katalin. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidéki lakosoknak regisztrációval díjtalan. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

Juhász Anna Irodalmi Szalon #164. január 16-án 19.00. Háziasszony, szerkesztő: Juhász Anna irodalmár. További részletek: facebook.com/jairodalmiszalon. Jegyár: 2500 Ft, hegyvidéki lakosoknak 2000 Ft. Jegyek kaphatók a szalonban vagy a kulturális szalon.jegy.hu weboldalon. Az Irodalmi Szalon 2025-ös évada a Szerencsejáték Zrt. támogatásával valósul meg.

(Folytatás a 18. oldalon)

2024 DEC 19 18:00

Nemes Nagy Ágnes gyermekverseinek varázslatos világa

zenés könyvbemutató

Közreműködnek:
Ferencz Győző, József Attila-díjas költő, irodalomtörténész
Szabó Imola Julianna, a kötet illusztrátora
Huzella Péter, Kossuth-díjas zenész, dalszerző
Ughy Szabina, a Móra kiadó irodalmi szerkesztője

MÓRA KÖNYV-ÉRTŐ

Jegyinfo// ingyenes

Helyszín:
Hegyvidéki Kulturális Szalon
1124 Budapest, Törpe u. 2.

ÚJÉVI KONCERT

CAPRICCIO VONÓSNÉGYES

2025 | JANUÁR 11. SZOMBAT | 18:00

AZ EST VENDÉGE
GÓTZ NÁNDOR SZAXOFONMŰVÉSZ
BARTHA KAT ÉS ADAMIK PÁL
AZ ART'S HARMONY STÚDIÓ TÁNCOSAI

Jegyinfo: 2500 Ft
hegyvidéki lakosoknak: 2000 Ft
kulturalisszalon.jegy.hu
1124 Budapest Törpe u. 2.

(Folytatás az 17. oldalról)

Családi délelőtt január 18-án. 10.00–12.00 Csicsergő kézműves foglalkozás. Jegyár: 800 Ft. 11.00–12.00 Holle anyó – a Battyú Színház és a Völgyhajú Bábszínház közös bábéledése. Jegyár: 2500 Ft. 1 éves kor alatt a belépés ingyenes. Jegyek kaphatók a helyszínen és a kulturális szalonon. jegy.hu weboldalon. 12.15–12.45 Csicsergő tánc ház (ingyenes).

Állandó programok

A januári kezdésekről a kulturális szalon.hu weboldalon tájékoztatást, vagy telefonon lehet érdeklődni.

Gerinctorna hétfőn 9.30. Vezeti: Glatz Zsuzsa. Információ: 06-30/295-1833, glatzzsuzsa@gmail.com. Résztvételi díj: 2000 Ft/alkalom. Utolsó alkalom: december 16.

Meridiántorna hétfőn 10.00. Vezeti: Haide Éva. Résztvételi díj: 500 Ft/alkalom. Hegyvidék kártyával ingyenes. Utolsó alkalom: december 16.

Körtánc hétfőn 10.00–11.00. Vezeti: Istenes Emília. Résztvételi díj: 1000 Ft, Hegyvidék kártyával 500 Ft. Utolsó alkalom: december 16.

Szenior Örömtánc kezdőknek-újrakezdőknek hétfőn 11.00–12.00. Vezeti: Novák Anna. Információ: 06-30/212-2380, novakanna0408@gmail.com. Résztvételi díj: 1500 Ft/alkalom. Utolsó alkalom: december 16.

Autentikus hastánc felnőtteknek kedden 19.00. Vezeti: Frits Mónika Parvati. Információ: 06-70/621-3794. Résztvételi díj: 3000 Ft/alkalom, 10 000 Ft/4 alkalom. A bérlet egy hónapig érvényes. Utolsó alkalom: december 17.

Napindító torna szerdán 9.00. A szervező nem tud matracot biztosítani, azt vinni kell! Vezeti: Balázs Mari. Résztvételi díj: 1000 Ft/alkalom, Hegyvidék kártyával 500 Ft/alkalom. Utolsó alkalom: december 18.

Meridiántorna szerdán 10.00. Vezeti: Pál Szabó Gabi. Résztvételi díj: 500 Ft/alkalom. Hegyvidék kártyával ingyenes. Utolsó alkalom: december 18.

Nia csütörtökön 19.00. Vezeti: Bodor Virág. Információ: 06-20/946-9171,

bodor.virag@gmail.com. Résztvételi díj: 2800 Ft/alkalom. Utolsó alkalom: december 19.

Meridiántorna pénteken 9.15. Vezeti: Besseney Johanna. Résztvételi díj: 500 Ft/alkalom. Hegyvidék kártyával ingyenes. Utolsó alkalom: december 13.

Nyugdíjastorna pénteken 10.00. Vezeti: Balázs Mari. Résztvételi díj: 1000 Ft/alkalom, Hegyvidék kártyával 500 Ft/alkalom. Utolsó alkalom: december 20.

Zumba Gold/Székes Zumba pénteken 11.30. Vezeti: Veronika Berger. Információ: 06-30/609-9369, berger@veronikaberger.com. Résztvételi díj: 1000 Ft, Hegyvidék kártyával 500 Ft. Utolsó alkalom: december 13.

Szabadtéri mozgásformák

Monspart Sarolta által alapított gyaloglókлуб kedden 9.00. Normafa (december 17): találkozó a Normafa Park Látogatóközpontnál. Klubvezető: Korik Vera.

Normafa Nordic Gyalogló Klub kedden 9.00. Vezeti: Szász-Kerek Judit. Találkozó: a Normafa Síházzal szemben, a székely kapunál. További információ: „Normafa-Margitsziget Gyalogló klub” Facebook-csoport.

Egészségmegőrző erdőjárás a budai hegyekben szerdán, szombaton és vasárnap 9.30. A Hegyvidéki Szomszédok közösségfejlesztő önkéntescsoport programja. Információ: T. Magdi, 06-70/576-7253.



Királyhágó tér 10.

hegyvidekgaleria.hu

Jegyvétel:

hegyvidekgaleria.jegy.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Nagy mesterek, életművek VII. December 17. 18.30 El Greco művészete. Gimesy Péter művészettörténész, filozófus a legismertebb

festők életművét foglalkozik előadás-sorozatában. Olyan mesterek művészetével ismerkedhetnek meg az érdeklődők, akik hatással voltak már saját korszakukra is, és hírnevük a mai napig fennmaradt. Az előadó a hagyományos művészettörténeti korszakok jelentősebb alkotóinak, leghíresebb műveinek elemzése mellett a stílusváltások gyakran nem eléggé tisztázott okainak és következményeinek felkutatására is vállalkozik. Az előadások során az előzmények tekinthető és a korszakolást gyakran megkérdőjelező, kevésbé ismert példákat is bemutatja, de szó lesz a főbb fordulópontok művészeti és filozófiai háttéréről, valamint a képi nyelv változásairól is. El Greco (1541–1614) kréai születésű festőművész itáliai tartózkodását követően Spanyolországban alkotta fő műveit. Festésétét a bizánci hagyományokra alapozta, majd reneszánsz hatásokkal ötvözte, és egy teljesen új, egyéni stílust alakított ki, amely már a modern művészetre is nagy hatással volt. Résztvételi díj: 1000 Ft, Hegyvidék kártyával 500 Ft. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu weboldalon és a galériában. Érkezéskor a Hegyvidék kártya felmutatása kötelező!

Szabó Ábel festő- és grafikusművész kiállítása. Szabó Ábel művészetének középpontjában a városi táj, különösen az ipari, külvárosi környezet áll. Képein ember nélküli, mégis erőteljesen emberformálta helyeket ábrázol, amelyeken az ipari létesítmények, épületek, szerkezetek, az ipari infrastruktúra az élő természet hiányában, szinte gépies magányban jelennek meg. Ezek a kihalt, posztapokaliptikus hangulatú tájak – ahol a civilizáció nyomai még érzékelhetők, de az emberi jelenlét hiányzik – nemcsak a környezet, hanem a társadalmi jövőjének kérdéseit is felvetik. A művész a történelem, a társadalmi és természeti változások, valamint az urbanizáció témaköreire reflektál alkotásaival, elgondolkodtatja a nézőt a modern civilizáció, a

fejtlődés és az emberiség viszonyáról. A kiállítás megtekintése díjtalan. Megtekinthető: január 18-ig, keddtől péntekig 10.00–18.00, szombaton 10.00–14.00.

Családi alkotószerek Schopp Ildikó művészpedagógussal január 11-én 10.00–11.30. A programon való részvétel előzetes regisztrációhoz kötött. A résztvételi szándékot (részvevők száma, gyerekek/gyerekek életkora) január 10-én 18.00 óráig kell jelezni az info@hegyvidekgaleria.hu e-mail-címen vagy a 06-1/225-7160-as telefonszámon. Résztvételi díj: 1000 Ft/gyermek, hegyvidéki lakosoknak 500 Ft/gyermek. Kísérőknek ingyenes. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu weboldalon és a Hegyvidék Galériában. Érkezéskor a Hegyvidék kártya felmutatása kötelező!

Tárlatvezetés Kondor-Szilágyi Mária PhD művészettörténésszel, a Műcsarnok vezető kurátorával és Szabó Ábel festő- és grafikusművész-szel január 14-én 18.00. Résztvételi díj: 500 Ft, Hegyvidék kártyával 200 Ft. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu weboldalon és a Hegyvidék Galériában. Érkezéskor a Hegyvidék kártya felmutatása kötelező!



