A XII. Kerületi Polgárok Lapja

HEGYVIDÉK

XLIII./6.

WWW.HEGYVIDEKUJSAG.EU • MEGJELENIK KÉTHETENTE • 2013. MÁRCIUS 26.

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

Hóvihar és díjeső a forradalom évfordulóján

A hóvihar miatt március 15-én elmaradt a Hegyvidéki Önkormányzat hagyományos Gesztenyés kerti koszorúzási ünnepsége, a MOM Kulturális Központ színháztermében azonban felléptek a kerületi fiatalok. A műsort követően Kovács Lajos alpolgármester mondott ünnepi beszédet, majd a forradalom 165. évfordulójához kapcsolódó kerületi vetélkedő győztesei, valamint a legkiválóbb hegyvidéki diáksportolók vehették át díjaikat.

„1848. március 15-e sorsfordító volt Magyarország történelmében: ez a nap alkalmas pillanatot teremtett arra, hogy az ország szembenézzen önmagával" – mondta Kovács Lajos alpolgármester a forradalom és szabadságharc emlékére rendezett idei ünnepségen a MOM Kulturális Központban. Százhatvanöt évvel ezelőtt „nagyot fordult Magyarország sorsának kereke, néhány hét, hónap leforgása alatt olyan évtizedes lemaradásokat hozott be az ország, olyan hihetetlen polgári fordulat zajlott le, amire kevés példa van az egész világon" – fogalmazott.

A forradalom minden résztvevőjére hősként tekinthetünk, akik hajlandók voltak életüket áldozni a hazáért – emelte ki az alpolgármester. Bár a szabadságharc elbukott, mégis volt értelme a küzdelemnek, hiszen „Magyarország ezek után soha többé nem volt az az ország, mint 1848 előtt. Nemzetünk akkor megmutatta a legfontosabbat: saját méltóságát, büszkeségét, s azt, hogy itt tettre kész emberek élnek."

Kovács Lajos ünnepi gondolatait azzal zárta, hogy amikor 1848-ra emlékezünk, a forradalom hevülete mellett jussanak eszünkbe azok a szürke, de munkával teli, kemény hétköznapok is, amelyek előrébb vitték a nemzetet. Mint mondta, meggyőződése, hogy ha „ma, a hétköznapjainkban közösségként, megértéssel, önfeláldozással, szorgalommal küzdünk a jövőnkért, akkor méltó gyermekei lehetünk a forradalomnak".

Az ünnepi műsorban felléptek az Orbánhegyi Óvoda nagycsoportosai, a Gennaro Verolino Általános Iskola, Speciális Szakiskola, Kollégium és Gyermekotthon zenekara, a Solti György Zeneiskola Vonószenekara, valamint a Forgószél Táncegyüttes. Zárásként Pokorni Zoltán polgármester, valamint Fonti Krisztina és Kovács Lajos alpolgármester jutalmakat adott át azoknak az óvodásoknak, valamint alsó és felső tagozatos általános iskolásoknak, akik a legeredményesebben szerepeltek a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény és Galéria által kiírt, az 1848–49-es forradalom és szabadságharccal kapcsolatos versenyen.

Az óvodások kategóriájában – akik március 15-éhez kapcsolódó rajzokkal pályázhattak – az első helyet a Mackós Óvoda által nevezett gyerekek, Balogh Dorka, Demeter Nóra, Erdei-Bagi Nikolett, Kiss Orsolya és Klement Gabriella szerezték meg. Második helyre a Normafa Óvodába járó Márfai Dalmát, Szentesi Csillát, Szentesi Rékát és Utassy Emesét rangsorolták, a harmadik helyen pedig a Zugliget Óvodából küldött rajzok alkotói, Láng-Miticzky Blanka, Medgyesy Dóra Csilla, Ország-Vladimir Demeter és Kricsfalussy András végeztek.

(Folytatás a 3. oldalon)

FOTÓK: SÁRKÖZY GYÖRGY

A március 15-i ünnepségen többek között felléptek a Solti György Zeneiskola növendékei és az Orbánhegyi Óvoda nagycsoportosai is, valamint az önkormányzat vezetői átadták a „XII. kerület sportjáért" díjakat

Bölcsődei felvétel: védik a rászorulókat

A néhány éve bevezetett környezettanulmány beváltotta a hozzá fűzött reményeket

Idén az eddig megszokottnál majd egy hónappal korábban, április 1. és 15. között lehet jelentkezni az önkormányzati fenntartású bölcsődékbe. A Krisztinavárosi Bölcsőde nyári bővítése után további huszonnéggyel nő majd a férőhelyek száma, így várhatóan közel száznyolcvan gyermek felvételére nyílik lehetőség. Annak érdekében, hogy egyetlen szociálisan rászorulót se kelljen elutasítani, az önkormányzat szigorúan szabályozza a felvétel rendjét.

Az iskolákhoz és az óvodákhoz hasonlóan a hegyvidéki bölcsődék is nagy népszerűségnek örvendenek a gyermekes családok körében. Mivel a bölcsődei ellátás szociális ellátásnak minősül, ráadásul nem jár alanyi jogon, a felvételi eljárás során elsősorban a rászorultságot veszik figyelembe.

Ennek megfelelően előnyt élvez, aki rendszeres gyermekvédelmi kedvezményre jogosult, illetve szülei vagy más törvényes képviselője igazoltan munkaviszonyban áll. Szintén nagyobb eséllyel juthatnak be valamelyik önkormányzati bölcsődébe azok, akiket egyedülálló vagy időskorú személy nevel, családjukban legalább három kiskorú gyermekről gondoskodnak, illetve a családban az egy főre jutó havi jövedelem kevesebb, mint 85 500 forint, egyedülálló szülő esetében 99 750 forint. Lehetőség van a vagyoni helyzet vizsgálatára, így elkerülhető, hogy egy luxuskörülmények között élő gyermek miatt utasítsanak el egy valóban rászorulót.

Ami az előírásokat illeti, értékétől függetlenül nem minősül vagyonnak a család által lakott, illetve forgalomképtelen ingatlan, ugyanakkor vagyon a személygépkocsi, ha annak egy főre jutó forgalmi értéke meghaladja az 570 000, vagy együttesen számolva az 1 995 000 forintot. Az ellenőrzést végző népjóléti iroda munkáját segíti, hogy hozzáférést kapott az országos ingatlan-nyilvántartáshoz, így könnyen leellenőrizhetők a kötelezően megadott adatok.

A néhány éve bevezetett környezettanulmány beváltotta a hozzá fűzött reményeket, ennek, valamint az utóbbi évek férőhelybővítéseinek köszönhető, hogy az elmúlt két esztendőben egyetlen szociálisan rászoruló gyermeket sem kellett elutasítani – mondta el lapunknak Kovács Lajos alpolgármester. Sőt, a fellebbezéseket követően év közben az egyébként szociálisan nem, vagy kevésbé rászoruló családok számára is biztosította az ellátást az önkormányzat.

Szintén hasznosnak bizonyult, hogy a jelentkezőknek büntetőjogi felelősségük tudatában nyilatkozniuk kell állandó lakhelyükről. A tapasztalatok szerint ezzel sikerült jelentősen csökkenteni a visszaéléseket, amikor a kérelmezők ugyan létesítenek kerületi lakcímet – például bejelentkeznek valamelyik családtagjukhoz, vagy ismerősükhöz –, valójában azonban máshol élnek.

„Jelenleg kétszázhetvenkilenc férőhelyünk van, a Krisztinavárosi Bölcsőde hamarosan megkezdődő bővítésével ez a szám háromszázháromra emelkedik. Ez azt jelenti, hogy az óvodába készülők számának függvényében az idén várhatóan százhetvennégy kisgyermek számára tudjuk biztosítani az ellátást, ami a születéseket figyelembe véve fedezi az igényeket. Elmondhatjuk, hogy a mostani fejlesztéssel lassan búcsút mondhatunk a túljelentkezések korszakának" – bizakodott az alpolgármester.

Kovács Lajos azt is megindokolta, miért épp a Krisztinavárosi Bölcsődére esett az önkormányzat választása. A legnagyobb igény itt mutatkozott, tavaly a rendelkezésre álló 47 helyre 79-en jelentkeztek, ezért mindenképpen szükség van a bővítésre. A 166 638 110 forintos beruházáshoz sikerült európai uniós támogatást szerezni, így az önkormányzatnak csupán a tízszázalékos önrészt kell biztosítania.

A fejlesztés során két új csoportszobát és ezekhez tartozó helyiségeket hoznak létre, valamint felújítják az elektromos rendszert, és kicserélik a nyílászárók nagyobb részét. Emellett új teraszt, játszókertet és parkolót alakítanak ki, egyúttal elvégzik az épület akadálymentesítését. A munkálatok május 1. és augusztus 31. között zajlanak, erre az időre a gyerekek ellátását a Zugligeti Bölcsőde veszi át.

mm.

FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY

A Krisztinavárosi Bölcsőde bővítése után huszonnéggyel nő a férőhelyek száma

Eltűnnek a kátyúk

Megkezdték a hegyvidéki utak javítását

Az elmúlt hetekben az önkormányzat elvégezte a kerületi tulajdonú útszakaszok jelentős részének állapotfelmérését. Az eddigi tapasztalatok azt mutatják, hogy a rendkívül változékony téli időjárás a szokásosnál több kárt okozott.

Az aszfalt legnagyobb ellensége a hirtelen jelentkező és gyakran ismétlődő jelentős hőingadozás, ami szétfeszíti a burkolatot és az útszerkezetet. Ennek köszönhetően alakulnak ki azok a repedések, amelyeket a megfagyó csapadék tovább tágít, végül pedig az autók kerekei elmélyítenek, tulajdonképpen kihordják belőlük a szilárd anyagot.

További gondot okoz, hogy számos hegyvidéki utcának nincs szilárd, épített alapja, ezek pedig így különösen nehezen „viselik" az időjárási viszontagságokat. Jó hír ugyanakkor, hogy a néhány évvel ezelőtt bevezetett szigorú minőségi követelmények beváltották a reményeket, az elmúlt évek javításai kitartanak, szinte sehol nem fordult elő ismételt kátyúsodás.

Ebben szerepet játszik az alkalmazott módszer is, amelynek lényege, hogy a körbevágott és kitisztított üreget belülről lekezelik bitumennel, így a résbe öntött, majd lehengerelt kétszáz fokos aszfalt szinte összeolvad az útfelülettel. Március közepén ezzel a technológiával kezdődött meg a Határőr út, a Csemegi utca és az Ügyész utca kátyúzása, az előzetes felmérés szerint ezen a részen mintegy ötven úthiba vár javításra.

FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY

A felmérés után indulhat a munka

Ezután következhet a szintén rossz állapotú Hegyhát út és környéke – a többi között a Fülemile és a Golfpálya út –, majd lépésről lépésre haladva fokozatosan az egész kerületre kiterjesztik a munkálatokat oly módon, hogy mindig egy adott terület kátyúmentesítését végzik el. A javításokat várhatóan a nyár elején fejezik be.

(em.)

BUSZMEGÁLLÓ-FELÚJÍTÁS AZ ALKOTÁS UTCÁBAN

A Budapesti Közlekedési Központ városszerte megkezdte az elavult nagykockakő és térkő burkolatú megállók korszerűsítését. A Hegyvidéken márciusban és áprilisban az Alkotás utca öt jelenleg térkő borítású buszmegállója újul meg: a Déli pályaudvar melletti megállónál bazaltbeton burkolatot építenek, míg a Ráth György utcánál, a Csörsz utcánál, a Tartsay Vilmos utcánál és a Márvány utcánál erősített aszfaltburkolat készül. Ez utóbbi két helyszínen a peront is felújítják. Az új aszfaltburkolatoknak köszönhetően jóval kisebb lesz a járművek keltette menetzaj, ezáltal pedig halkabbá válik a közlekedés, kevésbé zavarva a környék lakóinak nyugalmát.

Üzenet a világnak

Miss Colours Hungary 2013 kerekes székes szépségverseny a Larus Rendezvényközpontban

A húszéves Vasas Vanda nyerte a Miss Colours Hungary 2013 kerekes székes szépségversenyt, amelynek ebben az évben is a hegyvidéki Larus Rendezvényközpont adott helyet. A „királynő" a balesete előtt rendőrnek tanult, és mindenekelőtt az akadálymentesítésért szeretne küzdeni.

FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY

Vasas Vandát, az idei szépségkirálynőt Váczi János alpolgármester is köszöntötte

Nemcsak szépségverseny, hanem egyben üzenet a világnak, miszerint a kerekes székes hölgyek is lehetnek ugyanolyan csinosak és szépek, mint egészséges társaik! – jellemezte az idei döntő előtt a Miss Colours Hungary kerekes székes szépségversenyt Kazány Tibor ötletgazda. A viadalt, csakúgy, mint tavaly, a MOM Kulturális Központ melletti Larus Rendezvényközpontban tartották, a jegyek eladásából származó bevételt a szervezők a Mozgássérültek Pető András Nevelőképző és Nevelőintézetének ajánlották fel.

„A szépség nem csak esztétikai fogalom. Ez belülről fakad! A szépség harmóniát jelent. Számunkra nagyon fontos, hogy a kerekes székes hölgyek is sportoljanak, és szépségük ily módon is megmutatkozzék" – hangsúlyozta köszöntőjében Simicskó István sportért és ifjúságért felelős államtitkár, aki szerint a sport segíthet megteremteni a testi-lelki harmóniát.

A Miss Colours Hungary 2013-as döntőjében nyolc hölgy küzdött a koronáért. Valamenynyien tökéletes tánckoreográfiával és saját kis bemutatkozó filmmel igyekeztek elnyerni a közönség, illetve a bírák tetszését. A fellépések között Radics Gigi megasztáros énekesnő gondoskodott a jó hangulatról, míg az est háziasszonya, Pataki Zita a versengő szépségek izgalmát próbálta enyhíteni, több-kevesebb sikerrel.

A zsűri döntése alapján végül a második udvarhölgy Almási Nikolett, az első udvarhölgy Váczi Anita, míg a királynő Vasas Vanda lett, aki a közönségdíjat is elnyerte. A győztesnek Váczi János alpolgármester adta át a Hegyvidék ajándékait. A legsportosabb kerekes székes hölgynek Ferenczi Tündét választották meg.

„A nyolc döntős hölgy egyszerre okos, csinos és szimpatikus! Ennek a versenynek fontos üzenete van; bízom abban, hogy jövőre is itt, a kerületben rendezik meg" – adott hangot reményének Váczi János.

„A következő királynőben kicsit magamat is kerestem" – árulta el lapunknak Varga Kata Eszter, az előző évi győztes. Ő volt az első kerekes székes hölgy Európában, aki az egyik női magazin címlapján szerepelhetett, ezúttal pedig a zsűriben foglalt helyet Szekeres Pál sportért felelős helyettes államtitkár, Orosz Barbara műsorvezető-producer, Kucsera Zsolt mesterfodrász és Szabó Géza, a Larus tulajdonosa társaságában.

Az idei „királynő" a verseny előtt öt hónappal szenvedett balesetet, s került kerekes székbe. A húszéves Vasas Vanda rendőrnek tanult, de elmondása szerint fel tudta dolgozni a történteket.

„Kíváncsi vagyok, mit sikerül elérnem! A legfontosabb célom az akadálymentesítés. Rengeteg olyan hely van, ahová nem lehet bejutni, elsősorban ezen szeretnék változtatni" – mondta Vanda, aki természetesen azért is küzdeni akar, hogy jobbá tegye sorstársai mindennapjait.

B. M.

Összefogás a márciusi ítéletidőben

Hűséges olvasóink tudják jól, hogy a Hegyvidék nem közöl többed kézből származó beszámolókat, név nélküli történeteket. Most mégis kivételt teszünk, és közreadjuk annak a hölgynek a szavait, aki azért hívta fel szerkesztőségünket, hogy elmesélje: a behavazott nemzeti ünnepen a metsző hideg ellenére is megmelengette szívét, amit a szomszédjában lakó fiatalember tett.

– Mindenekelőtt elnézést, amiért névtelenséget kérek, ennek két egyszerű oka van: én nem tettem semmi különöset a bajba jutott emberekért, ezért nincs is miért megneveznem magam. Akiről pedig beszélni szeretnék, nem hatalmazott fel arra, hogy elmondjam, milyen emberül viselkedett a hóvihar idején.

■ *Ismerőse az illető?*

– Nem mondhatom. Nemrég költözött ide a szomszéd utcába a barátnőjével, és olyannak láttam, akit jobb elkerülni. Tudja, nagy terepjáró, a telefon folyton a fülén… Sokszor láttuk, ahogy elrobog előttünk a Böszörményi úton, a villamosra várva az ismerősökkel még találgattuk is, miből élhet. Ismeri ezt a típust, akiből bármit kinézni. Bármit, csak azt nem, amit tett.

