A XII. Kerületi Polgárok Lapja

HEGYVIDÉK

LIV./20.

WWW.HEGYVIDEKUJSAG.HU • MEGJELENIK KÉTHETENTE • 2024. NOVEMBER 12.

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

Találkozz a polgármesterrel!

Mostantól nemcsak évente egyszer, a kötelezően megtartandó közmeghallgatásokon, hanem a tervek szerint havi rendszerességgel találkozhatnak az itt élők Kovács Gergely polgármesterrel, és kérdezhetik őt nyilvánosan közérdekű ügyekben. A kerület vezetője egyebek közt a kulturális élet, a közösségi terek, az önkéntesség, az építkezések, a vagyongazdálkodás, a közlekedés és a parkolás témakörében felmerülő kérdésekre adott válaszokat a „Találkozz a polgármesterrel!" című, első alkalommal megtartott fórumon a Barabás Villa színültig megtelt rendezvénytermében.

Mostantól várhatóan havonta lehet majd kérdezgetni nyilvános fórumon Kovács Gergely polgármestert

Sok területen működnek jól a kerületi kulturális intézmények, ám hiány van a húszas-harmincas korosztálynak szóló programokból – emelte ki Kovács Gergely a Barabás Villában rendezett első polgármesteri fórum elején. A kulturális élet és a közösségi terek fejlesztésének kérdéseit napirendre tűző első részben elmondta, hogy jövőre egy inkubátorház működését indítja el az önkormányzat a Dobsinai utcában, ahol olcsón bérelhetnek majd helyiségeket a pályázati úton kiválasztott hegyvidéki alkotók.

A Böszörményi úton, a lebontott irodaházak helyén létrehozott közösségi kertet megtartaná az új önkormányzat, mellette pedig egy parkot alakítana ki, amely a kerület új közösségi, kulturális csomópontja lehetne, és különféle programoknak, például filmvetítéseknek, kiállításoknak biztosíthatna helyet – beszélt a tervekről a polgármester. Kitért arra is, hogy az előző önkormányzati vezetés által a Böszörményi út átépítésére beadott „Egészséges utcák" pályázaton van esély elnyerni az igényelt 2,5 milliárd forintos támogatást. Ennek eredményeképpen szélesebb járdák, több zöld rész, fa és pad lesz majd a területen. Egy lakó észrevétele kapcsán – aki azt kérte, legyenek további egyeztetések az előkerttel rendelkező házak képviselőivel – a polgármester hangsúlyozta: az elfogadott irányelvek mentén még lehet változtatni a pályázati koncepción, így például elképzelhető több fa, több zöld, ám több parkolóhely semmiképpen sem.

Kovács Gergely elmondta, hogy megtartanák az eddigi közösségépítő, kulturális, sport- és táborpályázatokat, sőt növelnék a keretösszegeket, ugyanakkor objektív bírálati szempontrendszert vezetnének be. Sorra felveszik a kapcsolatot a kerületben található nagykövetségekkel, konzulátusokkal, rezidenciákkal, hogy kialakítsák az eddig hiányzó együttműködés kereteit, és bevonják őket kulturális, valamint városfelújítási programokba. Az önkormányzat újra megrendezné a Hegyvidék Gesztenyés kerti fesztiválját, amire a helyi diplomáciai képviseletek is hozhatnának kulturális programokat.

A régóta üresen álló üzlethelyiségeit az önkormányzat civil szervezeteknek kínálja majd fel pályázat keretében, emellett közösségi terek kialakítására teremt lehetőséget a Margit- vagy a Bartók-negyed mintájára. Az ilyen nem lakás célú helyiségekben akár galériák is helyet kaphatnak – hangzott el.

Az önkormányzat részvételi irodája várhatóan ez év decemberében kezdi meg a működését. Ez az iroda menedzseli majd a civil szervezetekkel és a lakókkal való kapcsolattartást, valamint a XII. kerület közösségi költségvetését – jövőre nagyjából 100 millió forintot lehet fordítani az innovatív, közösségteremtő lakossági ötletek megvalósítására.

A polgármester szerint jelenleg nincsenek kihasználva az önkéntességben rejlő erőforrások. Szeretnék megteremteni a kereteit annak, hogy a tehetősebbek érdemben támogathassák a rászorulókat, valamint olyan raktárt alakítanának ki, ahová bármikor be lehet vinni a mások számára felajánlott háztartási gépeket, eszközöket. A Felsőkrisztinavárosi plébánia karitász csoportjának képviselője a fórumon további együttműködést ajánlott az önkormányzatnak, és jelezte: használt ruhákkal nemcsak az egyházközösség tagjainak, hanem bárki másnak is tudnak segíteni.

(Folytatás a 3. oldalon)

Tizenöt éves a Galéria 12 Egyesület

Érettség, jelentős tapasztalatok, ugyanakkor kamaszkori elevenség, nyitottság és játékosság jellemzik a Galéria 12 Egyesület alkotóinak jubileumi kiállítását. Mintegy hatvan hegyvidéki művész hozta el szívének legkedvesebb alkotását a Barabás Villa Galériába, az idén tizenöt éves közösségük működésének esszenciáját felmutatva.

Nem szabályos megnyitószöveggel készült Feledy Balázs művészeti író a Galéria 12 Egyesület jubileumi kiállítására, ami a Barabás Villa Galériában nyílt meg. Emlékeket idéztek a baráti szálak, amik a jelenlévőkhöz fűzik őt; felelevenítette az öt évvel ezelőtti tízéves évfordulót, a Hegyvidék Galériában rendezett látványos tárlatot, az azóta eltelt gondterhes esztendőket – gondoljunk arra, mennyire megakasztotta a koronavírus-járvány az alkotói munkát, a társadalmi létezés formáit! Az egyesület mégis talpon maradt. Mint mondta, „a tizenötödik születésnapon a korábbi kiállítótérhez képest kicsit összebújva, összehúzva magunkat, de összetartva ünneplünk".

A megnyitót egyébként Réman Zsófia (fuvola) és Szkibó Gergő (gitár) duójának vidám scherzodallama indította, és Lőrincz Edina, a Barabás Villa kulturális szervezője, tagintézményvezető köszöntötte az egybegyűlteket. Feledy Balázs a továbbiakban kiemelte, hogy a művészeti egyesületek nagyon fontos szerepet töltenek be Budapest kortárs művészeti életében, de minden ilyen társulat munkája azon múlik, van-e egy vezető erő, aki koncepciózusan összefogja ezt. Ebben felülmúlhatatlanok az érdemei Borza Terézt, a Galéria 12 Egyesület vezetőjének – fogalmazott.

A jubileumi kiállítás „kor-szerű": értsük ez alatt a korhangulatot és a korszellemet, művészeti és spirituális értelemben is. Erősen érezhető a hatások, az áthatások, az átlépések, a műfaji korlátok lebontása, lebomlása. A tagok nagy része fest, minden kollektív kiállításon sok a festmény, kevés a plasztika és a grafika, ám megemlítendő a textilalapú munkák kiemelkedő jelenléte.

Az összes műről és alkotóról szólt röviden a művészeti író, aki minden csoportos kiállításon kioszt magában egy díjat. Ez alkalommal el is árulta döntését a vendégeknek: Láng-Miticzky Katalin textilműve kapta tőle az elismerést. Kitért arra is, hogy korunkban támad a digitalizmus, és mintha visszaszorulna a grafika. Ma már ritka az a technikai magasság és megközelítés, amit Vén Zoltán és Fábry Tímea itt látható grafikái mutatnak.

A hangulatot fokozta, amikor arról beszélt, hogy Árendás József tervezőgrafikus önarcképe – „mint egy kék szemű Isten" – egyenesen a terembe lépőre néz. A fotósok jelenléte is erős, közülük Tóth József Füles a 85. életévébe lépve az egyesület doyenje lett. Végül a jelenlévők megemlékeztek a jubiláló születésnaposokról, valamint azokról is, akik az elmúlt öt évben távoztak örökre.

Borza Teréz is felköszöntötte alkotótársait, az egyesület tagjait, akik a koccintás után átvehették a műveikből szerkesztett katalógust. Ebből Feledy Balázs idézett néhány saját gondolatot, azt kívánva, hogy a művészek őrizzék meg a tizenöt éves kamaszkori elevenséget, az aktivitásukat és széles körű érdeklődésüket.

Sz. D.

Jóban-rosszban kitartó közösséget alkotnak a Galéria 12 Egyesület tagjai, akik a Barabás Villa Galériában gyűltek össze ünnepelni

■ *A kiállítás megtekinthető a Barabás Villa Galériában (Városmajor utca 44.) december 12-ig, hétfőn és szerdán 9.00–19.00, kedden és csütörtökön 9.00–17.00 óráig (pénteken és szombaton zárva). A programot a Nemzeti Kulturális Alap támogatja.*

Borza Teréz porcelán- és szobrászművésszel, a Galéria 12 Egyesület elnökével készült beszélgetésünket a 9. oldalon olvashatják!

Miért nehéz parkolni a kerületben?

Örökzöld téma a parkolás, és ez alól a XII. kerület sem kivétel. Röviden: egyre több a helyi autó, még több az ingázó, a parkolóhelyek száma pedig korlátozott. Ez az oka annak, hogy főképpen a belső kerületrészekben napközben igencsak nehéz szabad helyet találni, de ugyanez igaz a fizetőövezetek melletti ingyenes utcákban. Még egy elgondolkodtató adat: az összes budapesti kerülethez hasonlóan a XII.-ben is több lakossági várakozási engedélyt adott ki a helyi önkormányzat, mint amennyi parkolóhely rendelkezésre áll. Tenni kell tehát valamit, mert a parkolási gondok nem oldódnak meg maguktól a jövőben, sőt még súlyosabbak lesznek.

Mit tett eddig az önkormányzat? Az előző városvezetés két intézkedést tett a parkolási helyzet javítása érdekében. Öt zónára osztotta a kerületet, a kiadott lakossági várakozási engedélyek csak és kizárólag a lakóhely szerinti zónában érvényesek. Ezért van az, hogy egy Böszörményi úti lakos nem tud ingyenesen parkolni a János kórháznál, ahogyan a Maros utcában érvényes engedéllyel sem lehet a polgármesteri hivatal közelében jegyvásárlás nélkül letenni az autót.

A zónákat tehát egyrészt azért alakították ki, hogy nagyobb legyen a szabad parkolóhelyek száma, másrészt hogy csökkenjen a kerületen belüli autóforgalom. A második lépés a rezidens parkolás bevezetése volt, aminek a lényege, hogy a kijelölt utcákban az egyik oldalon késő délutántól másnap reggelig kizárólag az ott lakók parkolhatnak.

Napközben szinte reménytelen helyet találni

Eredmények. A zónáknak köszönhetően mérséklődött a kerületen belüli autóhasználat, ezzel elvileg nőtt a szabad parkolóhelyek száma, ezeket azonban gyorsan elfoglalták a kerületen kívülről érkezők. A rezidens parkolás már hatékonyabbnak bizonyult, ám összességében nem csökkentette az autóforgalmat, és a parkolást is csak részben tette könnyebbé a helyiek számára. Javulás akkor várható, ha növekedne a rezidens parkolóhelyek száma.

(Folytatás a 4. oldalon)

„Itt talán a whisky népszerűbb, mint a kannásbor”

A szociális intézményrendszer dolga, hogy megoldást találjon az emberek valós problémáira – vallja Surányi Judit, aki hisz a bevonásban, az önkéntességben és abban, hogy a kerület szociális intézményei az önkormányzattal közösen képesek előrelépni a szociális területen. A kerület szociálpolitikai és esélyegyenlőségi tanácsnokával beszélgettünk.

– A szociális szféra, sajnos, nem „slágertéma”, a politikában is rendszerint a hátsó sorokba szorul. Mit gondol, hogyan lehetne ezen változtatni?

– Kezdem azzal, hogy számomra egyáltalán nincs a hátsó sorokban, nekem ez az életem, mindig ezen a területen dolgoztam. Valóban, a szociális kérdésekről nem szívesen beszélünk, holott mindenkinek az életében jelen vannak. Hogy csak egy pél-

FOTÓ: MKKP BP XII. KERÜLET FB-OLDAL

A pandémia idején a Kutya Párt főzést szervezett a kerületi rászorulóknak

dát mondjak, a bölcsőde is a szociális gondoskodás része, és a családok nagy része igénybe is veszi ezt a szolgáltatást. Ahogyan az is idetartozik, hogy milyen az emberek mentális állapota, milyenek a családi kapcsolatai, amik aztán kihatnak a fogyasztásra, a társas kapcsolatokra, a termelékenységre, és sorolhatnám. Szóval ez nem egydimenziós történet. Sok persze a félreértés a területtel kapcsolatban, hiszen ez nem csak a szegénységről szól.

– Miért ezt a területet választotta szakmájának?

– Inkább azt mondanám, hogy a szociális szféra választott engem. Ez részben a tanulmányaimból is fakad. Szociológiát, kulturális antropológiát és filmelméletet tanultam az ELTE-n és Amszterdamban. Addiktológiai konzultánsi tanulmányokat folytattam a Hajnal Imre Egészségtudományi Egyetemen. Mindig is közel álltak hozzám a társadalmi kérdések, nem tudom magam máshol elképzelni.

– Említette a mentális állapotot. Mit tapasztal a kerületben?

– Amikor külföldön éltem, azt láttam, hogy az emberek mosolyognak. Mert hasznosnak érzik magukat, figyelnek egymásra, vannak terveik és álmaik. Aztán hazajöttem, és én ugyanígy mosolyogtam a villamoson, az emberek viszont furcsán néztek rám. A tömegközlekedésen utazva óhatatlanul is hallom, miről beszélnek az utasok. Például hogy el tudnak-e menni az idén a Balatonra, vagy nem, mert nem biztos, hogy lesz rá miből. Valahol a szociális szféra dolga az is, hogy az emberek többet mosolyogjanak, mint amennyit szomorkodnak.

– És a rászorultság tekintetében?

– Mindenhol azt hallom, hogy a miénk az egyik leggazdagabb kerület, holott nálunk is vannak szegények és más okokból segítségre szoruló emberek. A kerületi szociális intézmények telt házzal működnek, ennél többet nem is kell mondani. Ráadásul a jólét nem véd meg a mentális gondoktól, sőt, a válástól és a bántalmazástól sem – a tizenkettedik kerületben sincs kevesebb ebből, mint másutt. Ahogyan nálunk sem születik kevesebb speciális nevelési igénnyel élő gyermek, és nem alacsonyabb a szenvedélybetegek száma sem. Itt talán a whisky népszerűbb, mint a kannásbor. Ezek pedig mind-mind szociális problémák.

– Milyen a kapcsolata a tizenkettedik kerülettel?

Surányi Judit egész életében a szociális szférában dolgozott

– Tizenöt éve lakom a Városmajor mellett, itt nőttek fel a gyermekeim, és itt töltöm a mindennapjaimat, közeli kapcsolatban vagyok az itt élőkkel. Nyitott szemmel járok, igyekszem minél többekkel beszélgetni. Mint említettem, sajnos a kerületben is vannak szegények, élnek itt is hajléktalan emberek.

– A Magyar Kétfarkú Kutya Párt számára fontos a bevonás, a közösségépítés. Miben nyilvánulhat meg mindez a szociális területen?

– Aktivistaként még a koronavírus-járvány idején megtapasztaltam, hogy a kerületiekre lehet számítani. Akkoriban rengetegen segítettünk bevásárolni az időseknek, jártunk hozzájuk beszélgetni, elintéztük az ügyes-bajos dolgaikat, ha éppen arra volt szükség. Emlékszem, sok diáknak gondot jelentett a távoktatásban, hogy nem volt megfelelő számítógépe, a felhívásunkra nagyszámú felajánlás érkezett, és ugyanez történt, amikor játékokat gyűjtöttünk. Nem kacatokat, leharcolt darabokat, hanem jó minőségű tárgyakat kaptunk. A részvételi irodán keresztül szeretnénk állandóvá tenni a jótékonysági gyűjtéseket – természetesen a valós igényeket figyelembe véve. Épp ezért keressük azt a helyiséget, ahol az adományokat tárolni tudjuk a szétosztásuk előtt. A hamarosan felálló részvételi iroda egyik célja, hogy olyan teret hozzon létre, ahol a lakosok a közösség részeként oszthatják meg igényeiket, ötleteiket a területre vonatkozóan, és az önkéntes munkában is részt vehetnek. Nemcsak ilyen jellegű felajánlásokról van szó, hanem az önkéntesek koordinálásáról is. A már említett bevásárlás mellett akár az idősebbeknek kutyasétáltatás, felolvasás, angoltanulás, vagy az iskolások számára korrepetálás is lehet önkéntes tevékenység, amit az önkormányzat szívesen megszervez.

– Nem mehetünk el a lakáshelyzet mellett sem, több helyről hallani, hogy Budapesten lakhatási válság van.

– A tizenkettedik kerületben is sokan élnek nehéz helyzetben, közülük vannak, akik anyagi támogatást kérnek az önkormányzattól. Az önkormányzati lakáskérelmezők számára, sajnos, kevés beköltözhető lakást tudunk felajánlani. Gondolkodunk azon, hogyan lehet ezeket a rossz műszaki állapotú lakásokat gazdaságosan felújítani, jobb minőségűvé tenni, új életre kelteni. Felülvizsgáljuk az önkormányzati lakáshoz való jogosultsági kritériumokat egy objektív pontrendszer alapján, és összehangoljuk a lakbértámogatással. Szívügyem a támogatott lakhatás program, ami már működik a kerületben. Ezt szeretnénk fejleszteni, hogy minél több önálló életvitelre képes, fogyatékossággal élő ember számára elérhető legyen.

– Megvan ehhez a megfelelő szakmai háttér?

– Annyi biztos, hogy kiváló szakemberek dolgoznak a kerület szociális ellátórendszerében. Abban viszont előre kell lépni, hogy a lakosság nincs teljesen tisztában azzal, milyen támogatási formák érhetők el, mivel lehet hozzánk fordulni. Ebben látok hiányosságokat, amivel tanácsnokként foglalkozni fogok. És még valami! A szociális szféra része az is, hogy nyitva tartjuk az ajtót. Szó szerint. Én is nyitva hagyom az irodám ajtaját, mert akkor látják az emberek, hogy ide be lehet jönni.

sm.

„Legyen párbeszéd az intézmények és az önkormányzat között!”

Az egyházi ügyekért és a köznevelésért felelős tanácsnokként Visi Piroska még szorosabb, és ami talán ennél is fontosabb, az eddiginél eredményesebb kapcsolatot szeretne kiépíteni a felekezetekkel, valamint az oktatási és nevelési intézményekkel. Különös hangsúlyt helyez az egyházak, az iskolák és óvodák kereteiben működő civil szervezetekre, ahogyan azt is ígéri, hogy az önkormányzat a jövőben jobban odafigyel majd a valós igények kielégítésére.

– Milyen a kapcsolata az egyházi ügyekkel és a köznevelással?

– Gyakorló katolikusként tízéves korom óta aktív tagja vagyok a zugligeti templom közösségének. Segédhitoktatóként éveken át besegítettem az elsőáldozásra felkészítő tanfolyamokon, így személyes kapcsolatom van az egyházi kérdésekkel. A férjem tagja a templomunk képviselő-testületének és számvizsgáló bizottságának. A hat gyermekünk cserkész, a legnagyobb csapatparancsnokhelyettes. Anyaként elég nagy a rálátásom a kerület intézményrendszerére, hiszen valamennyien itt jártak – vagy még járnak – óvodába, általános iskolába és gimnáziumba.

– Ha jól tudom, aktív szerepet vállalt a diáktüntetések szervezésében.

– Valóban így van. Ez a másik kapcsolatom a köznevelással. Az első élőlánc budai szakaszának voltam a szervezője, és a nagy élőláncnak ötletgazdája is. A #zebraszerdával azóta is minden szerdán jelen vagyunk a Széll Kálmán téren. Így kialakult egy erős kapcsolati háló a szülőkkel és az oktatási mozgalom szereplőivel. Amikor a Tamási iskolát alapítványi intézménnyé akarták alakítani, az ottani közösség is tőlem kért segítséget, mert nekik ebben még nem volt tapasztalatuk. Én pedig örömmel segítettem.

– Hogyan áll a kerület az iskolák tekintetében?

– Amióta az iskolákat államosították, és a tankerületekhez tartoznak, hiába önkormányzati tulajdonúak az épületek, nem tudjuk önkormányzatként befolyásolni a működésüket. Mi is csak annyit tehetünk, hogy besegítünk egyes fejlesztésekbe, felújításokba. Megkerestem az intézményeket kapcsolatfelvétel céljából, hogy felhívjam a figyelmüket az önkormányzati pályázati lehetőségekre: táborozásra, szakmai útra, osztálykirándulásra, nyelvi útra. A 2024-ben rendelkezésre álló összeg felét sem hívták le az intézményekben működő alapítványok, valószínűleg azért, mert nem is tudtak róla. A táborokhoz kapcsolódik a felújított szántódi tábor is, ahová jó lenne, ha minél több kerületi közösségi program szerveződne.

Az utóbbi években több óvodában is le kellett zárni balesetveszélyes kerti játékokat

– Hol lát még hiányosságokat?

– Az Ifjúsági Közösségi Tér klassz programokat szervez. A diákok és az iskolák viszont sokszor nem ismerik a lehetőségeket, ezért elküldtem nekik az információs plakátot. A Tér a délutáni órákban hasznos időtöltést biztosít a fiataloknak. Az a vízióm, hogy ha egy osztály meglátogatja ezt a közösségi helyet, akkor lehet, hogy többen visszajárnak majd, mert megismerik a szolgáltatásokat. Tanácsnokként fontosnak tartom, hogy összekössük a szereplőket az igényekkel és a lehetőségekkel a hozzám tartozó területeken. Célom, hogy legyen párbeszéd az intézmények és az önkormányzat között!

– Az iskolák az államhoz, az óvodák viszont az önkormányzathoz tartoznak.

– Így igaz, ezért sokkal egyszerűbb a helyzet. Már végigjártuk szinte az összes intézményt Surányi Judit tanácsnokkal. Meghallgattuk a kéréseket, az esetleges hiányosságokat, nehézségeket. Kiderült, hogy egyre több a segítségre, fejlesztésre szoruló gyermek. Folyamatosan nő az SNI-s óvodások száma. Esetükben a korai fejlesztés a cél, hogy hagyományos iskolába tudjanak majd beiratkozni.

– Várhatók fejlesztések az óvodákban?