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

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Karácsonyi hangulatok – alkotóművészeti kiállítás. Megtekinthető: december 31-ig, naponta 16.00–22.00 (szerdán és vasárnap zárva). (A tárlatról a 15. oldalon, a Karácsonyi hangulat a Galéria 12-ben című cikkünkben olvashatnak bővebben.)

A Hegyvidéki Önkormányzat honlapjának címe: **hegyvidek.hu**



Zugligeti út 64.

foldvary.gergely@hegytortenet.hu helytorteneti.gyujtemeny.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Fogaskerekű 150 – a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény és a Magyar Műszaki és Közlekedési Múzeum közös kiállítása. A látogatók megismerkedhetnek az idén 150 éves svábhelyi fogaskerekű vasút történetével a kezdetektől napjainkig. Archiv képek és eredeti műtárgyak, a Magyar Műszaki és Közlekedési Múzeum gyűjteményéből származó egykori eszközök, vonatjegyek, más műtárgyak és többféle fogaskerekű-makett láthatók a vitrinekben. Egy különleges installáció a fogaskerekű útvonalának állomásait jeleníti meg izgalmas térbeli vizuális formában. A kiállítás megtekinthető: szerdától vasárnapig 10.00–18.00. A belépés díjtalan.



BAJOR GIZI SZÍNÉSZMŰZEUM Stromfeld Aurél út 16. oszmi.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

A Bajor Gizi Színész Múzeum 2024. december 25. és 2025. január 1. között zárva tart. Nyitás: január 2-án.

Kiállítások. A Kulisszák között (Az olvasópróbától a premierig), a „Szép ház, nagy park közepén...”, a Magyar nyelvű színjátszás Petőfi korában 1823–1849, valamint a Mesekisasszony – Válogatás Remsey-Sipos Ilma

grafikáiból és bábjaiból című kiállítások megtekinthetők: szerdától vasárnapig 10.00–18.00.



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 idejére gyermekfelügyelet biztosított, az erre vonatkozó igényt az egyszulo@egyszulo.hu e-mail-címen kell jelezni.

Élményfestés december 19-én 17.00–18.30. Az akvarell segít kikapcsolni rohanó világunkból, az alkotás öröme lelki frissülést nyújt. A szükséges minimális festészeti tudást a program folyamán mindenki képes elsajátítani megfelelő kedvvel, nyitottsággal.

Egyéni fejlesztés hétfőn 14.00–16.00. Drippy Helga fejlesztőpedagógus tanulási nehézségekkel küzdő gyerekek fejlesztését vállalja, mellette igény szerint szülőknek tart tanácsadást. Az alábbiakban tud segíteni: iskola-előkészítés, készség- és képességfejlesztés, beilleszkedés, tanulás, magatartászavaros és sajátos nevelési igényű gyerekek fejlesztése, tantárgyi korrepetálás és felzárkóztatás alsó tagozaton.

Jogi tanácsadás kedden 15.00–17.00. Ingyenes tanácsadás személyesen, online és telefonon a nehéz jogi problémáival szembesülő egyedülálló szülőknek. A tanácsadás 20-30 perces konzultációt biztosít, a probléma komplexitásától függően. Nem jelent jogi képviselést, sem okiratok kitöltését, szerkesztését! Jelentkezés: egyszulo@egyszulo.hu.

PÉNZMŰZEUM

Magyar Pénzmúzeum és Látogatóközpont

ADVENT A PÉNZMŰZEUMBAN!

A karácsonyi készülődés alatt is várjuk látogatóinkat! Bronz-, ezüst-, és aranyvasárnap nyílt napot tartunk, programokkal, foglalkozásokkal várunk minden érdeklődőt. Csütörtökönként pedig továbbra is megnézhetik *Az alapítás* című filmet, ami a 100 éves független Magyar Nemzeti Bank megalapításáról szól.

A BELÉPÉS INGYENES! | **Időpontfoglalás:** penzmuzeum.hu | **1122 Budapest, Krisztina krt. 6.**

NYITVATARTÁS

Hétfő, szerda és péntek	8:00 – 17:00
Kedd	zárva
Csütörtök	8:00 – 19:00
Szombat és vasárnap	10:00 – 18:00

ÜNNEPI NYITVATARTÁS

December 23 – 26.	zárva
December 31. – január 01.	zárva

MOZOG ÖN ELEGET?

Miért nem?

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

A Hegyvidéki Önkormányzat számos ingyenes, beltéri és szabadtéri programot kínál Önnek partnereink keresztül.

ISMERI a Zöld Receptet?

A kerületi orvosok felírják Önnek a megfelelő mozgásterápiát!

Önnek mire van szüksége?

Választható mozgásforma kategóriák, orvosa ajánlása szerint:

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



KÉRJE A ZÖLD RECEPTEK ORVOSÁTÓL!

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

Éljen egészségesebb és vidámabb életet!

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



A HEGYVIDÉK LAPKIADÓ A HIRDETÉSEK TARTALMÁÉRT NEM VÁLLAL FELELŐSÉGET! • A HEGYVIDÉK LAPKIADÓ A HIRDETÉSEK TARTALMÁÉRT NEM VÁLLAL FELELŐSÉGET!
SZOLGÁLTATÁS
ABLAK, AJTÓ, REDŐNY

REDŐNY-, relaxa-, harmonika-ajtó-, szalagfüggöny-, napellenző-, szűnyogháló-, 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, szőnyegpadlóztást, víz-, villanszerelést, nagytakarítást, parkettázást, favágást, ács-alpinista, kőművesmunkát vállal. delakft2011@gmail.com, 06-20/998-2369.

FÉMKAPOK JAVÍTÁSA, kitámasztók, aknafedelek, ajtóbehúzók cseréje, kapaszkodókörlatok készítése. Tel.: 06-20/380-8988.

**ASZTALOSMUNKÁK/
KÁRPITOS MUNKÁK**

ASZTALOS: 06-20/548-8829. Konyhabútorok, beépített szekrények, polcok, villany- és víz-berendezések, javítások, precíz, gyors munka. www.butorosok.hu

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

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

**ELTARTÁS, GONDOZÁS,
ÉLETJÁRADÉK**

IDŐSGONDOZÁS MÁSKÉPP! Örömmel segítjük ápolásban, lelki gondozásban, otthoni teendők elvégzésében és egyéb ügyintézésben is. Célok, hogy gondozottam biztonságban, szeretetben és kényelemben élhessen otthonában. Szívesen fogadom hívását vagy levelét. 06-70/306-5566, kerekasb@gmail.com

ELTARTÁSI SZERZŐDÉST kötnék idős hölgyvel vagy úrral, közjegyző által, havi rendszeres fizetéssel, autóval rendelkezem, bevásárlás, takarítás, ügyintézés, séták, beszélgetések. Idősgondozói végzettséggel rendelkezem, hívjon bizalommal! 06-70/300-8713.

ÉLETJÁRADÉKOT, ELTARTÁSI szerződést, hasznélvezettel terhelte ingatlan, akár bármilyen tulajdoni hányadot vásárolok. 06-20/989-6166.

ELTARTÁSI SZERZŐDÉST kötnék egyedülálló, idős személlyel. Német Ágota, 06-20/431-8462.

ÉLETJÁRADÉK, ELTARTÁS, otlalkással, gondozással együtt, vagy anélkül, kölcsön. Hívjon bizalommal, megegyezünk. 06-30/776-6575.

PÉNZÜGYI GONDJAI VANNAK? Segítsek, kössön velem életjáradéki vagy eltartási szerződést. Tel.: 06-30/990-0053.

SEGÍTSÉGRE VAN SZÜKSÉGE? Eltartási, életjáradékot kötnék idős házaspárral. Kedves, segítőkész hölgy személyben! Hívjon bátran! 06-70/303-0396.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

KÖZÉPKORÚ, LEINFÖRMÁLHATÓ vállalkozó életjáradéki szerződést kötné idős úrral, hölgyvel. Minden megoldás érdekel: 06-70/777-7005.

BUDAPESTI INGATLANRA kötnénk életjáradékot. Akár több millió Ft egyösszegű kifizetés, valamint folyamatos havi járulékok is fizeték. 06-20/299-5760.

50 ÉVES, gyermekét egyedül nevelő, 30 éve ügyvédi irodában dolgozó, rendszeres jövedelemmel rendelkező édesapa életjáradéki szerződést kötné. 06-20/923-3141.

JELLENLEG KÜLFÖLDÖN DOLGOZÓ, leinformálható, értelmiségi édesanya életjáradéki szerződést kötné közjegyző előtt ingatlanval rendelkező idősével. A korrekt megállapodás mellett az emberi hang, jó viszony is fontos! 06-70/904-4885.

IDŐS HÖLGGYEL, ÚRRAL kötnék öröklési, életjáradéki szerződést. Fél tulajdonjogot is vállalok, holtig tartó hasznélvezettel. Kérem, hívjon bizalommal! Ürmösy Barbara, 06-30/311-6923.

IDŐSGONDOZÁST VÁLLAL fiatal, becsülettel diplomás pár eltartási szerződésért cserébe. Tel.: 06-20/517-784.

AUTÓVAL RENDELKEZŐ HÖLGY vállal takarítást, gondozást, bevásárlást, főzést, ügyintézést. 06-70/785-8549.