■ *Mégis, mit tett?*

– A fiú meg a mindig kifestett barátnője két napig járta azzal a nagy terepjáróval az utakat, ételt és italt hordtak az embereknek, akit el tudtak vinni, biztonságos helyre juttatták. Megmondom őszintén, amikor ezt meghallottam, kicsit el is szégyelltem magam, eszembe jutott, miket gondoltam róluk. Nem tudom, milyen a hóban elakadni, de azt már tapasztaltam, milyen az, amikor az ország, mindent félretéve, azonnal a szívére hallgat, és egy emberként segít annak, aki bajba került. Így volt, amikor a romániai forradalom idején adományokat küldtünk ki, vagy amikor az árvízkárosultakon kellett segíteni – emlékszik, a városmajori gimnazisták is az élen jártak ebben! –, és még több hasonló példát tudnék mondani. Ez a március tizenötödike is ilyen nap volt. Mindenki számára emlékezetessé vált az idei ünnep! Kiderült, hogy tényleg képesek vagyunk figyelni egymásra. Arra, ami fontos, és nem arra, ki tudja hangosabban túlkiabálni a másikat. Én már öreg vagyok, a lábaim, karjaim gyengék a lapátoláshoz, de napokon át imádkoztam minden bajbajutottért.

■ *Ha találkozik a terepjárós fiatalemberrel, mond neki valamit?*

– Á, nem merném megszólítani… És mit is mondhatnék neki? Hogy nem néztem volna ki belőle…? Csak megsérteném, pedig igazán nem azt érdemli.

K. B.

Az önkormányzat ingyenesen hívható zöldszáma: 06-80/200-907

Forgalmi korlátozások a Nagy Jenő utcában

FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY

Továbbra is részleges forgalomkorlátozásra kell számítani a Nagy Jenő utcában, ahol a csatorna fővezetékcseréje zajlik. Mivel a felújítás az útpálya középső részét érinti, az április végéig tartó munkálatok idején az utcát csak a célforgalomban közlekedők használhatják.

A kivitelezés ideje alatt, a Tartsay Vilmos és a Dolgos utca közötti szakasz lezárásakor a Nagy Jenő utcából nyíló Dolgos utcát kizárólag a Csörsz utca felől lehet megközelíteni. A csatornafelújítás miatt korlátozzák a parkolást a Nagy Jenő utcában, míg az érintett ingatlanokat a munkaterületen szabadon hagyott sávon érhetik el a lakók, illetve az irodák dolgozói. A kivitelező folyamatosan tájékoztatja a környező ingatlantulajdonosokat az éppen aktuális munkálatokról, a lezárásokról, valamint a kapualjak előtti út- és járdabontásokról.

Közvilágítási kábelhálózat rekonstrukcióját végzi az Észak-Budai Zrt. a Böszörményi úton, a kivitelezés a 3-as számú társasháztól az Apor Vilmos tér–Csörsz utca csomópontjáig haladva több ütemben valósul meg. A járdán mindvégig biztosítják a gyalogosközlekedést és az ingatlanok megközelítésének lehetőségét, a csatlakozó utcák átvágásakor azonban útszűkületre kell számítani a Királyhágó térnél, valamint a Hollósy Simon és a Kiss János altábornagy utcánál. A felújítás befejezésének várható időpontja április vége.

(mm.)

Nem emelkedik a szennyvízszállítás díja

Befagyasztotta az ivóvízfogyasztáson alapuló folyékony hulladék gyűjtésének és elszállításának díját a főváros. A szippantás köbméterenkénti ára alapesetben 337,7 forint plusz áfa marad, az elszállítást közszolgáltatás keretében továbbra is a Fővárosi Településtisztasági és Környezetvédelmi Kft., valamint szerződött partnerei végzik.

A főváros döntése értelmében tavaly óta – a csatornahasználati díjhoz hasonlóan – a szippantás ára is beépül a vízszámlába, ami azt jelenti, hogy a szennyvízszállításért a vízfogyasztással együtt, annak mennyisége alapján kell fizetnie azoknak, akiknek ingatlanja csak részlegesen vagy egyáltalán nem csatornázott. A díjat kizárólag átutalással vagy postai csekken lehet kiegyenlíteni kéthavonta.

Idén március elsejétől nőtt volna az elszállítás ára, a fővárosi közgyűlés azonban úgy határozott, hogy mégis a 2012-es tarifák maradnak érvényben. Szintén nem változott a vezetékes ivóvízzel vagy mért vízfogyasztással nem rendelkező ingatlanokra, illetve a külön jogszabály alapján engedélyezett szennyvíz-elszikkasztással rendelkező ingatlanokra vonatkozó egységnyi díjtétel, ami továbbra is köbméterenként nettó 1816 forint.

mm.

A Hegyvidéki Sportcsarnok és Sportközpont Kft.

AZ ALÁBBI INGATLANT KÍNÁLJA NYILVÁNOS VERSENYEZTETÉS KERETÉBEN LICITES BÉRBEADÁSRA:

Cím, a bérlet tárgya	A teljes ingatlan helyrajzi száma	A bérelt ingatlan alapterülete (m^2)	A teljes ingatlan megnevezése	Bérleti díj minimális összege (euro, nettó)	Megtekinthető
1124 Budapest, Csörsz utca 14. szám alatt található sportcentrum területén elhelyezkedő fitnesz-wellness rész	7911/2	2762	Művelési ágból kivett étterem, sporttelep, szolgáltatóház és mélygarázs	13 000 euro	Előzetes egyeztetés alapján, a pályázati dokumentáció szerint

A pályázati eljárás feltételeiről érdeklődni és a pályázati dokumentációt megvásárolni a **Hegyvidéki Sportcsarnok és Sportközpont Kft.**-nél lehet (cím: 1124 Budapest, Csörsz utca 14. irodák, II. emelet; nyitva tartás: munkanapokon 9.00–17.00-ig; telefonszám: 248-2260/265-ös mellék) **2013. március 27. napján 9.00 órától 2013. április 15. napján 12.00 óráig.** A pályázati dokumentáció megvásárlása az ingatlan megtekintésének és a pályázati eljárásban való részvételnek a feltétele.

Buranits Ildikó Edit ügyvezető

Körzeti megbízott a lakógyűlésen

Igény szerint a jövőben egy körzeti megbízott is részt vesz a társasházi közgyűléseken. Hoffmann Kornél rendőr százados, kerületi rendőrkapitány lapunknak elmondta: amennyiben valamilyen közbiztonsággal kapcsolatos probléma is szerepel a tervezett lakógyűlés napirendjén, érdemes a rendőrkapitányság körzeti megbízottját meghívni. Így a közösségek szakértő segítséget kaphatnak problémájuk megoldásához, illetve a kapitányság is pontosabban meg tudja határozni, hogy az érintett területen élők biztonságérzetének javítása érdekében milyen további intézkedésekre van szükség. A körzeti megbízottak telefonszámai: 06/70-460-7224, 06/20-292-5509. E-mail: 12rk@budapest.police.hu.

Új és megszűnt üzletek

ÚJ ÜZLETEK. *Apor Vilmos tér 9–11. (Hegyvidék Központ)* – szépségszalon (illatszer, drogéria). *Zugligeti út 56–58.* – virág-, ajándékpavilon. *Krisztina körút 23.* – szépségszalon (illatszer, drogéria). *Városmajor utca 1/c* – finomacéláru, ajándék- és óraüzlet. *Hertelendy utca 5.* – Gentlemen Fight Club (édesség, közérzetjavító termék, ruházat, lábbeli, sportszer stb.)

ÜZEMELÉST MEGSZÜNTETŐ ÜZLETEK. *Kék Golyó utca 15/a* – Orczy alkatrészáruház (villamossági, háztartási felszerelési cikkek). *Tartsay Vilmos utca 16.* – élelmiszerüzlet. *Alkotás utca 53. (MOM Park Bevásárlóközpont)* – konyhafelszerelési üzlet és Hello Kitty ajándéküzlet. *Nagyenyed utca 6.* – számítástechnikai üzlet. *Csörsz utca 23–25.* – videojáték-üzlet.

1%

Kérjük, járuljon hozzá adója 1 százalékának felajánlásával a hegyvidéki fiatalok sportolásához. Támogassa a **Hegyvidék SE**-t, a kerület sportegyesületét, ahol tizenhárom szakosztályban több mint hatszáz gyermek sportol! Adószám: 18239421-1-43.

■

Peter Cerny Alapítvány a Beteg Koraszülöttek Gyógyításáért. Speciálisan felszerelt rohamkocsijaink a 2927 kivonulás során 155 308 kilométert futottak. Gépi lélegeztetésre 670 esetben került sor. Hiánypótló, éjjel-nappali szolgálatunk Budapesten és a környező nyolc megyében (a főváros kb. 140 kilométer sugarú körzetében) biztosította a koraszülöttek és a beteg újszülöttek speciális mentését, őrzött szállítását és neonatológiai sürgősségi ellátását. Az önkormányzat területén élők biztonságos egészségügyi ellátásához a Peter Cerny Alapítvány az alábbiak szerint járult hozzá. Esetszám: 24. Az alapítvány által nyújtott térítésmentes szolgáltatás értéke: 1 753 992 Ft. Állami szerepvállalás a mentésszállításban: 71%. A lakosságnak nyújtott térítésmentes alapítványi segítség (29%): 508 656 Ft. A koraszülöttmentést lehetővé tevő kiegészítő működési, valamint a beruházási költségek fedezetét az elmúlt években a Peter Cerny Alapítvány nagylelkű szponzorainak önzetlen adományai biztosították. Örömünkre szolgál, hogy segíthettünk, és kérjük, ha lehetőségeik engedik, a továbbiakban is támogassák adományaikkal, valamint 1%-os felajánlásaikkal kiemelten közhasznú alapítványunk munkáját. Tisztelettel:

Dr. Somogyvári Zsolt
főorvos, szakmai vezető

Rezsicsökkentés: sokan fellélegeznek

Kevés dolog van, amiben kormány és ellenzék egyetért, de abban bizonyosan, hogy a magyar emberek számára a keresetükhöz képest túl nagy terhet jelent a közüzemi díjak fizetése. Persze, mindenki másképpen képzeli el, hogyan lehetne ezen segíteni, de a kormány lépett: januárban tíz százalékkal csökkentette a lakossági villamos energia, gáz és távhő árát, s további mérséklést is kilátásba helyezett. Néhány napja a Fidesz aláírásgyűjtést kezdett a rezsicsökkentés megvédése érdekében, hangsúlyozva, hogy ez nem politikai ügy, hanem valamennyi állampolgár közös érdeke. Megkérdeztünk néhány embert a Hegyvidéken, hogyan érinti őket a kormány intézkedése.

■

Bár a Hegyvidéket a módosabb budapesti kerületek között tartja számon a köztudat, természetesen itt is élnek átlagos keresetű és segítségre szoruló emberek. Ilonka néni például fával fűti lakását, mint mondja, néhány éve tért át, azaz vissza erre. Az elmúlt esztendőkben ugyanis annyira felment a gáz ára, hogy a régen legolcsóbbnak számító energiahordozó szép fokozatosan szinte luxuscikké vált.

„Habár kapok szociális támogatást az önkormányzattól, egymagam élek, így minden forint számít – mondja az idős nyugdíjas asszony. – A főzéshez azért gázt használok, a lámpákat is kell néha égetni, nagyon sokat jelent, hogy kevesebbet kell fizetnem. Az én koromban már nehézkes a fahordás, bár mindig akad segítség a szomszédból, de ha tényleg tovább csökkentenék a gáz árát, még akár azt is megfontolnám, hogy ismét azzal fűtök."

Gáborék négy gyermeket nevelnek, mindketten dolgoznak, de „…ahol ennyi gyerek van, szinte lehetetlen spórolni. Igyekszünk ugyan elmagyarázni, hogy mindenki oltsa le maga után a villanyt, ne folyassa csak úgy a vizet, ne legyen bekapcsolva feleslegesen a tévé, a rádió, a számítógép, de mindig mindent nem tudunk ellenőrizni. Hiába figyelünk oda, szorongva várjuk a havi számlákat… Úgyhogy velünk ennél jobb nem is történhetett most."

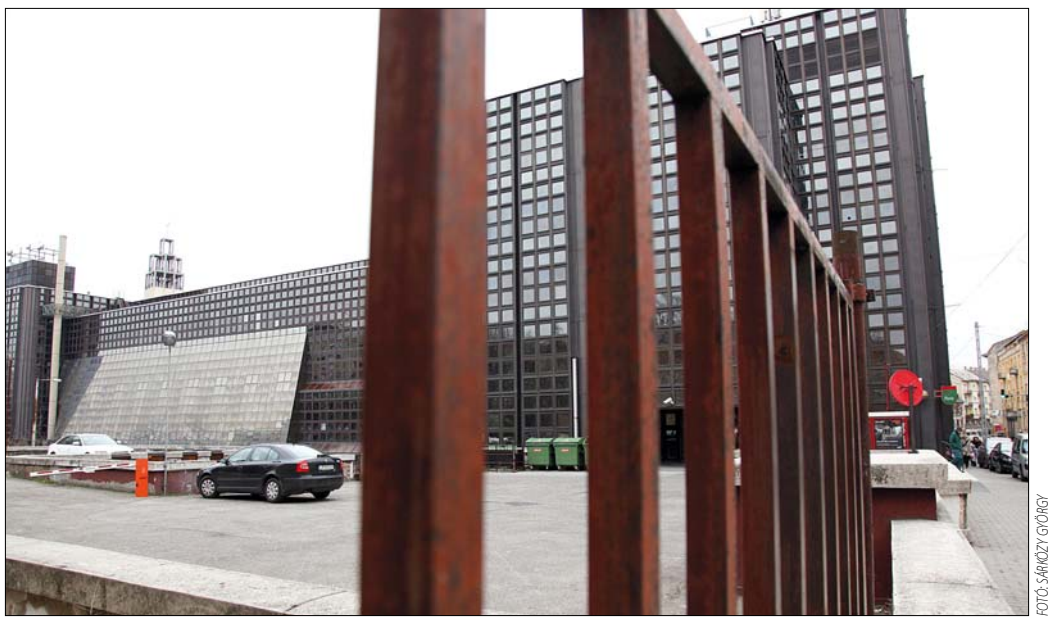
Szilvia és Péter nemrég házasodtak össze, három hónapos a kislányuk. „A baba miatt sokat fűtünk, hogy a lakás összes helyiségét melegen tartsuk – meséli Péter. – Nem jött jól ez a hosszúra nyúlt tél sem, sajnos, igen magas a gázszámlánk. Mindkét szobánkban cserépkályha van, már régóta tervezzük, hogy átállunk a gazdaságosabb cirkóra, de az átalakítás rengeteg pénzbe kerülne. Sok-sok pelenka árát jelenti számunkra a mostani tízszázalékos csökkentés…"

Csilla és Dénes három éve házasok, még nincs gyermekük. Őket más motiválja abban, hogy aláírják a rezsicsökkentést támogató ívet. „A férjemnek az átlagnál magasabb a fizetése, én sem panaszkodhatok, hazudnék, ha azt mondanám, hogy nehézkesen élünk meg – árulja el Csilla. – Természetesen mindig jól jön akár néhány ezer forint megtakarítás is, de most nem ez a legfontosabb. Úgy érezzük, alá kell írnunk a papírt, ugyanis biztosak vagyunk abban, hogy még a tizenkettedik kerületben is sokan napi gondokkal küszködnek. Annyiszor hallani, hogy az emberek nem törődnek a másikkal, szerintünk ez remek alkalom, hogy összefogjunk, és kiálljunk egymásért."

(v.)

Parkolóház épülhet a Városmajorban

Lezárták a Városmajor utcai kézbesítőposta melletti ügyfélparkolót, ami miatt kaotikus helyzet alakult ki az egyébként is zsúfolt, autókkal teli környéken. Az intézkedés azonban épp a parkolási gondok megoldása érdekében történt: az irodaház tulajdonosa parkolóházat építene a területen.



FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY

Egyelőre itt tilos megállni, de ha minden jól megy, egy év múlva megoldódnak a környék parkolási gondjai

Nagy ügyfélforgalmat bonyolít a Budai Központi Kézbesítő Posta a Városmajor utca 35–37. alatt, ide jöhetnek át nem vett leveleikért, csomagjaikért a XII., valamint az I. és II. kerületi lakosok. Sokan autóval érkeznek, a parkolás azonban eddig nem okozott gondot, az érkezők megállhattak járműveikkel a központ mellett. Ám nemrégiben lezárták sorompóval a Városmajor utcából megközelíthető aszfaltozott területet, és biztonsági őrök figyelmeztetik az autósokat arra, hogy ott már nem lehet parkolni.

Az intézkedésnek sokan nem örülnek: a postára igyekvő járművezetők alig találnak parkolóhelyet a közelben, míg a környékbeliek amiatt panaszkodnak, hogy még zsúfoltabb lett az utca. Egy olvasónk lapunkhoz eljuttatott levelében azt írja, „kaotikus helyzet alakult ki a környéken, az autósok a leglehetetlenebb helyeken állnak meg, akadályozva a forgalmat is, a környéken lakók pedig egyáltalán nem tudnak parkolni".