– Megdöbbentő, hogy a karbantartásokra adott keret rendszeresen elfogy nagyjából fél év alatt. Talán azért, mert elképesztő áron zajlanak a munkák. Ilyenkor csak más dologi kiadások rovására tudták kifizetni a második félévben aktuális javításokat az óvodákban. A korábbi keretszerződés lejár tavasszal, az új közbeszerződésben, reméljük, sikerül olcsóbb, de minőségi kivitelezőt találni. Az utóbbi években sok helyen elmaradtak a játszótéri, kerti fejlesztések, ezért egyre több óvodában kellett lezárni kerti játékokat. A cseréjük nem valósult meg, ami megöröklött probléma, és nem biztos, hogy azonnal találunk rá megoldást. Több helyen megoldatlan az árnyékolás, és igény lenne a klimatizálásra is az óvodákban. A nyári forróságban a gyerekeknek a pihentető alváshoz szükségük is lenne erre. Szeretnénk előrelépni mindebben, ugyanakkor számítunk a szülők együttműködésére is.

Visi Piroska aktív szerepet vállalt a diáktüntetések szervezésében is

Az óvodák fejlesztése kiemelten fontos önkormányzati feladat

– Mire gondol?

– Korábbi gyakorlat volt a kerületben, hogy ha a szülők összefogtak és pénzt gyűjtöttek egy jó ügyért, vagy vállalták az önkéntes munkát, a szükséges összeg másik felét az önkormányzat biztosította. Nagyon szeretném, ha a költségvetésünk ilyen projektekre is lehetőséget biztosítana.

– Beszéltünk a pályázati lehetőségekről. Ezeken az egyházakat is támogatják majd?

– Egyetértés van abban, hogy az önkormányzat pályázatain az egyházak is indulhassanak. Ígéretet kaptam, hogy az önkormányzat továbbra is támogatja az egyházak és a cserkészcsapatok közösségi programjait. Azt szeretném, hogy erre külön forrás álljon rendelkezésre a civil pályázatokon belül, ezzel is bátorítva az egyházi közösségeket és a cserkészcsapatokat, hogy forduljanak hozzánk bizalommal. Célunk, hogy közösségépítő programokat, rendezvényeket támogassunk, valamint olyan kapcsolatépítő kezdeményezéseket, amikkel az egyházi közösségek a nem hívőket is igyekeznek megszólítani.

M.

Gyertyagyújtás ‘56 hősei és áldozatai emlékére

„Rohantam én, de hiába már/hol van János bácsi, Kemál/a sok kis budai srác?/ott már meg volt az aratás…/a kövezeten fiatal hullák/a lánctalpak hangosan csörögtek/ágyúik ugattak, mint veszett kutyák/úgy hörögtek.//Itt ma újra elveszett az ország./Barátaim! Gyújtsuk meg a gyertyát!”

Így ír Fónay Jenő az 1956. november 4. című versében, amely a Himnusz eléneklését követően Georgita Máté Dezső színművész tolmácsolásában hangzott el a nemzeti gyásznapon a polgármesteri hivatal előtt. Régi hagyomány, hogy november 4-én a XII. kerület vezetői és a Hegyvidéken élők mécseseket, gyertyákat gyújtanak a hivatal lépcsőin a forradalom hősei, a harcosok, az áldozatok, a megnyomorítottak emlékére.

Nem volt ez másként az idén sem. Az emelkedett hangulatú ünnepség résztvevői fejet hajtottak a bátrak előtt, akik nem rettentek vissza a túlerővel szembeni küzdelemtől. A szabadságharc a kommunista diktatúra és a szovjet megszállás ellen irányult, ám hiába fordult segítségért Magyarország az ENSZ nagyhatalmaihoz, november 4-én a szovjet invázióval megpecsételődött az ország sorsa.

A támadás a függetlenségre vágyó magyar kormány megdöntését, a demokratikus kezdeményezések felszámolását és az ország elfoglalását célozta. Nagy Imre híres rádióbeszédében tájékoztatta a közvéleményt az agresszióról, ám a nagyhatalmak csendben, tétlenül figyelték a történteket, nem segítettek. Végül győzött a szovjet áradat. A harcokban elesett emberek száma elérte a 2700-at, több mint 20 ezren pedig megsebesültek.

A megtorlás során elindított koncepciós perekben több mint 200 embert végeztek ki, köztük Nagy Imre miniszterelnököt és társait, míg a diktatúra elől 200 ezer magyar külföldre menekült. Mindnyájukra emlékezünk a nemzeti gyásznapon – hatalmas áldozatot hoztak a magyar szabadságért.

Az ünnepség második felében Faludy György 1956, te csillag című verse hangzott el, és felcsendült a Szózat. Az önkormányzat képviseletében Kovács Gergely polgármester és Kocsik Tekla alpolgármester gyújtott gyertyát a hősök tiszteletére.

M.

Apor Vilmos a nehezebb utat választotta

Boldoggá avatása évfordulóján, november 8-án hagyományos megemlékezésre gyűltek össze Apor Vilmos tisztelői. A győri püspökről elnevezett téren álló szobornál a Hegyvidéki Önkormányzat nevében koszorút helyezett el Kocsik Tekla alpolgármester és Visi Piroska képviselő-tanácsnok, valamint több egyházi és civil szervezet képviselője. Az ünnepi beszédet Nagy Ferenc Endre százados, tábori lelkész mondta, aki Szende Béla Így is lehet című versével idézte fel a vértanú püspök életét.

A megemlékezés után Soós Viktor Attila nyitotta meg a Ravasz László Emlékház által készített, Apor Vilmos életét bemutató vándorkiállítást, ami a Felsőkrisztinavárosi plébánia közösségi házában tekinthető meg november végéig. A történész kiemelte: közismert, hogy a főpap menekülő asszonyokat védelmezett, amikor egy részeg orosz katona három lövése érte, s ez később a halálát okozta. A rászorulók védelme azonban nem csak ebben az esetben volt magától értetődő számára.

A világháború embertelenségét látva nővérével együtt – aki a Vöröskeresztnél dolgozott – rengeteg üldözött zsidót bújtatott, és nagyon sok menlevelet állított ki. Emellett a főúri származású főpap védelmébe vette megkeresztelkedett zsidó honfitársainkat is. Utolsó pünkösdi beszédét félretette, amikor híre jött, hogy felállították a gettót, s a szószékről is kiállt az emberi jogok és méltóság mellett. Ugyanezzel a lelkülettel vetette bele magát a közéletbe is, ahol a magyarság sorsáért felelősséget érző társaival együtt titkos szervezkedésben igyekezett felkészíteni a Kárpát-medence kereszténységét a háború utáni időszakra.

A SZERZŐ FELVÉTELE

A vértanú püspök életét bemutató kiállítás nyílt

Rövid nyitóbeszédét egy családi történettel zárta Soós Viktor Attila: amikor Apor Vilmos fiatal emberként készült a papságra, egy karácsonyra azt kérte édesanyjától, hogy engedje számára ezt az életpályát. Édesanyja pedig azt kérte fiától, hogy ha hivatása során választ elé ér, akkor mindig a nehezebb utat válassza. Fontos üzenet ez mindannyiunk számára, mert – ahogy a vértanú püspök emléke igazolja – a nehezebb út az értékesebb út.

(B.)

Találkozz a polgármesterrel!

(Folytatás a 1. oldalról)

VÉDENI A ZÖLD TERÜLETEKET!

Az építkezések témakörében Kovács Gergely egy aktuális üggyel, a volt Tündérhegyi Pszichiátria védett főépületének engedély nélküli bontásával indított. Mint mondta, sajnos ilyen esetekben nem sok jogköre maradt az önkormányzatnak, de bejelentésre az illetékes kormányhivatal ezúttal gyorsan közbeavatkozott, leállította a bontást, és az életveszély elhárítására adott ki kötelezést. Az önkormányzat az eredeti állapot visszaállítására szólította fel a tulajdonost.

„Az előző vezetés nem tette világossá, mit tehet meg az önkormányzat, mik az eszközei, a jogkörei, mit jelent egy településrendezési szerződés, vagy egy épület védetté nyilvánítása” – magyarázta a polgármester, majd arról is beszélt, hogy személyes találkozót kér attól a tizenöt-húsz tulajdonostól, akinek nagyobb, beépítés előtt álló lakóövezeti telke van a kerületben. Szeretné olyan irányba terelni az elképzeléseiket, ami a kerület lakóinak is jó, és kevésbé mutat a lakóparképítés felé.

Azt is szívesen elérné, hogy a beruházók előzetesen egyeztessenek a környékbeli lakókkal. Hozzátette: abban az esetben, ha már érvényes építési engedéllyel rendelkezik egy projekt, nem sok mindent tehet az önkormányzat. Annak érdekében viszont lépéseket tesz majd, hogy a kerületi tulajdonban lévő, lakóövezetben szereplő, több tízezer négyzetméternyi beerdősült ingatlan közpark- vagy erdőövezetbe kerüljön át, ezzel garantálva az érintett zöld területek védelmét.

Kérdésre válaszolva a polgármester elmondta: változtatási tilalommal sem lehet megakadályozni olyan építkezéseket, amiknél a tulajdonosnak már van érvényes építési engedélye. Az új önkormányzat, ahol csak lehet, megpróbál időben lépni: a Mátyás király út 3–7. szám alatti, fővárosi kézben lévő, értékesítésre kijelölt ingatlan esetében például sikerült elérni, hogy a védett épület mellett három négylakásos társasház helyett csak három egylakásos ház épülhessen.

MI LESZ A TURULSZOBORRAL?…

…tette fel a mostanában gyakran felmerülő kérdést a fórum egyik résztvevője. A polgármester úgy látja, az emlékmű a mai formájában sokakat bánt és sért, ezért ő maga nem tartja megfelelőnek a turul jelenlegi elhelyezését – ezzel együtt a kerület lakóival egyeztetve, mindenkit meghallgatva szeretne dönteni arról, mi legyen a szoborral. Hozzátette: a mindösszesze tizenkilenc éves alkotás műemlékké nyilvánításával nem ért egyet, ezért Lázár János építési és közlekedési miniszter erről szóló döntését bíróságon támadja meg az önkormányzat.

A most zajló építkezés miatt nagyon sok fát kivágtak az Országos Gerincgyógyászati Központ területén – panaszolta egy szomszéd. Kovács Gergely megígérte, utánanéznek, volt-e erre engedélye az építtetőnek. Mint kiemelte, általában véve gond, hogy az ilyen építkezéseknél helyben nem megoldható a fapótlás, ezért csak a fapótlási kötelezettség pénzbeli megváltására van mód. A környékbeli utcákban sok esetben csak akkor lehetne újabb fákat ültetni, ha ehhez parkolóhelyeket áldoznának fel, ezzel együtt úgy gondolja, érdemes megtalálni azt a kompromisszumot, amivel majdnem mindenki jól jár.

Folytatódnak a megállófelújítások a XII. kerületben

Az önkormányzati tulajdonú bérlakások kapcsán a polgármester azt tartja az egyik fő problémának, hogy ezek felújítására jelenleg nem nagyon jut pénz, az állapotuk folyamatosan romlik. Szerinte megoldást jelentene, ha a jelenlegi, piacinak nevezett – valójában jóval a piaci árak alatt, 1100 Ft/hó/m² áron kiadott – bérlakások egy részét valódi, piaci áron adnák ki, ennek bevételéből pedig jutna pénz az önkormányzati bérlakások fejlesztésére.

Nehéz kérdést jelent, hogyan tudná az önkormányzat az eddiginél nagyobb arányban támogatni a társasházakat az igen jelentős összegű felújítási kiadásaikban. A polgármester úgy véli, azoknál a házaknál, ahol az önkormányzat a tetőtér tulajdonosa, ennek értékesítéséből lehetne nagyobb forrásokat biztosítani a felújításokra.

Egy lakó szerint az önkormányzat saját tulajdonú sportlétesítménye, a MOM Sport meglehetősen „lepukkant” állapotban van, fel kellene újítani. Kovács Gergely elmondta, hogy egymilliárd forintnál is nagyobb összegű felújítás maradt el ott az elmúlt években, ezek közül a legsürgősebb munkák hamarosan megkezdődnek.

BKK: SEMMIRE SINCS PÉNZ

A polgármester a napokban tárgyalt a Budapesti Közlekedési Központ (BKK) vezérigazgatójával, aki nem meglepő módon arról tájékoztatta, hogy semmire sincs pénz. Az 59-es villamos zajproblémáival a BKK nem tud mit kezdeni, a 2026-ban érkező, alacsonypadlós CAF-villamosok pedig nem lesznek jók erre a szakaszra, csak azok a szerelvények, amik leghamarabb 2028-ban jönnek Budapestre. A 2028-as beszerzés keretében ugyanakkor olyan villamosok is érkezhetnek, amik a szintén fejlesztésre váró fogaskerekű vonalán is használhatók lennének.

Sok zebra hiányzik a hegyvidéki utakról, ezért az önkormányzat újabb gyalogátkelőhelyek kialakítását tervezi, emellett pedig, a gyorshajtás megakadályozására, trafiboxokat helyez el a forgalmasabb utak mentén. Egy átfogó közlekedésfejlesztési koncepció elkészítése is szerepel a tervek között annak érdekében, hogy a lakóutcákból a főutakra szoruljon vissza az átmenő forgalom. A reggeli dugók csökkentése céljából iskolabuszok indulnának.

Egy felszólaló szerint folytatni kellene az előző években a kutyapárti aktivisták által megkezdett megállófelújításokat. Ez így is lesz – mondta a kerület vezetője –, sőt nemcsak a régi utasvárók felújítása, hanem újabbak kialakítása is tervben van.

PROBLÉMÁK A PARKOLÁSSAL

Az Országos Onkológiai Intézet mellett élő egyik lakó amiatt panaszkodott, hogy az elmúlt években két nagy tömb is úgy épült meg az intézmény területén, hogy nem készültek hozzá újabb parkolóhelyek, emiatt pedig mindenki a környékbeli utcákban áll meg. Tehát nem az itt lakók miatt van zsúfoltság a parkolóhelyeken, így szerinte nem oldaná meg a problémát a lakossági parkolási engedélyek éves díjának emelése.

A polgármester úgy véli, az onkológia nem tett meg mindent annak érdekében, hogy megfelelő számú parkolóhely legyen a területén, pedig erre bőven lenne ott hely. Az önkormányzat valóban tervezi emelni a lakossági parkolási engedély éves díját, amiért jelenleg 2000 forintot kell fizetni. A kerületek az egyórányi parkolási díj 250-szeresét kérhetnék el éves lakossági díjként. Azzal, hogy a XII. kerület ezt nem kéri el, évente nagyjából 700 millió forint kedvezményt ad a helyben lakó autósoknak.

„Ha több parkolóhelyet szeretnénk biztosítani a helyi lakóknak, akkor nem jó az, ha több parkolási engedélyt adunk ki, mint ahány hely van” – vélekedett Kovács Gergely. Úgy gondolja, ha pár tízezer forintot kell fizetni az engedélyért, nagyobb eséllyel lesznek szabad parkolóhelyek, mert nem mindenki tárolja majd évekig az utcán a ritkán használt járművét. Példaként hozta fel Józsefvárost: amióta ott többet kell fizetni a lakossági várakozási engedélyért, 25%-kal csökkent a közterületeken parkoló autók száma.

A polgármester szerint a zsúfoltság mérsékléséhez a rezidens parkolóhelyek számának növelésén túl hozzájárulhat az is, ha az autókat mélygarázsokba tudják terelni. Ennek érdekében az önkormányzat tárgyalásokat kezdeményez a garázsok üzemeltetőivel, hogy szabad parkolóhelyeiket a környékbeliek is használhassák.

nn.

Mecénásklub és aktivistahálózat születőben

„Fontos tükröt tartani magunk elé néha, hogy látjuk-e, kötelezettség vagy kötelesség segíteni. Megbecsüljük-e azokat, akik az egész életüket arra tették fel, hogy hivatásuknak válasszák azt a belső emberi igazságot, hogy kérdés nélkül, bármilyen helyzetben, ellenszélben, megbecsülés mellett, de segíteni kell” – mondta Kovács Gergely polgármester a szociális munka napja alkalmából rendezett önkormányzati ünnepségen, amin Kocsik Tekla alpolgármesterrel közösen díjakat adott át a személyes gondoskodás területén kiemelkedő munkát végző XII. kerületi szakembereknek.

Bíró-Várfalvi Orsolya, a Normafa Gondozási Központ klubvezetője a Hegyvidék Szociális Ellátásáért Díjat, Rétvári Zsófia, a Családsegítő és Gyermekjóléti Központ családsegítő csoportjának vezetője pedig a Hegyvidék Gyermekjóléti Alapellátásáért Díjat vehette át. Polgármesteri Elismerő Oklevélben részesült Megyeri Zsuzsanna, a Családsegítő és Gyermekjóléti Központ terápiás munkatársa, valamint Magassy Adrien, a Zugligeti Bölcsőde kisgyermeknevelője. Nyugdíjba vonulása alkalmából külön köszöntötték kollégái Nagy Emesét, a Hegyvidéki Szociális Központ munkatársát. A Fejlesztő Napközi Otthon nemrég elhunyt vezetőjére, Sándorné Erdélyi Juditra egyperces néma csenddel emlékeztek a jelenlévők.

Díjat kaptak a szociális ágazatban kiemelkedő munkát végző szakemberek

„Az a célunk, hogy egyszer majd több ember legyen, aki segítséget nyújtana, mint az, akinek kérnie kell, vagy még akár kérni sem tud” – emelte ki ünnepi beszédében Kovács Gergely. Kitért arra is, hogy az önkormányzat hamarosan felállít egy hegyvidéki mecénásklubot a szociálisan rászoruló fiatalok oktatásának támogatására, életútjuk kísérésére. Létrehoz egy adományszámlát a pénzbeli hozzájárulások transzparens befogadására és kezelésére, valamint kialakít egy közösségi raktárt, ahová bárki beviheti a feleslegessé vált háztartási gépét, egyéb hasznos tárgyi adományát.

A tárgyi és pénzbeli felajánlások mellett az egymással törődés is elengedhetetlen ahhoz, hogy minél kevesebben érezzék magukat egyedül a problémájukkal – hangsúlyozta a polgármester. Emlékeztetett arra, hogy az elmúlt években a XII. kerületben elindult egy előremutató kezdeményezés, amiben a fiatalok segítették az idősebb lakókat mindenben, amire szükségük volt – legyen szó bevásárlásról, vagy akár csak egy látogatásról, beszélgetésről. Az önkormányzat szeretné folytatni ezt: ehhez aktivistahálózatot építene ki, amelyben a szakemberek segítségével bárki megtapasztalhatja a közösségi felelősségvállalás értékeit.

vá.

Miért nehéz parkolni a kerületben?

(Folytatás az 1. oldalról)

Mi a fő probléma? Erre a kérdésre három objektív válasz létezik. Túl sok az autó, vagy túl kevés a parkolóhely, vagy mindkettő egyszerre. Mindhárom válaszban az a legrosszabb, hogy nincs benne a megoldás.

Kétségtelen, hogy az autóvásárlást nem lehet betiltani, ugyanakkor egyszerűen nem fér el több parkolóhely a kerületben. Nemcsak a helyhiány miatt, hanem azért sem, mert a környezettudatosság jegyében (is) pont hogy csökkenteni kellene a számukat. Azt, hogy ez utóbbinak mekkora lenne a társadalmi támogatottsága, nem tudni, azonban az utcák zöldítésére számos európai példa áll rendelkezésre, azaz nem ördögtől való az ötlet.

Van azonban egy negyedik ok is, ami miatt egyre nehezebb a helyi lakosok parkolása: az önkormányzat évek óta több lakossági és egyéb (szolgálati, egészségügyi stb.) várakozási engedélyt ad ki, mint amennyi a parkolóhelyek száma a fizetőövezetekben. Ha az összes engedéllyel rendelkező autós egy adott pillanatban akarna leparkolni a lakóhelye közelében, nem tudná ezt mindenki megtenni. És akkor még nem beszéltünk a kerület nem fizető zónáiban élőkről, továbbá a más kerületekből, településekről érkezőkről! Kétségtelen, hogy ritka helyzet lenne, ugyanakkor – elvileg – bármikor megtörténhet.

A XII. kerületben tavaly 7735, 2024-ben már 8556 várakozási engedélyt adott ki az önkormányzat – ezzel szemben a fizetőövezetekben közel 5000 parkolóhely van. Ne higgyük azonban, hogy ez hegyvidéki jellegzetesség, Budapest összes kerülete ugyanezzel a problémával néz szembe!

Mivel lehetne enyhíteni a parkolási gondokat? A legkézenfekvőbb, hogy az önkormányzatok elkezdik lefaragni a kiadott különböző engedélyek számát. Első lépésben szóba kerülhet a második autóra szóló engedélyek árának drasztikus megemelése vagy teljes megszüntetése. Vannak példák arra is, hogy az autóbeállóval, garázzsal rendelkezők nem kapnának ingyenes engedélyt.

Szélesíteni lehetne a rezidens parkolás időbeli és területi határát, ami nagy könnyebbséget jelentene a lakóknak. Az ingázók visszaszorítását szolgálhatná a fizetőövezet kiterjesztése a teljes kerületre, ezzel megszűnne a hegyi városrészek P+R parkoló jellege.

Belátható időn belül azonban – az autóállomány növekedését tekintve – vélhetően ez sem lesz elegendő, és könnyen előfordulhat, hogy az önkormányzatok kénytelenek lesznek maximálni az első autóra kiadott lakossági várakozási engedélyek számát. Ettől kezdve „érkezési sorrendben", a visszaadott engedélyek arányában adnának ki újakat.

sm.

A BÉCSI PÉLDA LEHET A MEGOLDÁS?

Bécs Európa legzöldebb fővárosa, amely élen jár a környezetvédelmi programok bevezetésében, így rendkívül sok a hasonlóság a XII. kerülettel. Az osztrák főváros az autóhasználat szabályozásában is számos úttörő lépést tett az elmúlt években.

Bécs teljes területén bevezették a parkolási díjat 2022-ben. Ezzel rengeteg hely szabadult fel a közterületeken, s kisebb lett az ingázók és a parkolóhelyre vadászók miatti autóforgalom is – jelentették be az illetékesek az első év tapasztalatait értékelve. Kimutatták azt is, hogy egyes kerületekben harmadára csökkent a fővároson kívülről érkező parkoló autók száma.

Tovább csökkentette az indokolatlan autóhasználatot, és kedvezett a helyi lakosoknak, hogy hétköznapokon a kívülről érkezők kizárólag a kijelölt zónákban parkolhatnak, és legfeljebb két órán keresztül, igencsak borsos áron. Hétvégén ez annyiban módosul, hogy a parkolás ingyenes, de a védett zónák ugyanúgy megmaradnak.