SZORGALMAS ÉS EGÉSZSÉGES, középkorú budai lakos eltartási szerződést kötne, hogy segítséget nyújtson a nehéz napokra. Kérem, hívjon bizalommal. Sarkadi Mária, 06-20/405-5511.

FIATAL HÖLGY KÖTNE idős úrral, hölgyvel életjáradéki szerződést, ápolással, mindenféle házimunkával. 06-30/718-3767.

FOLYAMATOS HAVI ÉLETJÁRADÉK akár egyösszegű kifizetésben is. Teljes körű idősellátás. 06-20/553-5474, 06-20/580-4700.

**HÁZTARTÁSI GÉPEK,
ELEKTRONIKA**

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

HŰTŐGÉPJAVÍTÁS! Lehel, Zanussi, Gorenje, Whirlpool és Electrolux hűtők szakszervize. Kiszállítás 3 órán belül! Hétfévégén is! Nyugdíjaskedvezmény! 06-1/215-6287, 06-30/222-0968.

KERT, FAKIVÁGÁS

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

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

BÍZD RÁNK A KERTI MUNKÁIT! Akár magán-, akár társasház kertjéről van szó, mi vállaljuk annak ápolását és fenntartási munkáját! Alkalmi, illetve folyamatos rendszerességgel egyaránt. Tel.: 06-20/596-4606.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

KERTÉSZ MUNKÁKAT vállalok cégeknek, magánszemélyeknek, társasházaknak. 06-70/663-4546.

KŐMŰVESMUNKÁK

HEGYMÁSZÓ TECHNIKÁVAL: műkövetés, vakolás, festés, tető-, csatornajavítás, -szigetelés, ereszcsatorna-tisztítás. 06-1/426-5000, 06-30/942-6500. a@prodiva.hu

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

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

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.festesa.iwk.hu

LAKÁSFELJÚTÁS, SZOBAFESTÉS, tapétázás, parkettázás, csempézés, vízszelvény, villanszerelés, kőművesmunkákat és kisebb munkákat is vállalok, 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 el- leni szigetelése bádogos munkákkal együtt, garanciával, referenciával. Zsindelytetők javítása és készítése. 06-1/783-3803, 06-20/471-1870.

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

LAKÁSFELJÚTÁS, ÉPÜLET- FELJÚTÁS, festés, burkolás, szigetelés, gipszkartoncsiszolás, tetőjavítás, minden, ami a ház, minden, ami lakás. Munkáinkra garanciát vállalunk. 06-20/320-6808. misidanyis67@gmail.com

LAKÁSFELJÚTÁST VÁLLALOK, kisebb-nagyobb munkákat. Minőségi munka megfizethető áron! Vállalkozásom szolgáltatásai: generálkivitelés, burkolás, bontás, zsuzalás, kőművesmunka, szigetelés, festés, bent munkák. Hívjon bizalommal, és levszük a terhet válláról. Tel.: 06-70/601-0580.

MINŐSÉGI LAKÁSFELJÚTÁS. Komplex fürdőszoba-, konyhafelújítás, festés-mázolás-tapétázás, kültér, beltér. Ingyenes árajánlat, kiszállítás, árubeszerezés. www.pecoprojekt.hu, 06-20/424-0227.

ÁCS-, TETŐFEDŐ, bádogos munkák kivitelezése magas minőségben, szakértelemmel. Úgy dolgozunk, mintha a sajátunkét valósítanánk meg. Lelkiismeretes, magas hozzáadott értékkel, megbízhatóan és rövid határidővel dolgozunk. toptetofedobadogos.hu, 06-70/720-1049.

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

FESTÉS, MÁZOLÁST, burkolást vállalok, nyugdíjasoknak kedvezmény- nyel. Bútormozgatással, takarítással. Tel.: 06-30/422-1739, 06-30/691-9424.

LAKÁSFELJÚTÁST VÁLLALOK: festés-mázolást, burkolást, kőművesmunkákat, házak hőszigetelését. 06-30/691-9424, 06-30/422-1739.

MINDEN, AMI HÁZ, minden, ami lakás! Felújítás, építés, karbantartás! Újra itt van a nagy csapat! 06-20/320-6808.

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

LAPOS TETŐK csapadékvíz el- leni szigetelése bádogos munkákkal együtt, garanciával, referenciával. Zsindelytetők javítása és készítése. 06-20/471-1870.

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

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

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

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

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

ÁCS-, KŐMŰVESMUNKÁT, tetőfelújítást, kisebb munkákat, be- ázást megújítást vállalkoztató. Hívjon bizalommal. Tel.: 06-30/472-5475.

REDŐNYÖK, SZŰNYOGHÁLÓK és árnyékolástechnikai termékek felszerelése, javítása több mint 30 éves szakmai múlttal rendelkező vállalkozótól. Hívjon bizalommal. Tel.: 06-30/323-5401.

MÁSODIK KERÜLETI LAKOS professzionális gépekkel vállal fugatiztást, kárpit-, szőnyegtisztítást, ózongenerátoros fertőtlenítést, építés, felújítás utáni takarítást, ablaktisztítást 15 méter magasságig, ingyenes kiszállással. 06-30/309-8639.

ÁCS-, TETŐFEDŐ, bádogos munkát vállalunk. Régi, új tető készítése, palatetők javítása, szigetelés, terraszok, garázsok építése. Lindab cserepeslemezek áron. Ingyenes felmérés: 06-30/866-3897.

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

SZOBAFESTÉS, TELJES KÖRŰ lakásfelújítás, generálkivitelés. 06-70/566-2306.

TETŐDOKTOR! Régi, hajlott tetők javítása, cseréje, beázáshárítás, bádogozás, Lindab tető, új tető cserepezése, kisebb javítások, SOS munkák: 06-20/466-2774.

VÁLLALOK BÁRMILYEN ÁCS- MUNKÁT, tetőjavítást, bádogozást, ereszcatorna-tisztítást, szegődeszkázást. Hívjanak bizalommal. 14% karácsonyi kedvezmény 2024. 12. 06. – 2024. 12. 31-ig. 06-30/278-6738.

TAKARÍTÁS

TÁRSASHÁZAK TAKARÍTÁSÁT és kisebb kert munkákat vállalunk! Gyakoriak, referenciák! Dr. Bíró Anna, 06-70/505-9394.

FIATAL, LENDÜLETES, LEIKI- ISMERETES, precíz diákok takarítást vállalnak. Keressen bizalommal min- ket: 06-30/270-7897.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

KIS-, NAGYTAKARÍTÁST, bevásárlást, ház körüli munkákat vállalok. Baló Roxána, 06-20/958-6641.

II. KERÜLETI LAKOS professzionális gépekkel vállal ablaktisztítást 12 méter magasságig, kárpit- és szőnyegtisztítást, ózongenerátoros fertőtlenítést, felújítás utáni teljes takarítást, ingyen kiszállással. Tel.: 06-30/309-8639.

KIS- ÉS NAGYTAKARÍTÁST vállalok alkalmanként vagy rendszeresen. Ónodi Szilvia, 06-30/090-5448.

FIATAL HÖLGY TAKARÍTÁST, bevásárlást vállal Budapest területén. Nyugdíjasoknak kedvezmény. 06-70/209-2830.

TÁRSASHÁZAK ÉS IRODAHÁZAK takarítását, kertjük gondozását, kertéptést és fák gallyazását vállaljuk. Tel.: 06-30/453-2832.

KARÁCSONYI NAGYTAKARÍTÁST vállalok akár azonnal! 06-20/580-4700.

TAKARÍTÁS BUDAPEST és Pest megye területén. Szőnyeg-, ablaktisztítás, mosás és vasalás. Lakások, családi házak és társasházak számára. Garanciával, realis áron. Hívjon bizalommal! Ibolya, 06-20/976-7289.

TÁRSASHÁZAK

12 ÉVES MŰLTALT megbízható közös képviselőkkel korrekten áron társasházkezelést vállal Budapesten. Tel.: 06-20/522-5454. prominens.tarsashaz@gmail.com

TÁRSASHÁZAK/LAKÁSSZÖVETKEZETEK KÖNYVELÉSÉT, bevallások, számlák elkészítését vállaljuk 600 Ft/hó/albetét díjtól. Érdeklődés K-Sz-Cs: 06-1/605-5000 vagy www.petpek.hu.

TÁRSASHÁZI LÉPCSŐHÁZAK TAKARÍTÁSÁT, télen hólapátolást vállaljuk 20000 Ft/hó díjtól. Érdeklődés K-Sz-Cs: 06-1/605-5000 vagy www.petpek.hu.

EZERMESTER-SEGÍTSÉGEM ajánlom Önnek házában, lakásában, balaton házában, nyaralójában. További részletek: barkacoslas.hu, 06-30/235-6058.

CÉGÜNK MOBIL GONDNOKI szolgáltatást vállal. Társasházak teljes üzemeltetése: kertápolás, gondnok szolgáltatás, takarítás, társasházkezelővel való kapcsolattartás. Központi szám: 06-30/913-1825.

TÁRSASHÁZ-, LAKÁSSZÖVETKEZET-KEZELÉS, közös képviselők. 06-30/990-7694, aktivhazkezo@gmail.com, www.aktivhazkezo.hu

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

KÖZÖS KÉPVISELET, TÁRSASHÁZKEZELÉS, nagy tapasztalattal, referenciákkal. Új lendületet viszünk társasháza életébe. Tel.: 06-30/206-5242, info@interhaz.hu, www.interhaz.hu

VÍZ, GÁZ, VILLANY, FŰTÉS

GÁZKÉSZÜLÉK-GYORSSZERVIZ, FÉG cirkó, gázkonvektor, vízmelegítő, gázkazán, kombi cirkó javítása. Vívezetékek-szerelés. Tel.: 06-70/707-9270.