Az ügyfélparkoló lezárásának okát a legtöbben csak találgatják, illetve az sem jut feltétlenül hiteles információ birtokába, aki a sorompónál szolgálatot teljesítő biztonsági őrt faggatja. Levelírónk például azt a tájékoztatást kapta, hogy „a parkolót véglegesen lezárták, mert a posta már hónapok óta nem fizeti a bérleti díjat a tulajdonosnak, s majd cégeknek és magánszemélyeknek értékesítik a parkolóhelyeket".

Ennek a magyarázatnak információink szerint nincs valóságalapja. Mint a posta kézbesítőközpontjának helyet biztosító irodaház üzemeltetőjétől, a Gestim Hungary Kft.-től megtudtuk, azért zárták le a területet, hogy azt építkezéshez készítsék elő. Ahol eddig az ügyfélparkoló működött, ott parkolóházat szeretnének létrehozni, amelyet az irodaház bérlői mellett mások is használhatnak majd. Az engedélyeztetési eljárás folyamatban van; amint megszerzik az összes szükséges hatósági hozzájárulást, elkezdődik az építkezés. A kivitelezés körülbelül egy évet vehet igénybe.

„Városfejlesztési céljainkkal egyezik, hogy a Városmajor utcában parkolóház épüljön, támogatunk minden olyan kezdeményezést, ami a környék parkolási gondjainak megoldását segíti" – mondta el lapunknak az önkormányzat városrendezési és főépítészi irodájának vezetője. Szabó-Kalmár Éva hangsúlyozta, hogy a beruházás magántulajdonú ingatlanon, magántőkéből valósulna meg – az önkormányzat a területre vonatkozó beépítési szabályok meghatározásával tudja befolyásolni, hogy milyen méretű, funkciójú épület jön létre. Az érvényes szabályozási terv engedélyezi parkolóház építését, ugyanakkor szigorú kereteket szab az új épület magasságának, aminek a szomszédos ingatlanon álló, egyemeletes műemlék ház tetőgerincéhez kell igazodnia.

A Városmajor utca 35–37-es számú telken 1981 és 1986 között épült fel a maga korában ultramodernnek számító Matáv-telefonközpont a Kossuth- és Ybl-díjas építész, Vadász György tervei szerint. A közel 16 ezer négyzetméteres épület – amelynek tulajdonosa a Gestim-csoport egyik cége lett – ma már Városmajor Office Center néven irodaházként működik, a Matáv-utód Magyar Telekom mintegy 2700, a Magyar Posta pedig 3600 négyzetméternyi területet bérel benne.

Az irodaház méreteihez képest kevés a parkolóhely az ingatlanon, ezért a tulajdonosok már évek óta tervezik a parkolási lehetőségek bővítését. A tervek szerint a telken található földszintes, „C" jelű épület helyén (amelynek alsó szintje az udvarral, felső szintje a Városmajor utcával van egy szintben – ennek tetején található a nemrégiben lezárt felszíni parkoló) olyan parkolóházat alakítanának ki, amelyben egyszerre nagyjából 250 jármű férne el.

z.

Díjeső a forradalom évfordulóján

FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY

Az óvodások számára kiírt rajzverseny legjobbjait is díjazták

(Folytatás az 1. oldalról)

Az alsó tagozatosok feladata huszárbábuk készítése volt. Ebben a korosztályban a 3. osztályos Traumi Zia, Valaczkai Lilla, Kozma Dóra és Vadász Noémi ért el első helyezést, második lett a 4. osztályos Márton Péter, Bíró Hugó, Kovács Balázs és Vadász Noémi, míg a harmadik helyezettnek járó díjat a 3. osztályos Kónya Hanna kapta. Ők mindnyájan a Kós Károly Általános Iskola tanulói.

A felső tagozatosok négyfős csoportokban történelmi esszékkel mérték össze tudásukat. Ezek közül a legszínvonalasabbnak a Németvölgyi Általános Iskola 7.a osztályos csapatának (Dimanipulosz Daphne, Dimanipulosz Dorina, Juráncsik Árpád és Deák Sándor) munkáját ítélte a zsűri. Második lett a Zugligeti Általános Iskola 7. osztályos csapata (Bódy Bence, Bánfi Barnabás, Havrán Róbert és Horváth Áron), míg az Arany János Általános Iskola 7.a osztályosai (Farkas Tünde, Drábik Gyöngyvér Ágota, Merkel Vivien, Rényi Dorottya és Rényi Kitti) a harmadik helyen végeztek.

A pódiumra állhattak azok a kiválóan tanuló és sportoló hegyvidéki diákok is, akik az önkormányzati képviselő-testület oktatási és kulturális bizottsága, valamint a XII. kerületi Szabadidősport Központ által kiírt pályázaton elnyerték a „XII. kerület sportjáért" elismerő címet. A 18 év alattiaknál aranyozott emlékplakettet kapott Bánkövi Orsolya úszó, Bihary Dániel Tamás és Bihary Gergely vitorlázó, Hidas Ráchel Judit szinkronúszó, Huszár Panna ritmikus sportgimnasztikázó, Péni István Márton sportlövő, Rési Zoltán floorballos, Rósa Blanka Ráhel röplabdázó, valamint Szakál Szonja dzsúdós.

A 18 év felettiek közül Roa-Pölöskei Divina Janka floorballost jutalmazták. A tanárok, edzők kategóriájában Bede Zsolt részesült az elismerésben, aki tizenhét esztendeje dolgozik testnevelőként a Pannonia Sacra Katolikus Általános Iskolában, illetve labdarúgóedzőként fejleszti tanítványai képességeit a két éve újjáalakult Hegyvidék Sportegyesületben.

z.

KOSSUTH-NÓTÁKAT ÉNEKELTEK KOVÁCS J. SÍRJÁNÁL

A zord idő miatt az országban kevés helyen rendezték meg a március 15-i ünnepségeket, Kovács J. honvéd hegyvidéki sírjánál azonban nem maradt el a Ráday Mihály és családja által szervezett megemlékezés: a kellemetlen, jeges szél sem tántorította el a fellépőket és a közönséget attól, hogy együtt ünnepeljenek. A családias hangulatú programon, amelyet huszonnegyedik alkalommal tartottak meg a Pethényi úti emlékhelynél, ezúttal Szekernyés János mondta el gondolatait. A temesvári újságíró, helytörténész azt a széles körű összefogást elevenítette fel, amely saját, többnemzetiségű városában példaértékű módon megvalósult a forradalom és szabadságharc idején. A beszédet – Gyabronka József színművész, valamint Földessy Margit tanítványainak tolmácsolásában – március 15-hez kapcsolódó versek kísérték. Nem maradt el a közös éneklés sem, az ünneplők a Hraschek Katalin által vezetett gyermekkórussal együtt lelkesítő Kossuth-nótákat daloltak.

Aki a virágot szereti…

„Tiszta udvar, rendes ház – 2013" pályázat

Ki ne szeretne a napsütéses tavaszi, nyári napokon egy virágzó, ápolt kertben megpihenni pár percre, olvasgatni a padon, hallgatni a madarakat, érezni a virágok kellemes illatát? Ha ön olyan hegyvidéki társasházban él, amelynek van akár egy kicsi kis kertje, udvara, varázsoljon szomszédjaival igazi virágoskertes hangulatot, amit ráadásul a Hegyvidéki Önkormányzat értékes díjakkal is honorál!

A Budapest XII. kerület **Hegyvidéki Önkormányzat** – immár ötödik alkalommal – **pályázatot hirdet „Tiszta udvar, rendes ház – 2013" címmel társasházak számára***.
Várjuk mindazon társasházak jelentkezését, amelyekben a lakóközösség együtt dolgozik, hogy kertjét minél ápoltabbá, hangulatosabbá tegye.

A legszebb kertek tulajdonosai díjazásban részesülnek!

A szakmai zsűri **a szép környezet mellett a közösségi munkát is figyelembe veszi az értékelés során.**

Jelentkezés: e-mailben (gaspar.fruzsina@hegyvidek.hu) vagy postai úton (Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat, 1124 Budapest, Böszörményi út 23–25. Solymoss-Gáspár Fruzsina részére címezve). **Jelige:** Tiszta udvar, rendes ház – 2013.

Jelentkezési határidő: 2013. április 12.

A pályázaton, kérjük, tüntessék fel a ház címét, a ház kapcsolattartójának nevét és telefonszámát.
A kerteket májusban, előzetesen megbeszélt időpont szerint keresi fel a szakmai zsűri.

A díjazott társasházi közösségek 2013. június 2-án vehetik át elismerésüket a Hegyvidéki Napok hétvégi fesztivál keretében.

* Elsősorban olyan kerttulajdonosok jelentkezését várjuk, akik az előző években még nem jelentkeztek a felhívásra.

Aradiakkal ünnepeltek az Arany diákjai

Közös műsorral léptek fel március 15-én az aradi Csiky Gergely Főgimnázium, valamint a hegyvidéki Arany János Általános Iskola és Gimnázium tanulói. A sashegyi iskola sportcsarnokában megtartott ünnepséget Patkó Lajos igazgató nyitotta meg, aki elmondta: a program összeállítása korántsem volt egyszerű, hiszen az „távkapcsolatban" született.

„Mivel nem volt lehetőség a menet közbeni együttes próbára, teljesen újszerű megoldáshoz folyamodtunk. Ennek lényege, hogy a műsor mozaikszerűen épült fel, az egyes blokkokat a két iskola diákjai külön-külön tanulták be. A szöveges részek többsége a mi diákjainknak, a táncbetétek viszont teljes egészében az aradiaknak jutottak" – részletezte a felkészülés körülményeit az igazgató.

Mindehhez az aradi iskola képviseletében Ruzsa Ildikó annyit tett hozzá, hogy igyekeztek olyan táncokat elhozni a Hegyvidékre, amelyek feleleventik a forradalom és szabadságharc eszményét. „Sajnos, az aradi táncha gyomány a tatár és török pusztítás nyomán szinte teljesen elveszett, ezért az ilyenkor szokásos verbunkos mellett egy különleges, a palotás legfontosabb elemeit is felvonultató Brahms-átirattal készültünk" – mondta az osztályfőnök.

A Hegyvidék aradi kapcsolatairól szólva a művészet szerepét emelte ki Fonti Krisztina. Az alpolgármester arra emlékeztetett, hogy az önkormányzat művésztelepén a kezdetek óta jelen vannak az aradi alkotók, akik rendszeresen tartanak kiállításokat a kerületben – jelenleg például Siska-Szabó Hajnalka munkái láthatók a polgármesteri hivatal folyosógalériáján.

„A művészetek terén már jól működő kapcsolatainkat néhány évvel ezelőtt kiterjesztettük az oktatási intézményeinkre is, az önkormányzat ugyanis hozzájárul ahhoz, hogy a kerületi iskolák diákjai tanulmányaik során legalább egyszer, osztálykirándulás keretében, eljussanak valamelyik határon túli magyarlakta területre" – hangsúlyozta Fonti Krisztina. E programnak köszönhetően alakult ki testvériskolai kapcsolat az aradi gimnázium és az Arany János iskola között, aminek egyik kézzelfogható eredménye volt a (Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt. pályázati támogatásával) megtartott közös március 15-i ünnepség.

sz.

FOTÓK: SÁRKÖZY GYÖRGY

Disputaverseny németül

Három éve már Magyarországon is megrendezik a nemzetközi német nyelvű disputaversenyt, amelynek célja a vitakultúra fejlesztése, a demokráciára nevelés és nem utolsósorban a német mint idegen nyelv oktatásának segítése. Amíg az iskolai háziversenyeken még könnyedebb témákat kaptak a diákok, a budapesti fordulóban lényegesen nehezebb a dolguk, hiszen az egzotikus állatok tartásáról, illetve az internetcenzúráról kell elmondaniuk pró és kontra a véleményüket – avatta be lapunkat a vetélkedő idei menetébe a versenyt meghirdető Goethe Intézet képviselője, Salakta Tünde programkoordinátor a Tamási Áron iskolában rendezett fővárosi megméretés előtt.

Ennél is komolyabb kihívásnak ígérkezik az országos döntő, amelyben aktuális társadalmi problémákat vitatnak meg a felek. Tavaly nagyszerűen szerepeltek a finálában a hegyvidéki diákok: Vitályos Réka (Tamási Áron iskola) a harmadik, míg a végül a nemzetközi döntőt megnyerő Szabó Gréta (Városmajori Gimnázium) a második helyen végzett.

A hegyvidéki iskolákban zajló kiváló nyelvi képzést emelte ki Sikota Krisztina, az önkormányzat oktatási és kulturális bizottságának elnöke. Szerinte a fiatalok sikerei azt mutatják, jó úton járnak az intézmények, amelyeket lehetőségeihez mérten a továbbiakban is támogatni kíván az önkormányzat.

Hiánypótló kezdeményezésnek nevezte a vetélkedőt Hajnal Gabriella. A házigazda Tamási Áron iskola igazgatója úgy látja, a vitaverseny kiegészíti az elsősorban az írásra és a tesztekre koncentráló iskolai nyelvoktatást, hiszen az élő szót helyezi előtérbe. „Nagyon fontos, hogy a diákok képesek legyenek hatékonyan kommunikálni, méghozzá nem csupán magyarul, hanem idegen nyelveken is" – hangsúlyozta Hajnal Gabriella, aki külön kitért arra, hogy a Tamásiban már évek óta szerveznek – igaz, magyarul – vitanapokat. Ez, illetve a kommunikációs órák is hozzájárulnak ahhoz, hogy a nemzetiségi oktatás keretében németet tanuló gyerekek jó eredményeket érnek el országos szinten.

FOTÓ: MAROS MIHÁLY

A verseny jól kiegészíti a nyelvoktatást

Erre az idén is megvan minden esélyük, hiszen a budapesti fordulóban elinduló mindkét tamásis, Iványuk Áron és Csontos Péter Bence is bejutott az április 10-i országos elődöntőbe. Rajtuk kívül a Német Nemzetiségi Gimnáziumot képviselő Glöckl Szvetlana és Nagy Fanni vitatkozhat majd a legjobb négy vidéki versenyzővel a Goethe Intézetben. Előtte azonban még egy tréning vár a fiatalokra, akik jutalmul néhány napot Drezdában tölthetnek.

M.

ELTE-iskolák: elkészült a szenátusi javaslat

A januári, óriási érdeklődéssel kísért szülői fórum után mérsékelt részvétel jellemezte azt a március végi rendezvényt, amelyen az ELTE vezetői tájékoztatták a megszűnő gyakorló gimnázium tanulóinak további sorsát befolyásoló javaslatukról a diákokat és szüleiket. A felek egyetértése mellett elkészült indítványról az egyetem áprilisi szenátusi ülésén várható döntés.

Amint az remélhető volt, az ELTE Gyakorló Általános Iskola változatlan formában működik tovább, míg a középiskolát kénytelen megszüntetni a fenntartó egyetem. „A brutális pénzelvonás dacára – mondta a legutóbbi iskolai fórumon Fábri György rektorhelyettes – az általános iskola továbbvitelét tartalmazó javaslatot tettünk a szenátus elé, amely a végleges döntést áprilisban hozza meg. A középiskola ügyét sikerült megoldanunk: az eddigi közösségek megőrzésével teljes osztályokat tudunk átirányítani a fogadó iskolákba."

Amikor decemberben világossá vált, hogy problémák merülnek fel a gyakorló gimnázium további működésével kapcsolatban, az önkormányzat azt javasolta, hogy az Arany János iskolában helyezzék el az érintett osztályok egy részét. „Akkor még mi voltunk az Arany fenntartói, jól ismertük az intézmény lehetőségeit, adottságait – mondta el lapunknak Fonti Krisztina alpolgármester. – Kezdetben a végzős osztályoknak szántuk ezt a megoldást, ám a januári szülői fórumon világossá vált, hogy míg a gimnazisták könnyebben találhatnak másik iskolát, a szakközépiskolások nehezebben, mert speciális képzésben vesznek részt, amelyben közgazdaságtant, informatikát tanulnak. Ezért javasoltuk az időközben fenntartóvá váló KLIK-nek, hogy ezt is mérlegelje. Ráadásul a Klebelsberg Intézményfenntartó Központnak nagyobb a rálátása a kerületen kívüli lehetőségekre is, így kerülhetett az egyik osztály például az első kerületi Kosztolányi iskolába. Reméljük, a családok minél nagyobb számban élnek majd az így kialakult lehetőséggel" – hangsúlyozta az alpolgármester.

Az önkormányzat előkészítő munkája nyomán jött létre a minden érintett fél által aláírt szándéknyilatkozat. Ez rögzíti, hogy az Arany János Általános Iskola és Gimnázium öt – ezen belül egy gimnáziumi és négy szakiskolai –, az első kerületi Kosztolányi Dezső Gimnázium egy, míg a Semmelweis Egyetem Gyakorló Általános Iskola és Gimnázium, Sportiskola szintén egy gimnáziumi osztályt vesz át – sorolta Fodor Gábor, a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ tankerületi igazgatója, aki sikertörténetként könyveli el az egyeztető tárgyalások kimenetelét.