Rezsitámogatás segít a téli hónapokban

A Hegyvidéki Önkormányzat kiemelt célja gondoskodni azokról, akiknek nehézséget okoz a téli hónapok közüzemi kiadásainak megfizetése. Erre szolgál a havi 13 000 forintos téli rezsitámogatás, amire azok a XII. kerületi személyek, családok jogosultak, akiknek a családjában az egy főre jutó havi nettó jövedelem nem haladja meg a 119 800 forintot.

Magasabb a jövedelmi értékhatár azok esetében, akik fokozottan rászorulónak minősülnek, vagy betöltötték a 65. életévüket, esetükben ugyanis 168 600 forintos egy főre jutó nettó jövedelemig állapítható meg a támogatás. *(Fokozottan rászoruló kérelmezőnek minősül, aki háztartásában egyedül él; gyermekét egyedül neveli, vagy tartósan beteg, illetve súlyosan fogyatékos gyermeket nevel; nagycsaládos; ahol a szülő alacsony iskolai végzettségű vagy munkanélküli; az a család, amelyben nagykorú fogyatékos személy él, továbbá az elégtelen lakáskörülmények között élő család.)*

Ezenfelül jogosult a támogatásra az az egyedül élő, 65 év feletti idős személy is, akinek a jövedelme nem haladja meg a 193 700 Ft-ot.

A téli rezsicsökkentési támogatás iránti kérelmet, a jövedelmet tanúsító igazolásokkal együtt, **március 31-ig**, ügyfélfogadási időben bármikor be lehet nyújtani a polgármesteri hivatal népjóléti irodájához. A novemberben benyújtott kérelmek november 1-jétől – tehát a teljes jogosultsági időszakra – lesznek megállapítva. A rezsitámogatás a november után benyújtott kérelmek alapján a kérelem benyújtása hónapjának első napjától állapítható meg.

A kérelemnyomtatvány átvehető a népjóléti irodában ügyfélfogadási időben, valamint letölthető a www.hegyvidek.hu honlapról. A kitöltött kérelem a szükséges igazolásokkal együtt a népjóléti irodában ügyfélfogadási időben nyújtható be.

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal Népjóléti Iroda
Cím:
1126 Budapest, Ugocsa utca 11.
(bejárat a Királyhágó tér felől)
Telefonszámok:
06-1/224-5900/mellékek:
5146, 5154, 5111; 06-1/224-5932

Ügyfélfogadás:
hétfőn: 13.00–17.30,
szerdán: 8.00–16.00,
pénteken: 8.00–12.00

Nem vagy egyedül

A címbeli felirat olvasható azon az egyedi megjelenésű, sárga padon, amit az önkormányzat támogatásával a Magyar Hospice Alapítvány helyezett el a Királyhágó téren. A Nárcisz Pad szimbolikája kettős. Egyrészt azt üzeni, hogy van hová fordulni, ha baj van. Emellett arra is emlékeztet, hogy minden percünk értékes, épp ezért fontos, hogy adjunk az időnkből másoknak is, üljünk le, pihenjünk meg, és beszélgessünk ismerőseinkkel, barátainkkal, szeretetteinkkel.

„Ez a pad egy új esély a kapcsolódásra. Egy támasz, ami nem engedi, hogy elszigetelődjünk egymástól, és nem enged minket két szék közé csúszni" – mondta a Nárcisz Pad avatásán Kocsik Tekla alpolgármester. Azt is hozzátette, hogy az önkormányzat egy tábla felállítását is tervezi az új pihenőhely mellett olyan telefonszámokkal és weboldalcímekkel, amik segítséget nyújthatnak a fizikai vagy lelki krízisben lévőknek.

Az önkormányzat és a Magyar Hospice Alapítvány képviselői, valamint a KIMBI, a Mackós, az Orbánhegyi és a Süni Óvodából, a Fekete István és a Németvölgyi iskolából érkező gyerekek és pedagógusaik nemcsak a különleges pad avatása alkalmából gyűltek össze a Királyhágó téren, hanem az elmúlt évekhez hasonlóan nárcisszhagymákat is elültettek. A nárcisszültetés az egymásra gondolás, a törődés a jelképe. Mint az alpolgármester fogalmazott, „a virághagymák, amiket ma elültetünk, tavasszal, amikor kivirágoznak, arra emlékeztetik majd a járókelőket, hogy mindig van remény".

nn.

Pályázati felhívás

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat a tulajdonában álló ingatlanok bérbeadására pályázatot hirdet a **2024. november 12. napjától 2024. november 26. napjáig** terjedő időszakban.

A pályázható ingatlanok címe:

1. Bp. XII., Városmajor utca 40. pszt. alatti, 74 m² alapterületű helyiség,
2. Bp. XII., Németvölgyi út 12. fszt. 4. szám alatti, 29 m² alapterületű helyiség,
3. Bp. XII., Győri út 12. fszt. 2. szám alatti, 19 m² alapterületű helyiség,
4. Bp. XII., Mátyás király út 13. szám alatti, 15 m² alapterületű garázs,
5. Bp. XII., Mátyás király út 13. szám alatti, 15 m² alapterületű garázs.

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

A pályázati ajánlatok 2024. november 26. napján 16.00 óráig nyújthatók be.

Az érdeklődők kérdéseire a polgármesteri hivatal vagyongazdálkodási irodájának dolgozói készséggel adnak felvilágosítást ügyfélfogadási időben vagy a 06-1/224-5943-as telefonszámon.

Kovács Gergely polgármester

Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat

az alábbi ingatlant kínálja nyilvános versenyeztetés keretében egyfordulós értékesítésre (licit):

	Cím	Helyrajzi szám	Terület	Megnevezése	Megtekinthető	Kikiáltási ár (nettó)
1.	**1121 Budapest, Városmajor utca 45. földszint 9.**	**Budapest XII. kerület belterület, 6862/3/A/9 hrsz.**	99 m²	Öröklakás (felújítandó)	Előzetes egyeztetés alapján az információs csomagban meghatározott időpontokban	66 100 000 Ft

Az ingatlanról készült információs csomagot a www.hegyvidek.hu honlapon a licithirdetésnél található tájékoztatóban foglaltaknak megfelelően 10 000 Ft + áfa térítési díj ellenében elektronikusan igényelni, továbbá a licit feltételeiről érdeklődni a +36-70/333-5110-es telefonszámon munkanapokon 9.00–12.00 között lehet **2024. november 14. napja 9.00 órától 2024. december 3. napja 12.00 óráig**.

Az információs csomagnak **a licitálni szándékozó által a fenti határidőben történő megvétele** a liciten való részvétel és a megtekintés feltétele!

Kovács Gergely polgármester

Nemzetiségi közmeghallgatások

Budapest XII. kerületi Német Nemzetiségi Önkormányzat
– november 25. 17.30, polgármesteri hivatal, tanácsterem
Budapest XII. kerületi Ruszin Nemzetiségi Önkormányzat
– november 26. 17.00, polgármesteri hivatal, tanácsterem
Budapest XII. kerületi Roma Nemzetiségi Önkormányzat
– november 27. 12.00, polgármesteri hivatal, tanácsterem
Budapest XII. kerületi Szerb Nemzetiségi Önkormányzat
– november 27. 17.00, polgármesteri hivatal, tanácsterem
Budapest XII. kerületi Örmény Nemzetiségi Önkormányzat
– november 28. 17.00, polgármesteri hivatal, tanácsterem
Budapest XII. kerületi Horvát Nemzetiségi Önkormányzat
– november 30. 16.00, Hegyvidék Galéria (Királyhágó tér 10.)

Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázat

HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT

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

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

Az ösztöndíjra pályázhatnak a 2024 szeptemberében felsőoktatási tanulmányaik utolsó évét megkezdő hallgatók is. Amennyiben az ösztöndíjas hallgatói jogviszonya 2025 őszén már nem áll fenn, úgy a 2025–2026-os tanév első félévére jutó ösztöndíjat már nem folyósítják a részére.

Az ösztöndíjra pályázatot nyújthatnak be azok a hallgatók is, akiknek a hallgatói jogviszonya a felsőoktatási intézményben a pályázás időpontjában szünetel. Az ösztöndíj folyósításának feltétele, hogy a 2024–2025. tanév második félévére a hallgató aktív hallgatói jogviszonnyal rendelkezzen.

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

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

– a 2024–2025. tanévben utolsó éves, érettségi előtt álló középiskolások; vagy

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

és a 2025–2026. tanévtől kezdődően felsőoktatási intézmény keretében teljes idejű (nappali munkarend) alapfokozatot és szakképzettséget eredményező alapképzésben, osztatlan képzésben vagy felsőoktatási szakképzésben kívánnak részt venni.

A „B" típusú pályázatra jelentkezők közül csak azok részesülhetnek ösztöndíjban, akik a 2025. évi felvételi eljárásban először nyernek felvételt felsőoktatási intézménybe, és tanulmányaikat a 2024–2025. tanévben ténylegesen megkezdik.

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

A Hegyvidéki Önkormányzat által nyújtott ösztöndíj havi összege 20 000 forint, amelyet a Kulturális és Innovációs Minisztérium havonta – várhatóan 5000 forinttal – kiegészít.

Az elbírálás kizárólag szociális rászorultság alapján, a pályázó tanulmányi eredményétől függetlenül történik. A pályázat elbírálása során előnyt élveznek a hátrányos családi vagy szociális helyzetű felsőoktatási hallgatók, tanulni vágyó fiatalok.

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

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

A Bursa Hungarica Felsőoktatási Önkormányzati Ösztöndíjpályázatot a Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal Népjóléti Irodájához lehet benyújtani **postai úton** (cím: 1535 Budapest, Postafiók 925. Kérjük, a borítékra írják rá: „**Bursa Hungarica 2025".***)* A népjóléti iroda telefonszáma: 06-1/224-5932.

A benyújtási határidő: 2024. december 4.

Az önkormányzat 2025. január 7-ig az EPER–Bursa rendszeren keresztül, elektronikusan értesíti döntéséről a pályázókat.

Az EPER–Bursa Rendszerrel kapcsolatban a Nemzeti Kulturális Támogatáskezelő nyújt felvilágosítást (cím: 1381 Budapest, Pf. 1418.; telefonszám: 06-1/550-2700, www.nktk.hu).

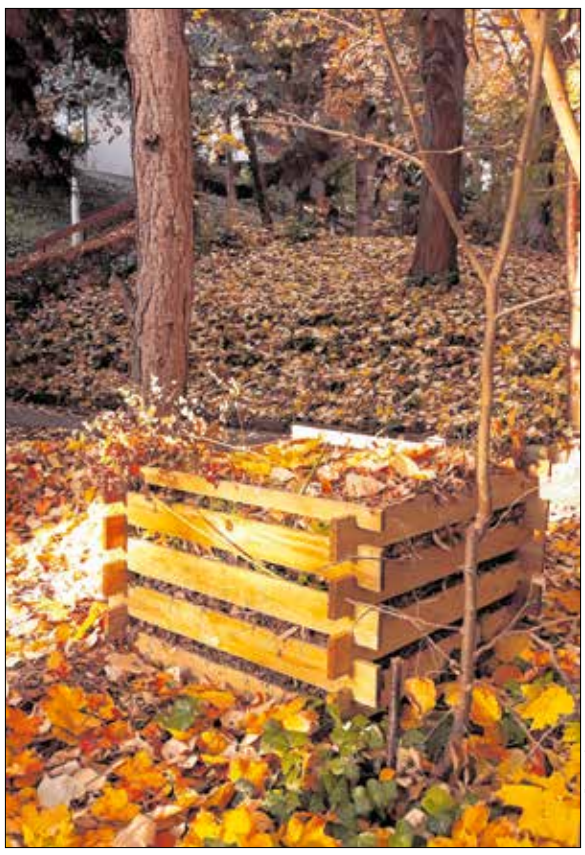
Kovács Gergely
polgármester

Hull a fránya elsárgult levél…

Szép, napsütéses, száraz őszünk volt, ennek köszönhetően hosszan élvezhettük a színesedő lombok hullását. Persze a kerttulajdonosoknak feladatot is ad a falevéláradat. Gyűjteni, vagy ott hagyni? Zsákolni, vagy komposztálni?

A természetközeli megközelítés egyre jobban terjed a Hegyvidéken, így gyakrabban látunk kerteket, amelyekben a gyepet vastagon beborítja a háborítatlanul hagyott falevél. Vannak közterületek is, ahol a levelek csak gyűlnek-gyűlnek, ami talán szokatlan lehet a szemnek, de semmiképpen sem káros a kertek szempontjából.

A falevelek – ahogy a természetben is évmilliók óta – a füvön komposztálódnak, a bennük lévő szerves anyagok kioldódnak és a talajba szivárognak. Tavaszra alig marad belőlük valami, azt is elfújják a kikeleti szelek, vagy összegyűjtik a rendszerető hobbikertészek. A füvön hagyott levelekből csak akkor lehet baj, ha diólevélről van szó, vagy a réteg túl vastag, és alatta befülled a levegőtől elzárt gyepréteg.



A SZERZŐ FELVÉTELE

Hamar megtelik a komposztálókeret

Aki esztétikai szempontok alapján mégis a gereblyézés mellett dönt, az is érvényre juttathatja a természetközeli szempontokat, ha a kertben komposztálja a leveleket. Néhány lombszívó gép nemcsak összegyűjti, hanem fel is aprítja a száraz leveleket, így tökéletes alapanyagot készít a gyors komposztálódáshoz.

A kertben komposztálás történhet komposztálókeretek között, de egyszerűen kupacokban is hagyhatjuk a lombot tavaszig egy félreeső részen, például bokrok alatt. Ennek a megoldásnak az előnye, hogy remek búvóhelyet készítünk általa sok kerti állatnak, a legkülönfélébb rovaroktól a sündisznóig. Mivel levelet égetni nem szabad, a komposztálásnak már csak a zsákokba gyűjtés és az elszállíttatás lehet az alternatívája. Ennek az egyébként kényelmes megoldásnak az a hátránya, hogy rengeteg tápanyagot von ki a kertből, amit előbb-utóbb trágyázással kell pótolni.

Persze levél a járdára is hull, a kerítés belső és külső oldalán is. Fontos tudni, hogy a hókotráshoz hasonlóan a lomb eltakarítása is az ingatlantulajdonos feladata és felelőssége. A járdán hagyott levél csúnya, emellett veszélyes is tud lenni, különösen ha megázik és csúszóssá válik. Ezért aztán nincs mérlegelési lehetőség: söpörni kell! Ha a levél nem szennyezett, szemetes, akkor nyugodtan komposztálhatjuk, ha azonban erre nincs lehetőség, akkor kénytelenek vagyunk elszállíttatni.

Az őszi kerti munka nemcsak a növények, hanem a kertész szempontjából is értékes. Most van ugyanis utoljára lehetőségünk a szabad levegőn mozogni, és a kényszerű téli pihenő előtt jólesően begyűjteni még egy keveset a bágyadt napsugarakból.

BI.

Elismerések a Böszikertnek

Több mint egy tonna vegyszermentesen termelt, ízletes zöldség, számtalan közösségi élmény, valamint két országos díj – dióhéjban így foglalhatók össze a Böszörménynyi úti közösségi kert elmúlt szezonjának eredményei. Az elismerések egészen frissek: a Magyarország legszebb konyhakertje díjat, valamint a Magyarország legszebb lakóközösségi kertje különdíjat a napokban vehették át Nádudvaron a Böszikert képviselői.

Magyarország legszebb konyha- és lakóközösségi kertje, immár hivatalosan is

„Az első gondolattól a megvalósításig nyomon követhettem a kert alakítását, jó érzés látni, hogy most is milyen jól működik" – mondta el lapunknak Fonti Krisztina, akinek a kezdeményezésére a múlt év elején hozta létre az önkormányzat a Hegyvidék első közösségi kertjét. Az önkormányzati képviselő – korábbi alpolgármester – kitért arra is, hogy köszönettel tartozik kiváló munkájáért Rosta Gábor szakmai vezetőnek, valamint Szabó Andrea Csillának, a közösség egyik jelenlegi vezetőjének. Hálás a Böszikert csapatának is – fogalmazott –, amely befogadta, így az egyik magasságyás egy részét ő maga is gondozhatja, és tagja lehet ennek a nagyszerű közösségnek.

„Rosta Gábor javaslatára tavasszal jelentkeztünk a legszebb konyhakertek versenyére. Nagyon sok adatot és többtucatnyi képet kértek tőlünk, ezek alapján értékelte a munkákat a zsűri" – beszélt a pályázat körülményeiről Szabó Andrea Csilla, majd arról is szólt, hogy a verseny idei központi témája a biodiverzitás volt. A biológiai sokszínűség feltételének is kiválóan megfelelt a Böszikert, hiszen közel nyolcvanféle növényt gondoznak itt az ágyásgazdák.

A kertvezető csapat tagja kiemelte, hogy a közösségük kifejezetten stabil – ebben az évben mindössze négyen adták vissza a parcellájukat, ám az ő helyükre is bőven vannak új jelöltek, mivel az első jelentkezéskor sokan várólistára kerültek. Úgy látja, az ágyások túlnyomó többsége szépen gondozott, ugyanakkor még van feladatuk a közös területen a rézsűvel. Ide korábban naprafor-gót, majd vadretket, lucernát és mustárt ültettek, a csattanómaszlagot és a vadkendert pedig kigyomlálták, az eddigi tapasztalatok alapján azonban jövőre még intenzívebb küzdelmet kell majd folytatniuk a gyomnövények ellen.

„Mindenki sokkal finomabb zöldségeket termelhet magának annál, mint amit a boltban kaphat. De nem csak emiatt hasznos a növények gondozásával töltött idő: a közös kertészkedés közelebb hozza a környéken élőket, jobban megismerhetjük egymást" – összegezte a közösségi kert hasznait Szabó Andrea Csilla. Hozzátette, a Böszikertet rendszeresen látogatják óvodai és iskolai csoportok, időnként pedig születésnapi zsúrokat tartanak a kertészkedő családok. Egyébként minden kíváncsiskodót beengednek az utcáról, és szívesen körbevezetik ebben a kis városi oázisban.

ko.

Közös gereblyézés a Városmajorban

Mindazokat, akik szeretik a Városmajort, és szívesen segítenek is abban, hogy szép, gondozott legyen a park, közös gereblyézésre hívja az Élhető Hegyvidékért Egyesület és a FŐKERT november 16-án, szombaton 10 órától. Találkozó: a városmajori templom előtt.

Az esemény fő szervezője, dr. Novák István önkormányzati képviselő, tanácsnok lapunknak elmondta, hogy a környékbeli lakók évek óta rendszeresen tartanak együtt parkszépítő programokat, tavasszal például sarabolnak, nyáron öntöznek. Ezúttal az őszi avar összegereblyézésében lehet részt venni, az ehhez szükséges eszközöket a FŐKERT biztosítja.

nn.

Átmenetileg Pestre költözik a gerincgyógyászati központ

Komoly kórházfejlesztési munkálatokat indított el a Budai Egészségközpont ez év tavaszán a Királyhágó utcai telephelyén. Ennek eredményeként egy komplex ellátást nyújtó, modern kórházi infrastruktúra jön létre 35 ezer négyzetméteren, 15 műtővel, 250 ággyal és 87 rendelővel. A beruházás a Budai Egészségközpont szakkórházát, az Országos Gerincgyógyászati Központot is érinti, amit a páciensek a továbbiakban is közfinanszírozásban, azaz a társadalombiztosítás terhére, külön térítés nélkül vehetnek igénybe.

A fejlesztés várhatóan 2027 tavaszán fejeződik be. Az átmeneti időszakban a gerincgyógyászati központ járóbeteg-ambulanciája változatlanul a Királyhágó utcában működik tovább, a fekvőbeteg-ellátás ugyanakkor ideiglenesen a Semmelweis Egyetem Baross utcai épületébe költözik.

A komplex közfinanszírozott gerincsebészeti tevékenység folyamatos biztosítása érdekében a Budai Egészségközpont operatív együttműködési megállapodást kötött a Semmelweis Egyetemmel. Ennek keretében a Budai Egészségközpont vállalta a gerincgyógyászati ellátáshoz szükséges pesti épületrész felújítását.

A betegbiztonságot messzemenőkig szem előtt tartó kialakítás során öt szint újul meg közel ötven ágyon, a fekvőbeteg-ellátás műtéti szakasza pedig már ettől a hónaptól biztosított két – szintén felújított – műtővel. Az Országos Gerincgyógyászati Központ átmeneti költözése semmilyen tekintetben nem érinti az egyetem ellátási kapacitásait.

-vá

A Hegyvidéki Önkormányzat honlapjának címe:
www.hegyvidek.hu

Csúnyán is szerethetők

Közeleg a tél, de még nem kell lemondani a gyümölcsszüretről: ilyenkor érik a kertekben az aranysárga birs és a barna naspolya. Egyiket sem a szépsége miatt szeretjük, de mindkettő értékes vitaminforrás, és ötletesen elkészítve akár a csúcsgasztronómia alapanyagai is lehetnek.

A naspolya elfeledett gyümölcs, valahogy kiment a divatból. Pedig a népszerűtlenségét semmi sem támasztja alá: ellenálló, könnyen gondozható fa, szép virágokkal és ízletes termésekkel. No de kezdjük az elején!

A rózsafélékhez tartozó naspolya a Kaukázus déli lejtőin őshonos, onnan terjedt el a Földközi-tenger térségében és Magyarországon is. Kis termetű, lombhullató fa, ritkán magasodik 4-6 méter fölé. Fája jól megmunkálható, ágrendszere kusza, ennek ellenére tojásdad, bőrszerű leveleivel díszfaként is karriert csinált.

Ötszirmú, fehér virágai májusban nyílnak. Öntermékenyülő, így nem kell párosával ültetni a beporzás érdekében. Magas csersavtartalma miatt a kártevők és a kórokozók elkerülik. Talajával szemben nem igényes, megél a köves, gyenge termőképességű hegyvidéki domboldalakon is.

Bár melegkedvelő, a fagy nem árt neki, sőt bizonyos szempontból használ is, mert barna, szőrös gyümölcsei az első fagyos éjszakák után kezdenek megpuhulni, cukrosodni. Ezt követően érdemes leszedni ezeket, és ha szükséges, akár karácsonyig tárolni.

Az éretlen naspolya szinte ehetetlen, de ki ne dobjuk, csak várjuk meg türelmesen, amíg utóérik! A hatalmas csipkebogyóra emlékeztető érett naspolya pergamenszerű héja alatt barna, lekvárszerű gyümölcshús lapul. Ebben az állapotában nehéz kulturáltan fogyasztani – ilyen szempontból az őszibarackra emlékeztet. Viszont abbahagyni is nehéz az evését, annyira kellemes az íze.