DUGULÁSELHÁRÍTÁS, víz-, gáz-, központosítás-szerelés, ázsók, csőtörések megszüntetése. 06-20/491-5089, 06-1/402-4330.

DUGULÁSELHÁRÍTÁS! Fix 25000 Ft-tól, kamerás csővizsgálat 25000 Ft-tól. Tel.: 06-70/250-9132.

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

VILLANSZERELÉS A-Z-ig. Tel.: 06-30/512-6045.

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

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

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

HŐSZIVATTYÚK, fűtő-hűtő split klímák, hőviszanyerős 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

GÁZKÉSZÜLÉKEK, KONVEKTOROK, vízmelegítő javítása, karbantartása műszeres vizsgálattal. 06-20/964-5621.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

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

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

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

VILLANSZERELÉS, hibaelhárítás korrekten áron. 06-20/443-4520.

KLÍMATISZTÍTÁS egészség- és környezetbaráttan! Klímaberendezéseit biosztító és fertőtlenítő folyadékkal tisztítom. www.bio-klima.hu, 06-70/316-0301.

VILLANSZERELÉS AZONNAL! Hibaelhárításról a teljes felújításig. Petrás József villanszerelő mester. ELMŰ- ügyintézéssel: Tel.: 06-1/246-9021, 06-20/934-4664.

VÁLLALOM ENERGETIKAI tanúsítás készítését, helyszíni felmérés után, 24 órán belül. Épület Energetikai Tanúsító Kft., 06-30/655-7825.

**KÖLTÖZTETÉS,
LOMTALANÍTÁS**

KÖLTÖZTETÉS, lomtalanítás, lakáskiürítés, bútorszerelés, lakáson belüli bútormozgatás, bútorfelhúzás és -leengedés. Költöztetődoboz, csomagolás. Ingyenes felmérés. Cégnev: Magyarország Teher Kft., www.magyarorszagteher.hu. Tel.: 06-20/393-6008.

KÖLTÖZTETÉS, lomtalanítás elérhető áron, gyakorlott rakodókkal. Ingyenes, szakszerű szállítás. Hagyatéklomtalanítás, lakáskiürítés a hét minden napján. Csomagolás ingyenes dobozokkal. Ingyenes felmérés. 06-20/292-0015.

WIDEX
HALLÓKÉSZÜLÉK
STÚDIÓ

**AJÁNDÉKOZZA MEG
MAGÁT ÉS SZERETTEIT
A JÓ HALLÁS ÖRÖMÉVEL!**

Jöjjön be hozzánk ingyenes hallásvizsgálatra és próbálja ki hallókészülékeinket!

XII. kerület, Kútvölgyi út 4.
/földszint audiológia/

Nyitva: H-Cs: 8:00-16:00, P: 8:00-14:00

Kérjük, egyeztessen időpontot:

Telefon
06 (30) 622 1661

Email
audiokutvolgyi@widex.hu

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

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

**LAKÁS/INGATLAN/
BÉRLEMÉNY**

„BUDAVAR '89” Ingatlanközvetítő Magániroda! 06-1/201-7719, Zwillinger.

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

BAKOSLAK INGATLAN keres hosszútávra kiadó, igényes házakat, ikerházakat, sorházakat 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.

KERESEK ELADÓ LAKÁST, vagy minimum egy évre bérelnék. 06-70/29-7546.

NAPOS LAKÁSBAN, a XII., György Aladár utcában (közel a 155-ös megállóhoz), 51 nm, nappali, háló, konyha, előszoba, fürdőszoba, WC, tároló, erkély kilátással, 56 M Ft. Tel.: 06-30/476-3306.

SÜRGŐSEN KERESSEK eladó ingatlant a kerületben, készpénzfizetéssel. Tel.: 06-30/490-8837.

NAPPÉNYES, VILÁGOS lakást vagy házat vennék legalább 3 szobával, azonnali kifizetéssel. Gépkocsibeálló előny. 06-70/633-3373.

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

INGATLANKÖZVETÍTÉS kedvező feltételekkel, 1%-tól, www.alacsonyjutalek.hu. Tel.: 06-30/984-3962.

LAKJON SAJÁT INGATLANBAN élete végéig, és részesüljön havi fix életjáradéki juttatásban! 06-70/622-0123.

SZIGLIGETEN OFT REZSIJÚ családi ház budapesti ingatlan beszámításával eladó, vagy értékegyeztetéssel elcserélhető: https://www.hajlek.com/ingatlan/9. Tel.: 06-30/235-6134.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

LAKÁSBÓL KIALAKÍTOTT iroda magántulajdonostól eladó XII., Alkotás utcában, Déli pályaudvarnál, 147 nm, 1. emelet, 159,5 M Ft. 06-20/376-3966. Közvetítők ne hívjanak.

KERESEK FELJÁRTANDÓ LAKÁST saját részre. Tel.: 06-70/707-1146.

KÉSZPÉNZES BEFEKTETŐ lakást keres! Csak magánszemélyek hívjanak! 06-70/624-9966.

OKTATÁS

MATEMATIKÁBÓL, ANGOLBÓL TAPASZTALT, diplomás szaktanár egyénileg fejleszt, vizsgákra felkészít: 06-30/074-1572.

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

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

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

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

MATEMATIKA-, FIZIKATANÍTÁS általános és középiskolások részére, szaktanártól. Hához megyek. 06-20/959-0134.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

ANYANYELVŰ ANGOLTANÍTÁS: 06-30/994-7070.

NÉMET JELENLÉTI és online oktatás kezdő és haladó fokon, előkészítés külföldi munkavállalásra, fordítási munkák. Igény esetén háznál is. 06-30/948-0955.

MATEMATIKAKORREPETÁLÁS, ÉRETSÉGIRE felkészítés háznál. 06-20/573-2581.

GARÁZS

ELADÓ GARÁZS a Széplóna Remiznél (17 nm, 2,3 nm széles ajtó). Irányár: 10 millió Ft. gyula.mezey@gmail.com, telefonszám: 06-1/338-1971.

RÉGISÉG

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

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

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

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

ELADNÁ RÉGISÉGEIT: karóra, asztali, falóra, tört és fazonarany. 10000-16000 Ft-ig. Ezüst 100 Ft-tól 350 Ft-ig, festményt, porcelánt, Zsolnay kerámiát, régi bizsut, kitüntetést, régi pénzt magas áron vásárolunk. Jöjjön el üzletünkbe! XII., Fodor u. 31/b. Tel.: 06-20/229-7774.

KÉSZPÉNZFIZETÉssel VÁSÁROLUNK mindennemű régiséget! Bútor, csillárt, festményt, könyveket, hanglemezeket, írha-, szőrmebundákat, dísztárgyakat, órákat, kitüntetéseket. Gyűjteményeket, teljes hagyatékot, kiúrtással! Díjtalan kiszállás, értékbecslés. Jakab Dorina: 06-20/365-1042. www.antikceg.hu

ARANY-EZÜST-RÉGISÉG–herendi–Zsolnay–karóra felvásárlása készpénzért! Bp. XII. ker., Bőszyornyai út 16/b. Tel.: 06-70/407-3898. info@boszornyiaranyhaz.hu

NÉMETH DÁNIEL SZAKBEC-SŰS vásárol értékbecsléssel festményeket, porcelánokat, bútorokat, bakelitmezeket, műszaki cikkeket, régi pénzt, kitüntetést, szobrokat, órákat, könyveket, lakáskiűrtést. Hagyatékfelvásárlás. Díjtalan kiszállással a hét minden napján! 06-20/294-9205.

FESTMÉNYEK, MŰTÁRGYAK, hagyaték felvásárlása! 1077 Bp., Wesselényi u. 9. Kárai Galéria. Tel.: 06-20/924-5370. www.karraigaléria.hu

ANTIKVITÁS VÁSÁROL készpénzes fizetéssel festményeket, porcelánokat, könyveket, kerámiákat, ezüsttárgyakat, karórákat, lakberendezési tárgyakat. Teljes hagyaték. Díjtalan kiszállással. www.hildaantikvitasa.hu. Tel.: 06-30/462-8883, 06-1/951-8307.

ANTIKVITÁS BUDAPEST, VÁL-LALJUK: régiségek, festmények, lakberendezési tárgyak, könyvek, porcelánok, órák, hagyatékok, örökségek stb. felvásárlását készpénzben. www.antikvitasbudapest.hu. Tel.: 06-30/343-5233.

BÉLYEGET, PAPIR-, fémpénzeket, festményeket és egyéb régiséget vásárolunk, árverésre átveszünk. VI., Andrassy út 16. Tel.: 06-1/317-4757. H: 12-17, K-Sz: 10-17, Cs: 10-19.

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

RÉGI BUNDÁKAT, ÁGYNEMŰKÉ-T, csipkéket keresek. Minden olyan tárgyat, ami feleslegessé vált a háztartásában. Ár megegyezés, állapot szerint. Várom hívását. Tel.: 06-70/232-2211.