„Mindenki pozitívan állt hozzá! Olyan megoldást kerestünk, amire nem kötelez minket semmi más, csak a jó szándék, a szakmaiság és az emberség – jelentette ki a tankerületi igazgató. – Ennek eredményeképpen osztályközösségeket tudunk elhelyezni, szakokat megőrizni, és azok az értékek, amelyek a kényszerű változás miatt itt megszűnnek, más iskolákban újjáéledhetnek."

A legtöbb intézmény már tájékoztatta a szülőket, az Arany János iskolában emellett április 10-én osztályfőnöki órát is tartanak az oda átirányított gyerekek hozzátartozóinak – tette hozzá Patkó Lajos, az Arany igazgatója. Az érintetteket a gyerekek osztályfőnökei értesítik majd erről az időpontról.

Az ELTE-s tájékoztató a szülők és a diákok kérdéseinek megválaszolásával folytatódott. Több tanuló megnyugodva hallhatta Patkó Lajostól, hogy a törvényi előírások ellenére nem lesz minimum osztálylétszám, azaz a megszokott-összeszokott osztályközösségeket veszik át, és akik a szakiskolai képzésben vettek részt, jó eséllyel eddigi szaktanáraikkal folytathatják a tanulást – amennyiben az eddig egyetemi státuszú tanárok a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ révén átkerülnek állami alkalmazásba.

Az iskolaigazgató megértő kedvességgel fogadta a tájékozatlannak tűnő szülői kérdést, amely azt firtatta, megfelelő színvonalú oktatást kapnak-e majd a gyerekek az Aranyban. A megszólított intézmény helyett a fórum házigazdája, az ELTE Gyakorló Általános Iskola és Középiskola igazgatója, Mesterházy Ferenc nyugtatott meg mindenkit: „Az interneten bárki számára hozzáférhető a kompetenciamérés eredménye, ami önmagáért beszél."

A. I.

FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY

Új ellenőrzési rendszer a köznevelésben

A 2013–14-es nevelési évtől új ellenőrzési, értékelési rendszert vezetnek be a köznevelési intézményekben, így az óvodákban is. A kerületi óvodák vezetőinek értekezletén szó esett a monitoring program részleteiről, várható eredményéről.

A közoktatás szakmai elszámoltathatóságának biztosítása, a központi és helyi oktatásirányítás tevékenységének erősítése, a helyi és országos minőségértékelési információkon alapuló intézményi szervezeti tanulás, illetve az arra épülő intézményfejlesztés támogatása a fő célkitűzése az Oktatási Hivatal szakmai projektjének – foglalta össze a legfontosabb változásokat Gilicze Zoltán, a Hegyvidéki Önkormányzat oktatási irodájának irányítója a kerületi óvodavezetőknek tartott márciusi értekezleten.

Az óvodák intézményi önértékelése mellett a külső központi értékelés rendszerének bevezetése, majd továbbfejlesztése adja bázisát a kialakításra váró új szakmai, pedagógiai rendszernek – mondta a rendezvény meghívott előadója, Maus Pál szakmai vezető, az Oktatási Hivatal Projektigazgatóságának főmunkatársa. Mint elhangzott, az ellenőrzés – amely ötévente érinti az intézményeket és a pedagógusokat – felerősödik ugyan, de a pedagógiai-szakmai ellenőrzési szakértők bevonásával zajló ismétlődő, értékeléssel záruló vizsgálatok célja épp a pedagógusok, a vezetők és az érintett intézmény pedagógiai munkájának külső, egységes kritériumoknak megfelelő értékelése a minőség javítása érdekében.

Az Oktatási Hivatal – figyelembe véve az érintett pedagógusok, vezetők és intézmények érdekeit – egységes kritériumok szerint szervezi meg az ellenőrzéseket, majd a kormányhivatalok minden évben ellenőrzési tervet készítenek. Vizsgálják egyebek közt a pedagógusok személyes szakmai felkészültségét, a nevelő-oktató munka hatékonyságát, illetve az elkötelezettséget is. Az átfogó értékelés a kiemelt figyelmet igénylő gyerekek nevelésére, valamint az intézményen kívüli szakmai kommunikációra is kitér. Az egyes intézmények a lezárult ellenőrzés eredménye alapján öt évre szóló fejlesztési tervet készítenek a minőség további javítása céljából.

FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY

Maus Pál szakmai vezető

(z.)

Hol bánya állott, most közlekedési csomópont

Bár közigazgatásilag nem a XII. kerület része, mégis szervesen hozzátartozik a hegyvidékiek életéhez, mindennapjaihoz a Széll Kálmán tér. A terület története meglehetősen mozgalmas: egykor bánya működött itt, majd sportpályák nyíltak, és hiába számított már akkor is forgalmas csomópontnak, a XX. század elején még neve sem volt.

A Széll Kálmán tér, amelyet hatvan éven keresztül (egészen 2011-ig) Moszkva térként „szólítottak", a Rózsadomb és a Várhegy közötti völgyben fekszik. Közvetlenül határos a Hegyvidékkel; a Várfok utca, ahonnan a többi mellett a 21-es busz és a Várbusz is indul, már a XII. kerülethez tartozik.

FOTÓK: HEGYVIDÉKI HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY

A háborúban szétlőtt Postapalota

A középkor évszázadaiban nem lakták a mai tér területét és a környékét sem, viszont már akkor is sok fontos útvonal áthaladt ezen a helyen. A Várhegy nyugati oldalában fekvő Logod faluból, illetve a várból vezetett erre több út Óbuda és Budakeszi felé. Érdekesség, hogy a terület látképe teljesen más volt évszázadokkal ezelőtt: ahol most lejtős domboldal vezet le a villamosmegállókhoz, ott egykor az emelkedő folytatódott, hiszen Csízhalom dombja állt itt.

Buda töröktől való visszafoglalását követően a vár és a környező házak újjáépítéséhez olyan menynyiségű építőanyagra volt szükség, hogy a város vezetése agyagbánya nyitását és téglavető építését rendelte el Csízhalom dombján. A bányászati tevékenység hatására „tűnt el" a domb, és alakult ki a tér mai arculata a meredek lejtős oldalakkal. A bánya először királyi tulajdonban állt, később Buda városa kapta meg, a XIX. században pedig már magánkézben volt a terület. Két tulajdonosról maradtak fenn levéltári feljegyzések: Sohnleiter Józsefről és a Christen családról, amely a bányát üzemeltette a XIX. században.

A főváros 1874-ben rendeletet hozott, hogy a Krisztina körút fejlesztése miatt rendezni kell az agyagbánya környezetét. Ez a kitermelés leállításához vezetett. A bányászat eredményeképpen a téren bányató keletkezett, amelyet telente korcsolyázásra használtak a környéken élő budai polgárok.

A Krisztina körút 1894-re készült el, és nem sokkal később már sportpályák épültek a mai Széll Kálmán tér területén. A neves BBTE sportegyesület pályái és méltóságteljes klubháza uralta ekkor a tér arculatát. (A BBTE történetéről alábbi cikkünkben olvashatnak.)

A Széll Kálmán tér az 1940-es évek elején

A mindaddig név nélküli teret 1929-ben nevezték el Széll Kálmánról, hazánk egykori miniszterelnökéről, majd 1938-ban megkezdődött a közlekedési csomóponttá alakítása. Külföldi közlekedési mérnökök elismerően nyilatkoztak a modern beruházásról, amelynek tervezésekor azt is figyelembe vették, hogy a Déli pályaudvar vasútjai a villamos sínpárjain is közlekedni tudjanak. A csomópontot még az ország jobb oldali közlekedésre való áttérését (1941) megelőzően alakították ki. Budapest-szerte híres épület volt a „Gomba", amelyben váró- és hivatali helyiségeket alakítottak ki.

Buda világháborús ostroma során a Széll Kálmán tér jelentős károkat szenvedett. A magyar és német csapatok egy része 1945. február 11-én a téren keresztül szeretett volna kijutni az ostromgyűrűből, azonban a szovjetek várták őket, és csak minimális számú katonának sikerült átjutnia az állásokon.

A harcok után évekig tartott a helyreállítás, és miután felújították, Sztálin térre keresztelték át. Aztán amikor 1946-ban a pesti Erzsébet teret nevezték el a szovjet „vezérről", a budai tér ismét Széll Kálmán lett. Nem sokáig, mert 1951-től már Moszkva tér néven található a térképeken.

Ennek ellenére sokáig tartotta magát a városi nyelvben a „kalefozás" kifejezés, ami Széll Kálmán keresztnevének becézett formájából eredt. Az 1970-es évekig használták ezt a szlenget, a Moszkva téren történő randevúkat emlegetve, itt volt ugyanis a fiatalok egyik fő találkozási pontja Budán.

Az első jelentős átalakítást 1972-ben végezték a téren, amikor megépítették a 2-es metróhoz tartozó megállót, amely máig a főváros legmélyebben fekvő metróállomása. Ekkor került a „Gomba" helyére a metrókijárat máig álló, legyezőszerű épülete.

A XX. század egy másik véres történelmi eseményének is központi színtere volt a Moszkva tér, illetve a szomszédos Széna tér. Az 1956-os forradalom során ismét súlyos harcok dúltak e területen, a forradalmárokat, akiknek a Maros utcában volt a központjuk, csak nagy nehezen tudták megadásra kényszeríteni a szovjet katonák.

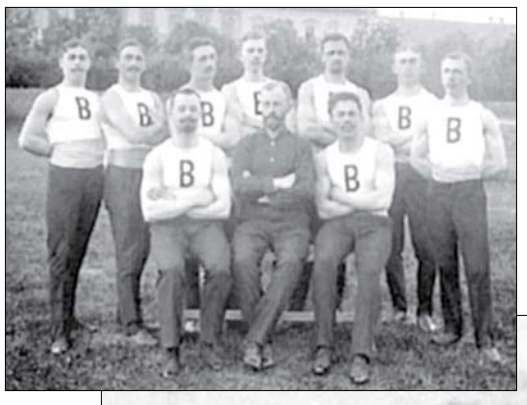
1993 után felvetődött a gondolat, hogy Antall Józsefről nevezzék el a teret, ám ez végül nem valósult meg. A legfrissebb fejleményekről pedig nemrég mi is hírt adtunk: nemsokára elkezdődhet egy újabb nagy építkezés, amely várhatóan teljesen más, szebb arculatot adhat az egész területnek. A tervek szerint Buda legforgalmasabb, jelenlegi formájában kissé csúnyácska teréből felesleges hivalkodástól mentes, emberközeli és „felhasználóbarát" csomópont, illetve találkozási hely válhat a közeli jövőben.

Balázs Attila

BBTE: épség, erő, egyetértés, erköcs

A XIX. század első felétől sorra alakultak olyan magántársaságok, amelyek tagjai tornatanár segítségével kívánták edzeni magukat. Ezek közé tartozott az 1869-ben létrejövő Budai Tornaegylet, amelynek jeligéje német mintára a 4 „F" volt: Feddhetetlen, Fürge, Férfias, Független, ezt később 4 „E" betűre (Épség, Erő, Egyetértés, Erkölcs) változtatták. Előbb meghonosították a növendéktornázást, majd megindult a vívótanfolyam is.

Az egyesület neve 1875-ben Budapesti Tornaegyletre változott. Még ebben az esztendőben felvette tevékenységi körébe a korcsolyázást és a csónakázást is. 1879 januárjára épült a tornacsarnoka, amihez a székesfőváros tanácsa a krisztinavárosi Horváth-kert egy telkét harminckét évre az egyletnek adományozta.



Hogy megkülönböztessék a többi fővárosi sportegyesülettől, a név 1885-ben Budapesti (Budai) Torna Egyletre (BBTE) módosult, így is tartja számon az emlékezet. A BBTE érdemeinek elismeréseként az 1887. március 21-én rendezett csarnokbeli dísztornát I. Ferenc József császár is megtekintette.

Az egyesület 1892-ben új helyre, kerületünk határára költözött. Ekkor kapta meg ugyanis az egykori agyagbánya helyét azon az akkor névtelen területen, amelyet ma Széll Kálmán térként ismerünk. Az itt feltörő talajvíz segítségével telente már korábban is korcsolyapályákat alakítottak ki. A bánya gödreit feltöltötték, és sportpályákat építettek. A millenniumi ünnepségeket követően a vezetőségnek sikerült megszereznie az ezredévi kiállítás sörkóstoló pavilonját, amelyet klubházként állított fel a pályák mellett. Ezzel egy időben elkészült a BBTE 9000 négyzetméteres uszodája is a téren.

A századforduló táján az atlétikával, a női tornával és a gyermektornával egészült ki az egylet működési köre. 1903-tól folyamatosan egyre több kirándulást, túrát szerveztek, megalapozva ezzel a „turistarészleget". Később a szánkózással, a gyep- és jéghokival, a pingponggal és a céllövészettel bővült a sportágak száma a BBTE-ben.

Az egyesületen belül torna és atlétika, korcsolyázás és tenisz, valamint vívás és turistaság szakbizottságokat hoztak létre 1909-ben. Szigorították a tagfelvételt, vizsgához kötötték a rendes taggá válást. 1913-ra felépült az új, nagy csarnok a Széll Kálmán téren, amelyet örömmel vettek birtokba a korcsolyások is. Érdekesség, hogy az épület Sándy Gyula építész tervei alapján készült – ő volt a szomszédban 1921-ben felépülő Postapalota tervezője is.

Komoly presztízsértéket jelentett a sízakosztály megalakulása, amelynek sikerei azért is örömmel töltötték el az egyesület vezetőit, mert 1892-ben éppen a BBTE két jeles tagja, Bély Mihály és Demény Károly honosította meg Magyarországon a sportszerű síelést. Másrészt a földrajzi elhelyezkedés miatt is kötelességnek érezték ilyenformán ápolni a hagyományokat.

A BBTE kibővített klubháza

A főváros 1939-ben felmondta a pálya bérletét, sőt elrendelte a klubház lebontását. Az adminisztráció és a társadalmi élet továbbvitelét az egyesület egy Csalogány utca 50. alatti, négyszobás lakás, majd egy Pasaréti úti villa bérlésével oldotta meg. Az utolsó pillanatban – a tornacsarnok fejében – a BBTE szép pályát kapott a Pasaréti úton, ezt az 1940-es években vették birtokba a sportolók.

A második világháború viharai után helyreállították a pasaréti létesítményt. Nem maradtak el a sportsikerek: az egyesület tornacsapata 1945 nyarán megnyerte az országos bajnokságot, de a teniszezők, a kosarasok és a gyephokisok is taroltak.

Az egyesület létét azonban komoly veszély fenyegette, a durvuló hatalmi harcban egyre több sportegyesületet szüntettek meg ebben az időszakban. Elsősorban azokat a klubokat számolták fel, amelyek szép létesítménnyel és színvonalas élsportolói gárdával rendelkeztek. A Budapesti (Budai) Torna Egylet 1947-ben jutott erre a sorsra, egy tollvonással feloszlatták a nagy hagyománnyal rendelkező, patinás egyesületet. Az élsportolók egy részét a Vasas vette át. A feloszlatás után is együtt maradt a turistaszakosztály, tagjai baráti körként működve még évekig járták az országot.

Ritka a mai világban egy 140 éves múltra visszatekintő sportegylet, amely őrzi a hagyományait. A BBTE közel másfél évszázadot és pusztító háborúkat is túlélt, s néhány egykori egyleti tag még mindig összejár, klubnapokat tart, emlékezik a régvolt időkre.

B. A.

FOTÓK: HEGYVIDÉKI HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY

A Budai Tornaegylet tagjai (a kis képen) még nem is álmodhattak arról, hogy pár évvel később a Széll Kálmán téren kapnak helyet egyesületük sportpályái

XII., CSÖRSZ UTCA 18.
319-9854/202, 203, 204, 207, 212
WWW.MOMKULT.HU
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Babakoncert március 28-án 10.30. Előadók: a Duo dolcissimo tagjai, a Váci Szimfonikus Zenekar művészei: Kutor Noémi (hárfa), Gudor Judit (klarinét). Műsorukban a klasszikus zeneirodalom népszerű dallamait sorakoztatják fel. Jegyár: 800 Ft/gyerek, 200 Ft/kísérő. Hegyvidék Kártyával 500 Ft/gyerek, 100 Ft/kísérő.