A naspolyából finom lekvár készíthető

A SZERZŐ FELVÉTELE

A birsnek számtalan jótékony hatása ismert

Ha nyersen nem fogy el, akkor süteményekbe, netán húsok mellé használható lekvárt lehet főzni belőle, de ehhez érdemes átpasszírozni, hogy a magok ne kerüljenek az üvegbe. Az ízén kívül a fogyasztása mellett szól a rengeteg ásványi anyag és vitamin, amit tartalmaz. Egyes vidékeken a népi gyógyászat is használta, de a jótékony hatások tudományos igazolása még nem teljes körű.

Ha naspolyát szeretnénk a kertbe, akkor a néhány hazai változat közül érdemes beszerezni egyet. A solymári bőtermő például biztosan kevésbé idegenkedik kerületünk adottságaitól, mint a szentesi fajták, vagy a Hollandiában nemesítettek. A csemetét lehetőleg a kert napos részére ültessük, és tegyünk az ültetőgödrébe érlelt marhatrágyát úgy, hogy az ne érhessen a csupasz gyökerekhez. Száraz időszakokban meghálálja az öntözést.

Óvatosan metsszük, mert a virágrügyek a vesszők csúcsán helyezkednek el, és ha ezeket levágjuk, oda a termés. Legjobb, ha egyáltalán nem metsszük, csak az elöregedett ágakat távolítjuk el. Egy ereje teljében lévő fa akár 35-40 kilogramm termést is érlelhet.

Bár naspolyából is lehet sajtot készíteni, mégis a birsalma neve forrott össze elválaszthatatlanul a sajtéval. A két növény ezenkívül is közeli rokonságban van, olyannyira, hogy régen a birsalmafára ráoltották a naspolyát, így a két gyümölcs egy tövön termett.

Ha csak a gyümölcsöket nézzük nem is gondolnánk, de a birs növénytani, kertészeti leírása annyira hasonlít a naspolyáéra, hogy teljesen felesleges külön értekezni róla, inkább a különbségeket fontos kiemelni. Szokták birskörtének is hívni, ami csak a termés alakjára (és a benne időnként előforduló kősejtekre) utal, így akár ugyanazon a fán csünghetnek egymás mellett inkább alma és inkább körte alakú birsek is.

Sárga, finoman szőrözött termései negyedkilósra is megnőhetnek, de még éretten is kemények. Kellemes illata miatt feldolgozása sokrétűbb, mint a naspolyáé. Egyre népszerűbbek a fogyasztók körében a birsből készült és eperfa hordóban érlelt pálinkák. A birspárlatkészítés nehézsége, hogy nem egyszerű eltávolítani a gyümölcsökről az íz és technológia szempontjából sem kívánatos apró szőröket.

A kertben a birs általában a kevésbé frekventált helyeken él, mert fája (vagy sokszor bokra) nem különösebben tetszetős. Nagy virágait viszont kedvelik a beporzók, különösen néhány pillangófaj. Nekünk elég, ha a betakarítás idején keressük fel a növényt, másképpen nem is igényli a rendszeres gondozást.

Amíg a saját naspolyánk és birsünk termőre fordul, addig a piacokon vásárolt termések feldolgozásával kísérletezhetünk. Egyik sem számít drágának, de még szezonban sem mindenütt lehet kapni ezeket. Annál valószínűbb viszont, hogy a vendégeink nem legyintenek rá unottan a birsalmasajtos süteményre, vagy épp a naspolyalekvárral felszolgált húsételekre!

B.

ETELE • PLAZA

ETELE PLAZA
BLACK FRIDAY

NE MARADJ LE
A LEGJOBB AJÁNLATOKRÓL

NOVEMBER 29-ÉN
BLACK FRIDAY AZ ETELE PLAZA-BAN

AKTÍV HEGYVIDÉK

ŐSZI 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 Arany János iskola (Meredek utca 1.)

KÍMÉLŐTORNA
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 Tamási Áron iskola
Szerdán 18.00–19.00, 19.00–20.00 (ez utóbbi: stretching) Tamási Áron iskola
Csütörtökön 18.00–19.00 Németvölgyi Általános Iskola
Pénteken 16.00–17.00 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 17.00–17.55
MOM Sport, balett-terem (Csörsz utca 14–16.)

ÚSZÁS
Szombaton 13.00–17.00
(Érkezés: 16.30-ig)
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. (tornaterem)
A CrossFit az USA-ból származó fitneszirányzat, amely gimnasztikai, súlyemelő, erőemelő és komplex mozgásformákat egyaránt tartalmaz. A funkcionális edzés nemcsak a fizikai kondíciót formálja, hanem mentálisan is erőssé tesz

TERMÉSZETJÁRÓ TÚRA
November 23.: Mátra-hegység, Vércverés. Túravezető: dr. Nagy Géza. Az úton szép kilátás nyílik északkelet felé, több falu látszik. **Találkozó:** 8.00-kor a Stadion buszpályaudvaron. **Indulás:** a Stadion buszpályaudvarról 8.15-kor induló autóbusszal Galyatetőig. Érdemes a jegyet elővételben megvenni, amit a Széll Kálmán téren is meg lehet tenni. **Útvonal:** Galyatető (S, K)–Vércverés–Csórhegy (K)–Mátraháza. **Táv–szint:** 10 km, + 245 m, – 465 m. Túrabot hasznos lehet! **Érkezés Budapestre:** 18.00 óra körül. **Költség:** kb. 4000 Ft, teljes árú jeggyel.
December 7.: budai hegyek. Túravezető: Sütő-Nagy István. **Találkozó:** 8.30-kor a Széll Kálmán téren, a metró előtt. **Útvonal:** amerre a Mikulás járt. **Táv:** kb. 4-8 km, a résztvevőktől és az időjárástól függően. **Érkezés:** 13.00 óra körül. **Költség:** nincs.
Megjegyzés: a várható 14 éven aluli **gyerekek számát** interneten vagy telefonon kell jelezni november 21-ig!
A menetrendek változhatnak, ennek megfelelően az utazások időpontjai módosulhatnak!
Túravezetők: 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: szabadsagvandor.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 bármeddig gyakorolhat. Az edzéseken a fő fókusz az alapvető technikák elsajátítása mellett az önvédelmen 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 (szállás, étkezés, utazási díjak) kivételével – a hegyvidéki lakosoknak **ingyenesek**!
Információ: Hegyvidéki Szabadidősport Nonprofit Kft. (Városmajor utca 29.). Lohn 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.

Bajnokokat nevel a Phoenix Fireball

Izgalmas, egyszerűek a szabályok, és a játékelemek viszonylag könnyen elsajátíthatók – mondja a floorballról Varsányi Zsuzsanna, aki egyfajta „intézményként" egy híján húsz éve működteti az általa alapított Phoenix Fireball SE-t. A több felnőtt- és ifjúsági csapattal büszkélkedő, rendkívül sikeres XII. kerületi egyesület nemcsak a versenysportban ismert név, hanem az amatőrök előtt is nyitva állnak a kapui. Varsányi Zsuzsannával beszélgettünk.

– Mit érdemes tudni a floorballról?

– A játékosok ütővel kergetnek egy 26 lyukú labdát egy 50 centiméter magas palánkkal körbevett, kézilabda-méretű pályán. Az a cél, hogy a csapatunk több gólt szerezzen, mint az ellenfél. Eredetileg egyszerre öt mezőnyjátékos és egy kapus lehet a pályán, azonban jellemzően iskolákban, valamint az utóbbi időben nemzetközi szinten is egyre nagyobb teret nyer a játék három plusz egyes változata. Folyamatos a csere, ami nagyon pörgővé és látványossá teszi. A gyorsaság azonban nem elég, a labdaügyesség és a kitartás is elengedhetetlen a floorballhoz, no meg persze egy kis csibészség, gyors gondolkodás, kreativitás.

Van, ahol a floorball már népszerűbb játék, mint a jégkorong

– Hogyan alapította meg az egyesületet?

– Egyesület- és iskolaváltást követően kezdtem el edzéseket tartani a Budenz suliban, ahol annyira beleszerettünk ebbe, hogy egy csapat lánnyal, valamint egy maroknyi lelkes felsős és kisgimis fiúval bajnokságokon is szerettük volna megméretni magunkat. Ezért hoztuk létre a sportegyesületet.

– Hogyan épül fel a klub?

– Minden csapatunknak külön edzője van, ők a csapatkapitányok segítségével igazgatják a játékosokat. Rengeteget dolgoznak a csapataikkal hétközben, hétvégén is, nélkülük nem működne az egyesület. Hivatalosan létezik egy elnökség, de inkább a csapatok vezetőivel beszéljük meg a felmerülő problémákat, és keressük a megoldásokat. Minden másra ott vagyok én, de sok területen kapok egyre több segítséget. Jelen pillanatban egy alsós csoport, egy utánpótláscsapat, egy női és két férficsapat alkotja az egyesületet.

– Ott tartanak most, ahogyan egykor elképzelte?

– Amikor elkezdtük, sokat jártunk Prágába, ahol utánpótlás és felnőtt nemzetközi tornákon vettünk részt. Onnan hoztam haza egy cseh élcsapatot, a Tatran Střešovicét ábrázoló plakátot, amin az egész egyesület rajta volt, nagyjából százötven ember. Azt terveztem, hogy majd ilyen lesz a Phoenix. Sajnos a TAO bevezetése nagyon rosszul érintett minket, ahogy az egész sportágat, de az igazi csapást a koronavírus-járvány jelentette. Most kezdünk éledezni. A pandémia előtt megközelítőleg százharminc fős volt az egyesület, most a kilencvenhez közelítünk, de szerencsére egyre többen választják a floorballt fő sportágként.

– Ami a sportág általános népszerűségét illeti, javul a helyzet?

– Nemzetközi szinten rendkívül népszerű a floorball. Évről évre több ország kapcsolódik az IFF-hez, a Nemzetközi Floorball Szövetséghez, sajnos a környező országok sorra le is hagynak minket. Itthon a diáksportbajnokságban a harmadik legnépszerűbb sportág a floorball, sok iskolában van ütő, labda, kiskapu. Sorra jelennek meg az új egyesületek, látszik a fény az alagút végén.

Varsányi Zsuzsanna egyesületalapító, mindenes

– Mik a floorball előnyei más labdás játékokhoz képest?

– Eredetileg a jégkorong kiegészítő játékának szánták, de olyan jól sikerült, hogy van, ahol már népszerűbb is, mint a hoki. Biztonságos, egyáltalán nem agresszív, viszont mozgékony játék. Nem kell hozzá élsportolói alkat, már néhány mozdulat megismerése után sikerélményeket lehet szerezni. Az iskolákban viszonylag kis terület is elég, ha az ütő és a labda megvan, máris lehet játszani zsámolyra egy lefordított padokkal körbekerített pályán.

– Jó pár évvel ezelőtt beszélgettünk annak apropóján, hogy akkor a Phoenix Fireball SE a fennállása legsikeresebb szezonját zárta. Sikerült azóta túlszárnyalni azt az eredményt?

– A 2017–18-as bajnoki évben a férfi- és a női bajnokságot is megnyertük, emellett mindkét Magyar Kupát elhódítottuk, de volt aranyérmünk, ezüstérmünk is az utánpótlásban. Talán az a legsikeresebb szezon, de azóta is sokszor nyertünk, álltunk dobogón, változatos eredményeket értünk el. Elindult az IFL-bajnokság, amihez azonnal csatlakoztunk az első számú férficsapatunkkal. Osztrák és szlovén gárdákkal mérkőzhetnek meg hétről hétre. Az, hogy eddig minden alkalommal bejutottunk a legjobb négy közé, igen komoly eredmény.

Több csapata van a Phoenix Fireball SE-nek, és folyamatosan várják az érdeklődőket

– Melyik eredményeikre büszke még?

– Mindig éppen az aktuálisra. Aztán mindegyikre! Minden eredmény mögött sok edzés, sok munka van, ezért joggal lehetünk büszkék minden sikerre. És nemcsak az aranyérem siker, hanem egy jó meccs, egy szoros, nagyon küzdelmes vereség is. Összefoglalva: arra vagyok a legbüszkébb, ha a felkészülés után látszik a fejlődés tudásban, küzdésben, csapatjátékban, összetartásban.

– Mennyire lehet a floorball szabadidősport?

– Aki nem akar versenyezni, azt is szívesen látjuk. Jöhet csak edzeni, de ha azt érezzük, hogy több van benne, akkor elbeszélgetünk vele, hogy nincs-e kedve igazolt sportolóvá válni. Ha van, akkor örülünk, ha pedig nem szeretné, azt is tiszteletben tartjuk.

– Hol zajlanak az edzések?

– Ahol termet találunk és kapunk. Nagyon nehéz a kerületben, a környéken megfelelő méretű helyet bérelni, de ahol megismernek minket, ott tudják, hogy jó kezekben van a pálya. A Hegyvidéki Sportközpont Városmajor utcai termében és a Kiss János altábornagy utcában is tartunk foglalkozást. Sajnos a MOM Sport csarnokából el kellett jönnünk, az megfizethetetlenné vált számunkra.

– Korábban sok hegyvidéki fiatal szerepelt a Phoenix csapataiban.

– Most is sokan vannak, szerencsére. A kerületi diáksportbajnokságokon évek óta segítők vagyunk, én is sokáig tanítottam itt, úgyhogy ha valaki kedvet kap floorballozni az iskolai órák után, a kollégák minket ajánlanak. Ha bárkinek kérdése van, segítséget kér, bátran fordulhat hozzánk.

– Kiket várnak a csapataikba, és kiknek ajánlja a floorballt?

– Azt gondolom, hogy negyedik osztálytól érdemes különedzésekre járni, de ha az iskolában van lehetőség, akkor korábban is el lehet kezdeni. Lányokat és fiúkat várunk nagy szeretettel. Annak ajánlanám, aki szereti a csapatjátékokat, szeret egy jó hangulatú klubban szerepelni, szereti az észjátékot, a változatos, gyors játékot és a mozgást.

sm.

■ *További információ: 06-20/956-8956, phoenixfloorball.hu, www.facebook.com/phoenixfireball*

Új győztes a John Gold Cupon

Azzal nem mondunk újat, hogy a labdarúgás a legnépszerűbb sportág az egész világon. Minden bizonnyal ez is közrejátszik abban, hogy a Sashegyi Arany János Általános Iskola és Gimnáziumban 2008-ban elindított John Gold Cup köszöni szépen, még ma is jól van. Olyannyira, hogy a bő másfél évtized alatt mindössze a koronavírus-járvány miatt kellett nélkülözniük a diákoknak, akik az idén ismét több csapattal vettek részt a 12 órás focin.

Persze az évek során, az igények ismeretében, történt néhány változás. A legfontosabb talán az, hogy két évvel ezelőtt a szervezők szűkítették a résztvevők körét. Korábban öregdiákok, sőt vendégcsapatok is elindulhattak, tavaly viszont a rendezvény történetében először kizárólag jelenlegi tanulókból és pedagógusokból álló csapatok nevezhettek. Ezt ezúttal tíz gárda tette meg, a legfiatalabb pályára lépő játékos 8.-os volt, a legidősebb pedig a tanárokat erősítő Vitárius Balázs igazgatóhelyettes, a maga 56 évével.

A csapatokat két csoportra osztották, majd a csoportutolsók kiesése után keresztbejátszás következett. A győztesek jutottak a döntőbe, amelyben a 11. c osztály csapata, a Fátra FC 2–1-re verte az előző év bajnokát, a 12. c osztályt képviselő Prime Five-ot. A 3. helyen egy gimnazistákból álló vegyes csapat, a Lanetti FC végzett, a 4.-ek pedig a Pótvizsga néven – úgy látszik, ez a finom utalás sem segített rajtuk… – induló tanárok lettek.

A győztes hazavihette a John Gold-kupát, amely már nem vándortrófea, ugyanis korábban végleg megkapta azt a háromszoros bajnok. Azóta pedig minden évben új kupát lehet elnyerni, ez pedig újabb motiváció a csapatok számára. Vitárius Balázs kiemelte, hogy végig színvonalas meccsek voltak, szoros eredményekkel. Lelkes, de sportszerű, durva szabálytalanságoktól mentes játék zajlott, békés, baráti légkörben.

-os

HEGYVIDÉK
Kiadja: Budapest Főváros XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat megbízásából a Hegyvidék Lapkiadó
Főszerkesztő-helyettes: STOFF CSABA ✧ Szerkesztő: KERTÉSZ DÁNIEL ✧ Szerkesztőségi titkár: BOUSSEBAA HADJER SELIMA ✧ Fotók: SÁRKÖZY GYÖRGY; a Hegyvidék Lapkiadó archívuma ✧ Tördelőszerkesztő: KOVENCZ PÉTER ✧ Cím: 1126 Budapest, Beethoven utca 2/a fszt. Telefon: 356-3446. Fax: 225-8868. **Internet: http://www.hegyvidekujsag.hu. E-mail: szerkesztoseg@hegyvidekujsag.hu.** ✧ Eng. szám: 84-5965 ✧ Nyomdai előállítás: Mediaworks Hungary Zrt. Cím: 9021 Győr, Újlak utca 4/a. Felelős vezető: Szabady Balázs műszaki igazgató. ✧ **Online apróhirdetés-felvétel a nap 24 órájában:** https://www.aprohirdetesguru.hu/budapesti-keruleti-lapok/hegyvidek/ – Fizetési lehetőség: az interneten keresztül bankkártyával, vagy készpénzzel bármely bankfiókban, vagy banki utalással.✧ **Kéziratokat, rajzokat, fotókat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza!**

Barátság a legnehezebb időkben is (2.)

Két író házaspár emlékei az 1956-os forradalomról

A magyar irodalom négy meghatározó alakja, Polcz Alaine, Mészöly Miklós, Nemes Nagy Ágnes és Lengyel Balázs összetartó barátsága a legnehezebb időkben is példaértékű volt. Együtt élték át az '56-os forradalom viharos időszakát is. Cikkünk 1. részében Nemes Nagy Ágnes visszaemlékezését olvashatták, most Polcz Alaine szavai által idézzük fel a „gyönyörű és gyötrelmes" napokat, majd az ezeket követő szomorú eseményeket.

Nemes Nagy Ágnes Lengyel Balázzsal és Polcz Alaine Mészöly Miklóssal

POLCZ ALAINE: TÖRTÉNET NÉGYÜNKRŐL

„Mindig is úgy gondoltam, Ágnes: olyan jó visszaemlékezni ezekre a nehéz és gyönyörű napokra. Mert, ugye, a világháború gyötrelmes volt, a forradalom ugyanúgy, de gyönyörű is. Gyönyörű és gyötrelmes. Azonkívül kíváncsi vagyok a »négyesünkre«: amit együtt éltünk át, melyikünk mire emlékszik? […]

Mindenekelőtt azt a legfontosabb és nehéz napot szeretném elmondani – egyiket a nehéz napoknak –, amit Ágnesékkel együtt töltöttünk. […]

Akkor aznap – melyik nap? – késő délután Ágneséknél voltunk. *(Nemes Nagy Ágnes és Lengyel Balázs a Kék Golyó – akkoriban: Kékgolyó – utca 2/a alatt laktak – a szerk.)* Nem tudom, hogy hányadikán. Ott akartunk aludni náluk, abban az időben ez természetes volt. Sokat voltunk együtt, és szorosan összetartoztunk. Ez olyan négyes volt, hogy mindenki mindeniket szerette. Ritkaság két házaspárnak ilyen meleg barátsága. Balázzsal mi voltunk a szolidak, az engedékenyek, és Ágnes, Miklós a tigrisek, a nemes vadak, akiket mi néha borzadozva néztünk és próbáltunk szelídíteni, lágyítani, kisebb-nagyobb eredménnyel. Persze azért sok-sok szeretet volt bennük. Ebből az időből származik, hogy Ágnessel játékosan csúfolkodni szoktam, idézve egyik gyermekverssorát: »Jaj, de kedves az oroszlán, szeme sárga, szép borostyán.«

Szóval fölmentünk a lakásukba, amelyik a Kékgolyó utca Vérmezőre néző sarokházában volt, harmadik vagy negyedik emeleten, végig üvegablakok, mindkét oldalra. Nagy üvegtáblák. És erkély. Először a Kékgolyó utcára néző szobában ültünk. Itt megint elfogott a borzalom, a Balázs fejét láttam, egy csonttalan koponyacsontot, bőr nélkül. Mondtam, hogy rossz előérzetem van, azt nem, hogy halálfélelmem, méghozzá nem is magamra, hanem mindnyájunkra vonatkozó, inkább elkentem a kérdést. Valamelyikünknek a három közül annyit mondtam, hogy halálfélelmem van, talán Miklósnak. De ezt csak magamra vonatkoztattam. Nem akartam kimondani, hogy mindnyájunkért, és főként hogy értük erősebb.

Amikor arra kértem Miklóst, hogy aznap már ne menjen ki a házból, megint nagyon kedvetlen lett, de megígérte.

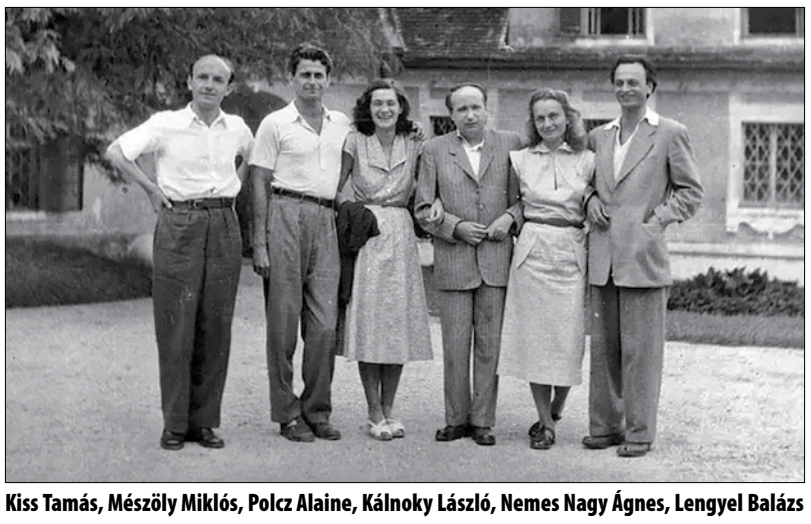
Később azt láttuk, hogy barikádot építenek, elzárva a Krisztina felé vezető utat. A saroknál, ahol nagyobb a tér, egy vasúti vagy egy villamoskocsit állítottak keresztbe. Azt is csodálkozva néztük – fiatal fiúk voltak –, hogyan szerelik ki a világítást az egyik nagy utcai lámpából. Alul kinyitnak egy kicsi ajtót, belenyúlnak, és megszűnik a világítás. Leszóltunk nekik, és beszéltünk velük egy pár szót. Miklós kérdezte, hogy nem éhesek-e. Ledobott nekik egy fél kenyeret. Ágnes adta. Mikor beléptünk a lakásba az erkélyről, akkor olyan tökéletes reménytelenségérzés fogott el, hogy hiába félek, hiába nem megyünk ki a házból, valahogy nem lehet segíteni a dolgokon. Aminek jönnie kell, bekövetkezik.