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

FIGYELEM! Budai vár aljában vásárolunk antik műtárgyat, teljes hagyatékot, festményeket, bútorokat, arany-, ezüsttárgyakat készpénzért! 1013 Alagút utca 4. 06-30/234-6820.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

TÖRT ARANY, FAZONARANY felvásárlása. Telefonszám: 06-20/614-5514. **KASTÉLYOK BERENDEZÉSÉHEZ VÁSÁRLOK** festményeket, ezüstök, porcelánokat, bronzokat, órákat, bútorokat, katonai tárgyakat, hagyatékot stb.! Üzlet: 06-30/286-4717, nemzetantik@gmail.com

BUDAI JÓZSEF: HAGYATÉK, lakáskiűrtés. Felvásárolnék antik bútor, szobrokat, órákat, ezüsttárgyakat, ékszereket, pénzérméket, kitüntetéseket. Vibertel.: 06-70/673-7787. E-mail: antik@magyarantik.hu

FIGYELEM! Régi és használt kar- és zseborákat hibás állapotban is felvásárlunk. Telefonszám: 06-30/083-3146. Üzletünk: Budapest XII. kerület, Alkotás utca 1.

GYŰJTEMÉNYEMBE VÁSÁR-LOK herendi, Zsolnay készleteket, dísztárgyakat, ezüsttárgyakat. 06-20/229-0986.

HAGYATÉKOT, FESTMÉNYEKET, kerámiákat, szobrokat, porcelánokat, bútorokat, könyveket, ezüstöt 500 Ft/g áron vásárolok készpénzért. Értékbecslés ingyenes. Hívjon bizalommal. Kollár István, 06-20/472-5952.

MŰGYŰJTŐNŐ készpénzért vásárol: aranyakat, ezüsttárgyakat, hagyatékot, karórákat, pénzérméket, herendiket, festményeket, gyűjteményeket. Kiszállás díjtalan. Üzlet: III., Bécsi út 137. 06-30/898-5720, zsolnay08@gmail.com

NEMZET ANTIKVITÁS vásárol készpénzért: arany ékszereket, ezüsttöket, festményeket, porcelánokat, bronzokat, órákat, bútorokat, katonai tárgyakat, hagyatékot stb. 1073 Bp., Erzsébet körút 23. Telefonszám: 06-30/120-0217. nemzetantik@gmail.com

NERC, RÓKA, BUNDA, arany, ezüst, régiség, hagyaték, karóra, katonai kitüntetést, retró tárgyak, játékok készpénzes felvásárlása. 1126 Bőszyornyai út 16/b, 06-70/407-3898.

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

RETRO- ÉS ANTIKFELVÁSÁR-LÁSI! Üdvözlöm a kerület lakóit, Náda István vagyok. Megvetelre keresek többek közt bútorokat, festményeket, porcelánokat, órákat, lámpákat, könyveket, hanglemezeket. 06-70/230-8310. www.nadairegiseg.hu

KIMAGASLÓAN MAGAS ÁRON vásárolok készpénzért tört, fazonaranyat 24 650 Ft/g-tól 36 850 Ft/g-ig. Tört ezüstöt, fazonezüstöt, teljes hagyatékot. 06-20/990-9150. Üzlet: 1148 Füredi utca 11/c – idő-pont-egyeztetéssel.

EGÉSZSÉG/SZÉPSÉG

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

HÁZHOZ MEGYEK! Fogsor készítését, javítását vállalom garanciával. Hívjon bizalommal! Telefonszám: 06-20/980-3957.

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

ÁLLAPOTFELMÉRÉSEK (kézi, gépi), talpmasszázs, fülgyertyázás, nyirok-, visszérterápia, mágneses biorezonancia, egyéni, számítógépes lúdtalpbetét-készítés, allergiavizsgálás, -kezelés, gyógymasszázs, gyógytorna, kinesio tape. Bejelentkezés: 06-20/254-4633, 06-1/316-2596. www.vivientalpai.hu. 1024 Budapest, Fillér u. 8–12/B. Vivien Talpai Gyógycentrum.

CSONTKOVÁCS-AKUPRESSZÓR Szilágyi Erzsébet fasor 51. alatt. Ideg- becsípődések, izületi blokkok, lumbágo- isziás megszüntetése. Térdblokkok, gerincservek, szédülések műtét nélküli, eredményes gyógyítása. Fülakupunktúrárs fogykúra. Dr. Garzó Péter természetgyógyász, 06-30/945-8477. www.drgarzo.segitek.hu

PEDIKÜROSKÉNT HÁZHOZ MEGYEK. Hívjon bizalommal! Tel.: 06-30/445-3876.

HÁZHOZ MEGYEK! Fogsor készítését, javítását vállalom garanciával. Hívjon bizalommal! Telefonszám: 06-20/980-3957.

LÉZERTERÁPIA, REUMATOLÓ- GIA, akupunktúra, gerincferdülés, csonttritkulás, csípő- és térdkopás kezelése, fejfájásellátás, lumbágógyógye- let, porckorongsérv ellátása. Tel.: 06-20/968-6886.

ÁLLÁS

GONDNOKI ÁLLÁST keresek! Tel.: 06-70/539-6501.

HÁZKÖRÜLI munkákat vállal nyugdíjas. Tel.: 06-30/276-8984.

FORGÁCSOLÓ (gépi) szakmunkást keresek munkatársnak teljes vagy részmunkaidőre. Forgácsológépek ismerete szükséges. 06-70/938-3959.

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

BUDAI KÖNYVELŐIRODA cégek és egyéni vállalkozók könyvelését vállalja vállalkozói, mérlegképes regisztrációval, diplomás kollégával, évtizedes tapasztalattal, adótanácsadással, www.sederjessy.hu. Tel.: 06-20/295-0101.

KÖNYV

25 ÉVES AZ ATTICUS antikvárium! Könyvek, könyvtárak készpénzes vétele, ingyenes kiszállással. Hívjon most: 06-20/931-3773.

EGYÉB

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

NE HAGYJA POROSODNI HANG- HORDOZÓIT! Kis és nagy hanglemezeket, műsoros magnókazettákat vásárolok korrekt áron, készpénzért. 06-30/082-9801.

VÁSÁROLNÉKSZOCIALISTA motorkerékpárokat, (Pannónia, MZ, Jawa, Simson stb.), ezekhez tartozó leírásokat, alkatrészeket. Lada-2103-as (ezer öcsi) személygépkocsit, tulajdonostól, felújított nem érdekel! 06-30/950-9383.

Lapunk az interneten is olvasható: **hegyvidekujsag.hu**

ONLINE APRÓHIRDETÉS-FELADÁS A NAP 24 ÓRÁJÁBAN

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

a <https://www.aprohirdetesguru.hu/budapesti-keruleti-lapok/hegyvidek/> weboldalon keresztül lehetséges.

Fizetési lehetőségek: **bankkártyával**, vagy **készpénzzel** bármely bankfiókban, vagy **banki utalással**.

OLAJÁG OTTHONOK
A GONDOS OTTHON

Mert itt télen is korlátok nélkülül élhetek!

Teljes közműellátással rendelkező, önálló lakrészek. Helyben működő intézményi és szakorvosok. Segítség az ügyintézésben, bevásárlásban. Napközbeni étkezési lehetőség. Színes programlehetőségek, vallási alkalmak. Támogató közösség, közösen megélt ünnepek.



06 1 510 00 18
olajagotthonok.hu
@olajag-otthonok
olajagotthonok

A hagyományos kezdettől az édes fináléig, a megszokottól eltérve

A karácsonyfa-állítás és a halevés szokása alig százötven éve honosodott meg nálunk, mégis úgy tűnik, mintha ősi hagyományaink közé tartozna. Vétek lenne változtatni rajta, hacsak annyit nem, hogy ponty helyett valamilyen különleges tengeri halat választunk: például lazacot. Szilveszterkor és Újév napján pedig, amikor nem tálalhatunk halat, mert elúszik a szerencse, sem szárnyast, mert az hátrafelé elkaparja, sem nyulat, mert az elfut vele, kötelező a malac, aki bárholonnan kitérja a jólétet, a gazdagságot garantáló kincset. Ropogós malacpecsenye helyett azonban töltött lapocka formájában is asztalra kerülhet. Ne feledkezzünk meg a vegetáriánusokról sem, kedveskedjünk nekik a látványos gombás rakottassal, a bejgli helyett pedig jöhet a meghökkentően mutatós flódnitorta!

AVOKÁDÓ LAZACHABBAL

Noha a hétköznapok magyar konyhájára nem jellemző az előételek kínálása, de ünnepi alkalmakkor, a menük bevezetőjeként, manapság szinte már kötelező. És ez így van jól, ettől lesz különleges, a hétköznapokon megszokottól eltérő az étkezés. Am ilyenkor, a nagy ebédek, vacsorák idején jó, ha az előétel könnyű és lehetőleg egyszerűen elkészíthető. E célra kiváló alapanyag az avokádó és a füstölt lazac.