Jazzy-koncert. Radics Gigi március 28-án 19.00. A Jazzy Rádió szervezésében egy különleges akusztikus koncerten találkozhatnak Gigivel, aki néhány igazi zenei meglepetéssel készül. A koncert vendégei: a Voice tehetségkutató egyik nagy felfedezettje, Gájer Bálint és a nemzetközi hírű szaxofonművész, Holéczy Ákos Svédországból. Zséda április 12-én 19.00. Az élő zene varázsa, klasszikus elegancia, finom nőiesség, meghitt harmónia. Ismert világserek és jazzklasszikusok, úgy, ahogyan csak Zséda énekli, és legismertebb slágerei, ahogyan még csak kevesen hallhatták. Jegyár: 6990 Ft, 6490 Ft, 5990 Ft, 5490 Ft, 4990 Ft, 4490 Ft. Jegyek kaphatók a mom.jegy.hu honlapon, az Interticket hálózatán, valamint a MOM jegypénztárában.

Szabadpolc március 29-én és április 26-án 15.00–19.00. Könyvcserebere szabadon a Sirály sétányon. Vigye el régi, megunt, esetleg több példányban meglévő szépirodalmi, vagy ismeretterjesztő könyvét, és cserélje be a Szabadpolcon található könyvek bármelyikére. A könyvállomány folyamatosan cserélődik és újul, a programban részt vevők arányától függően. A becserélhető könyvek száma: maximum tíz darab. A szervezők kérik, hogy csak jó állapotban lévő könyveket vigyenek. A látogatók vendégek egy csésze teára. A belépés díjtalan.

Nyugdíjas filmklub és teaház. Április 3. 14.00 Egy gésa emlékiratai. Április 17. A rózsaszín párduc újra lecsap. Jegyár: 500 Ft/fő, Hegyvidék Kártyával díjtalan.

Két város könyvei. London és Budapest. Könyvbemutató április 3-án 19.00. Charles Dickens: London aranykora és más karcolatok. Feltizi-Veress András: Az ellenségem bátyja. Közreműködők: Bánki Éva (a Károli Gáspár Református Egyetem Világirodalom Tanszékének és az ELTE BTK Portugál Tanszékének oktatója), Kállay G. Katalin (a Károli Gáspár Református Egyetem Anglisztika Intézetének docense), NemKizárt együttes (Feltizi-Veress András és Maráczi Géza). Két szerző. Két barát. Két könyv. Egy író és egy fordító különös találkozása ez az este, ahol Dickens finoman megrajzolt londoni életképein keresztül Budapest kopott, titokzatos utcáira érkezünk. A NemKizárt együttes jóvoltából egy-egy novella megzenésítése is felcsendül majd. A belépés díjtalan.

Vukán Trió április 5-én 19.00. Last Message & Storm. A Last Message egy utolsó üzenet, mely a szerző, Vukán György életének egy válságos pillanatát őrzi, a Storm szintén az ő zenéje, Shakespeare Vihar című drámájához készült, és 2012-ben a Gyulai Várszínházban hangzott fel a trió koncertjének keretében. Jegyár: 3900 Ft, 3200 Ft, 2500 Ft. Hegyvidék Kártyával 20% kedvezmény. Jegyek kaphatók a www.mom.jegy.hu oldalon, az Interticket hálózatán, valamint a helyszínen.

Zurgó Dió és Táncház április 5-én 18.00 és 20.00. Moldvai csángó népzene, tánctanítás, daltanítás. Muzsikál: Zurgó együttes. Táncot tanít: Draskóczy Lídia. Betáncoló: gyerekenként 400 Ft. Jegyárak: 800 Ft, 500 Ft (diákjegy). Jegyek a helyszínen kaphatók. www.zurgo.hu

Hitelest április 10-én 18.00. Kiss Benedek Isten csavargója című válogatott verseskötetének bemutatója. Közreműködik: Kubik Anna Kossuth-díjas színművész. A belépés díjtalan.

Válogatás Somogyi János Munkácsy- és SZOT-díjas festőművész műveiből. Megnyitó: április 10. 18.00. A kiállítást megnyitja: Szakonyi Károly író. Megtekinthető: április 21-ig. A belépés díjtalan.

Főként nőként műhely április 10-én 18.30. Csakratánc. Fedezd fel és energetizáld csakráidat! Csoportvezető: Balázs Mari modern koreográfus, táncelméleti szakíró, a Dream Team Színház alapítója, White Belt Nia oktató. Szervezők: Ecsegi Kriszta ThetaHealing© konzulens és instruktor, Zámbó Márta coach, kommunikációs szakember. www.fokent-nokent.hu, www.facebook.com/FokentNokent. A belépés díjtalan.

„Én is világot hódítani jöttem." 100 éve született ***Weöres Sándor***. Versmondó verseny április 12-én 12.00 5–8. évfolyamos diákoknak. 5–6. évfolyamon a kötelező vers Weöres Sándor Déli felhők című költeménye, a szabadon választott vers egy kortárs magyar költő verse. 7–8. évfolyamon a kötelező vers Weöres Sándor Daráló című költeménye, a szabadon választott vers egy kortárs magyar költő verse. Várnak minden versbarátot a hallgatók sorába! A belépés díjtalan.

Illényi Katica április 13-án 19.00. Közreműködik: Bundzik István trió. Vendégművész: Illényi Csaba. Jegyár: 4900 Ft, 3900 Ft, 2900 Ft. Jegyek kaphatók a mom.jegy.hu honlapon, az Interticket hálózatán, valamint a MOM jegypénztárában.

A világ körtáncai szerdánként 18.30–20.30. Körtánctanítás nőknek és férfiaknak. A résztvevők görög, balkáni, breton, izraeli, afrikai, ír, amerikai és a világ minden tájáról összegyűjtött autentikus néptáncok mellett szakrális és meditációs körtáncokkal is megismerkedhetnek. Partner és előképzettség nem szükséges. Minden alkalommal más összeállítás van, minden lépést együtt tanulnak meg a résztvevők. Kezdőknek és az idősebb korosztály számára is ajánlott. A foglalkozást vezeti: Istenes Emília. Információ: 319-6145, 06/20-579-5035, www.festomuvesz.hu/istenes.

Baba-mama klub hétfőn, kedden és csütörtökön 10.30–11.30. Alakjavító torna a mamáknak, óvónői gyermekfelügyelet a babáknak. A foglalkozást vezeti: Balázs Mari táncművész. Belépő: 700 Ft/alkalom, bérlet 7000 Ft/11 alkalom. Információ: 06/30-973-2331.

Babamasszázs keddenként 10.00. A foglalkozást vezeti: Bajzáth Erzsébet IAIM csecsemőmasszázs-oktató. Előzetes jelentkezés szükséges: 06/30-989-2427.

Beszélő Babakezek babajelbeszéd-tanfolyam csütörtökönként 9.30. Hathetes tanfolyam. Korai kommunikáció 6 hónapos–2,5 éves gyermekekkel. A babajelbeszéd lehetővé teszi, hogy hatékonyan kommunikáljanak a babákkal, jóval azelőtt, hogy beszélni tudnának. Megtudhatják, mire gondol a még beszélni nem tudó kisbaba, segíthetnek neki, hogy világosan közölhesse, mit akar, mire van szüksége. A jelelő babák nyugodtabbak, kiegyensúlyozottabbak, kevesebbet sírnak. Hat-hét hónaposan elkezdhetnek jelekkel kommunikálni, hamarabb kezdenek el beszélni gazdagabb szókinccsel. Jelentkezés: Zentai Katalin, 06/20-479-2829, info@babakezek.hu, www.babakezek.hu, www.facebook.com/babakezek.

Csillagszemű keddenként 16.00–17.00. Magyar néptánc oktatása 3–7 éves korú gyermekeknek a Timár-módszer alapján. Információ: Timár Böske, 06/30-950- 9137.

Csipkeverők baráti köre minden páratlan hét szombatján 10.00–13.00. Információ: Semsey Ágnes, 06/20-573-2775.

Energiamasszázs szombatonként. Csakraharmonizálás. Előzetes jelentkezés szükséges. Információ: Legáth Péter, 06/30-644-4602, peterpraktikak@gmail.com.

English Jolly Phonics csütörtökönként 15.30. Alap angol írás-olvasás készségfejlesztése 5-8 évesek részére. Folyamatos szókincsfejlesztés kézműveskedéssel, ének, szópárok, színek és az adott hangokhoz kötődő szavakon keresztül. Folyamatos csatlakozási lehetőség. Információ: Mák-Latinyák Teréz, 06/30-911-5708.

Etka-jóga klub csütörtökönként 17.30. Etka anyó által kidolgozott jógatorna, ami karbantartja a gerincet, segít mozgásszervi megbetegedés esetén és segítséget ad a mindennapi életvitelhez. A foglalkozást vezeti: Tóth Lívia (321-2952). Részvételi díj: 800 Ft/fő/alkalom.

Fakalinka csütörtökönként 17.30–18.30 3–7 éveseknek és kisiskolásoknak. A komplex, kiscsoportos foglalkozások kézműves, képzőművészeti tevékenységek köré szerveződnek. Bábok, játékszerek készítése különböző technikával: kollázs, festés, gyurmázás, agyagozás, nemezelés, gyöngyfűzés, fonás, barkácsolás. A témához a keretet az évszakokhoz, ünnepkörökhöz kötődő mondókák, gyermekdalok, népdalok, bábjátékok adják. Kisebbeknél a felnőtt kísérők is részt vesznek a foglalkozásokon. A készített darabokat a gyerekek hazavihetik. Folyamatos csatlakozási lehetőség. Információ: Csiszér Jolán óvodapedagógus, 06/20-594-4957, csiszer.jolan@freemail.hu.

Grace Mozgásművészeti Stúdió hétfőnként és péntekenként 15.30–20.00. Oktatás 3–4 éves, 4–6 éves, 6–8 éves és 9–12 éves korosztály számára. Az oktatás kis létszámú csoportokban történik. A foglalkozást vezeti: Stubna Enikő táncpedagógus (06/30-994-3118, www.mmistudio.hu).

Tündértánc. Gyerektánc-terápia keddenként 16.30–17.30. Kiegyensúlyozott és nehézségekkel küzdő gyermekek számára egyaránt. A foglalkozások célja, hogy a gyerekek kapcsolatba kerülhessenek belső önmagukkal és társaikkal, ezzel utat nyitva személyiségük fejlődéséhez és a hétköznapi életben való boldogulásukhoz. A részvétel előfeltétele az ismerkedő interjún való részvétel, amelynek pontos időpontjáról telefonon kapnak felvilágosítást. Havibérlet: 6000 Ft. Információ és jelentkezés: Cseri Ágnes, 06/70-564-1911, 06/30-410-7696, www.tunder-tanc.blogspot.com, gyermektancterapia.hu, agneskecseike@gmail.com.

Hegyvidék Ritmikus Gimnasztika szerdánként és péntekenként 17.00. A szakosztályban tanfolyamos (3–5 éves) kislányoktól válogatott versenyzőkig folyik a képzés. A tanfolyamokat vezeti: Wágner Orsolya és Kis Krisztina balettmester. Információ: Wágner Orsolya, 06/20-390-4839 és Mochlár Emese, 06/30-241-8352.

Helen Doron gyerekangol BBS (4–28 hónapos gyerekeknek) hétfőként 9.30–10.30, FEFAC (5–8 éves gyerekeknek) csütörtökönként 16.45–17.30 és 17.30–18.15. Az óra csak angol nyelven folyik. Információ: Endre Judit, 06/30-313-6822; Mátrai Zsuzsi, 06/20-367-7222.

Hiphop- és moderntánc-tanfolyam keddenként és csütörtökönként 18.00–19.00. A Hegyvidék SE Moderntánc Szakosztálya főképp hiphop, jazz és videoclipdance stílusban tanítja, fejleszti növendékeit 6 évestől 18 éves korig. A gyermekeket rendszeresen viszik kerületi és kerületen kívüli fellépésekre. Folyamatos csatlakozási lehetőség. Információ: Szőllősy Előd (szakosztályvezető), 06/30-989-4130, 06/70-612-9149.

Iciri-Piciri táncház szerdánként 17.00–17.30, csütörtökönként 9.30–10.00 és 10.10–10.40. Játékos néptánctanítás néptáncpedagógus vezetésével, ahol az 1 és 4 év közötti gyerekek szüleikkel, kísérőikkel közösen kísérletezhetnek a tánclépések elsajátításával, miközben átitatódnak a népzene, a néptánc hangulatával. Folyamatos csatlakozási lehetőség. Váltócipő szükséges! További információk: www.tucsok-zene.hu. Jelentkezés: 06/30-999-4945, tucsok.zene@indamail.hu.

Kölyök hiphop szerdánként 16.30–18.00 5 évestől 10 éves korig. A hiphop műfaján belül különböző koreográfiák tanulása zajlik a 90 perces órákon. Folyamatos csatlakozási lehetőség. Edző: Berkes Dóra (06/30-847-1030). Információ: Szőllősy Előd (szakosztályvezető), 06/30-989-4130, 06/70-612- 9149.

Labdás Tücsök Torna szerdánként 10.00 6 hónapostól 4 éves korig. Minden gyereknek külön nagy labdát biztosítanak. A korlátozott csoportlétszám miatt előzetes bejelentkezés szükséges. További információk: www.tucsok-zene.hu. Jelentkezés: 06/30-999-4945, tucsok.zene@indamail.hu.

MOM Rádióklub csütörtökönként 18.00–22.00. Elnök: Matzon Jenő (06/30-203-9368).

Nia keddenként 19.00–20.30. A Nia technique (Neuromuscular Integrative Action – alapítói: Debbie és Carlos Rosas, USA) holisztikus fitneszirányzat, hozzásegít a test–szellem–lélek egészségének megteremtéséhez. A Nia lehetőség a belső kutatásra és felfedezésre, út, amely saját egyéniségünkön át a végtelen kreativitás területére vezet. Mindazoknak ajánlott, akik szeretnek zenére mozogni, nőknek és férfiaknak egyaránt. Nincsenek szigorú szabályok, a lényeg a feloldódás, az ősi erővel bíró tánc által kiváltott „transzállapot" megélése, a mozgás örömének megtapasztalása. Információ, jelentkezés: mari.maryss@gmail.com, 06/30-973-2331.

Nyugdíjastorna szerdánként 8.30–9.30 és 9.30–10.30, péntekenként 8.30–9.30 és 9.30–10.30. A gerinc melletti izmokat tehermentes testhelyzetben nyújtó, erősítő, a törzs izmait fejlesztő torna. Elsősorban kerületi hölgyeknek. Előzetes bejelentkezés szükséges az információs pultnál. A foglalkozást vezeti: Rácz Péterné kerületi gyógytestnevelő. Belépő: 500 Ft/alkalom. Kerületi lakosoknak Hegyvidék Kártyával a részvétel ingyenes. Egy Hegyvidék Kártyával egy belépőjegy igényelhető.

Óbuda Mozgásművészeti Iskola hétfőnként 15.30–20.15, keddenként 15.30–20.15, csütörtökönként 15.30–20.15. Testképző és mozgásfejlesztő gimnasztika sok tartásjavító gyakorlattal, zenei kísérettel. Berczik Sára módszere alapján, iskolarendszerűen egymásra épülő korosztályos csoportokban, kezdőtől a versenyszintig. Jelentkezni lehet 10 éves kortól. A foglalkozásokat vezeti: Benis Katalin ritmikusgimnasztika-edző, Paulné Zoltán Zsuzsanna ritmikusgimnasztika-edző, táncpedagógus. Információ: 200-0138, 06/20-946-0848, iroda@omisk.hu, www.omisk.hu.

Óvóka hétfőnként és szerdánként 9.00–12.00. A népművészet játékos megismerését szolgáló, zenés, táncos, népmeséket dramatizáló, néphagyományokat, népi mesterségeket felelevenítő, komplex, tematikus, kiscsoportos foglalkozássorozat. Folyamatos csatlakozással, a 7 éven aluli korosztálynak. Információ: Csiszér Jolán óvodapedagógus, 06/20-594-4957, csiszer.jolan@freemail.hu.

Rock and Magic Sportegyesület hétfőnként és szerdánként 16.00. Akrobatikus rock and roll és showtánc-tanfolyam gyerekeknek, 6–16 éves korig. A foglalkozást vezeti: Tóth Bence (06/30-483-3020), Szalma Lilla (06/70-586-6111).

Sahaja jóga keddenként 18.30–20.30. A tanfolyamon való részvétel ingyenes, de a terembérlethez való önkéntes hozzájárulás lehetséges. Információ: Jinda Józsefné, 203-2496.

Szivárvány Showtánc keddenként 17.00–18.00, csütörtökönként 16.00–17.00. Modern showtánc kategóriában (jazz, hiphop, funky, balett, társastáncok), 7 éves kortól. Vezető: Balázs Márta táncpedagógus (06/30-409-2400).

Tortadekorációs tanfolyam vasárnaponként 10.00–17.00. Várják a háziasszonyokat, hobbicukrászokat, szakmabelieket. Előképzettség nem szükséges. A kezdő intenzív tanfolyam során habzsákos technika, marcipánvirágok készítése, tortabevonás és sok más egyedi, újszerű dekorációs technika sajátítható el. Információ: www.desszertmester.hu.