Polcz Alaine és Mészöly Miklós

Aztán egy-két békés perc vagy félóra után, már nem tudom, az idő összekeveredik, de a kép élesen előttem van: jön egy szovjet tank. (Akkor még nem is álmodtuk, hogy házakra is lőhetnek a tankok.) Kíváncsiak voltunk, hogy mit csinál, ezt néztük az egyik nagy üvegablak előtt, Miklós az ablak jobb oldali sarkánál guggolva nézett ki. Ágnes és Balázs a díványon ültek elöl, én leghátul a díványon föltérdeltem, hol a tankot néztem, hol hármukat, és szorongtam. Egy óriási dörrenést hallottam, és megdöbbenésemre a kénszaggal együtt, amit a robbanó lövedék árasztott, kinyílt az utca előttünk, és a gomolygó esti októberi ködös levegő az arcomba csapott. Úgy emlékszem, hogy Miklós még azt kiáltotta: »Hasra!« Azt már nem tudom, hogy Ágnes és Balázs hasra buktak-e vagy nem. Döbbenten úgy maradtam, ahogy a bávák *(ti. bámészkodók – a szerk.)* szoktak.

A lövés után gyorsan körülnéztem, és láttam, hogy Ágnes és Balázs kúszva menekülnek hátrafelé, mert a következő pillanatban géppuskával kezdték lőni a házat. És Miklós frissen, élénken szólt, ő is menekült hátra. Akkor egyszerre nagy boldogság és megkönnyebbülés fogott el, hogy ez volt az, megúsztuk.

Még kilenc belövés érte a házat, és végigverték géppuskasorozattal. Kúszva menekültünk hátrafelé, már nem féltem: pedig úgy tűnt, hogy ebben az üvegfalú házban (bár csak nagy üvegablakok voltak sorban) sehol sincs menedék. A szobát, ahova beléptünk, azt is üvegajtó választotta el a halltól. Nem volt más menedék, mint a WC. Odakúsztunk, és sorban egymásra estünk, egymásra dobtuk magunkat a szűk térben. Valaki kiáltotta, hogy menjünk le a pincébe, az óvóhelyre. Arra még emlékszem, hogy a lépcsőkön szaladtunk lefelé. Mérhetetlenül soknak tűnt a lépcső, miközben lőtték a házat. (Boldog és megkönnyebbedett voltam.) A pincére már nem emlékszem. Az égvilágon semmire, hogy ott mit csináltunk, mi történt. Még csak arra sem, hogy leérkeztünk. Pedig ott voltunk.



Kiss Tamás, Mészöly Miklós, Polcz Alaine, Kálnoky László, Nemes Nagy Ágnes, Lengyel Balázs

Az éjszakát nem tudom, hogy hol töltöttük, mert hiszen már megkezdődött a kijárási tilalom. Valószínűleg valahol kucorogtunk a lakásban. Annál is inkább, mert másnap reggelre emlékszem: döbbenten néztük, hogy a függönyrúd függönyöstül hátracsapódott a szoba felső részébe, és ott a falon megállt. Akkora üvegdarabok, üvegszilánkok fúródtak a padlóba, élükkel felfelé, hogy harapófogóval kellett kiszedni, mert a nagy táblaüvegek vastagok voltak.

Üvegablak nem maradt épen a hatemeletes házon, kinn az utcán magasan álltak a szilánkok, mint a kristályhó lepte el a járdát. A ház összes ablaka betört, úgy kellett söpörni és söpörni. A fűtés nem működött, mert megsérült a fűtőtest is. Evidens volt, hogy ez a lakás lakhatatlan. Ezért Ágnesékkel átmentünk hozzánk. Vittük az albérlőjüket, az albérlőjük szerelmét is, egy fiatal, kissé kövérkés nőt, és egy macskát is. Kié volt a macska? Azt természetesen tekintettük, hogy mindannyian hozzánk jönnek, hiszen a lakásban nem lehetett maradni.

1956-os sérülések napjainkban a visszaemlékezésben említett épületen

Most is még sokszor nézem a házat. Egyszer, ha arra jártok, nézzétek meg, a kővel bontott falakon az a sok kis fehér kocka, az mind a golyóknak és a szilánkoknak a nyoma, illetőleg a javítások. *(A mai napig láthatók az épületen a fehér foltok és javítások, miként az a fotónkon is megfigyelhető – a szerk.)* Én úgy tudom, azt magyarázták, hogy a lövedék az ablak párkányán robbant, és hozzánk a szilánkok jöttek a szobába, a hátsó falba fúródtak, ezek okozták a nagy kárt. Az ablakok természetesen a légnyomástól is kitörtek.

A csodálatos az volt, hogy mindannyian épen megúsztuk. Ezt a mai napig nem értem. Mert egy következő lövedék a parkettet is alulról kilyukasztotta, és a mennyezetre dobta föl a repeszdarabokat. Ott, ahol Miklós guggolt, ahol a homlokát az ablaküvegnek támasztotta, egy tenyérnyi rész megmaradt. Kérdeztem egy mérnöktől, azt mondta, az lehetetlen, hogy a homloka tartotta volna meg az üveget. Én ezt ma is csodának tekintem. Azt, hogy mindannyian megúsztuk. Hogy a csodán mit értek? Nem tudom, és nem is akarom megmagyarázni. Illetőleg nem tudom pontosan, csak azt, hogy nekünk négyünknek, akkor életben kellett maradni. Persze a realitás kedvéért azt is hozzá kell fűznöm, hogy sokszor nézem döbbenten: roncskocsiból hogy húznak ki embereket kisebb sérülésekkel. A fordítottját is sokszor tapasztalom, milyen apróságokba lehet belehalni, hiszen voltam baleseti sebészeten. […]

Polcz Alaine

Ágnesék tehát átjöttek hozzánk, és megkezdődött az élet a Városmajor utcában. *(Polcz Alaine és Mészöly Miklós lakása a Városmajor utca 48. alatt volt – a szerk.)* Egypár nap múlva albérlőjük elköltözött, úgy emlékszem, hogy a lányon egy kicsit csodálkoztam, fura teremtés volt. Nem tudom, hogyan osztottuk el akkor a lakást alvásra. […] Úgy emlékszem, hogy aztán Németh Laci is hozzánk jött. Nem Baschhoz, vagy legalábbis rengeteget volt fenn nálunk. Nekem különös volt, hogy Ágnes fölmossa a konyhapadlót. Ki akartam venni a kezéből a súrolórongyot, de nem engedte. S azon is elcsodálkoztam, hogy milyen másként mosunk hajat.

Sokszor mentünk át az írók szövetségébe. Nagyon szép séta volt. Meg sem éreztük az utat a Városmajortól a Bajza utcáig. Hiszen nem volt közlekedés. És Miklós, Balázs, Ágnes vitatkoztak néha valamilyen elvi kérdésen. Volt egyszer, hogy Miklós ordított, Ágnes kiabált, és én könyörögtem, hogy: »Kincsem, nem beszélhetsz így vele, hiszen a vendégünk. Ha te így kiabálsz, akkor el kell menniük a háztól, és nincs hova menniük, nincs lakásuk.« A nagy kiabálás után csendesen megbékéltek. […]

Emlékszem, hogy november 4-én hajnalban ott állunk a kicsi szoba ablakánál Miklóssal, meglátom a zöld lövedékeket. Azt mondja Miklós: nyomjelzők. Most indul a szovjet támadás. Vasárnap hajnal volt. Halottak napján, négyen kint voltunk a temetőben, a Farkasréti temetőnek az elején volt egy kör alakú grupp (most is ott van, csak elszépítgették, elcsicsásították). Rengeteg virág volt ott. Derékig ért a virág. Sok száz gyertya égett. Hangtalanul gyászolta a tömeg az elesetteket. Ide-oda mentünk, és elhagyatott sírokon akartam gyújtani vagy gyújtottam is gyertyát. Ahogy szoktuk volt gyermekkoromban. […]

A szovjet támadás után valami iszonyatos passzivitás fogott el, csak ültem. Nem jött, hogy mozduljak, s két vagy három napig nem tudtam enni semmit. […] Lehet, hogy az öregek így reagálnak a harcra? De hiszen akkor mi még fiatalok, úgy harmincöt évesek voltunk. Hosszú hajunk volt, a vállunkig ért. Ágnesnek, nekem, Szabó Magdának (jóban volt Ágnesékkel, én akkoriban ismertem meg) Jékely Zsoli mondta mosolyogva, hogy csak lobogjon a hajunk, csak lobogjon! A forradalom végleges leverése után mind a hárman levágattuk a hajunkat, anélkül hogy összebeszéltünk volna. Emlékszem az egybeesés szimbolikus voltára. […]

Egyszer megint Ágneséknál aludtunk, akkor már rendbe hozták a lakást, és arról beszélgettünk, hogy ha mi négyen együtt alszunk, akkor valami mindig történik. És mi lesz most vajon? Letartóztatás – mondta valamelyikünk. Talán én? De ezen jót nevettünk. És utána megbeszéltük, hogy ha bármelyikünket letartóztatják, akkor mit kell mondani. Tudniillik lényeges kérdés volt, hogy forradalom volt-e vagy ellenforradalom? […] Ugye azt mondani: forradalom, egyenlő négy vagy öt év börtönnel. Azt mondani, hogy ellenforradalom, egyenlő azzal, hogy az ember becstelen önmaga és a barátai előtt. Megegyeztünk abban, hogy azt kell mondani: amit én láttam, azok az események, ott az forradalom volt. […] Még osztogattuk egymás között Tamási Áron nagyon szép *Gond és hitvallás* című tiltakozó kéziratát. Ebből a kiáltványból sok volt Balázsnál, Ágnesnél. Aztán aludtunk, nem aznap volt a letartóztatás, hanem másnap vitték el Balázst. És természetesen éjszaka. Ágnes nagyon ügyesen eltüntette házkutatás közben, miközben minden mozdulatát figyelték, a tiltakozó kéziratokat. […]

Balázs letartóztatása után. Kijárási tilalom volt. Reggel jött Ágnes. Becsöngetett. És azt mondta csodálkozva, hát maga itthon van, Miklós? Tudniillik Miklós rohant mindig oda, ahol lőttek. Hogy miért vitték el Balázst, és miért engedték szabadon, ezt a mai napig sem értem. Hogy Miklós miért úszta meg, azt sem értem. Mi négyen, Ágnes, Balázs, Miklós meg én lehetőleg mindig együtt voltunk az utcán, az Írószövetségben, a lakásunkban, a pincében. Aztán Ágnest magunkhoz vittük. Kértük, hogy aludjon nálunk, mikor Balázst elvitték. Nézett maga elé, nem szólt, de ott maradt. Nem tudom, hány napig volt nálunk. Talán egészen Balázs szabadulásáig? Tény az, hogy egyszer csak megszólalt a telefon nálunk, Ágnest kérik a telefonhoz, és azt mondja egy férfihang: »Asszonyom, két óra múlva a férje otthon lesz.« Döbbenten összenéztünk. Hát ezek tudják, hogy Ágnes most itt van?

Emléktábla a Városmajor utca 48. számú ház falán

Balázs szabadulása, Lakatos István szabadulása, jóval később Zelk Zoltán, Obersovszky, Gáli, Göncz Árpád – ez már más történet."

•

Polcz Alaine, Mészöly Miklós, Nemes Nagy Ágnes és Lengyel Balázs tehát túlélték az 1956-os forradalmat és az utána következő viharos éveket, de sokan nem voltak ilyen szerencsések, a Hegyvidéken sem. Cikkünk tiszteletadás mindazok emléke előtt, akik a szabadságért áldozták fel az életüket.

F. G.

„Amit mi csinálunk, az kulturális misszió”

Tizenöt éves a Galéria 12 Egyesület. Az alkotóművész tagok Barabás Villában látható jubileumi kiállítása kapcsán Borza Teréz porcelán- és szobrászművésszel, az egyesület elnökével beszélgettünk a szép múltról és az egyelőre bizonytalan jövőről.

– „Tizenöt éve együtt gondolkodunk nemcsak a XII. kerület művészeinek érdekében, hanem mindenki örömére” – így szólítja meg művész kollégáit a jubileumi katalógus köszöntőjében. Milyen érzésekkel tekint vissza az eltelt másfél évtizedre?

– Az biztos, hogy immár tizenöt szép, közös évet tudunk magunk mögött. Ez idő alatt sok mindenen átmentünk, még a koronavírus-járvány idején sem engedtük el egymás kezét. A havonta rendezett kiállítások összekovácsolták az egyesület alkotóművészeit. Amikor személyesen nem találkozhattunk, a digitális kiállításokkal lendítettük tovább a megállni látszó kerekeket. Egy-egy tárlat megnyitóján pedig hónapról hónapra jó hangulatban lehetünk együtt, beszélgethetünk, koccinthatunk mindannyiunk egészségére a Galéria 12 Kiállítóhely, Kávézó és Borbárban.

– Hogyan született a Galéria 12 Egyesület megalapításának ötlete?

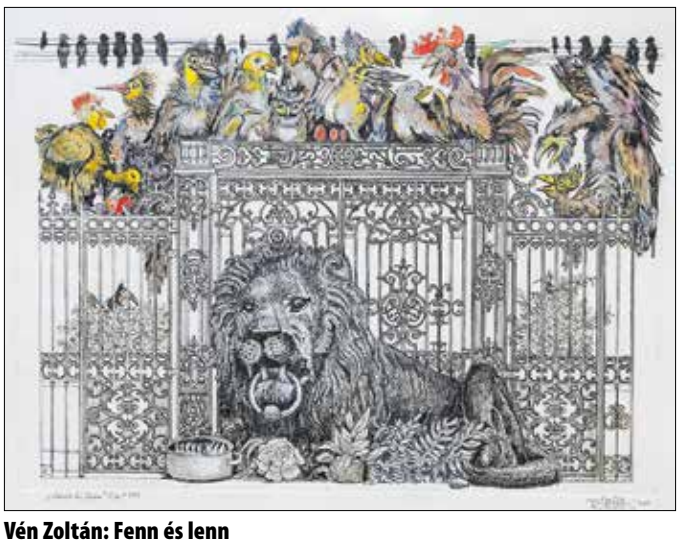
– 1993-tól 2000-ig elnöke voltam a Fiatal Iparművészek Stúdiójának, majd több önálló kiállítás után volt erőm egy új egyesület létrehozására. A kerületben élő művészek nem nagyon ismerték egymást, ha összefutottunk, kiderült, hogy „jé, te is itt laksz!”. Szerettem volna, hogy a rendszeres találkozók alkalmával közelebbről is megismerjük egymást. Ötgyerekes családból származom, valószínűleg innen is ered nálam a közösségi gondolkodás.

– Hogyan kezdett neki a szervezésnek?

– Tagja vagyok a Magyar Alkotóművészek Országos Egyesületének, kikerestem a nyilvántartásból, kik laknak a kerületben. Megdöbbentem, hogy közel ötszáz művész élt akkor a Hegyvidéken – gondoltam, ha ennyien vagyunk, miért ne csinálnánk egy jó kis egyesületet. Pokorni Zoltán polgármesterrel régóta ismertük egymást, közel két évtizedig külsős bizottsági tagja voltam a kerületi oktatási és kulturális bizottságnak. Ő támogatta az ötletemet, nekivágtam a szervezésnek. Leveleket írtam, telefonáltam, szájról szájra terjedt a hír – és 2009-ben a Barabás Villa nagytermében megrendeztük az alakuló közgyűlést. Szívvel-lélekkel csatlakoztak a kerületi alkotóművészek, sokan érezték, hogy ez egy hiánypótló kezdeményezés. Minimum kétszázötvenen eljöttek a hívó szavamra, és megszületett ez az egymást egyre jobban megismerő tagokból álló, összetartó egyesület. Kicsit szebbé, barátibbá tettük több idős művész életének utolsó tíz évét, és alkotókedvüknek értelmet adva havonta együtt lehettünk, egy-egy szép kiállítással megörvendeztetve őket is. Többüknek itt volt az utolsó kiállítása, mivel sajnos már fentről mosolyognak ránk: Csete Ildikó, Polgár Ildikó, Fábián Gyöngyvér, Lőrincze Miklós, Ferdinand Judit, Nádas László, Ezüst György, Toldi Miklós, Fekete György, Kutas László, Károlyi András, Kenesei Lajos, Szathmáry Gyöngyi, Szomjas György. Az biztos, hogy az idős és a fiatal művészeknek egyaránt örömet adott a közösségi életünk. Az volt a célunk, hogy senki ne maradjon alkotói magányában, és megmutathassa a műveit az éppen aktuális témában. A minőséget egyesületünk tagjai garantálták; főiskolát, művészeti egyetemet végzett, érett művészek munkáit állítottuk ki.

Berzy Katalin: Megromlott kapcsolat

Pató Károly: Fáradt arc, tiszta tekintet



Vén Zoltán: Fenn és lenn

– Igen hangulatos hely a Galéria 12 Kiállítóhely, Kávézó és Borbár. Hogyan találtak rá?

– Megkértem a polgármester urat, hogy ha véletlenül valahol felszabadul egy helyiség, amit bérbe lehet venni, ott rendszeresen rendezhessünk kiállításokat. Emlékszem, a Szakrális Művészetek Hetével nyitottunk a megüresedő Hajnóczy József utcai helyen. Az egész terem a miénk volt, de el kellett gondolkodni, ki tartja majd nyitva nappal… Épp akkor jelentkezett egy vendéglátós, ő megcsináltatta a pultot; kiváló ötletnek tartottam, hogy egyben legyen kávézó és galéria. Laczi János a harmadik bérlő, vele nagyon jól össze tudunk dolgozni most már közel tíz éve, maximálisan ki tudjuk használni a falainkat és a három vitrint. Egyszerű dolgokból is sok mindent meg lehet csinálni, és jó háziasszony módjára az ember be tudja osztani még azt a keveset is, ami adódik támogatásképpen.

– Többen részt vesznek a szervezői-rendezői munkában, kik ők?

– Pálos Anna, Orient Enikő, Makkai Márta, Maczkó Erzsébet a szervezésben segítenek, a honlapunk vezetésében, a kiállítások rendezésében Szamos Iván és Mihályi Magdi, régebben Pató Károly, Magyar Gábor vettek részt, katalógus, naptár tervezéséhez Árendás József, a dokumentáláshoz fotókkal Németh Andrea, Aknay Tibor, a rendezvényekhez Laczi János adja a munkáját. Épp ezért minden kiállításunk egy jól működő egyesületről adott színes képet. Megtiszteltek már minket hozzáértő beszédekkel prof. Prokopp Mária, Dvorszky Hedvig, Szakolczay Lajos művészettörténészek, Feledy Balázs művészeti író; szavalatokkal Császár Angela, Meskó Bánk, Lukács Sándor színművészek; zenével Szikora Borbála, Réman Zsófia, Szkibó Gergő, Heidrich Roland zeneművészek.

Tahin Gyula: Iszalag

Tóth József Füles: Víziló vagy vízió

– Hogyan lehet valaki az egyesület tagja?

– Szájról szájra jár a hírünk, és az önök lapjában megjelenő cikkek kapcsán is sokan tudnak rólunk. Volt, aki más kerületből jött, de itt lakott régebben, vagy nemrég költözött ide, most tudta meg, hogy létezünk. Alapszabály szerint – nem én döntök – azokat vesszük fel, akik rendelkeznek felsőfokú művészeti végzettséggel.

– Önnek még nem volt önálló kiállítása a Galéria 12-ben. Miért?

– Nem azért találtam ki az egyesületet, hogy én állítsak ki… Hívtak a Vigadóba, a Műcsarnokba; porcelánművészként az anyagom eleve nem is férne el itt. Nagyon örültem, ha a közös kiállításokon meg tudtam mutatni egy-egy kis munkámat a vitrinben.

– Milyen visszhangja volt a kiállításoknak a kerületen kívül?

– A művészek eljönnek az önálló kiállításainkra, mint például most legutóbb Árendáséra. Az összes barátja elcsodálkozott, milyen jó kis helyünk van. Nem baj az, ha kicsi! Nekünk ez bőven elég. Jó helyen van, van egy kis bor, üdítő, kávé, le lehet ülni, a lényeg az, hogy híre menjen. Más kerületekben is voltak hasonló kezdeményezések, de a többségük már nem működik. A mi tizenöt évünk nem rövid idő egy művészeti egyesület életében. Megmaradt egy hatvanfős mag, ők mindig hoznak műveket a csoportos, közös témákhoz, az egyéni kiállításokat pedig születésnapok, évfordulók szerint osztogatom be, erre mindig figyelünk, a családias hangulatban az ilyesmi nagyon fontos. Ez egy szeretetalapú kisközösség. Persze volt, amikor szigorúnak kellett lennem…

– Miért?

– Egy művész – nevet nem mondok –, miután berendeztük a helyet a kiállításra, még a megnyitó előtt, mindenki tudta nélkül, az armatúrán lévő összes lámpát a maga munkájára állította rá. Nagyot néztem, amikor bementem a kávézóba, hogy itt mi történt! Szépen visszaállítgattam a lámpákat, hogy mindenkinek jusson fény, és megnyugodtam. Másnap megint minden lámpa rá volt állítva az ő műveire! Még jó, hogy maradt egy kis idő a megnyitóig… Ekkor azt mondtam neki, hogy bocsáss meg, de ez nem megy nálunk, aki nem tud beilleszkedni egy közösségbe, ne jöjjön ide többé. Elment, nagy sértődéssel, azóta persze meg sem ismer, de nem is probléma. Szerencsére nem történt többször ehhez hasonló. Előfordult viszont, hogy „több kalapot” kellett felvennem. Például a meghívón meghirdetett személy az utolsó pillanatban lemondta a szereplést, olyankor én mondtam helyette a köszöntőt, vagy tartottam valaki helyett szakmai bevezetőt. Volt, hogy egy-egy művész a régi ismeretségünkre tekintettel arra kért, én beszélgessek vele – ez is egy „kalapcsere”. A megnyitó végén pedig felszolgáltam a bort és a pogácsát, így még „pincérkalapom” is volt!