Hozzávalók (4 személyre):
10 dkg füstölt lazac
30 dkg natúr krémsajt
1 dl tejszín
2 avokádó

A lazacot merülőmixerrel pürésítjük, majd a krémsajttal összekeverjük. A tejszínt kemény habbá

HARCSAGULYÁS

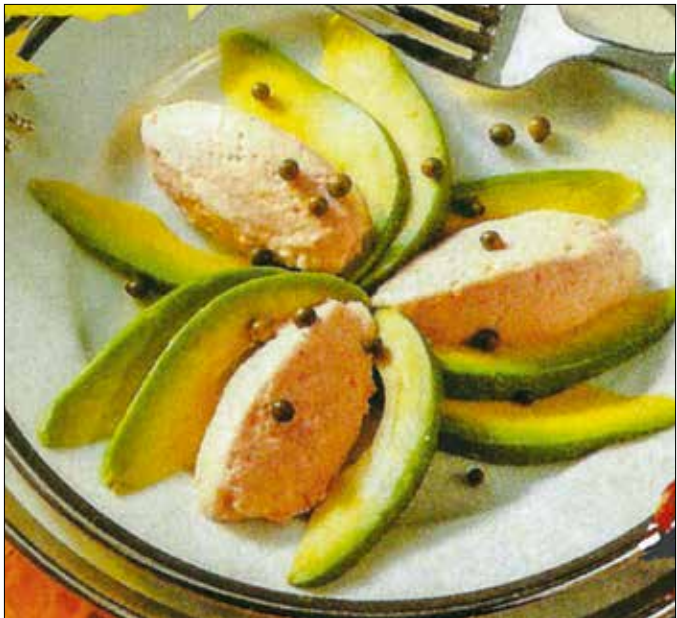
Ehhez a fogáshoz nem kell sem nagy rutin, sem sok idő, és magyaros ízvilága ismerős. Fél óra alatt elkészíthető, és nem csak ünnepken tálalható. Azért érdemes harcsából főzni, mert az szállkamentes, akár gyerekeknek is kínálhatjuk.

Hozzávalók (4 személyre):
1 közepes vöröshagyma
4 evőkanál olaj
70 dkg burgonya
1 csapott evőkanál édesnemes pirospaprika
1 paprika
1 paradicsom
1 kiskanál só
1 gerezd fokhagyma
1 mokkáskanál cseresznyepaprika-krém
halásléköcska
50 dkg bőr nélküli afrikai harcsafilé (persze honi is lehet)

A leveshez a hagymát megtisztítjuk, finomra vágjuk, és az olajon, közepes lángon, időnként megkeverve, 3 perc alatt üvegesre sűjtjük. Ez pontosan elég idő arra, hogy a burgonyát meghámozzuk, majd másfél centis kockákra vág-

verjük, óvatosan az előzőekbe forgatjuk, és 10-15 percre hűtőszekrénybe tesszük. Ezalatt az avokádót félbevágva kimagozzuk, a húsát a héjból kiemeljük, és vékonyan felszeleteljük.

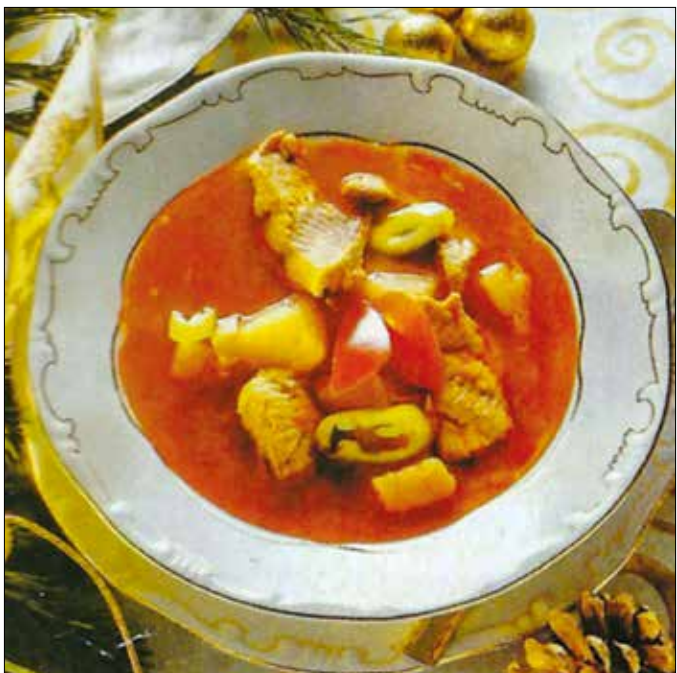
A lazachabot forró vízbe mártott kanállal tányérra „szaggatjuk”, és az avokádóval, mint körrettel, körberakjuk. Néhány szem konzervzöldborsóval is díszíthetjük. Friss pirítós illik hozzá.



juk. A hagymát a tűzről lehúzzuk, a pirospaprikával megszórjuk, majd 1,2 liter hideg vízzel felöntjük. A burgonyakockákat beledobjuk, és közben sózva nagy lángon felforraltjuk.

Közben a paprikát kicumázzuk, a paradicsom szárát kimetszük, mindkettőt húsát apróra vágjuk, a levesbe dobjuk. A fok-

hagymát megtisztítjuk, összesszűzzük, a paprikakrémmel és a halásléköcskével együtt ezt is a leveshez adjuk. Megsózzuk, lefedjük, és kis lángon 20 perc alatt a burgonyát puhára főzzük. A halfilét leöblítjük, leszárogtatjuk, ujnyi széles csíkokra vágjuk, a levesbe dobjuk, és kb. 8 percig kis lángon főzzük.



TÖLTÖTT MALACLAPOCKA

A sült malac is az újévi kötelező fogások közé tartozik, de érdemes új formában is kipróbálni. A töltött lapocka szokatlan, ám izgalmas változat, jól előkészíthető, szépen szeletelhető, látványosan tálalható.

Hozzávalók (4 személyre):
1 kg malaclapocka
só, őrölt fekete bors
10 dkg zsemlemorzsa
2 dl tej
30 dkg darált sertéshús
2 szál újhagyma
1 tojás
1 kiskanál friss vagy feleannyi szárított kakukkfű
1 csokor petrezselyem
1 evőkanál konyak
1 evőkanál olaj

A húst megmossuk, a bőrös oldalával lefelé deszkára fektetjük, majd kicsontozzuk. Aki még sosem csinált ilyet, ne ijedjen meg, a csont mellett apró vágásokkal haladva nem olyan nehéz művelet!

GOMBÁS BURGONYARAKOTTAS

A francia eredetű, tejszínben, sütőben – au gratin – szép lassan sült burgonyás rakottas nem véletlenül lett világhírű. Egyszerű elkészíteni, a végeredmény pedig krémesen lágy, ízekben gazdag köretként szolgál. Jelen esetben azonban, gombával gazdagítva, vegetáriánusoknak ajánljuk ünnepi főfogásként.

Hozzávalók (4 személyre):
1 kis vöröshagyma
2 dkg vaj
30-40 dkg csiperkegomba
1 csokor petrezselyem
1 kiskanál friss kakukkfű
1 kg nem szétfővő burgonya
só, őrölt bors
...a besamelmártáshoz:
3 dkg vaj
2 evőkanál liszt
3,5 dl tej
1,5 dl tejszín

A vöröshagymát megtisztítjuk, apróra vágjuk, és a vajon megfuttatjuk. A gombák homokos talpát



Utána középről jobbra is, balra is lapjában bevágjuk, és kihajtuk, hogy telteni lehessen. A húsos részt sóval és borssal bedörzsöljük, vigyázva, nehogy a fűszerek a bőrére kerüljenek.

A zsemlemorzsaát a tejjel összekeverjük, és kb. 10 percig duzzadni hagyjuk. A darált húst a felaprított újhagymával, a tojással és a tejes zsemlemorzsaával összekeverjük. Megsózzuk, megborsozzuk, a kakukkfűvel és a felaprított petrezselyemmel fűszerezük, a ko-

nyakkal ízesítjük. Ezt a tölteléket az előkészített húsrá kenjük, az eredeti formájára összehajtuk. Vékony spárgával – ahogyan a sonkát is szokás – megkötözzük.

Enyhén megolajozott alufóliába csomagoljuk, és előmelegített sütőben, közepes lánggal (180 °C, légkeveréses sütőben 165 °C), 1 óra 20 percig sűjtjük. A fóliából kibontva, változatlan lánggal, továbbá 35 perc alatt szép pirosra sűjtjük. Felszeletelve tálaljuk, és burgonyapürét kínálunk hozzá.



levágjuk, és a fejeket a szárukkal együtt szeletekre vágjuk, majd a hagymás vajon az apróra vágott petrezselyemmel és a kakukkfűvel megszórvja, megszórvja, megborsozza megpároljuk.

A besamelmártáshoz a vajon megfuttatott lisztet a hideg tejjel mártással főzzük, majd a tejszínnel hígítjuk, sóval, borssal ízesítjük. A meghámozott burgonyát felkarikázzuk, egy részéből a tetejére díszítésül csillagokat szűrünk ki, ezeket félretesszük. Egy közepes tepsi kivajazzuk, a mártás 1/3-át beleöntjük. A

burgonyakarikák felét beleterítjük, a párolt gombát a tetejére elosztjuk, a második harmadnyi mártással leöntjük, majd a maradék burgonyakarikákkal befedjük. Díszítésül a tetejére rakjuk burgonyacsillagokat, mutatósan elrendezve.

A maradék harmadnyi mártást a tetejére öntjük, és előmelegített sütőben, 180 °C-on (légkeveréses sütőben 165 °C-on), kb. 1 órán át sűjtjük Ezt követően a tetejét vajjal meglocsoljuk, és még 10 percre visszatoljuk a sütőbe, hogy kissé megpiroljon.

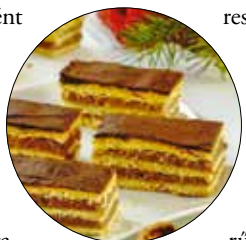
Ki hinné? A flódni és a zserbó rokonok!