Tücsök-zene hétfőnként 10.00, keddenként 9.30, 10.10 és 17.00, péntekenként 11.00. Személyiségfejlesztő ritmus–ének–zenefoglalkozás zenetanár vezetésével, már 6 hónapos kortól 4 éves korig. Folyamatos csatlakozási lehetőség. További információk: www.tucsok-zene.hu. Jelentkezés: 06/30-999-4945, tucsok.zene@indamail.hu.

Biopiac szombaton 6.30–12.00.

BÖSZÖRMÉNYI IRODAHÁZ 'B' FÖLDSZINTI TANÁCSTEREM
XII., BÖSZÖRMÉNYI ÚT 24.

A Hegyvidéki Trianon Társaság programja április 10-én 18.00. Dr. Rétvári Bence (parlamenti államtitkár): Emlékezés Deák Andrásra; Önkényuralmi rendszerek szimbólumainak és utcatábláinak számúzése. Ozsváth Kálmán (az Echo Tv és a Mária Rádió szerkesztője, önkormányzati képviselő): Emlékezés a vörös diktatúra áldozatára, Sándor István újpesti mártír szerzetesre.

XII., SZARVAS GÁBOR ÚT 8/C
TELEFON/FAX: 200-8713
TELEFON: 275-1394
WWW.VIRANYOS.HU
VIRANYOS@T-ONLINE.HU
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Virányosi filmklub. Március 28. 13.00 A Vaslady. A belépés díjtalan.

Skandináv Klub március 29-én 18.30. Money, money, money. A pénz és a kapcsolatok építő szerepe. Előadó: Csorba András. Klubvezető: Szabó Péter. Belépődíj: 500 Ft, a klubtagoknak ingyenes.

Locsolóbál április 1-jén 19.00–23.00. Belépődíj: 1200 Ft. Harmónia Táncklub. Klubvezető: Székely Attila.

Egészségvédő klub április 2-án 17.00. Magyar orvosok és mérnökök többéves kutatómunkájának eredményeként született meg a Magneter készülékcsalád. Ez a XXI. századi egészségmegőrző és rehabilitációs eszköz otthoni és professzionális használatra egyaránt alkalmas. Előadó: Erdős László Magneter-szakértő. A belépés díjtalan.

Három dimenzió. Pucz Károly, Várai Mihály és Kálovics Ildikó fotográfusok közös kiállítása. Megtekinthető: április 9-ig, előzetes bejelentkezést követően (200-8713).

Az APS Stúdió költészet napi tárlata április 13-án 17.00. Emlékezés ***Jékely Zoltán***ra születése 100. évfordulója alkalmából. Fotóillusztrációs kiállítás a költő műveire komponálva. Megnyitja: Dombi

Ilona pedagógus. Közreműködik: Szabó Péter (vers), Majoros Árpád gondolatszobrász (bölcsességek). Klubvezető: Abonyi Maya. Megtekinthető: április 29-ig, előzetes bejelentkezést követően (200-8713).

Kriston intim torna április 13–14-én 8.30–13.30. Kortól függetlenül, nem csak probléma esetén. Idősek, fiatalok, nők, férfiak, kismamák részére. Az alhas izmait, kötőszöveteit, szerveit védő egészségnevelő program, megelőzési és szövetgyengeségből, illetve más funkciózavarból származó tünetek megszüntetésére, mérséklésére való törekvéssel. A résztvevők lépésről lépésre sajátítják el a rejtett izmok tréningjét önbizalomtól, ügyességtől, életkortól függetlenül. A tréning végén minden hallgató egyéni programot kap problémájától függően. Cél, hogy mindenki megnyíljon önmaga felé. A trénerek abban segítenek, hogy gazdagabban, könnyebben, erővel telve, hittel megerősödve térjenek haza a résztvevők. Vezeti: Áldott Katalin (06/20-927-0199). Részvételi díj: 23 000 Ft.

Kriston intim torna haladóknak április 15-től hétfőnként 18.00–19.00. A gátizmok tudatos tréningjét együtt végzik azokkal a gimnasztikákkal, amelyek átmozgatják az egész testet. Az így kapott eredmény igen komplex, megdolgozza a fizikumot és a szellemet is! Testben és lélekben szépít és fiatalít. Vezeti: Áldott Katalin (06/20-927-0199). Részvételi díj: 3000 Ft (bérlet 3 alkalomra), alkalmanként 1300 Ft. Előzetes jelentkezés szükséges.

Csiri-biri torna szerdán 9.30–10.30. A babatornára 3 éves korig várják a már járni tudó, izgő-mozgó kis tornászokat. Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, 10 000 Ft/10 alkalom.

Tücsök-zene csütörtökön 17.00–17.30. Ritmus–ének–zenefoglalkozás zenetanár vezetésével, 6 hónapos kortól 4 évesig. Folyamatos csatlakozási lehetőség előzetes jelentkezéssel. 10 alkalom + 3 ajándék alkalom: 10 000 Ft/család, 5 alkalom + 2 ajándék alkalom: 6500 Ft/család. Érdeklődés: Gál Gabriella, 06/30-999-4945, www.tucsok-zene.hu.

Hangszervarázs zenetanoda. Játékos zenei nevelés óvodásoknak. A foglalkozások csoportjai minimum 6, maximum 12 fővel működnek. A foglalkozás időtartama: 45 perc. Vezetője: Nagy Mária, az Operaház zenekari művésze, az Operaház gyerekműsorainak játékmestere. Zeneóvodák: Largo 3–4 éveseknek, zenei játékok és furulya használata kedden 16.00–16.45. Moderato 4-5 éveseknek, saját módszerű kotta és játékfeladatok, furulyaismeretek kedden 16.00–17.30. Dúr-moll 5–7 éveseknek, iskola-előkészítő kedden 13.00–16.00. Érdeklődés, jelentkezés: Nagy Mária, 06/30-936-2040, www.hangszervarazs.com, hangszervarazs@gmail.com; Nagy Teréz, 06/30-936-1713.

Judo hétfőn 15.00–16.00 4 éves kortól óvodás és általános iskolás gyerekek részére. A judo a harcművészetek egyik legkifinomultabb formája, amely az önfegyelemre és a lágy küzdőszellemre épül, erőszakos mozdulatok (rúgások, ütések) alkalmazása nélkül. Az edzések során a gyerekek játékos formában sajátíthatják el a judo alapjait, az eséstechnikákat, a földharcelemeket és a dobásokat, miközben reflexeik és mozgáskoordinációjuk jelentősen fejlődik. Vezetőedző: Rajcsányi Gergő (06/30-221-9992, grajcsanyi@hotmail.com). Másodedző: Herédi Ákos (06/30-363-3361). Részvételi díj: 5000 Ft/hó. A tanfolyam megfelelő létszám esetén indul.

Művészi torna az Óbuda Mozgásművészeti Iskola szervezésében kedden és csütörtökön 15.20–20.00. Művészi torna a Berczik-módszerrel, iskolarendszerűen egymásra épülő, korosztályos csoportokban, 4 éves kortól. Testképző és mozgásfejlesztő gimnasztika sok tartásjavító gyakorlattal, zenei kísérettel. Vezeti: Mády Krisztina. Információ: 200-0138, 06/20-946-0848, www.omisk.hu, iroda@omisk.hu.

Angolnyelv-oktatás gyerekeknek hétfőnként 16.15–17.00 és 17.05–17.50, csütörtökönként 16.00–16.45. Beszédközpontú oktatás Helen Doron módszerével, speciálisan képzett tanárokkal, folyamatosan továbbfejlesztett tananyagokkal, középső és nagycsoportos óvodásoknak, 4-8 fős csoportokban. Jelentkezés folyamatosan: Endre Judit, 06/30-313-6822. A tanfolyam díja: 9500 Ft/hó.

Csillagszemű Táncegyüttes. Néptánctanítás óvodásoknak, kisiskolásoknak szerdán és pénteken. 15.00–16.00 óvodásoknak, 16.15–17.45 kisiskolásoknak. Művészeti vezetők: Timár Sándor Állami-díjas, Érdemes művész, a Hegyvidék díszpolgára és Timár Böske táncművész. Információ: www.csillagszemu.hu.

Ifjúsági sakkszakkör 6 éves kortól minden szerdán 16.30–18.00. Vezeti: Rollinger Károly. Részvételi díj: 1000 Ft/hó, 3600 Ft/fél év.

Élj 100 évet egészségesen 3-1-2 meridián-gyakorlatokkal szerdán 10.30. A tornát dr. Előry Ajándok tanítványa, Szigeti Magdolna vezeti. Bővebb információk: www.312.hu. A torna ingyenes, a terembérleti hozzájárulás 300 Ft/fő.

Pilates szerdán 18.00–19.00 Amerikában diplomázott oktatóval. A Pilates torna segít az izomzat feszessé tételében, a karcsúság és a hajlékonyság elérésében. Ízületkímélő hatásának köszönhetően hatékony a gerincproblémákra és a testtartás javítására. Remek feszültségcsökkentő, stresszoldó hatású, segíti a szellemi felfrissülést. Vezeti: Farkas Judit. Információ: 06/30-224-9050.

Zumba kedden és csütörtökön 10.00–11.00, kivétel minden hónap második keddi napja. Egy óra teljes kikapcsolódás. Kardiofitnesz latin alaptánclépésekkel. Tánctudás nem szükséges, minden korosztálynak ajánlják. Vezeti: Borbély Enikő. Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, 10 000 Ft/10 alkalom.

Jóga hétfőn 16.30–18.00 kezdőknek és 18.15–19.45 haladóknak. A jóga gyakorlása segíti a testi, lelki és szellemi egészség és harmónia megteremtését, a jó közérzet kialakítását és fenntartását. Vezeti: Bucher Katalin (06/30-298-3147). Részvételi díj: nyugdíjasoknak 1100 Ft/alkalom, 3200 Ft/4 alkalom, 9000 Ft/10 alkalom. Kezdőknek és haladóknak 1400 Ft/alkalom, 4400 Ft/4 alkalom, 12 000 Ft/10 alkalom.

Sportjóga pénteken 18.00–19.30. A jóga testtudatos torna, edzésmódszer, szellemi gyakorlat, a test fizikai szintjén fejleszti szervezetünk és idegrendszerünk egészségi állapotát. A légzéssel összekapcsolt nyújtó és lazító testhelyzetek, gyakorlatok erősítik izmainkat. Bármikor elkezdhető. Vezeti: Ruff Annamari (06/20-205-9918). Részvételi díj: 1000 Ft/alkalom, 3200 Ft/4 alkalom.

Felnőtt-társastánc. Kezdő: vasárnap 18.00–19.00, 19.00–20.00. Középhaladó: vasárnap 17.00–18.00. Haladó: vasárnap 18.00–19.00. Klubvezető: Székely Attila (06/30-952-9477). Részvételi díj: 1500 Ft/alkalom. Információ: www.harmoniatancklub.hu.

Rock and roll tánctanfolyam szerdán 20.00–21.00. Részvételi díj: 1500 Ft/fő/alkalom. Klubvezető: Székely Attila (06/30-952-9477). Információ: www.harmoniatancklub.hu.

Felnőtt művészi torna hétfőn, szerdán és pénteken 8.00–9.00 és 9.00–10.00. A foglalkozásokat mindazoknak ajánlják, akik szép és természetes mozgások útján szeretnének eljutni izomerejük, állóképességük, hajlékonyságuk fejlesztéséhez, testük fizikai karbantartásához, alakjuk formálásához. Vezeti: Tass Olga mesteredző, olimpiai bajnok. Jelentkezés, információ: 355-9477.

Karbantartó torna kedden és pénteken 10.00–11.00 és 11.00–12.00. Vezeti: Krizsánné Bucsú Andrea gyógytornász. Információ: 06/20-960-6473.

Happy Torna Stúdió. Prímatorna korhatár nélkül. Bármikor elkezdhető tömegsport. Javítja a tartást, a ritmusérzéket, az egyensúlyt, formálja a testet. A nőies mozdulatok, az élvezetes koreográfia kikapcsolnak a mindennapokból és felfrissítik a szellemet. Időpontok: hétfőn 8.00, 9.00, 16.00, 17.00, 18.00, kedden 8.00, 9.00, 17.00, 18.00, 19.00, szerdán 8.00, 9.00, 17.00, 18.00, csütörtökön 8.00, 9.00, 17.00, 18.00, 19.00, pénteken 8.00, 9.00, 15.00, 16.00, 17.00, szombaton 8.00, 9.00, 10.00, vasárnap 8.00, 9.00, 10.00. Információ: Gálbory Zsuzsa, 275-1555. Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, 10 000 Ft/24 alkalom.

Kismamatorna kedden és pénteken 12.00–13.00. Felkészülés a szülésre tornával, relaxáció, légzéstechnika, vajúdási helyzetek elsajátítása, praktikus tanácsok szüléshez és csecsemőgondozáshoz. Vezeti: Krizsánné Bucsú Andrea gyógytornász. Információ: 06/20-960-6473.

Hastánc szerdán 19.00–20.30. Minden korosztálynak, nyugdíjasoknak kedvezmény! Vezeti: Hódiné Fodor Mária (06/30-950-7468). Részvételi díj: 1800 Ft/alkalom. Előzetes jelentkezés szükséges.

Rajztanoda csütörtökön 18.00–20.00. Felvételi előkészítés, festészeti technikák: portré, csendélet, mozdulatvázlatok és rajz oktatása. Vezeti: Z. Szabó Zoltán festőművész. Információ: 06/30-314-4638. Részvételi díj: 11 000 Ft/hó.

Baba-mama klub kedden és csütörtökön 9.00–10.00, kivétel minden hónap második keddi napja. Várnak minden kisgyermekes édesanyát, aki kikapcsolódásra, baráti kapcsolatokra, testmozgásra vágyik. Amíg a mamák tornáznak, addig a gyerekek felügyelet mellett játszanak. Az edzés után teázás, beszélgetés. Vezeti: Borbély Enikő fitneszoktató. Részvételi díj: 1000 Ft/alkalom, 9000 Ft/10 alkalom.

Namasté – Asperger kortárs klub autizmussal élő fiatalok számára minden hónap második és negyedik vasárnapján 16.00–18.00. Változatos programokkal várják a fiatalokat: kézművesség, drámajáték, színház- és kiállításlátogatás, túrák. Segítséget nyújtanak a munkavállalásban, a világ dolgaiban való eligazodásban. Vezeti: Vadasné Tóth Mária (06/30-280-3779). Tagsági díj: 1000 Ft/fél év.

Téry Ödön Turista Baráti Társaság kedden 18.30–21.00. Vezeti: Mészáros János. Tagsági díj: 1000 Ft/fél év.

(Folytatás a 10. oldalon)

Új üzletek a Hegyvidék Bevásárlóközpontban

Tovább bővül a divat- és szolgáltatóválaszték

Számos várva várt, új üzlet nyílt és nyílik hamarosan a Hegyvidék Bevásárlóközpontban. A ***Bri Like cipőbolt*** a különleges designer darabok kedvelőinek nyújt egyedi kínálatot, a ***Addicted*** cipőboltban pedig felső és középkategóriás márkákat találnak meg a vásárlók. A ***Glamour&Beauty*** az elegancia és a minőség színvonalas parfümériája, ahol a szépségtanácsadók szakértelemmel és folyamatosan frissített ismeretekkel állnak a vásárlók rendelkezésére, legyen szó akár illat-, akár bőrápolási, vagy sminktanácsadásról. A legismertebb kozmetikai márkák, Chanel, Esteé Lauder, Hermés, Clarins mellett számos, az országban csak itt elérhető, egyedi és exkluzív illatszer is kapható lesz. A magasföldszinten, április végén nyíló ***játékbolt***ban világmárkák és képesség fejlesztő játékok, valamint ***gyermekmegőrző*** várja a családokat. A május első hetében nyitó ***Lana ékszerbolt*** márkás ezüst ékszerek és féldrágakövek különleges gyűjteményét vonultatja fel. A szintén májusban nyíló ***Ceruza Megapapír*** nevű üzletünkben papír-írószert, nyomtatványt és ajándéktárgyakat találnak a betérők.

A nagy érdeklődés övezte, igazi kulináris élvezetet nyújtó *étterem* május közepétől fogadja a betérőket.

Központunkban továbbra is minőségi szolgáltatásokat és termékeket, gasztronómiai különlegességeket kínálunk elérhető áron.