Borza Teréz, a Galéria 12 Egyesület elnöke

Magyar Gábor: Dimenziók

– A kiállításokon kívül rendeznek közös programokat?

– Havonta van egy megnyitó, ezekre igyekszem előadóművészt hívni, hogy a kultúrát még jobban „behozzuk” a kerületbe, általában jönnek zenészek, ami attól is függ, hogy mennyi pénzünk van. Egyéb programokra nem sok erő jut, de volt például tárlatunk Veszprémben, egy zeneiskolában, ajándékokat is készítettek a művészek. Jövőre Veszprémben és Martonvásáron lesz egy-egy közös kiállításunk. November végén lejár a szerződésünk az önkormányzattal, még nem tudjuk, mi lesz utána. Ha nem lesz helyünk, mindenki bedobja a maga ötletét, kapcsolatait olyan kiállítóhelyekre Budapest-szerte, ahol minket is be tudnak fogadni egy-egy csoportos kiállítás erejéig. Ezért is pályáztam a Nemzeti Kulturális Alapnál, hogy kiadhassuk a hatvan színes oldalból álló katalógusunkat az évfordulóra, amivel be tudunk mutatkozni, és esetleg meghívnak ide-oda. Nyilván nem lesz minden hónapban kiállítás, de az sem baj.

– A kávézóba az is betér, aki egyébként az adott kiállítást nem nézné meg.

– Ennek ez a lényege. Bejön valaki egy kávéra, és legalább műalkotásokat lát a falon, ezek felkeltik az érdeklődését, később megkeresik a művészeket. Az egy külön téma, hogy a mai világban egyre kevesebb műalkotást vesznek, mert inkább a drága kocsira meg hifire kell a pénz. A kulturális tevékenység akkor is fontos! Amit mi csinálunk, az kulturális misszió.

– Ahogy Prokopp Mária is fogalmazott a megnyitóiban: a művek sugároznak.

– Ha valaki egy kicsit is fogékony erre, nyert ügyünk van, nem dolgoztunk hiába. Azért is próbáltuk életben tartani ezt a kis egyesületet, akármilyen nehézségekkel is, hogy színesítse a kerület kulturális életét – ez volt a fő cél, amit elértünk. Örülök is, büszke is vagyok rá, hogy össze tudtunk hozni egy jó kis csapatot. Sajnos a világ nem igazán a művészetre van ráhangolva. Hiába rendezünk tárlatokat a béke, a békevágy jegyében – nem mi fogjuk megváltani a világot. De azt mondják, a művészetnek nagyon sok köze van ahhoz, hogy a világot szebbé és jobbá tegye. Ez a mi célunk, és ez nem is kevés! Az egész eddigi működésünk a Hegyvidéki Önkormányzat folyamatos támogatásának köszönhető. A Galéria 12 Egyesület továbbra is segíteni szeretné a kerület kulturális életének pezsgését – azt a hagyományt folytatva, amit tizenöt éve elkezdtünk.

Szamos Iván: Lidércek tánca

Szepesi Dóra

■ *A jubileumi kiállításról lapunk 1. oldalán olvashatnak, mindkét cikkünk illusztrációi ott készültek. Webcím: galeria12.hu*

MOM KULTURÁLIS KÖZPONT
Csörsz utca 18.
momkult.hu
06-1/319-9854/222-es mellék
06-70/908-4105
jegy@momkult.hu
Jegyvétel: momkult.jegy.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Válótársas – könnyed párkapcsolat-gazdagító előadás humorral és rögtönzéssel november 17-én 19.00. Az improvizációs előadás alapszituációit az est mediátorai – mediációs és kommunikációs szakemberek – írják, a megvalósuló jeleneteket a közreműködő színművészek alakítják ki. A Válótársas nem színdarab, és nem is pszichológiaóra, hanem egy szórakoztató színpadi produkció, amiben a magánéleti viszonyok hol sarkítottan, hol kifejezetten elnagyolva, de a lényegre koncentráltan jelennek meg. A motivációs, ötletadó, szórakoztató est feldolgozza a párkapcsolati helyzeteket (félreértéseket, konfliktusokat, a harmóniát megzavaró, kimondott és ki nem mondott ellentéteket), problémákat, örömöket, valamint megoldási javaslatokat is bemutat.

Éjszaka a lokálban – koncert november 18-án 19.30. Az MVM Classic & Club sorozat koncertje több szempontból is különlegességnek számít: a sztárfellépőket így együtt, ebben a formációban sohasem láthatta még a közönség, és az egyedülálló stíluskeveredésnek köszönhetően igazi újdonságra is számíthat a hallgatóság: ismerős dallamok egészen merész, új köntösben hangoznak majd el. A Gypsy Jazz Band 2018 óta különleges színfoltja a magyar kulturális életnek. Kárpáti Róbert gitárművész vezetésével és a világhírű Roby Lakatos mentorálásával a zenekar mára a jazz manouche műfaj egyik leghitelesebb és legkiemelkedőbb képviselőjévé vált. Koncertjeit kivételes zenei színvonal, fergeteges hangulat, sokszínű repertoár jellemzi. A felejthetetlen élményt Roby Lakatos virtuóz hegedűjátékán túl – a zenekarhoz csatlakozva – ezúttal olyan művészek biztosítják, mint Szakcsi Lakatos Róbert, Myriam Lakatos, Pintér Tibor és az est kiemelt szólistája, Szulák Andrea.

Páratlan párok (4. szezon). Bernstein és Reagan – előadás november 19-én 19.00. Bősze Ádám és László Ferenc előadás-sorozatának estéin hajdani kortársak kerülnek egymás mellé: egy nagy zeneszerző és egy koronás fő vagy jeles államférfi. Csupa olyan kiemelkedő személyiség tehát, aki meghatározója és főszereplője volt a maga korának a művészet világában, illetve a politika- és hadtörténet közegében. Kézenfekvő, vagy épp meglepő párosítások, amelyek láttán rendre felmerülhet bennünk a kérdés: voltaképpen melyikük élt a másik korában? Szerelmek, viszályok és betegségek, sikerek és kudarcok – a fejedelmi udvarokban és a koncerttermekben, a Towerben és az operaszínpadokon.

Egy életem: Thuróczy Szabolcs – életrajzi stand up est november 21-én 19.00. Thuróczy Szabolcs az egyik legnépszerűbb magyar színész. Rengeteg filmben (Tiszta szívvel, Larry, Drakulics elvtárs, Koccanás), sorozatban (Aranyélet, Társas játék, Besúgó), színházi előadásban (Pintér Béla Társulat) láthattuk. Minden figurából képes izgalmas, összetett karaktert felépíteni. Pedig nem is színésznek tanult, soha nem felvételizett a Színművészeti Főiskolára. A tirpák Robert De Niro – színész barátai csak így hívják. És a jó poénoknak mindig van alapja. A nyírségi fiú eleinte focistának készült, a Nyíregyházi Spartacus középpályása volt 18 éves koráig, ami után megszólította őt a művészet. Szülői nyomásra elvégezte a jogi egyetemet, de közben Gaál Erzsébet és Zsótér Sándor előadásaiban szerepelve átesett a színpadi tűzkeresztségen, majd beindult vele az élet: jöttek a felkérések, a filmek, a kihívások. Önéletrajzi estjében pályájáról, magánéletéről, legbensőbb mozgatórugóiról mesél.

Rumini Ferrit-szigeten – zenés mesejáték november 24-én 10.00 és 14.00. A tengerész-kalandregényekből jól ismert Rumini és társai ismét nagy bajba keverednek. A színpadra írt történetben Ferrit-sziget gonosz úrnőjének életveszélyes kelepcéje várja őket, ahonnan csak fortélyok, leleményesség és önfeláldozó bátorság révén lehet szabadulni. Az előadás megtekintése négyéves kortól ajánlott.

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

Egy rózsaszál szebben beszél… – felolvasószínház november 16-án 11.00. A János vitéz című daljáték születésének 120. évfordulójára színpadra alkalmazta: Máthé Zsolt, Bókay János írása alapján. Szereplők: Zsigmond Emőke, Mátyássy Bence, Máthé Zsolt. Jegyár: 2500 Ft.

Országos Rajzfilmünnep november 16-án. Ingyenes rajzfilmvetítések. 16.00 Szaffi (1985). 17.00 János vitéz (1973). 19.00 MOME Anim diplomafilmek (2022–2023).

Kovács Judit: Icinke-Picinke tündér november 17-én 10.30 (Bábszínházi vasárnapok a Lóvasúton). Készült: Fésűs Éva Tündérmese című írása alapján. Szereplők: Bánky Eszter, Kovács Judit. Jegyár: 2000 Ft (3 éves kor alatt ingyenes).

Haydnnal Bécsben – Bősze Ádám előadásai. November 18. 19.00 2. rész: Haydnnal az operában. December 9. 19.00 3. rész: Haydnnal a hivatalban. Jegyár: 3500 Ft. Jegyek online a Haydneum honlapján vagy személyesen a Zeneakadémia jegypénztárában vásárolhatók.

OMNIBUS-koncert november 23-án 17.00–18.00. Zene komolyan mindenkinek! Házimuzsika-koncert az egész családnak, zenepedagógusok közreműködésével. Jegyár: egyéni jegy 2200 Ft, családi jegy 5500 Ft (3 éves kor alatt ingyenes). További információ: lovasut.hu.

Izgő-mozgó hangerdő – az Öröm-Hang-Ár zeneműhely zenepedagógiai foglalkozása 0–3 éves gyerekeknek és szüleiknek november 24-én 9.30–10.15. Jegyár: 1300 Ft. További információ: lovasut.hu.

Ecc, pecc! – Ki lehetsz? – az Öröm-Hang-Ár zeneműhely zenepedagógiai foglalkozása 3–6 éves gyerekeknek és szüleiknek november 24-én 10.30–11.15. Jegyár: 1300 Ft. További információ: lovasut.hu.

Winter songs – Eklekta – filmhatás december 7-én 19.00–20.30. A 14 tagú Eklekta Énekegyüttes varázslatos karácsonyi koncertje Ola Geijlo zenéjével. További információ: lovasut.hu.

Meseerdő Bábszínház: A legszebb karácsonyfa december 15-én 10.30 (Bábszínházi vasárnapok a Lóvasúton – zárás). Hagyományos, paravános bábszínházi előadás kesztyűbábokkal. Előadja: Papp Ágnes. Jegyár: 2000 Ft/fő (3 év alatt ingyenes).

Az Oriolus kórus koncertje december 15-én 19.00. Egyházi, világi és karácsonyi művek, a kórus tizenhat éves fennállásának kedvenceiből válogatva. Karnagy: Weiszburg Zsuzsanna és Mészáros Péter. A belépés ingyenes.

Ringató-foglalkozás szerdán 10.00. Zenés foglalkozás 3 év alatti gyerekeknek és szüleiknek, nagyszüleiknek. Jegyvásárlás: lovasut.jegy.hu.

Szenior Örömtánc csütörtökön 11.00 (kivéve: november 21.). Mozgás, öröm és agytorna az 50 év feletti korosztálynak Tóth Krisztina Apollónia vezetésével. Jegyvásárlás a helyszínen.

Fitdance Barta Sylviával hétfőn 8.30. Zene és tánc! Információ: 06-30/625-6065.

BARABÁS VILLA
Városmajor utca 44.
barabasvilla.hu
info@barabasvilla.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Barabás Villa Galéria

A Galéria 12 Egyesület alkotóművész tagjainak 15 éves jubileumi kiállítása megtekinthető: december 12-ig, hétfőn és szerdán 9.00–19.00, kedden és csütörtökön 9.00–17.00, valamint a meghirdetett programok idejében. Pénteken és szombaton zárva! A programot a Nemzeti Kulturális Alap támogatja. *(Cikkünk a kiállításról: 1. oldal. Beszélgetés Borza Terézzel, a Galéria 12 Egyesület elnökével: 9. oldal.)*

Barabás Villa Rendezvényterem

Little G Weevil Trio – koncert december 5-én 19.30–21.15. Little G Weevil énekes, gitáros, zeneszerző, szövegíró és producer, többszörös nemzetközi díjnyertes, a Memphisben megrendezett International Blues Challenge győztese, az USA Blues Music Award díj jelöltje tizennégy évig élt az Egyesült Államokban és Angliában. Eddigi karrierje során 9 nagylemeze jelent meg, 20 országban több mint 2000 koncertet adott. Az amerikai Vizztone Label Group gondozásában napvilágot látó, Moving című albumát a kultikus angol Mojo zenei magazin a 2013-as év három legjobb blueslemeze közé rangsorolta. Legutóbbi, 2023-ban megjelenő, If I May… című lemeze az első helyen szerepelt a Roots Music Report amerikai független szervezet globális rádiólejátszási slágerlistáján. Az ezen az albumon szereplő, szintén világszínvonalú előadóművészek, Pengő Csaba (nagybőgő) és K. C. Brown (szájharmonika) közreműködésével a mostani koncerten Little G Weevil a saját szerzeményei és kedvenc bluesklasszikusai közül válogat a tőle megszokott, közvetlen, energikus, történetmesélős stílusban. Belépődíj: 3000 Ft. Jegyek a barabasvilla.jegy.hu oldalon és a MOMkult pénztárában válthatók. A helyszínen kizárólag az előadás előtt, korlátozott számban, készpénzért kaphatók. Információ: info@barabasvilla.hu, +36-70/615-1745.

Barabás Villa Rendezvényterem – állandó programok

Zumba Gold hétfőn 11.00–12.00.

Grace balett hétfőn 16.00–20.00 és szerdán 16.00–19.00.

Meridiántorna szerdán 9.30–10.30.

Salsa – kezdő és haladó szerdán 19.00–21.00.

Hollós út 5.
06-1/395-8284
jokaiklub.hu
Jegyvétel: jokaiklub.jegy.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Svábhegyi Adok-Veszek november 16-án 13.00–16.00. Az újrahasznosítás jegyében elsősorban jó állapotú könyveket és meleg ruhákat vihetnek árusító kedvű magánszemélyek. Regisztráció szükséges a jokaiklub@jokiaklub.hu e-mail-címen. Egy asztal díja: 1000 Ft. Vásárlóknak a belépés ingyenes! Az idei utolsó alkalom: december 7.

Nyugalom szigete – hagyományőrzés a 21. században – Minkné Fülöp Irma gobelinkiállítása. Az ókori időkig visszanyúló, különleges szőttestechnika, a gobelin a 19. századi Franciaországban nyerte el mai formáját, onnan indult hódító útjára. A precíz, apró, színes öltésekből összeálló szövött kép bizonyos szempontból a pointilista festészeti irányzat rokonának tekinthető, mindkét stílus lényege a finom absztrakció. Ez megköveteli az alkotótól, hogy

tisztán, pontosan lássa és adja vissza témái legbelső lényegét. Minkné Fülöp Irma alkotásai éppen ilyenek: kifinomult, érzékeny, mélybe látó ábrázolások. A kiállítás megtekinthető: november 17-ig, a Jókai Klub nyitvatartási idejében.

A Fény születése – adventi, zenés műsorral egybekötött festmény- és kegytárgy-kiállítás. Megnyitó: november 22. 18.30. A kiállításon megtekinthetők Szabó Sipos Barnabás Jászai Mari-díjas színművész és festőművész szakrális témájú festményei, az azokból készült kegyképek és egyéb adventi kegytárgyak a Szent Anna Mária Alapítvány alkotóitól. A zenés színpadi műsorban fellép: Szabó Sipos Barnabás, a Boangerész Együttes (az Országúti Ferencesek Plébánia zenészei), Vukovich Edit énekesnő, a Mátyás-templom szoprán szólistája és Takács Fülöp Gergely előadó. További program: adventi vásár a Fabula Manufaktúra kézműves ékszereiből. Belépődíj: 2500 Ft. Jegyek kaphatók a jokaiklub.hu weboldalon.

Babui Yoga Brunch december 1-jén 9.00–12.00. Előbb 60 perces gyakorlás, utána 30 percnyi hangfürdős relaxáció, majd bruncholás és beszélgetés a P7 Pizza&Cafében. Soksok egészséges finomság, gyömbér shot, limonádé, pezsgő! Regisztráció és további részletek: babuiyoga@gmail.com, 06-30/343-9965.

A Budapest Musical Tánciskola szerepelni, versenyezni vágyó 8–25 éves táncosokat vár táncóráira: hétfőn 16.30–19.00, szerdán 16.30–18.30 és pénteken 16.00–17.30. Oktató: Finta Gábor koreográfus, táncművész, táncpedagógus. További információ: musicaliskola.hu, 06-20/549-0893.

Szeniortorna kedden 11.00–12.00 és csütörtökön 11.00–12.00. Egészségre fel! Karbantartó, átmozgató torna időseknek, a kritikus izomcsoportokra, ízületekre fókuszálva. Vezeti: Fazekas Krisztina edző. A program nyugdíjasoknak ingyenes.

Lélektánc hétfőn 18.30–19.30. Érkezés minimum 15 perccel korábban! Egyszerű lépésekből álló, könnyed, légzéstechnikával kombinált nyújtómozdulatok, stresszoldás. Keresztény imákra hangolt, felemelő zenékre komponált, légies mozdulatokkal tarkított, nőiességfejlesztő tánckoreográfiák. Ajánlott: 12 éves kortól. Információ: lelektanc.tanfolyam@gmail.com.

Az élet szép! Hegyvidéki Nyugdíjasklub szerdán 10.30–12.00. Előadások, aktív egészségmegőrzés, izgalmas úti beszámolók, rendszeres kézműves foglalkozások, kvíz- és játékdélutánok. November 20. 10.30–12.00 Kultúrkalandok. A képzeletbeli túra a Budapest környékén lévő és akár egy hétvégi kirándulás keretében meglátogatható települések, Zsámbék, Szentendre, Gödöllő, Százhalombatta bejárásával indul, majd a főváros budai oldala, a középkori és újkori várnegyed, a Citadella, az ókori Aquincum következik. Előadó: Orbán Gábor. November 27. 10.30–12.00 Kvaterka kvízjáték: Gondolkodjunk együtt! A szellemi játékban a játékosok egyénileg vagy csapatban igyekeznek helyesen megválaszolni a kérdéseket. Agytornáztató, frissen tartó, vidám időtöltés. A foglalkozást tartja: Minkné Fülöp Irma. A programok a XII. kerületi nyugdíjasoknak ingyenesek, más kerületekből érkezőknek a részvétel díja: 1000 Ft/fő/alkalom. Regisztráció: jokaiklub@jokaiklub.hu, 06-1/395-8284.

NTC School Budapest (holland bölcsőde-óvoda) 20 hónapos és 4 éves kor közöttieknek kedden 8.30–14.30, pénteken 8.30–11.30. Holland tanmenet szerinti foglalkozások flamand és holland anyanyelvű családoknak. Vezeti: Bori Martina (06-30/241-2546, lesbories@t-online.hu).

Kung fu kedden és csütörtökön 17.00–19.00. A Leung Ting Wing Tsun Kung Fu tradicionális kínai harcművészet, az egyetlen, amit egy hölgy fejlesztett ki. A stílus lehetőséget ad egy gyengébbnek megvédenie magát erősebb támadójával szemben. Vezeti: Si-hing Tamás Péter (3. mesterfokozat). Telefonszám: 06-30/952-2444.

Csiri-biri torna csütörtökön 9.30–10.15. Az országos népszerűségnek örvendő Csiri-biri mozgásfejlesztő torna olyan 45 perces, irányított foglalkozás, dalokkal, mondókákkal, amin a gyermek a hétköznapitól eltérő mozgásformákkal ismerkedhet meg, amelyek fejlesztik a figyelmét, egyensúlyérzékét, nagy- és finommozgásait, koordinációs készségét, ritmusérzékét, zenei hallását és társas kapcsolatait. A 2005 óta országos népszerűségnek örvendő, védjeggyel szabadalmaztatott torna vidám, lendületes, mozgalmas, pergő ritmusú foglalkozás, amin a gyerekek gyerektársasághoz szokhatnak, bátrabbá, nyitottabbá, kezdeményezőbbé válhatnak. Mivel a tornafoglalkozások nem egymásra épülnek, év közben bármikor lehet csatlakozni. Előzetes jelentkezés nem szükséges. Bővebb információ: Országzky Ildikó, csiri-biri.hu, info@csiribiri.hu.

Művészi torna szombaton 9.30–11.30. Mozgáskoordináció- és ritmusérzék-fejlesztő gimnasztika Berczik Sára módszere alapján. Vezeti: Pataki Rita mozgáspedagógus. Telefonszám: 06-30/483-1897. E-mail-cím: patakiri@gmail.com.

Harmónia Táncklub – társastánctanfolyam vasárnap 13.00–19.30. Kezdő versenytánc, felnőtt-tánciskola. Vezeti: Székely Attila tánctanár. Információ: 06-30/952-9477. harmoniatancklub.hu.

Zumba felnőtteknek kedden és csütörtökön 20.00–21.00. Egyszerű, de eredeti és izgalmas latin mozdulatokkal, fülbemászó ritmusokkal. Vezeti: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató. Telefonszám: 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. Testébresztő, alakformáló pilates a tónusos izomzatért, a mozgékony ízületekért és a rugalmas, egészséges gerincért. Heti egészségmegőrző, alakformáló, preventív edzésprogram. Vezeti: Barta Sylvia aerobikedző 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. Vezeti: Barta Sylvia aerobikedző és FitDance-oktató. Telefonszám: 06-30/625-6065.

Kagami-ryu harcművészeti edzések szerdán 18.30–20.30. A szamurájkard 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, jokaiklubdojo.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 hathajóga-elemeket dinamikus erősítősorozatok 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 űzik ezt a sportot. Klubvezető: dr. Kis Géza (06-20/933-9665).

Jókai Nyugdíjasklub minden hónap első és harmadik csütörtökjén 14.30–16.30. Szabadtéri és beltéri programok, kultúra, egészségmegőrzés, vidám társaság, tartalmas előadások, színvonalas szórakozás, családias közösség. Havonta a harmadik csütörtökön zenés-táncos összejövetel. November 21-én Nádasdladányban a Nádasdy-kastélyt látogatják meg a klub tagjai. A csatlakozási szándékkal és a programokkal kapcsolatban Harsányi Hajnalka klubvezetőt lehet keresni a 06-20/971-4140-es telefonszámon.

HEGYVIDÉKI KULTURÁLIS SZALON

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, 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 tudja fogadni a szalon a látogatókat a rendezvényeken.