A flódni, amit mindenki zsidó édességként tart számon, csupán a 19–20. század fordulóján bukkant fel a régi magyar, német és cseh zsidó szakácskönyvekben. A „flódni” szó és más jiddis megfelelői a német *Fladen* (lepény, lepénykenyer) szóból erednek. Hagyomány szerint a Dél-Németországból és Elzász-Lotaringiából terjedt keletre, Magyarországra, Erdélybe, a Románia és Ukrajna között fekvő Bessarabiába.

A flódni a zsidó farsanghoz, a purimhoz kötődik, amikor ajándékokat, különböző finomságokat, kóstólót illik küldeni a barátoknak, adományokat adni a szegényeknek, hogy ők se nélkülözzenek az ünnepen. Am a bejglihez hasonló mákos-diós töltelék miatt már karácsony környékén is egyre gyakrabban felbukkan mifelénk.

Azt gondolhatnánk, hogy a flódni receptje kőbe vésett, csak egyféle lehet, de nem így van. A tésztája a tölteléktervek különbözősége, száma mellett formája is eltérő lehet. Vannak, amik feltekertek, és inkább hasonlítanak a bejglire, a rétesre, mint az eredeti szögletes változatokra.

Az igazi flódni négyrétegű tölteléket tartalmaz: almát, diót, mákot és házilag készült (!) szilvalekvárt. Valamennyi tölteléket külön kell megfőzni, majd egyben megsütni. Az almát borban párolják, a mákot



reszelt citromhéjjal és sziruppal, a diót pedig mazsolával és rummal készítik

Kárpátalján, a magyar hagyományok szerint, szilvalekvárréteg nélkül készül az uzsgorodi (ungvári) flódni, ami leginkább a zserbót idézi. Beszédese a hasonlóság, már csak azért is, mert ez nem más, mint a flódnifamília egy leegyszerűsödött, polgáriusodott tagja, ami Gerbeaud Emil, a Magyarországon híressé váló svájci cukrász nevéhez fűződik, de eredete máig vitatott. Receptjét viszont minden magára adó magyar háziasszony őrzi, és legalább karácsonykor elkészíti.

FLÓDNITORTA

Hozzávalók (16 szelethez):
...a tésztához: 60 dkg finomliszt, 35 dkg margarin, 1 kiskanál só, 7-8 dkg kristálycukor, 1 dkg élesztő, 2 dl hideg víz, 3 dkg vaj
...a máktöltelékhez: 40 dkg kristálycukor, 2 dl víz, 50 dkg őrölt mák, 6-8 dkg mazsola
...a diótöltelékhez: 40 dkg kristálycukor, 2 dl víz, 50 dkg őrölt dió, 6-8 dkg mazsola
...az almátólékhez: 1,25 kg alma, 30 dkg kristálycukor, 5-6 dkg zsemlemorzsa, fél kiskanál őrölt fahéj, 1 citrom reszelt héja
...a tetejére: 1 tojás



A tésztához a lisztet a margarinnal elmorzsoljuk, megsózzuk, a cukorral, az élesztővel és a vízzel összegyűrjük. Letakarva legalább 1 órára hűtőszekrénybe tesszük. Ezután 5 egyenlő részre osztjuk. Az egyiket beliszteztet deszkán egy kb. 26 centi átmérőjű kórré nyújtjuk, a tartakarikát ráfektetjük, és ennek mentén a tésztát körbevágjuk. A leeső részeket az egyik tésztapíchoz gyűrjük, ahogyan majd a többi maradékokat is: ebből lesz a torta oldala.

Sütőpapírral bélelt tepsiire fektetjük, villával megszurkáljuk, és előmelegített sütőben, közepes lánggal

(180 °C, légkeveréses sütőben 165 °C), kb. 10 perc alatt világosra elősűjtjük. Ugyanígy még egy lapot sűtünk, ezek ugyanis a torta közepére kerülnek, ahol nem sülnének meg.

A máktöltelékhez a cukrot a vízzel felforraltjuk, és a mazsolát belekeverjük, majd a tűzről levéve hűlni hagyjuk. A diótölteléket ugyanígy készítjük el. Az almátólékkal várunk még egy kicsit, mert állás közben sok levet enged.

Egy 26 centi átmérőjű, lehetőleg szétszedhető tortaformát jól kivajazzuk. Egy kerekre nyújtott téstallappal – de nem az elősűtötttel! – az alját kibéleljük. A legnagyobb cipót hosszá téglalap alakúra nyújtjuk, és belülről a forma oldalához tapasztjuk. A diótölteléket az alsó lapra simítjuk. Ezután egy elősűtött tésztakorongot ráfektetünk. Erre kerül egyenesen a máktölték, amit az almátólék. Ehhez a gyümölcsöt meghámozzuk, durvára reszeljük, majd a többi hozzávalóval gyorsan összedolgozzuk. Az utolsó, kerekre nyújtott téstallapot ráfektetjük. A tésztaszélek találkozásánál jól összenyomkodjuk, nehogy a tölték kifolyjon. A tetejét felvert tojással megkenjük.

Előmelegített sütőben, nagy lánggal, 220 °C-on (légkeveréses sütőben 200 °C-on) 35 percig sűjtjük. A formában hagyjuk kihűlni, és csak másnap szeleteljük fel. Tálaláskor a tetejét porcukorral meghintjük.

(pákozdí)

AKTÍV HEGYVIDÉK TÉLI PROGRAMOK

GESZTENYÉS KERT FUTÓKLUB

Kedden 18.30–19.30
Dr. Koltai Jenő Sportközpont

AEROBIK

Csak az iskolai tanulmányi időszakban, szünetekben nincs!
Hétfőn 19.30–20.30 Tamási Áron iskola (Mártonhegyi út 34.)
Kedden 18.00–19.00 Tamási Áron iskola
Szerdán 18.00–19.00, 19.00–20.00 Jókai Mór iskola (Diana utca 4.)
Csütörtökön 19.00–20.00 Németvölgyi Általános Iskola (Németvölgyi út 42–46.)
Pénteken 17.00–18.00 Sashegyi Arany János iskola (Meredek utca 1.)

KIMÉLŐTORNA

Csak az iskolai tanulmányi időszakban, szünetekben nincs!
Hétfőn 18.00–19.00 Jókai Mór iskola
18.30–19.30 Tamási Áron iskola
19.00–20.00 Jókai Mór iskola (stretching)
Kedden 17.00–18.00, 19.00–20.00 (ez utóbbit: stretching) Tamási Áron iskola
Csütörtökön 18.00–19.00 Németvölgyi Általános Iskola
Pénteken 16.00–17.00 Sashegyi Arany János iskola

MOZGÁS EGYETEME

Csak az iskolai tanulmányi időszakban, szünetekben nincs!
Kedden 18.30–19.30 Testnevelési Egyetem – „K” épület, Athén-terem (Alkotás utca 44.)

ZUMBA

Hétfőn 15.00–16.00
Szerdán 18.00–17.55
MOM Sport, balett-terem (Csörsz utca 14–16.)

ÜZSÁS

Szombaton 13.00–17.00
Az ingyenes belépőjegy 16.30-ig igényelhető a recepción
Utolsó alkalom: december 21.
2025-től: vasárnaponként!
Első alkalom: január 12. 11.00–15.00
Hegyvidéki Sportközpont és Tanuszoda (Városmajor utca 29.)
Belépés: XII. kerületi lakcímkártyával. 4 év alatti gyerekek ebben az időpontban nem használhatják az uszodát!

ASZTALITENISZ

Csak az iskolai tanulmányi időszakban, szünetekben nincs!
Hétfőn 17.45–18.45
Szombaton 9.00–10.30
Városmajor utca 29. (tornaterem)

FUNKCIONÁLIS EDZÉS

Hétfőn 18.15–19.45
Szerdán 18.15–19.45
Városmajor utca 29. (konditerem)
A CrossFit az USA-ból származó fitness-irányzat, amely gimnasztikai, súlyemelő, erőemelő és komplex mozgásformákat egyaránt tartalmaz. A funkcionális edzés nemcsak a fizikai kondíciót formálja, hanem mentálisan is erősítő tesz.

TERMÉSZETJÁRÓ TÚRA

Túrazvezetők: Sütő-Nagy István (06-1/202-7849, 06-30/934-6968), dr. Nagy Géza (06-20/430-2892), Stark Gáspár (06-20/923-3487).

Webcím, teljes éves túraterv:
szabadsagvador.fw.hu

INTEGRAL YOGA

Kedden 20.00–21.00
Szerdán 15.30–16.30
MOM Sport, balett-terem (Csörsz utca 14–16.)

TAEKWONDO

Szerdán 17.30–19.00
Testnevelési Egyetem, „D” épület, küzdősportterem (Alkotás utca 44.)
A taekwondo egy közel 2000 éves, dél-koreai eredetű küzdősport, amelyet kortól, nemtől függetlenül bárki bármennyi gyakorolhat. Az edzéseken a fő fókusz az alapvető technikák elsajátítása mellett az önvédelem van. A szituációs feladatok között szerepelnek a különböző szabadulások, fojtások elleni védekezések, a késes támadások hatástalanítása

TOLLASLABDA

Csak az iskolai tanulmányi időszakban, szünetekben nincs!
Szombaton 11.00–12.30
Városmajor utca 29. (tornaterem)

A programok – a többnapos túrák (szállítás, étkezés, utazási díjak) kivételével – a hegyvidéki lakosoknak **ingyenesek!**
Információ: Hegyvidéki Szabadidősport Nonprofit Kft. (Városmajor utca 29.), Lohrn Angéla sportszervező: lohn.angela@hegyvideksport.hu, 06-70/442-2135.