Nálunk található többek között a kerület legmodernebb CBA Príma szupermarketje és legnagyobb ***OTP bankfiók***ja, amely az új nyitva tartás szerint ***már szombaton 9-13 óra között is várja a látogatókat***. A ***Tiszta Kék*** tisztító ***cipőjavítás***sal bővítette magas szintű szolgáltatásainak körét. Az üzletház egyedi, kulináris termékeket árusító boltjai mindenből a legfinomabbat nyújtják, napi élelmiszereket, prémium kategóriás delikát termékeket, különleges kávékat, kitűnő borokat. Sokak szerint az ország legjobb hentese és halkereskedése is nálunk található. Máshol nem elérhető prémium márkák közül válogathatnak a divat szerelmesei többek között a Vathy's Corner-nél, a Stefanelnél, az Olsennél, vagy a Triumph-nál. A Líra könyvesboltban hozzáértő tanácsadással várnak, a Neckermann & Thomas Cook neve garancia a biztonságos utazásra. A DM drogéria magas szinten szolgálja a vásárlói igényeket. *(x)*

A Hegyvidék Bevásárlóközpont áprilisban is ingyenes programokkal várja a látogatókat:

Kamarakoncert: április 6. szombat 11.00
1. Antonio Lauro: Romanza
   Isaac Albéniz: Torre Bermaja
   Luigi Legnani: Capriccio no.36
   előadó: Kiss Bálint
2. Heitor Villa-Lobos: Etűd no.4
   Nikita Koshkin: Usher Valse
   előadó: Olgyay Gergő
3. Johann Sebastian Bach: E-dúr szvit: Gavotte, Gigue
   Heitor Villa-Lobos: Etűd no.11
   előadó: Szemadám Tamás
4. Johann Sebastian Bach: Végtelenül moduláló kánon
   Antonio Vivaldi: 4 Évszak: Tavasz: I. Allegro
   előadók: Kiss Bálint / Olgyay Gergő / Szemadám Tamás

Duma Színház: április 20. szombat 17.00
Fellép: Hadházi László

LISZT FERENC ZENEMŰVÉSZETI EGYETEM Dumaszínház **Várjuk szeretettel a Hegyvidék Központban! www.hegyvidekkozpont.hu**

Gyerekrajzokon a márciusi forradalom

Hegyvidéki iskolásoknak hirdették meg azt a rajzversenyt, amelyen a pályázók megmutathatták, hogyan képzelik el az 1848–49-ben történteket. A színes alkotásokat a Hegyvidék Központ e célra kialakított földszinti galériáján tekinthetik meg a vásárlók, érdeklődők április közepéig.

A díjátadó ünnepséget a Hegyvidék Központban rendezték, ahol április közepéig láthatók a rajzok

A márciusi ifjak hősiessége és a szabadságharc fájdalmas elvesztése. Petőfi, Kossuth, délceg, vagy éppen esendő huszárok, nemes tartású paripák, vagy épp gazdájukkal együtt eleső lovak – mindezek megjelennek azokon a rajzokon, amelyeket a hegyvidéki alsó tagozatos iskolások küldtek be a számukra meghirdetett pályázatra. A színes alkotások, a verseny kiírását tükrözve, pontosan megmutatják, hogyan képzelik el a kisdiákok az 1848–49-es forradalom és szabadságharc eseményeit. A beérkezett munkákból gazdag tárlat nyílt a Hegyvidék Központban, amit egy hónapig nézhet meg a közönség.

A díjátadó ünnepségen Pokorni Zoltán közös számolással oldotta a megszeppent gyerekek feszültségét. Mire megszületett a végeredmény (165 év telt el 1848 márciusa óta), az immár lelkes közönség tagjai egymás szavába vágva mondták a „feladvány" helyes megfejtését.

„Százhatvanöt év olyan hosszú idő, amit a családi, személyes emlékezet már nem képes megőrizni, ebben segít nekünk a történelem – magyarázta a polgármester. – Segít, hogy tudjunk az időben gondolkodni, és abban is, hogy mintánk legyen a hazafiságról, vagy az árulásról. A történelemből is tanulhatunk az életről."

Balassa László, a bevásárlóközpont igazgatója szerint fontos szempont számukra, hogy ne csak vásárolni lehessen, hanem a kultúrát is támogassák valamilyen módon, ezért hirdették meg a versenyt. „A képek alkotói biztosan örömmel veszik, hogy akár ezer ember is láthatja műveiket" – tette hozzá.

A versenyen első helyezést ért el a Virányos Általános Iskola 1.b osztálya, illetve Bíró István és Fejes Kristóf (Zugligeti Általános Iskola) közös munkája. Második lett a Virányosból Molnár Gergely és Nagy Gergely közös rajza, valamint Fazekas Dávid (Németvölgyi Általános Iskola) alkotása. A harmadik helyen is ketten osztoztak: Gerendai Ádám a Fekete István iskolából és Xu Jázmin a Németvölgyiből. Különdíjat kapott a Fekete István iskolás Németh Csaba, tovább két Németvölgyi-diák, Krieser Ákos és Varga Liza.

ai.

FOTÓK: SÁRKÖZY GYÖRGY

A győztes rajz (Virányos Általános Iskola 1.b)

Gyűjtők Bartl-képei

Újszerű kiállítás a Barabás Villában

A nyolcvanadik születésnapját ünneplő Bartl József Munkácsy Mihály-díjas festőművész munkáiból nyílt – rendhagyónak számító – kiállítás a Barabás Villa galériájában. A megnyitó vendégeit köszöntő Balázs Attila, a Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény és Galéria igazgatója elmondta, hogy a tárlat nem a művész tulajdonában lévő alkotásokat mutatja be, hanem azokat a képeket, amelyeket az önkormányzat kérésére a gyűjtők bocsátottak rendelkezésre.

A Bartl 80 című válogatás a tavaly életre hívott, az ország számos pontján megrendezett kiállítássorozatba illeszkedik – hívta fel a figyelmet köszöntőjében Sikota Krisztina. Szentendre és több város után jelenleg a pécsi Lenau Házban láthatók a festő művei. „Olyan sorozatot szeretnénk elindítani, amely a gyűjtők számára kíván bemutatkozási lehetőséget biztosítani" – tette hozzá az önkormányzat oktatási és kulturális bizottságának elnöke.

Bartl József tanulmányait a Képzőművészeti Főiskolán végezte, tanára volt Pap Gyula, Fónyi Géza és Bernáth Aurél. A szentendrei művésztelep tagja 1972-től. A fővárosban, vidéken és külföldön is láthatták munkáit. Tájak, csendéletek, enteriőrök és portrék mellett grafikával, plasztikával, gobelinnel és üveggel foglalkozik. Több díjat, valamint Derkovits-ösztöndíjat is nyert.

„A népi-paraszti kultúra motívumkincsének elemeit kiemeli környezetükből, mintegy felszabadítja a hagyományok kötöttsége alól, s ezzel egy időben új hagyományba, egy tudatos alkotói tervezet eredményeként létrejött, egyéni tradícióba integrálja azokat. Képein formák és színek lehetséges relációit tárja fel, a geometrikus alakzatok eltérő méretben és különböző beállításban ismétlődnek" – összegezte a festő stílusjegyeit Józsa Kitty művészettörténész.

Bartl József: Fejfák

A Bartl 80 kiállítás április 13-ig látható. Egy finisszázs keretében, április 8-án 18 órakor – könyvbemutató és dokumentumfilm-vetítés mellett – Bayer Ilona televíziós újságíró beszélget a műgyűjtőkkel.

(a.)

Lendvai művész bemutatkozása

Ismét lendvai alkotó műveivel ismerkedhet meg a hegyvidéki közönség. Dubravko Baumgartner festő, grafikus, a szlovén város képzőművészeti galériája vezetőjének munkáiból ad ízelítőt a Hegyvidék Galéria.

Meglepő alkotások fogadják a Hegyvidék Galéria új tárlatára érkezőket – meglepő, ám szellemes képek. Dubravko Baumgartner a Mura-vidék eltűnőben lévő népi építészetének nyomait dolgozza fel a képzőművészet eszközeivel. Ecsetjén a művészi kifejezés részévé válik a málladozó vakolat alól kilátszó, korhadó gerendázat, a félköríves, sötét pinceablak vagy az elhagyatottságában is mindig izgalmas, ódon szénapadlás. Műalkotássá nemesednek a falusi élet olyan hétköznapi részletei, mint a tyúklétra, vagy az ólajtó.

Baumgartner mestere az imitációnak, az elmúlás lenyomatait (a fakorhadékot, a lepergő habarcsot, a tárgyakra rárakódó piszkot) a látszat ellenére nem kollázsként, hanem pusztán ecsetjével idézi a néző elé, ugyanakkor az ezeket eredetileg hordozó közeg illúzióját szinte teljes mértékben sikerül megteremtenie – magyarázza művészetét több életrajzi írás.

Fonti Krisztina alpolgármester a megnyitón arra emlékeztetett, hogy a mostani kiállításnak hosszú előzménye van, hiszen a Hegyvidék régóta szoros kulturális kapcsolatot ápol Lendvával és a Szlovéniában élő magyar képzőművészekkel. „Másfél évtizede kezdődött, amikor az első nemzetközi művésztelepet szerveztük a Hegyvidéken – mondta. – Az itt készült alkotásokat bemutattuk a lendvai vár galériájában, majd a ljubljanai magyar nagykövetségen is. Ezt számos közös kulturális rendezvény követte. Éppen egy esztendeje a Hegyvidéki távlatok című tárlaton húsz itteni művész munkáit láthatta a lendvai közönség."

Az alpolgármester a szlovéniai művészek hegyvidéki bemutatkozásait is felidézte, köztük a legutóbbit: 2011 őszén Göntér Endre emlékezetes válogatásának adott helyet a MOM Kulturális Központ. A mostani megnyitót Kocsisné Dióssy Krisztina, a Solti György Zeneiskola igazgatójának altfurulya-, valamint Révész Eszter, a zeneiskola tanárának fuvolajátéka tette még hangulatosabbá.

(li)

FOTÓK: SÁRKÖZY GYÖRGY

Pannon fal (2005)

Dubravko Baumgartner

■ *Dubravko Baumgartner képei március 26-ig láthatók a Hegyvidék Galériában. Cím: XII., Városmajor utca 16.*

Megrendítő hit

Olasz Ferenc legújabb albuma

A húsvétváró hetek szakralitásába illeszkedett az a műsor és film, amely Olasz Ferenc Dicsértessék című könyvének bemutatóját kísérte március elején a MOM Kulturális Központban.

A fára, pléhre festett Krisztus-, Mária- és angyalportrékat fotóin megörökítő művész e szavakkal ajánlja olvasóinak legújabb albumát: *„E könyv anyagát 1973 és 2013 között fényképeztem. A népi vallásosság nagyon ritka, pusztulásukban is megkapó emlékei az elmúlt évtizedekben megfogyatkoztak, s országnyi területről csak néhány maradt fenn. Mára elkopott a tiszteletük, a megbecsülésük. Pedig mennyi fohász és könyörgés hangzott el a keresztek előtt, s mennyi imát hallgattak meg az idők során! Egykoron benépesítették az egész Kárpát-medence magyarlakta falvait utak kereszteződésében, gabonaföldeken, szőlőhegyek lábánál, faluk szélén, templomkertekben, temetőkben… Megkapó történetek, csodás események vagy járványok fűződnek ezeknek a kereszteknek az állításához. Megragadó e névtelen mesterek hite, amellyel megalkották műveiket."*

FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY

A korhadó falemezen, elhagyatottan álló kereszten látható arcok ismeretlen alkotók munkái, mégis olyan erővel fejezik ki e feszületek állítóinak fájdalmát és reményeit, mint a legnevesebb művészek mesterművei. Ez a kifejezőerő ragadta meg Olasz Ferencet.

A kötet bemutatóját Horváth Szilárd furulyajátéka, valamint az Ábrahám testvérek, Brigitta éneke és Zsófia szavalatai kísérték. Az összeállítás keltette hatást tovább fokozta, sőt, katartikus élménnyé tette az a film (Olasz Ferenc alkotása, a Magyarország 2000 – Passió – Munkácsy Mihály: Trilógia), amelyben bibliai szövegek segítségével merülhettünk el a híres Krisztus-trilógia megismerésében. A három kép (Krisztus Pilátus előtt [1881], Ecce Homo [1895–96], Golgota [1884]) részleteit már-már zavarba ejtően, szinte intim közelségből bemutató mozgóképek megrendítően élővé tették a húsvéti misztérium jelentését, jelentőségét.

Olasz Ferenc filmrendező, fotóművész, operatőr 1972-ben kezdte készíteni az Örökségünk című sorozatot a magyar népművészet értékeiről, majd A mulandóság fölé című filmet a népi vallásosságról. Fotográfiáin erdélyi, felvidéki és magyarországi pléh-Krisztusok, temetői keresztek, székely kapuk, bálványok és emberek éppúgy feltűnnek, mint a páratlan természeti környezet. Az alkotó munkásságát 1998-ban Magyar Örökség-díjjal ismerték el, az idén pedig Balázs Béla-díjjal tüntették ki..

JE

Kettő az egyben – tanulmánykötet a tanítóképzőről

Valójában két önálló művet tart a kezében az olvasó, ha a „Sorsfordító mozzanatok – a magyarországi kisgyermekkori nevelőképzés, a Budapesti Tanítóképző Főiskola, az ELTE TÓK és épülete történetéből" című kötetet lapozgatja. A Donáth Péter szerkesztette gyűjtemény a 2011 tavaszán megrendezett centenáriumi konferencián elhangzott előadások tanulmánnyá bővített és kiegészített szövegeit tartalmazza.

A könyv első fele bőséges ismeretekkel kitér mindarra az oktatási folyamatra, annak épülésére és fejlődésére, ami a kezdetektől zajlik az intézményben, részletesen tárgyalja a budai képző országos szakmai egyeztető fórumának szerepét a tanító- és óvóképzésben, majd megismerteti azt az utat, amit a Budapesti Tanítóképző Főiskolától az ELTE Tanító- és Óvóképző Főiskolai Karáig megtett az intézmény. Hiánypótló és alapos összegzés mindez, olyan színvonalú, tudományos igényű tanulmánygyűjtemény, ami nem meglepő a műfajban.

Az azonban, amit a kötet második felében tár fel a szerzőgárda (és ami miatt legalább annyira kulturális, mint oktatási témájú a könyv), valósággal „orrba vágja" az olvasót. A Cserny-különítmény 1919-es rémtetteit leíró fejezet hátborzongató olvasmány még az erős idegzetűek számára is.

„*Praktikus oka van annak* – írja a tanulmány szerzője, Donáth Péter –, *hogy a budai képző épületének 100. évfordulója előtt tisztelgő kötetben – ünneprontóan – külön figyelmet szentelünk az 1919-ben történteknek. A közelmúltban ugyanis – a Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat 2011. március 25-i ülésének határozata alapján – az épület Kiss János altábornagy utcai oldalán újra elhelyeztek egy, az 1919. július 21-én éjjel az alagsorban meggyilkolt csendőrtisztekre emlékeztető márványtáblát.*"

Korabeli tanúvallomások jegyzőkönyvéből részletesen megismerjük a három csendőrtiszt, Fery Oszkár, Borhy Sándor és Menkina János kivégzésének és tetemük eltüntetésének szinte minden pillanatát. Valóban hátborzongató, ám letehetetlen olvasmány, amely vélhetően élethű képet ad a XX. század elejének egy véres időszakáról.

li.

Húsvéti beszélgetés Zoltán atyával

Nem csak a katolikus egyház kiemelkedő ünnepe a húsvét, ám a keresztény emberek számára a hitük alapját jelenti a feltámadás. A szakralitáson és a vallási liturgián túl ez az ünnep a közösséghez tartozás érzésének örömét is magában hordozza. A húsvét lényegéről a városmajoriak által Zoltán atyaként emlegetett Lambert Zoltán plébánossal beszélgettünk, aki éppen közösségépítő szolgálatáért kapta meg a nemzeti ünnepen a Magyar Érdemrend Tisztikereszt (polgári tagozat) kitüntetést.

Ám még mielőtt leülhettünk volna egy nyugodt, csendes zugba…

– Ó, de jó, hogy írnak a Hegyvidék újságban a plébános úrról, én is nagyon szívesen mesélnék arról, mennyire türelmes és segítőkész mindenkivel! – lelkesedett az interjú hírére az a hölgy, aki épp valamit megköszönni tért be Zoltán atyához. – Sőt, egész sorozatot indíthatnának, ha mindenki elmesélné, mennyi mindent köszönhet neki. Higgye el, ő aztán tényleg megérdemelte azt a kitüntetést!

– Nagyon kedves, hogy ezt mondja – szólt ezúttal már Lambert Zoltán, a Budapest Városmajori Jézus Szíve Plébánia kanonok plébánosa. – Az elhangzott indoklás szerint a kitüntetés igazi oka a kisgyerekek számára immár harminc éve rendszeres „kismisék” hagyománya. Vasárnaponként külön tartunk szentmisét azoknak a családoknak, amelyekben újszülött baba, óvodás vagy alsó tagozatos gyerekek élnek. A harminc esztendő alatt felnőtt egy generáció, szülőkként már ők is hozzák gyermekeiket erre a szentmisére. Nagyon kellemes közösség alakult ki az évek folyamán, ebből jött létre a Városmajori Katolikus Egyesület is, harminc-negyven család részvételével. E szentmisének kezdettől fogva én vagyok a miséző papja. Mindig a kistemplomban gyűlünk össze, utána elvisszük a székeket, és az így kialakult nagy téren tartjuk az úgynevezett „Tracsi partit”. A gyerekek a szőnyegen játszanak, a szülők egymással beszélgetnek, hoznak teát, szörpöt, süteményeket. A Széll Kálmán tér sarkán működik egy hentesüzlet, a nagyon kedves hentes évek óta minden vasárnap felajánl számunkra egy kiló szeletelt parizert.