Családi délelőtt november 16-án. 10.00–12.00 Csicsergő kézműves foglalkozás. Jegyár: 800 Ft. 11.00–12.00 Hamupipőke. Jegyár: 2500 Ft (1 éves kor alatt a belépés ingyenes). Jegyek kaphatók a helyszínen és a kulturalisszalon.jegy.hu weboldalon. 12.15–12.45 Csicsergő táncház (ingyenes).

Országos Rajzfilmünnep. November 16. 15.00–16.20 Legendárium – Mesék Székelyföldről (2020, 78 perc, 6+). 17.00–18.46 Kojot négy lelke (2023, 106 perc, 12+). November 17. 10.00–11.10 Lengemesék – rajzfilmsorozat (2017, 69 perc, korhatár nélkül). 11.30–12.40 Lúdas Matyi – rajzfilm (1977, 70 perc, korhatár nélkül). 15.00–16.40 Cigánymesék – rajzfilmsorozat (2020, 98 perc, 12+). 17.00–18.50 Toldi – rajzfilm (2022, 108 perc, 12+). 19.00–20.20 A 20. BuSho Rövidfilm Fesztivál nemzetközi animációs válogatása (2023, 80 perc, 18+). A filmek közötti szünetekben a szervezők közös teázásra várnak mindenkit.

Gyászfeldolgozó csoport november 19-én 10.30. A Napfogyatkozás Egyesülettel közösen gyászfeldolgozó csoport működik, kéthetente keddenként találkoznak a tagok. A tíz alkalomból az első kettő nyitott (a november 19-i a második program), a harmadiktól pedig zárt csoporttá válik. A második alkalom díját a helyszínen vagy a kulturalisszalon.jegy.hu weboldalon lehet kifizetni. Jegyár: 2500 Ft. Hegyvidék kártya felmutatásával kerületi kedvezmény: 2000 Ft. A további nyolc alkalomra két részletben is lehet jegyet vásárolni, december 3-án és február 4-én; aki pedig egyben fizeti ki a nyolc alkalmat, annak egyet ajándékba adnak a szervezők. A férőhelyek száma limitált, ezért a helyek betöltése jelentkezési sorrendben történik.

MOM Nyugdíjasok klubja november 19-én 13.00. Információ: Berán Antalné Viki, 06-30/522-2095.

Önképzőkör – könyvképzőkör november 19-én 16.00. India sokak álma, kevesek kincse. Mesélő: Halmos Antal. Háziasszony: Wolf Magda. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidék kártyával és regisztrációval a belépés díjtalan. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

„5000 éves egészség" klub, a regeneráció filozófiája november 19-én 16.00. A belépés díjtalan.

Hegyvidéki Trianon Társaság programja november 19-én 18.00. Verset mond: Kovács Flórián diák. Kucsera János, a Pro Cultura Hungarica és Teleki Pál-díjjal kitüntetett, a Bajorországban, Münchenben jegyzett Széchenyi Kör elnöke: Tíz évszázad magyar emlékei Bajorországban – vetített képes (videó-)előadás és könyvbemutató. A szerző kérésre a könyvét dedikálja. Műsorvezető: Szőnyi Kinga, a Magyar Asszonyok Érdekszövetségének elnöke. A rendezvény szerkesztője: dr. Galla János. A belépés díjtalan.

Vad horgolók klubja november 20-án 10.00. A klub tagjai kezdőket és haladókat egyaránt szívesen fogadnak a hetente tartott találkozóikon, horgolási fortélyokra tanítják az érdeklődőket. Klubvezető: Lepenyéné László Teréz önkéntes.

Hegyvidékiek Egészségiskolája. November 20. 14.30 A fizikai aktivitás szerepe egészségünk megőrzésében. Előadó: Balogh Borbála egészségfejlesztő. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidék kártyával és regisztrációval a belépés díjtalan. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

„Kötve hiszem" – Tibély Orsolya első verseskötetének bemutatója november 20-án 18.00. Közreműködik: Wölfl-Molnár Eszter. A belépés díjtalan.

Magyar Rákellenes Liga Segítő Szolgálata programja november 21-én 13.30. Aggodalmaink a filmvásznon. Előadó: Osztényi Dóra pszichológus. A részvétel regisztrációhoz kötött. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

Kíváncsi Kata: Édenkert – előadás november 21-én 14.30. Az Édenkert létezésében, ahol minden tökéletes, a kezdetektől hitt az emberiség. Számos kutató indult útra, hogy megtalálja, hol volt ez a hely. Vajon milyen eredménnyel jártak kutatásaik? Előadó: Nagy Katalin. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidék kártyával és regisztrációval a belépés ingyenes. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

Ladakh, a magas hágók országa – Radics Tamás, Rada geológus, túravezető előadása november 21-én 18.00. Jegyár: 1000 Ft. Jegyek kaphatók a szalonban és a kulturalisszalon.jegy.hu weboldalon.

Bordó krizantém. Veronique Perrard-Monzini és Nagy Katalin Matild képeiből rendez kiállítást a Soroptimist International Budapest Corvinus Club a nők elleni bántalmazás megszüntetésének jegyében, a nemzetközi „Orange the World" kampány részeként. November 22. 18.00 Online bántalmazás – kerekasztal-beszélgetés. Részt vevő szakértők: dr. Kapi Anikó jogász, Urbán Anikó újságíró, Pesthy Anna BOE-szekcióvezető. Kiállításszárás: november 22-én, a kerekasztal-beszélgetés után. Közreműködik: Szives Márton Gábor ütőhangszeres előadóművész és Nagy Katalin Matild képzőművész. A kiállítás megtekinthető: november 22-ig, a programok függvényében.

Cziffra György Fesztivál. November 23. 18.00 A muzsikusnak dalból van a lelke… Az Országos Bárzongorista Verseny résztvevői koncertsorozatának következő alkalma. Közreműködik: Gazsi Norbert. Házigazda: Menyhárt Éva. Jegyár: 2000 Ft, Hegyvidék kártyával 1500 Ft. A jegy megvásárlásával mindenki vendég egy koccintásra. Jegyek kaphatók a szalonban és a kulturalisszalon.jegy.hu weboldalon.

Szabadpolc november 25-én 10.00–15.00. Régi, megunt, esetleg több példányban meglévő könyveket lehet cserélni a Szabadpolcon megtalálható kötetekre. A szépirodalmi vagy ismeretterjesztő, jó állapotban lévő, becserélhető könyvek száma maximum 10 darab.

Memóriaklub november 25-én 14.30. A klub tagjai a memória karbantartása érdekében rejtvényeket, logikai feladványokat, teszteket oldanak meg, információkat cserélnek a mentális tréning témakörében, a napi teendőket tudatosítva a táplálkozás, a fizikai aktivitás, a stresszmentesítés, az egészségkontroll és a szellemi tréning területén. A foglalkozást vezeti: Fige Gergely idősügyi szakmai vezető. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidék kártyával és regisztrációval a belépés díjtalan. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

„Szívbajok ellen, kisasszony, szedjen tangót" – a tánctanfolyam harmadik alkalma november 25-én 15.00. Rehabilitációs foglalkozás nyugdíjasoknak az argentin tangó segítségével. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidék kártyával ingyenes. Foglalkozásvezető: Bartha Kat táncpedagógus. A foglalkozásra váltócipőt vinni kell!

Szupernagyi Népdalkör találkozója november 26-án 13.00. Alapító: Karcagi Gyuláné. A foglalkozást vezeti: Kovács Kati. Énektanár: Bucsai Anikó. Csatlakozási lehetőség a helyszínen.

Irodalomi szalon. November 26. 18.00 Műfordítás? – műferdítés? Előadó: Tamáska Jánosné magyartanár. Közreműködik: Hutter Franciska. Zene és technika: Tamáska János. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidék kártyával és regisztrációval a belépés díjtalan. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

Szalonegyetem. November 27. 14.30 Az Anna-réti engesztelő kápolna. Előadó: dr. Salamin András kutató. Jegyár: 1000 Ft. Hegyvidék kártyával és regisztrációval a belépés díjtalan. Regisztráció nélkül a férőhelyek függvényében látogatható.

Jókai növény- és kertbarátkör. November 27. 16.00 Kert- és növénytéliesítések takarással, tárolásokkal; adventi készítmények. A kör vezetője: Ónodi Szabó Sándor nyugdíjas kertész-oktató. A belépés díjtalan.

Képzelet és valóság – Eifert János Balogh Rudolf-díjas fotóművész kiállításának megnyitója november 28-án 18.00. Megnyitja: dr. Kuttner Ádám PhD kutató, kultúramenedzser. Közreműködik: Csorba Károly fotóművész (APS Stúdió). A kiállítás megtekinthető: 2025. január 6-ig, a programok függvényében.

(Folytatás a 12. oldalon)

(Folytatás az 11. oldalról)

MOM-208 és Hegyvidéki Bélyeggyűjtők Klubja november 29-én 13.00.

Hangok szárnyán a Föld körül. November 29. 18.00 San Francisco utcáin – Götz Nándor szaxofonművész műsora. Közreműködik: Götz Blanka (ütőhangszereken). Jegyár: 2500 Ft, Hegyvidék kártyával 2000 Ft. Jegyek kaphatók a szalonban és a kulturalisszalon.jegy.hu weboldalon.

Állandó programok

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

Meridiántorna hétfőn 10.00. Vezeti: Haide Éva. Részvételi díj: 500 Ft/alkalom. Hegyvidék kártyával ingyenes.

Körtánc hétfőn 10.00–11.00. Vezeti: Istenes Emília. Részvételi díj: 1000 Ft, Hegyvidék kártyával 500 Ft.

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

Hatha-jóga kedden 8.30. Vezeti: Ott Cecília. Információ: 06-20/917-8127, ott.cecilia@gmail.com. Részvételi díj: 2500 Ft/alkalom.

Székes jóga kedden 10.00. Vezeti: Ott Cecília. Információ: 06-20/917-8127, ott.cecilia@gmail.com. Részvételi díj: 2500 Ft/alkalom.

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

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

Gerinctorna szerdán 9.30. Vezeti: Glatz Zsuzsa. Információ: 06-30/295-1833, glatzzsuzsa@gmail.com. Részvételi díj: 1800 Ft/alkalom.

Meridiántorna szerdán 10.00. Vezeti: Pál Szabó Gabi. Részvételi díj: 500 Ft/alkalom. Hegyvidék kártyával ingyenes.

Egyiptomi hastánc szerdán 18.30. Vezeti: Rezes Molnár Eszter. Információ: erezesmolnar@gmail.com, 06-20/944-9799.

Kerekítő baba-mama foglalkozások. Kerekítő Mondókázó 3 éves korig csütörtökön 9.15 és 10.00. Részvételi díj: 2800 Ft/alkalom/család, 12 500 Ft/5 alkalom/család. Kerekítő Manó Torna 1–4 éveseknek pénteken 10.45. Részvételi díj: 2800 Ft/alkalom, 12 500 Ft/5 alkalom/család. A foglalkozások középpontjában az ölbeli játékok állnak, ami a bizalom, az érintések és az önfeledt összenevetések ideje. A kapcsolódás művészete. Nagymamáink játéktára időtálló, a mai családok is örömmel merítenek belőle. Foglalkozásvezető: Dóczi-Gyumbier Tímea. Bejelentkezés: kerekito.hu.

Tarokk – játék és elemzés csütörtökön 15.00–17.00 A klubot vezeti: dr. Török László, a Tarokk – Az együttműködés és a versengés nemes játéka című könyv írója. Jegyár: 3000 forint/alkalom, Hegyvidék kártyával 2000 forint/alkalom. Jegyek kaphatók a helyszínen és a kulturalisszalon.jegy.hu weboldalon.

Nia csütörtökön 19.00. Vezeti: Bodor Virág. Információ: 06-20/946-9171, bodor.virag@gmail.com. Részvételi díj: 2800 Ft/alkalom.

Meridiántorna pénteken 9.15. Vezeti: Bessenyey Johanna. Részvételi díj: 500 Ft/alkalom. Hegyvidék kártyával ingyenes.

Nyugdíjastorna pénteken 10.00. Vezeti: Balázs Mari. Részvételi díj: 1000 Ft/alkalom, Hegyvidék kártyával 500 Ft/alkalom.

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

Szabadtéri mozgásformák

Monspart Sarolta által alapított gyaloglóklub kedden 9.00. Normafa (november 19.): találkozó a Normafa Park Látogatóközpontnál. Margitsziget (november 26.): találkozó a Margitsziget Atlétikai Centrumnál. 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.

Nordic klub csütörtökön 9.30. Helyszín: Gesztenyés kert. Vezeti: Mészáros Lászlóné Vali. Információ: 06-30/306-0760, meszaroslaszlone@t-online.hu. Találkozó: a Larus étterem előtti sétányon, az első padnál.

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

HEGYVIDÉK GALÉRIA
Királyhágó tér 10.
hegyvidekgaleria.hu
Jegyvétel:
hegyvidekgaleria.jegy.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Valóság határán – Regős István 70. – Regős István képzőművész kiállítása. A 70. életévét az idén betöltő Regős István a kelet-közép-európai művész pozíciójából szemléli a világot, alkotásain keresztül tárja elénk Kelet- és Nyugat-Európa értékeit és szellemiségét. A megjelenített tárgyak, motívumok szimbolikus jelentéssel bírnak, amelyek a művész szabad asszociációs képzettársításai révén sokszor egy abszurdba hajló világba vezetik a nézőt. A kiállítás megtekintése díjtalan. A legújabb festményei mellett a 80-as, 90-es és 2000-es évek egy-egy emblematikus művét is láthatja a közönség. A kiállítás megtekinthető: december 7-ig, keddtől péntekig 10.00–18.00, szombaton 10.00–14.00.

Nagy mesterek, életművek VI. – Michelangelo művészete november 15-én 18.30. Előadó: Gimesy Péter művészettörténész, filozófus. Részvételi díj: 1000 Ft, Hegyvidék kártyával 500 Ft. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu weboldalon és a Hegyvidék Galériában. Az eseményekre érkezéskor a Hegyvidék kártya felmutatása kötelező.

Gyűjtsd a kortárst! Beszélgetéssorozat műgyűjtőkkel II. November 21. 18.00 Kacsuk Péter informatikus kutató, az MTA doktora, a SZTAKI tudományos tanácsadója. A programsorozatban neves hazai műgyűjtőkkel és kollekciójukkal ismerkedhetnek meg az érdeklődők. A művészettörténészek által moderált beszélgetések során a résztvevők beleláthatnak abba, hogyan lesz valakiből műgyűjtő, illetve hogy ki miért, milyen gondolatok, motivációk és stratégiák mentén, valamint hogyan kezdett el képzőművészeti alkotásokat vásárolni, magángyűjteményt építeni. Felvetődnek a műtárgypiacot érintő kérdések, jelenségek is, szó lesz a többi között az árképzés sajátosságairól, az értékek, művészek hierarchiájáról és kánonjáról. A bemutatott gyűjteményeken keresztül a közönség képet kaphat a hazai kortárs művészeti szcéna uralkodó tendenciáiról és a hazai piac meghatározó képviselőiről. Dr. Kacsuk Péterrel Winkler Nóra műsorvezető, művészeti szakértő beszélget. A vendég tudatos gyűjteményépítése 2011-ben kezdődött, akkor még befektetési céllal. Mostanra azonban ez az aspektus eltűnt, a gyűjtés szenvedéllyé és életformává vált számára. Oktatóként részt vesz a Werk Akadémia és a Budapest Art Mentor oktatási programjában, ahol a műgyűjtést és az NFT jelenséget tanítja. Részvételi díj: 500 Ft, Hegyvidék kártyával 200 Ft. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu weboldalon és a Hegyvidék Galériában. Érkezéskor a Hegyvidék kártya felmutatása kötelező!

Internetesztétika. A kortárs művészet és a digitális technológia összefonódásai – művészettörténeti előadás november 28-án 18.00. Sárai Vanda kurátor, művészeti író és kutató egy rövid történeti és fogalmi bevezetéssel áttekintést nyújt a kortárs művészet és technológia összefonódásának stációiról, majd példákkal illusztrálva áttekinti az internetes művészet rövid történetét, a digitális kultúra legfőbb intézményeit és művészeti fesztiváljait is (pl. Ars Electronica, transmediale). Szót ejt a Szilícium-völgyet meghatározó szemlélet, a kaliforniai ideológia messze ható befolyásáról, de arról is, hogyan válhatott meghatározó szereplővé a korai net.art közösség számára Magyarország. Alkotói praxisok és műalkotások ismertetésével felvázolja a kortárs művészet és digitális kultúra területén megfigyelhető legmeghatározóbb kérdéseket: szóba kerül, hogyan formálja át a művészeti alkotás gyakorlatát és kommunikációját a közösségi média, valamint kell-e tartanunk attól, hogy a mesterséges intelligencia alkot majd a művészek helyett. Részvételi díj: 1000 Ft, Hegyvidék kártyával 500 Ft. Jegyek kaphatók a hegyvidekgaleria.jegy.hu weboldalon és a Hegyvidék Galériában. Az eseményekre érkezéskor a Hegyvidék Kártya felmutatása kötelező!

GALÉRIA 12 KÁVÉZÓ ÉS BORBÁR
Hajnóczy József utca 21.
galeria12.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

A természet képekben – Nagy Albert természetfotós kiállítása. Megtekinthető: november 30-ig, naponta 16.00–22.00 (szerdán és vasárnap zárva).

Zugligeti út 64.
foldvary.gergely@hegytortenet.hu
helytortenetigyujtemeny.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Fogaskerekű 150 – a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény és a Magyar Műszaki és Közlekedési Múzeum közös kiállítása. Megtekinthető: szerdától vasárnapig 10.00–18.00. A belépés díjtalan.

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

Varjas Antal, a cigányprímás – Szabó Menyhért vetítéses előadása november 21-én 15.00. A nyugalmazott, tunyogmatolcsi születésű könyvtáros a 20. század elején országos hírnévnek örvendő, mára azonban csak szűkebb pátriája számára ismert Varjas Antalra emlékezik, a komikus-kabaréművész, magyar dal- és nótaénekes, prímás-hegedűművész szövevényes, egyedülálló pályáját tárja fel az érdeklődőknek. A belépés díjtalan.

Mesekisasszony – válogatás Remsey-Sipos Ilma grafikáiból és bábjaiból. Kamarakiállítás-megnyitó: november 22. 16.00. A belépés díjtalan.

Fényből szőtt mesék – Szent Márton története november 23-án 10.00. A program elsősorban óvodáskorú gyerekeknek és szüleiknek kínál kellemes perceket egy-egy szombat délelőtt, amikor a mesék és a muzsika világában barangolhatnak. Közreműködik: Kecskés Karina színművész, drámapedagógus és Fehérváry Lilla előadóművész. Belépődíj: 1500 Ft (3 éves kor alatt ingyenes). Regisztráció szükséges a gidro.katalin@oszmi.hu e-mail-címen.

Villakoncert november 27-én 15.00. Közreműködik: Fenyvesi Gabriella Rea operaénekes (Fischer Annie-ösztöndíjas). Belépődíj: 1500 Ft.

Emlékezés a 100 éve született Kállai Ferencre november 29-én 16.00. Vendégek: Hámori Ildikó színművész, Hegedűs D. Géza színművész, Szinetár Miklós rendező. Belépődíj: 1500 Ft. Regisztráció szükséges a szebenyi.agnes@oszmi.hu e-mail-címen.

Kiállítások. A Kulisszák között (Az olvasópróbától a premierig), a „Szép ház, nagy park közepén…", a Magyar nyelvű színjátszás Petőfi korában 1823–1849, a Büchner a magyar színpadon (november 17-ig látható), valamint a Mesekisasszony – Válogatás Remsey-Sipos Ilma grafikáiból és bábjaiból (november 22-től 2025. január 31-ig látható) 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.

Művészetterápiás rekreációs csoport. A hétköznapi rohanásból megpihenve, különböző művészi technikákkal (például akvarell, pasztell, kollázs) dolgozva biztonságos, elfogadó légkörben haladnak a csoporttagok az önismeret útján. Közben azt is felfedezik, hogy mi történik a lelkünkben, miközben a tavaszból lassan nyár lesz. A következő időpont: november 21.

Ringató szerdán 10.00–10.30. A foglalkozásra 3 éves korig várják a szervezők a legkisebbeket és szüleiket. A résztvevők játszanak és ismerkednek egymással és a zenei hangokkal, a zene örömével. Énekelnek, ölbéli játékokat játszanak, rácsodálkoznak a hangszerek hangjára, és sokat mókáznak! Foglalkozásvezető: Lukoczky Csilla. Jelentkezés: csilla.lukoczky@gmail.com. Részvételi díj: 1800 Ft.

Tanulásmódszertani konzultáció csütörtökön 15.00–17.00. Tanulási elakadásokkal küzdő fiatalok és fiatal felnőttek részére heti rendszerességgel, felső tagozatos kortól. Olyan területeken nyújt támogatást, mint a tanulási önismeret, tanulási motivációk, képességek, stratégiák és technikák.

Menő-manó élménytorna csütörtökön 10.00–11.00. Játékos, mozgásos foglalkozás mondókákkal, énekekkel, ritmushangszerekkel, mozgásfejlesztő eszközökkel, ügyességi pályával, 1–3 éves korú gyerekeknek, szülői kísérettel.

MAKOVECZ KÖZPONT ÉS ARCHÍVUM
Városkúti út 2.
06-30/314-4879
office@makovecz.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

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

Táncház november 24-én 17.00–20.00. Császár Attila és zenekara, valamint Olasz György és barátai felváltva szolgáltatják a zenét ezeken az alkalmakon. Kezdőket, újrakezdőket és haladókat egyaránt szívesen látnak.

Makovecz Imre építészete a tanítványok szemével – az építészeti előadás-sorozat 2. évadának nyolcadik előadása november 25-én 18.00. Előadó: Kuli László, a Kós Károly Egyesülés diplomás vándorépítésze.

Mi változott ég és föld között? – Herczeg Ágnes tájépítész előadása november 27-én 18.00. Mi változott? Az ember természete. Az ember a természet része, és ma tömegek nincsenek ennek tudatában. A természettől elszakítva bezárkóznak egy mások által létrehozott virtuális, vagy önmaguk kreálta világba, és mély szakadékban érzik magukat, társtalanul, bármiféle felelősségtől, elköteleződéstől, identitástól, erkölcstől félve. A világ állandó változásában mindig is voltak válságok, most épp az individualizmus van abban. Így az egyén képes önmaga megoldani minden kérdést, ha önmaga és a világ megismerésére törekszik. És a természet tárt karokkal várja!