A vendégek a programokon történő részvételükkel hozzájárulnak képek és videofelvételek készítéséhez, továbbá ezeknek a Hegyvidéki Szabadidősport NKft. weboldalaira és Facebook-oldalaira történő feltöltéséhez, valamint a cég kommunikációjához, marketingjéhez történő időbeli korlátozás nélküli felhasználásához.

A játék kardtól az olimpiai dobogó tetejéig

Tanulni nem szeretett, a csapatsportokhoz túl önféjű volt, viszont már hatodikos korában kijelentette, hogy márpedig ő a vívásban sikeres lesz, és hiába mondanak mást a szülei, az edzője, az élsportból fog megélni. Koch Máté szavatartó ember, hiszen az idén Párizsban olimpiai bajnok lett a férfi párbajtőrscsapattal. Sőt, megígérte, hogy legközelebb egyéni is aranyérmeket szerez. A tősgyökeres hegyvidéki sportoló ünnepi interjúnkban számos személyes „titkot” megosztott velünk, a többi között elárulta, hogy karácsonykor a mai napig bezárkóznak a testvéreivel, és csak a csengettyűszóra bújnak elő.

– *Milyen gyerek volt?*

– Rossz! Két öcsém van, a nagyobbal sokat veszekedünk, voltak balhék randesen, a szüleimet jó néhányszor sikerült kiakasztani. Ráadásul a tanulás sem különösebben érdekelt, akkor kezdtem teperni, amikor már égett a ház. Lámpával melegítettem a homlokomat, hogy lázat színleljek, mert ki akartam hagyni az iskolát – persze nem jött be, de azért próbálkoztam. A magatartásommal is voltak bajok, általában hármast kaptam az év végén, egyszer becsúszott egy kettes, mert az ellenőrzőmben átírtam a matekjegyemet egyesről négyesre. Nyilván lebuktam, és annyit mondhatok, anyukámék nem veregették meg a vállamat...
– *Ezek szerint nincsenek jó eredményei.*

– Dehogyan, remekül éreztem magam, talán túl jól is! A játék, a szórakozás, az edzés, a vívás mindig fontosabb volt, mint bármi más. Csak az érdekelt, amit szerettem, az viszont nagyon. Csináltam hülyeségeket, ennek ellenére nem változtattam meg magam. Akaratos voltam, ragaszkodtam a döntéseimhez, sohasem hallgattam senkire, a saját káromból viszont rengeteget tanultam.

– *Mire gondolt?*

– Leginkább evidens dolgokra, amik annak idején nekem mégsem tűntek annak. Például hogy nem érdemes a betonon egymás hátán átugrálni, mert az ember könnyen a földre haraphat közben, ahogyan én is tettem. Ennek a nyomát viselem a fogamon, szóval egy életre megtanultam, hogy körültekintőnek kell lenni, vigyázni magamra. Évek óta ezért nem sielek, pedig nagyon szerettem. De fontosabb, hogy ne sérüljek meg.

– *Hogyan teltek az iskolás évek?*

– A Németvölgyből költöztünk a Budakeszi útra, édesanyám a Zalai úti óvodában dolgozott, és a Budenz volt a legközelebb, így ott kezdtem az általános iskolát. Nem éreztem jól magam, ezért átmentem a Virányosba. Remekül

na utcai TF Gyakorló Sportiskolai Általános Iskola és Gimnázium, ott rengeteget segítettek, fantasztikus volt oda járni!

– *Általában nem a vásott kölykök mennek vívónak, vagy tévedek?*

– Tényleg nem, viszont a kivétel erősíti a szabályt. Egyébként focista akartam lenni, a Vasasban játszottam, a csapatjáték azonban nem nekem való. Egyéni sportágat kerestünk; mivel a tenisz sem jött be, anyukám javasolta a vívást. Azt mondta, kis koromban anynyira lelkesen forgattam a játék kardt, és ez talán nem véletlen. Tőrvívással kezdtem. Ez egy meglehetősen szubjektív sportág, sokszor a bírónok múlik a tus. Nemegyszer hittem azt, hogy enyém a pont, aztán mégsem, és ezt nehe-

z az első érmemet. Közben megszűnt a Vasasban, ezért átmentem párbajtőrözni. Nagy Dáviddal, akivel csapatban olimpiai bajnokok lettünk, vívtam egy asszót, ő akkoriban verhetetlen volt, és azt mondta, hogy hú, te valamit nagyon tudsz. Mindjárt az első versenyen érmes lettem.

– *Attól kezdve jötték a sikerek?*

– A kadet korosztályban a második évben megnyertük az Európa-bajnokságot, Andrásfi Tibivel és Nagy Dáviddal már akkor egy csapatban szerepeltünk. Juniorban kétszer lettünk elsők világ-bajnokságon, és még voltak szép sikereink, Eb-arany, vb-bronz. Kopogtattunk a felnőttválogatottság kapuján, de eleinte nem engedtek be. 2019-ben aztán elindulhattam juniorként a felnőtt-vb-n. És megint a saját káromon tanultam: jó eredményre számítottam, erre kaptam egy nagy pofont. Még abban az évben bronzérmeket szereztem a csapattal az Eb-n, ez azért kárpótolt.

– *Akkor már tudta, hogy a vívasra teszi fel a jövőjét?*

– Ahogy már mondtam, önféjű gyerek voltam. Hatodikosként eldöntöttem, hogy a vívásból fogok megélni. Pedig az edzőm és a szüleim is gyözködtek, hogy ilyen nincs, de nem tudtak mit csinálni velem. Szóval mindent egy lapra tettem fel, és nem bántam meg. Voltak nehéz időszakok, a vívásban rengeteg a hullámvölgy, sokszor egyetlen tuson múlik az élet. És van, amikor állandóan a törz rossz oldalán állsz. Ugyanakkor a bukások is kellenek ahhoz, hogy aztán nagyot alkosson az ember.

– *Az olimpiai bajnoki címmel ez már biztosan sikerült, de azért van még hiányérzete?*

– Ha az egyéni eredményeim néztem, igen. Hiába vagyok világ-



Koch Máté olimpiai bajnok párbajtőrvívó



Émlékező gyerekkori karácsonyokból nincs hiány

kijöttem a többiekkel, viszont sokan hatosztályos gimnáziumra váltottak, ezért szétment az osztály. A Csík Ferenc iskolába kerültem, ami bár sportiskola, nekem nem jött be. Annál inkább a Dia-

zen viseltem. Ilyenkor megfordult a fejemben, hogy biztos csálnak elenem – ami nyilván nem így volt. Úgyhogy egy idő után elegendő lett az egészsből, lógtam az edzésekről, aztán egyszer csak megszereztem

Csúcshatás az uszodában

Nem akármilyen hangulat volt advent első vasárnapján a MOM Sport Uszodában! Több mint 350-en álltak rajt az hagyományos Mikulás Kupán, ami csak az egyik csúcs volt, a másikat pedig a nézősereg „szállította”, amely az oldalalátó megöltve igazi versenytámaszférát teremtett.

A Hegyvidéki Úszóiskola által szervezett viadalon az úszóiskolás gyerekek mellett a Városmajor utcai sportközpontban üszni



A Mikulás Kupa kiváló hírverése a sportágnak

a szurkolást, és ránézni a mosolygó gyerekekre – összegezve tapasztalatait Moszkva olimpiai bajnok, aki arra is emlékeztetett, hogy az energiaár-robbanás idején a MOM Sport volt az egyik olyan fővárosi uszoda, amelyik az úszószövetség és az állam segítségével nyitva tarthatott.

– Láttuk, milyen sok gyerek jár ide úszni, vízilabdázni, mennyire népszerű uszoda. Így kerülhetett fel a támogatásban részesülő létesítmények listájára.”

Az elnök szerint az úzás egyrészt bizonyos helyzetekben életet menthet, másrészt több jótékony élettani hatása van. Nem utolsósorban pedig közösséget épít: még a versengésnél is fontosabb a jó társaság, valamint az, hogy barátokkal lehet találkozni az uszodában.

Minderre jó példa volt a Mikulás Kupa is. A gyerekek természetesen mindent megtettek, hogy felállhassanak a dobogóra, ám azok sem keseredtek el, akiknek ez nem sikerült, láthatóan kivétel nélkül mindenki remekül érezte magát. Ebben valószínűleg



A szurkolásra sem lehetett panasz

szerepet játszottak az ajándékok is, hiszen az összes résztvevőnek járt valamilyen meglepetés.

A mostani verseny egyben évzáró is volt, az idén már nem indulnak új tanfolyamok. Jövőre viszont folytatódik a kemény munka, két helyszínen várja az úszni vágyó gyerekeket és felnőtteket a Hegyvidéki Úszóiskola. Az év első turnusa 2025. január 6-án kezdődik.

MM.

ELE
CINEMA



PRÉMIUM MOZIÉLMÉNY

A KARÁCSONYFA ALÁ

**KORLÁTLAN SVÉDASZTALOS FOGYASZTÁS
HÁTRADÖNTHETŐ ÜLÉSEK
ÚJRATÖLTHETŐ SNACK ÉS ÜDÍTŐ
EXTRA LÁBTÉR
BEÉPÍTETT TELEFONTÖLTŐ**



[ETELECINEMA.HU](https://etelecinema.hu)