SZENT LÁSZLÓ KÖZÖSSÉGI HÁZ
Cédrus utca 2.
06-20/968-1034
bittagota@szentlaszlohaz.hu
sztlaszlohaz.hu
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Ránki Fülöp zongoraestje november 21-én 19.00. Amit a hegyen hallani – Csönd-zsák koncertek 17. Jegyek a helyszínen vásárolhatók vagy e-mailben igényelhetők a csondzsakkoncertek@gmail.com e-mail-címen 6000 Ft-os áron. Diákoknak, nyugdíjasoknak: 3000 Ft.

Gerinctorna Őry Eszterrel szerdán 9.15.

Kacsázzunk, libázzunk, lakomázzunk!

Nincs jobb az őszi kacsalakomáknál! Például a kacsa vöröskáposztával, ahogy Szindbád szándékozott megrendelni Vendelin pincértől Krúdy regényében. Egyben sütve, vagy mártásokkal, vagy gyümölcsökkel, vagy zöldségekkel, vagy bármiképpen, csak kacsapecsenye legyen így novemberben, Márton-nap környékén, a téli ünnepek előhírnökeként! Természetesen testvére, a liba is jöhet, aminek az elkészítése egy kicsit már nagyobb vállalkozás, mert ott a mája, a hája, a bőséges apróléka, a kiadós melle – de a pecsenyeélmény ugyanaz.

LIBAAPRÓLÉK-LEVES

Noha most kacsafogásokról van szó, levesnek mégis inkább a libaaprólékot válasszuk! Kiadósabb, mert a puha, csontokról leomló húst az illatos, könnyű levesben tálalhatjuk, vagy utána ecetes tormával, vagy valamilyen mártással és puha kenyérrel kínálhatjuk.

Hozzávalók (4 személyre):
2 libaszárny
2 libanyak
2 libazúza, esetleg farhát
1 csomó vegyes zöldség (sárgarépa, petrezselyemgyökér, egy-egy kisebb darabka zellergumó, karalábé)
3-4 gerezd fokhagyma
1 kisebb vöröshagyma
só, néhány szem fekete bors
egy-egy csipetnyi őrölt szegfűbors és majoránna
…a tálaláshoz:
10 dkg lúdgége tészta

A libahúst megmossuk, majd a bőrét lefejtjük (feldarabolva kisüthetjük töpörtyűnek), hogy a leves ne legyen túl zsíros. Fazékba rakjuk, és annyi vizet öntünk rá, amennyi bőven ellepi. Felforraljuk, a keletkező habját lekanalazzuk. Ezután kis lángon fél órán át főzzük.

Közben a vegyes zöldséget megtisztítjuk, hasábokra, illetve negyedekbe vágjuk, majd a fokhagymával és a héjas vöröshagymával együtt a leveshez adjuk. Megsózzuk, a borssal, a szegfűborssal és a majoránnával fűszerezzük, utána kis lángon, éppen csak gyöngyözve forralva puhára főzzük.

Eközben a tésztát sós vízben kifőzzük. A kész levest leszűrjük, végül a főtt zöldségekkel és a tésztával tálaljuk. (Természetesen nem kötelező tésztával tálalni.)

TEPSIBEN SÜLT KACSACOMB ÉS KACSAMELL

Az egészben sült, ropogós kacsa az igazi, de egyszerűbb és talán igazságosabb is, ha csak combokat veszünk, mert így mindenkinek azonos falat jut. Ráadásul nem kell a felvágással bajlódni, ami háziasszonyt próbáló faladat.

Hozzávalók (4 személyre):
4 kacsacomb
2 kacsamellfilé
só, őrölt bors

A húsokat a tolltokoktól megtisztogatjuk, a bőrüket rács alakban bevagdossuk. Sóval, borssal bedörzsöljük, majd a húsdarabokat a bőrös felükkel lefelé tepsibe fektetjük. Egy kevés vizet öntünk alájuk, és alufóliával befedjük, aztán 200 °C-os sütőben (légkeverésesben 180 °C) puhára pároljuk. A fóliát levesszük, és a húsokat megfordítjuk. A sütőbe visszatoljuk, és addig sütjük, amíg a bőre ropogós lesz. A combot egészben, a mellet ferde szeletekre vágva valamilyen illő őszi körettel tálaljuk.

A kacsa sütőben való elkészítéséhez sohasem kell külön zsiradék, hiszen az bőven van a madár bőre alatt, és a kiolvadót tálalás előtt le is kell önteni. A zöldfűszereket azért kell sütéskor a kacsa hasüregébe dugni, mert ha bőrére morzsolnánk, sütés közben megégne. Így viszont a bőr ropogós, piros lesz, és a húst átjárja a fűszerek aromája.

VÖRÖS KÁPOSZTA ALMÁVAL ÉS RETEKKEL

A vörös káposzta a gyönyörű, lilásvörös színe ellenére kevesebb A-vitamint tartalmaz, mint a fehér, ám 10 dkg csak 21 kalória, és annyi benne a C-vitamin, mint ugyanennyi narancsban. Rosttartalma óriási, és hajszálvékonyra gyalulva nyersen is fogyasztható. Ez a saláta fejenként mindössze 170 kalória.

Hozzávalók (4 személyre):
25 dkg vörös káposzta
1 citrom leve
1 evőkanál almaecet
só, őrölt bors
2 evőkanál olívaolaj
1 evőkanál méz
2 alma
12 dkg fehér retek
5 dkg dió és mogyoró

A káposztát megmossuk, és hajszálvékonyra szeleteljük. A citromlével és az almaecettel meglocsoljuk, majd megsózzuk, megborsozzuk. Az olívaolajat és a mézet ráöntjük, összekeverjük, majd állni hagyjuk, hogy az ízei összeérjenek. (Aki tart a nyers káposztától, néhány percig párolhatja is.) Az almákat – héjastól – a fehér retekkel együtt legyaluljuk, citromlével meglocsoljuk, és tálaláskor a káposzta köré halmozzuk. A diót és a mogyorót durvára törjük, és a salátát ezzel megszórjuk. Ha kissé meg is pirítjuk, még finomabb lesz.

GESZTENYÉS SÜTŐTÖKTORTA

Az édes sütőtök kiváló töltelék egy ilyen egyszerű tortába is, a sült gesztenye pedig nemcsak ízben, hanem megjelenésében is sokat emel rajta. Kész vajastésztából könnyedén elkészíthető, csak a gesztenye sütéséhez, hámozásához kell némi türelem.

Hozzávalók:
10 szem gesztenye
2 evőkanál kristálycukor
6 dkg sütőtök
30 dkg mélyhűtött, leveles vajastészta
…a forma kikenéséhez:
2 dkg vaj
1 evőkanál cukor
…a tészta nyújtásához:
liszt

A gesztenyeszemek csúcsos végét kereszt alakban bevágjuk, egy tepsiben, forró sütőben megsütjük, utána a héjukat lehántjuk. A cukrot karamellizáljuk, 2 evőkanál vízzel felengedjük, és a sült gesztenyéket beleforgatjuk. Egy 28 centi átmérőjű tortaformát kivajazunk, cukorral behintünk. A sütőtököt meghámozzuk, kimagozzuk, és hosszú, vékony szeletekre vágjuk. Ezeket a félbevágott gesztenyékkel váltakozva sugár alakban a formába fektetjük. A szobahőmérsékleten felengedett tésztát belisztezett deszkán akkorára nyújtjuk, hogy a kerek formára kényelmesen be lehessen teríteni és a széleihez nyomkodni. Egy villával megszurkáljuk, majd előmelegített, 220 °C-os sütőben (légkeverésesben 200 °C) megsütjük. Amikor elkészült, egy tálra borítjuk. Cikkekre vágva, tejszínhabbal tálaljuk.

Különleges pecsenyeköretek

A kacsapecsenye mellé a hagyományos párolt káposzta helyett valamilyen színében, ízében, formájában más köretet is kínálhatunk. A megszokott zöldségek – sárgarépa, zeller, póréhagyma – mellett a sütőtök, a gesztenye, a birsalma is illik hozzá. Mindegyiknek most kezdődik a szezonja, és egész télen tart.

❶ **Zöldségágy pecsenye alá.** Egy lehéjazott lila hagymát cikkekre, 1 megmosott póréhagymát, 4 megtisztított sárgarépát, 2 petrezselyemgyökeret és 1 zellert kisujjnyi ferde darabokra vágunk, és összekeverjük. Egy nagyobb tepsi aljára szórjuk, az előkészített kacsát ráültetjük, és együtt megsütjük.

Szalonnás kelbimbó. 40 deka kelbimbót 1 percre lobogva forró, enyhén sós vízbe dobunk, majd leszűrjük, és lecsepegtetjük. 5 deka apró kockákra vágott húsos szalonna zsírját kisütjük, ha sok, egy részét leszűrjük, a kelbimbót a megpirult szalonnapörcre dobjuk. Őrölt borssal és felaprított petrezselyemmel fűszerezzük.

Fűszeres sütőtök. A tököt egy centis kockákra vágjuk, majd 1 evőkanál vajon egy kevés fehérborral roppanósra pároljuk. Megsózzuk, megborsozzuk, apróra vágott zsályával és petrezselyemmel meghintjük.

Karamellás gesztenye. 40 deka gesztenyét a csúcsosabb felén kereszt alakban bevágunk, és egy tepsibe szórva megsütjük. Megtisztítjuk, azaz a héját eltávolítjuk, a szemeket pedig 2 evőkanál karamellizált mézbe forgatjuk.

❷ **Birsalmás ananász.** Két birsalmát, 50 deka sütőtököt, 1 kisebb ananászt és 1 narancsot meghámozunk, a húsukat féltenyérnyi darabokra vágjuk. Amikor a fólia alatt sülő kacsáról a borítást levesszük, a gyümölcsöt köré szórjuk, majd így sütjük tovább. Mire a kacsa ropogós lesz, a gyümölcsök is megsülnek.

❸ **Párolt aszalt gyümölcs.** 30-40 deka vegyes aszalt gyümölcsöt 1-2 órára száraz fehérborba áztatunk. Ezután a fólia alatt félig sült kacsa mellé szórjuk a tepsibe, és a bort ráöntjük. A kacsával együtt sütjük tovább, majd a gyümölcsöt a hús mellé tálaljuk.

(pákozdi)

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

SZOLGÁLTATÁS

ABLAK, AJTÓ, REDŐNY

REDŐNY-, reluxa-, harmonikaajtó-, szalagfüggöny-, napellenző-, szúnyogháló-, 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, mázolást, tapétázást, csempézést, gipszkartonozást, szőnyegpadlózást, víz-, villanyszerelést, nagytakarítást, parkettázást, favágást, ács–alpinista-, kőművesmunkát vállal. delakft2011@gmail.com, 06-20/998-2369.

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

ASZTALOSMUNKÁK/ KÁRPITOSMUNKÁK

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

IKEA típusú könyvszekrények, konyhabútorok, beépített szekrények, irodabútorok méretre gyártása legolcsóbban. Például könyvszekrény: 228x80x28 cm, 15 800 Ft. Igényes munka, rövid határidő. 06-30/368-1354.

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

ELTARTÁS, GONDOZÁS, ÉLETJÁRADÉK

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

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

ÉLETJÁRADÉKOT, ELTARTÁSI szerződést, haszonélvezettel terhelt ingatlant, akár bármilyen tulaji hányadot vásárlok. 06-20/989-6166.

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

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

APRÓHIRDETÉS Guru www.AprohirdetesGuru.hu

KÖZÉPKORÚ, LEINFORMÁLHATÓ vállalkozó életjáradéki szerződést kötne idős úrral, hölggyel. Minden megoldás érdekel: 06-70/777-7005.

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

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

JELENLEG KÜLFÖLDÖN DOLGOZÓ, leinformálható, értelmiségi édesanya életjáradéki szerződést kötne közjegyző előtt ingatlannal rendelkező idősszel. 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 haszonélvezettel. Kérem, hívjon bizalommal! Ürmössy Barbara, 06-30/311-6923.

IDŐSGONDOZÁST VÁLLAL fiatal, becsületes 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, hölggyel életjáradéki szerződést, ápolással, mindenféle házimunkával. 06-30/718-3767.

TAPASZTALATTAL RENDELKEZŐ szakápoló idősgondozást vállal 24 órában, kétheti váltásban. Telefonszám: 06-30/229-3879.

HÁZTARTÁSI GÉPEK, ELEKTRONIKA

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

HŰTŐGÉPJAVÍTÁS! Lehel, Zanussi, Gorenje, Whirpool és Electrolux hűtők szakszervize. Kiszállás 3 órán belül! Hétvégén 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@prodive.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 MUNKÁT! Akár magán-, akár társasház kertjéről van szó, mi vállaljuk annak ápolását és fenntartási munkáját! Alkalmi, illetve folyamatos rendszereséggel egyaránt. Tel.: 06-20/596-4606.

KERTÁPOLÁST, KERTÉPÍTÉST, öntözőrendszer telepítését vállalja mezőgazdasági mérnök. Tel.: 06-70/526-9535.

APRÓHIRDETÉS Guru www.AprohirdetesGuru.hu

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

ŐSZI KERTI MUNKÁK, kertgondozás, kertfenntartás: 06-30/567-4655.

KŐMŰVESMUNKÁK

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

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

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

LAKÁSSZERVIZ

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

LAKÁSFELÚJÍTÁS, SZOBAFESTÉS, tapétázás, parkettázás, csempézés, vízszerelés, villanyszerelés, 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, duguláselhárítás. Minőség, garancia! 06-70/250-9132.

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

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

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

LAKÁSFELÚJÍTÁST VÁLLALOK, kisebb-nagyobb munkákat. Minőségi munka megfizethető áron! Vállalkozásom szolgáltatáskörei: generálkivitelezés, burkolás, bontás, zsaluzás, kőműves-munka, szigetelés, festés, benti munka. Hívjon bizalommal, és levesszük a terhet válláról. Tel.: 06-70/601-0580.

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

ÁCS-, TETŐFEDŐ, bádogos munkák kivitelezése magas minőségben, szakértelemmel. Úgy dolgozunk, mintha a sajátunkét valósítanánk meg. Lelkiismeretesen, 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.barkacsolas.hu weblapon. Tel.: 06-30/235-6058.

FESTÉST, MÁZOLÁST, burkolást vállalok, nyugdíjasoknak kedvezménnyel. Bútormozgatással, takarítással. Tel.: 06-30/422-1739, 06-30/691-9424.

LAKÁSFELÚJÍTÁST VÁLLALOK: festést-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 elleni szigetelése bádogos munkákkal együtt, garanciával, referenciával. Zsindelytetők javítása és készítése. 06-20/471-1870.

ALPINISTA munkák: homlokzatfelújítás, lefolyó és ereszcsatornák 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, mázolást, tapétázást, lépcsőház- és homlokzatfestést, számlával, garanciával. 06-30/609-4294.

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

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

ÁCS-, KŐMŰVESMUNKÁT, tetőfelújítást, kisebb munkálatokat, beázásmegszüntetést vállalunk. Ingyenes felmérés. 06-30/472-5475.

REDŐNYÖK, SZÚNYOGHÁLÓK 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 fugatisztítást, 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, teraszok, garázsok építése. Lindab cserepeslemez akciós áron. Ingyenes felmérés: 06-30/866-3897.

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

ÁCS, TETŐFEDŐ, BÁDOGOS MUNKÁK, régi, új tető készítése, palatetők javítása. Beázás megszüntetése. Generálkivitelezés. 06-30/656-8107.

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

TETŐDOKTOR! Régi, hajlott tetők javítása, cseréje, beázáselhárítás, bádogozás, Lindab tető, új tető cserepezése, kisebb javítások, SOS munkák: 06-20/952-2327.

TAKARÍTÁS

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

FIATAL, LENDÜLETES, LELKIISMERETES, precíz diákok takarítást vállalnak. Keressen bizalommal minket: 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.

POLGÁRI, KÉTGYEREKES család hosszú távra bejárónőt keres a XII. kerületben. Feladatok: takarítás, mosás, rendrakás. Heti fix két nap. Elvárás: tapasztalat, referencia. Tel.: 06-30/991-5000.

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

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

TÁRSASHÁZAK

12 ÉVES MÚLTTAL megbízható közös képviselet korrekt áron társasházkezelést vállal Budapesten. Tel.: 06-20/522-5454. prominens.tarsashaz@gmail.com

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

TÁRSASHÁZI LÉPCSŐHÁZAK TAKARÍTÁSÁT, télen hólapátolását vállaljuk 20 000 Ft/hó díjtól. Érdeklődés K–Sz–Cs: 06-1/605-5000 vagy www.petpek.hu.

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

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

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

VÍZ, GÁZ, VILLANY, FŰTÉS

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

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

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

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

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

VILLANYSZERELÉS 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, gázmelegítők javítása. Engedéllyel: G/80604. Tel.: 06-30/443-2031.

GÁZKÉSZÜLÉKEK, KONVEKTOROK, vízmelegítők javítása, karbantartása, műszeres vizsgálattal. Tamási Zoltán, 06-20/965-4621.

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

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

BUDAI GYORSSZERVIZ. FÉG gázkészülékek, cirkó, kombi cirkó javítása. Víz-, fűtésszerelés. Duguláselhárítás. Tel.: 06-70/248-9981, 06-70/258-6510. Hétvégén is.

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

APRÓHIRDETÉS Guru www.AprohirdetesGuru.hu

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

DUGULÁSELHÁRÍTÁS, lefolyók, szifonok, mosdók, kádak, tisztítása. Vízszerelés. Tel.: 06-30/282-5677.

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

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

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

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

VILLANYSZERELÉS AZONNAL! Hibaelhárítástól a teljes felújításig. Petrás József villanyszerelő 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. Cégnév: Magyarország Teher Kft., www.magyarorszagteher.hu. Tel.: 06-20/393-6008.

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

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

LAKÁS/INGATLAN/BÉRLEMÉNY

„BUDAVÁR '89" Ingatlanközvetítő Magániroda! 06-1/201-7719, Zwillinger.

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

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

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

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

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

NAPFÉNYES, 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 INGATLANÁBAN élete végéig, és részesüljön havi fix életjáradéki juttatásban! 06-70/622-0123.

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 FELÚJÍTANDÓ 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.

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

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

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 középiskolás 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. Házhoz 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, ÉRETTSÉGIRE felkészítés háznál. 06-20/573-2581.

ANGOL–NÉMET KORREPETÁLÁST vállal hétvégén gimnazista diák A1-A2-es szinten (3000 Ft/45 perc); 06-30/128-9331.

FELZÁRKÓZTATÓ MATEK világosan és érthetően hatodikos, hetedikes gyerekeknek 4-5 fős kis csoportban, a Bécsi úton, 30 éves oktatási tapasztalattal. Bővebben: 06-30/976-0266. Ékezetes honlapcím: matekmásképp.hu

GARÁZS

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

RÉGISÉG

KÉSZPÉNZES FELVÁSÁRLÁS! Arany 14 900 Ft-tól, ezüst 350 Ft-tól, ékszereket, borostyán-korall, bizsukat, mindenféle régiséget, herendi, Zsolnay, órákat stb. Teljes hagyatékot, régi pénzeket, érméket, kitüntetéseket, 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, ezüstneműket, ékszert, antik órákat, festményeket, bútorokat (koloniált is), csillárt, szőnyegeket, kitüntetést, pénzérmét, zongorát. Házhoz megyünk, készpénzben fizetünk. T.: 06-70/673-7787.

ELADNÁ RÉGISÉGEIT: karóra, asztali, falióra, tört és fazonarany. 10 000–16 000 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! Bútort, csillárt, festményt, könyveket, hanglemezeket, irha-, szőrmebundákat, dísztárgyakat, órákat, kitüntetéseket. Gyűjteményeket, teljes hagyatékot, kiürítéssel! Díjtalan kiszállás, értékbecslés. Jakab Dorina: 06-20/365-1042. www.antikceg.hu

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

NÉMETH DÁNIEL SZAKBECSÜS vásárol értékbecsléssel festményeket, porcelánokat, bútorokat, bakelitlemezeket, műszaki cikkeket, régi pénzt, kitüntetést, szobrokat, órákat, könyveket, lakáskiürítést. 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.karaigaleria.hu

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

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

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

MEGNYITOTTUK ÜZLETÜNKET! Vásárolunk: 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, ÁGYNEMŰKET, csipkéket keresek. Minden olyan tárgyat, ami feleslegessé vált a háztartásában. Ár megegyezés, állapot szerint. Várom hívását. Tel.: 06-70/232-2211.

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

APRÓHIRDETÉS GURU www.AprohirdetesGuru.hu

TÖRT ARANY, FAZONARANY felvásárlása. Telefonszám: 06-20/614-5514.

KASTÉLYOK BERENDEZÉSÉHEZ VÁSÁRLOK festményeket, ezüstöket, porcelánokat, bronzokat, órákat, bútorokat, katonai tárgyakat, hagyatékokat stb.! Üzlet: 06-30/286-4717, nemzetantik@gmail.com

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

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

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

HAGYATÉKOT, FESTMÉNYEKET, kerámiákat, szobrokat, porcelánokat, bútorokat, könyveket, ezüstöt 500 Ft/g áron vásárlok 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, ezüstöket, 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 kitüntetés, retró tárgyak, játékok készpénzes felvásárlása. 1126 Böszörményi út 16/b, 06-70/407-3898.

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

KÉSZPÉNZÉRT VÁSÁRLOK arany, ezüst ékszereket és tárgyakat, teljes hagyatékot, porcelánokat, kerámiákat, órákat, festményeket, szőrméket, szőnyegeket, érméket, gyöngyöket és bizsukat. 06-20/990-9150, Valéria.

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

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

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

LÉZERTERÁPIA, REUMATOLÓGIA, akupunktúra, gerincferdülés, csontritkulás, csípő- és térdkopás kezelése, fejfájásellátás, lumbágóügyelet, porckorongsérv ellátása. teledoktor.hu, lumbagougyelet.hu, surgossegireuma.hu, 06-1/368-6349, 06-20/968-6886.

ÁLLÁS

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

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

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

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 HANGHORDOZÓIT! Kis és nagy hanglemezeket, műsoros magnókazettákat vásárlok korrekt áron, készpénzért. 06-30/082-9801.

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

50 ÉVES FODRÁSZ vállalkozó hölgy keres egy életre emberi értékeket megbecsülő, tisztelő, értelmiségi Úriembert! Tiszta, jó szándékkal. Éljük le ezt a pár 10 évet Boldogan!! 06-70/725-7557.

ETELE CINEMA

AJÁNDÉKJEGY

AJÁNDÉKOZZ FELEJTHETETLEN MOZIÉLMÉNYT SZERETTEIDNEK AZ ETELE CINEMA-VAL!

ETELECINEMA.HU