■ *Hány esztendeje szolgálja a városmajori gyülekezetet?*

– Plébánosként huszonegy éve, előtte káplán voltam itt. A pappá szentelésem óta ez a második helyem, ami ritka, mert néhány évenként át szoktak helyezni minket. Én csak egy rövid ideig voltam Csolnokon, egy sváb faluban káplán, onnan kerültem ide 1968-ban. A kisgyerekek miséje egyébként nem az én ötletem, hanem két hitoktatónőé, egyikük gyógypedagógus, a másik pedig nyelvtanár, mindketten jeleskedtek az óvodások hitoktatásában. Halál és elköltözés miatt, sajnos, ők már nincsenek közöttünk. Kezdetben még hárman voltunk káplánok, így könnyebben tudtuk egyszerre megtartani a „kismisét” és a nagytemplomi diákmisét, most azonban már kevesebben vagyunk, de nem adtuk fel, folytatjuk.

■ *Nemcsak a nemzeti ünnepen kapott kitüntetés, de a közelgő húsvét miatt is a szokottnál mozgalmasabb az élet a plébánián.*

– A húsvét a keresztény ember számára a legnagyobb ünnep, hitünk alapját, az Úr Jézus értünk vállalt szenvedését és feltámadását ünnepeljük. Kicsit furcsán hangzik ez így, tudom, de nem azt ünnepeljük, hogy szenvedett Jézus, hanem hogy a feltámadás fényében szenvedte el azt, amit Isten Fiaként vállalt. Jézus feltámadása hitünk szilárd alapja. Pál apostol a levelében is így írja: „ha Krisztus nem támadt volna föl, hiába való lenne a mi hitünk”. Hiszünk Jézus Krisztusban, és a tanítását elfogadva követjük őt. Nem azért, mert ő szuperzseni volt, hanem mert valóságos Isten, akiben és aki által a teremtő Isten jött el közénk. Szólt hozzánk, emberi nyelven hallható és érthető módon. A nagyhét szertartásai ezeket tárják elénk, ezért igen eltérnek az egyéb szertartásoktól. Lélekbe markolók, különösen megragadók.

■ *Virágvasárnap Jézus jeruzsálemi bevonulására emlékezünk…*

– Ezt az eseményt azzal ünnepeljük, hogy a templom melletti Szűz Mária-szobornál pálmaágak helyett barkát szentelünk, innen ünnepélyesen bevonulunk a templomba. Barkaágakat lengetve énekünkkel köszöntjük és dicsérjük Jézust mint Messiás királyt. A virágvasárnapi ünnepi szentmisén Jézus szenvedéstörténetét énekli az énekkar. A nagyhét első három napján húsvétra felkészítő lelkigyakorlatos szentbeszédek hangoznak el az este 6 órai szentmise keretében. Nagycsütörtökön Jézus utolsó vacsorájára emlékezünk. Ekkor végzik a plébánosok a lábmosás szertartását tizenkét kiválasztott fiúnak, férfinak.

■ *Azt mondta nekem valaki, aki már részesült ilyenben, hogy élete egyik legnagyobb ajándéka volt.*

– Ez kölcsönösen nagy és megható élmény-ajándék nemcsak a kiválasztott hívőnek, hanem a papnak, plébánosnak is.

■ *Hogyan választják ki a – gondolom, az apostolokat képviselő – tizenkét férfit?*

– Annak alapján, hogy menynyire aktív tagjai közösségüknek. Legtöbbször hittanos, ministránsfiúk, vagy gondos, gyermekeit hitben nevelő apák. A másik érdekes eseménye e nap szentmiséjének az, amit népiesen így mondanak: „A harangok Rómába mennek.” Amikor ugyanis elénekeljük az Istent dicsőítő éneket, zúgnak a harangok, zeng az orgona, majd minden elhallgat, és a nagyszombati késő esti szertartásig valamennyi hangszer néma marad. A nagycsütörtöki szentmise harmadik különlegessége a két szín alatti áldozás.

■ *Vagyis borral is.*

– Igen, így mondjuk helyesen: kenyér *és* bor színe alatt. Ezzel emlékezünk arra, hogy Jézus az utolsó vacsorán alapította meg az oltáriszentséget. Ez az ő teste és vére, lelkünk eledele a kenyér és a bor színe alatt. A szentmise megrázó befejezése az oltárfosztás szertartása, amivel Jézus elfogatására emlékezünk. A szentélyt, az oltárt minden díszétől megfosztjuk, és az oltáriszentséget külön kápolnába visszük. A Getszemáni kertben vérrel verítékező, szenvedő Jézussal való együttérzés jeleként késő estig csendes imádságot tartunk. Nagypéntek a Jézus kereszthalálára emlékezés napja. Délelőtt teljes csend van a templomban. Délután három órakor, Jézus halálának órájában kezdődik a keresztútjárás. A nagypéntek esti szertartásban meghökkentő élményt jelent az asszisztencia néma csendben történő bevonulása. Ezt a leborulással kifejezett csendes bűnbánat követi, majd pedig a passió eléneklése. Utána a kereszt ünnepélyes behozatala a templomba, aztán a hódolat a kereszt és a keresztre feszített Jézus előtt. Áldoztatás következik, ennek végeztével a kialakított szent sírra helyezzük az oltáriszentséget, és itt késő estig tart a szentségimádás. A nagypénteki szertartást nevezik népiesen „csonka misének”, mert a szentmise lényegéhez tartozó átváltoztatás (*a kenyér Krisztus testévé, a bor Krisztus vérévé változik át a miséző pap szavára – a szerk.*), ami a szentmise lényeges része, hiányzik a szertartásból. Nagyszombat délelőttje és délutánja csendesen telik el. Jézus jelképes sírja, a szent sír előtt egész nap imádkozhatnak a hívek. Este nyolckor kezdődik a húsvéti vigília, vagyis előesti szertartás, melynek során már Jézus feltámadását ünnepeljük. A tűzszentelés a templomon kívül a mindent átjáró jézusi szeretetre emlékeztet. Megszenteljük a feltámadt Jézusra emlékeztető húsvéti gyertyát. Bevonulunk az elsötétített templomba, ahol egyedül a feltámadt Jézust jelképező húsvéti gyertya világít, majd fokozatosan gyújtunk egyre több gyertyát, és ezek fényénél énekeljük a húsvéti öröméneket. Ezután újra felcsendül az Istent dicsőítő ének, megkondul a harang, csengők szólalnak meg, felzeng az orgona, és a felkapcsolt lámpákkal immár fényárban úszik a templom, jelezvén a feltámadt Jézus dicsőségét.

■ *A nem hívők számára talán a körmenet a leglátványosabb szertartás.*

– A feltámadási körmenetet a vasárnap délelőtt 11 órai szentmise után járjuk a Városmajort körülölelő utcákon. Ez számunkra a világ előtti megvallása hitünknek és hitünk alapvető igazságának: Jézus értünk meghalt, de harmadnapra feltámadt. Hála Istennek, a körmeneten nagy létszámban vesznek részt családok, szülők és gyerekek, idősek, fiatalok.

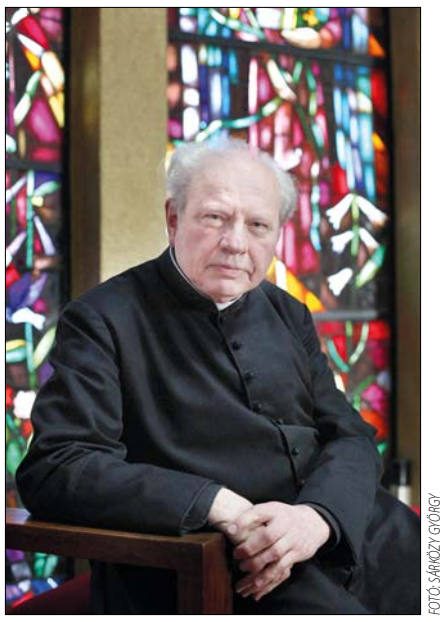
■ *XVI. Benedek lemondása után mindenki nagyon várta, hogy húsvétra lezáruljon a pápaválasztás. Valóban meghatározhatja az egyház további életét az az egy ember, aki Szent Péter trónjára ül?*

– Ahogy kezdjük megismerni Ferenc pápát, azt reméljük, hogy az egyház életében, külső megnyilvánulásaiban az egyszerűség, a közvetlenség, a természetesség kerül előtérbe, és mindig az igazán lényegesnek, a mindenki, de különösen a szegények iránti szeretetnek a kihangsúlyozásával. Mindezekre Ferenc pápa eddig hallott szavai, viselkedése és megnyilvánulásai adnak reményt.

■ *Méltó követője lehet ő II. János Pál pápának?*

– Annak idején megcsodáltuk Boldog II. János Pál pápa természetes, egészen emberi megnyilvánulásait, amelyeket a maga kicsit szigorúbb módján, de igyekezett követni XVI. Benedek is. Érzésem szerint Ferenc pápa még bátrabban tudja gyakorolni azt a közvetlenséget, amit Boldog II. János Pál pápa. Mindannyiunk, hívők és nem hívők számára, illetve az ökumenikus törekvések távlatában is sokat ígér ennek a nyitott szívű és érthető beszédű pápának a személye. Bízunk abban, hogy az egyházat alapító Jézus ígérete szerint őt is a Szentlélek vezeti a tanításában, döntéseiben, és hogy az egész világ és minden ember javára munkálkodik, s vezeti majd az egyház közösségét.

Antal Ildikó



FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY

Lambert Zoltán kanonok plébános

FOTÓ: HEGYVIDÉKI LAPKIADÓ

A városmajori kistemplom, ahol a vasárnapi „kismisék” zajlanak

Színház – a fél világ…

…bár Shakespeare szerint nemcsak a fele (*„Színház az egész világ. És színész benne minden férfi és nő: Fellép s lelép: s mindenkit sok szerep vár Életében”* – Ahogy tetszik, II. felvonás 7. szín; fordította: Szabó Lőrinc), a színházi élet meghatározói többnyire mégis mindig csak az egyik felét tartják igazinak. Erről beszélgetett Kondor Katalin legutóbbi vendégeivel, Császár Angela Jászai Mari-díjas színésznővel és Ablonczy László újságíró–kritikus–színigazgatóval a Barabás Villában.

Mindkét vendég erős kötődése is indokolta, hogy a társalgás során a Nemzeti Színház kapta a legerősebb hangsúlyt, hiszen Császár Angela 1968-tól játszott a társulat művészeként, Ablonczy László pedig 1991 és ‘99 között igazgatta a Nemzetit. Óhatatlan volt Kondor Katalin kérdése: „Egy nemzeti színháznak milyen arculatúnak kell lennie?”

Ablonczy László szerint elsősorban egy tévhitet kell eloszlatni: a nemzet színházának nem ápolnia kell a kultúrát. „Az ápolás betegséget feltételez, a kultúrát éltetni kell!” – hangsúlyozta. Egy nemzeti színház szerepe az egykori direktor szerint többet jelent annál, mint hogy esténként előadás legyen benne, „naponta lélekmeleget kell árasztania”. Mint mondta, a nemzet művelődési háza szerepet is be kell töltenie, gondoskodnia a hozzá kötődőkről, még úgy is, hogy rendben tartják az eltávozott nagy színészek sírját, ugyanakkor diplomáciai feladatot is el kell látnia a határon túli magyar színházak között, érdekében.

Ablonczy véleménye szerint sokat ártanak az értelmetlen, gyűlölködő, „kritikának nevezett valamik”, amelyek többnyire műveletlenségből fakadnak. „A kritika és a gyűlölet nem azonos fogalmak” – szögezte le, majd hozzátette, hogy a nemzet becsületének védelme is a Nemzeti Színház feladata.

Császár Angela nem éppen méltó módon kényszerült megválni a Nemzeti társulatától, emlékeztetett Kondor Katalin, aki arról kérdezte az immár nyugalmazott színésznőt, hogy jóvátételként kapta-e meg a jövő évi POSZT-ra (Pécsi Országos Színházi Találkozóra) vonatkozó felkérést.

„Nem gondolom, hogy jóvátételként; a Jóisten, ha becsukódik egy ajtó, kinyit egy másikat – fogalmazott a színésznő. – Számomra nagy ajándék, hogy megismerhetem a fiatal kollégákat, a hazai és a határon túli színházak repertoárját” – mondta a jövő évi versenydarabokat válogató Császár Angela. A művésznő a beszélgetés folyamán többször illusztrálta az elhangzottakat egy-egy verssel.

(i.)

Császár Angéla Kolozsváron született 1946-ban, 1964 és ‘68 között a Színház- és Filmművészeti Főiskola hallgatója volt. 1968-ban a Nemzeti Színház, illetve 2000-ben a Pesti Magyar Színház tagja lett. 1986-tól az Új Nemzeti Színház Alapítvány ügyvezető elnöke. 1993 óta a Nemzeti Színiakadémia, 2000-től pedig a Pesti Magyar Színiakadémia oktatója. Legnagyobb színházi sikere a Budapest Orfeum 10 éves sorozata. Művészetét Rajz János-, Farkas-Ratkó-díjjal, a Színikritikusok különdíjával, Jászai Mari-díjjal, a Magyar Köztársasági Érdemrend kiskeresztjével, Magyar Örökség-díjjal, Érdemes művész címmel és Főnix-díjjal ismerték el.

Ablonczy László Bodroghalászon született 1945-ben, 1965 és 1970 között a Kossuth Lajos Tudományegyetem Bölcsészettudományi Karának magyar–népművelés szakos hallgatója volt. 1969 óta több lap újságírójaként, rovatvezetőjeként dolgozott, 1978–1990-ig a Film, Színház, Muzsika munkatársa, majd a Magyar Fórum strasbourgi tudósítója, 1989–1995-ig a Tiszatáj szerkesztője volt. 1991 és 1999 között igazgatta a Nemzeti Színházat. Munkásságát Petőfi Sándor Sajtószabadság- és Bethlen Gábor-díjjal ismerték el, a Magyar Örökség-díjat 2011-ben vehette át.

FOTÓK: SÁRKÖZY GYÖRGY

Szokás szerint ismét megtelt a nézőtér a Kondor Katalin által vezetett pódiumbeszélgetésre

(Folytatás a 7. oldalról)

Gilde – Öregcserkészek Klubja minden hónap második pénteken 16.30. Elnök: Elsholtz Lászlóné. Tagsági díj: 1000 Ft/fél év.

Alkotók klubja kéthetente hétfőn 17.30–19.30. Szívesen látják azokat, akik szeretik a jó társaságot, a változatos programokat, szeretnek létrehozni valamit, és alkotásaikon keresztül megmutatni magukat. A programban üvegfestés, mozaikozás és sok más technika is szerepel. Információ, jelentkezés: Süveges Julianna klubvezető, 06/30-393-6443, www.suvegesmuhely.gportal.hu. Tagsági díj: 1000 Ft/fél év. A kézműves-foglalkozások anyagköltsége alkalmanként fizetendő!

Színházjegy-árusítás minden páros hét szerdáján 16.00–18.00. Bódi Éva, 06/20-213-0479.

JÓKAI KLUB
1121 Budapest
HOLLÓS ÚT 5.
t/f.: 395-8284
www.jokaiklub.hu

A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

A Makám együttes koncertje gyerekeknek április 11-én 10.00. Belépőjegy: 1000 Ft.

Költészet napi szavalóverseny április 12-én 14.00. A Jókai Klub a költészet napja alkalmából szavalóversenyt rendez a kerületi általános iskolák harmadik, negyedik osztályos tanulói számára. A versenyen Weöres Sándor verseiből válogathatnak a jelentkezők. Egy fellépő maximum 5 perces produkciót adhat elő.

Rituális transztánc élményest április 20-án 18.00. A transztáncesteket Wilbert Alix, a módszer kidolgozója által képzett transztáncfacilitátorok, Fekete Erika és Mondok Árpád tartják. Elérhetőség: saman.trance.dance@gmail.com, www.transztanc.hu, 06/20-333-5588 (Mondok Árpád).

Classic Beat Band április 27-én 20.00. Belépődíj: 1000 Ft, diákjegy: 600 Ft.

Tamarazene április 19-én 20.00. Felállás: ***Mózes Tamara*** (ének, zongora), Ujházi János (billentyűk, zeneszerzés), Juhász Andrea (oboa, angolkürt). Belépődíj: 1000 Ft, diákjegy 600 Ft.

Z. Szabó Zoltán festőművész kiállítása. Megtekinthető: április 27-ig.

ÚJ! Angolnyelv-oktatás kezdők, újrakezdők és fontolva haladók részére saját tempóban, kis csoportban szerdánként 9.00–10.30. Tandíj: alkalmanként 2000 Ft, havonta 8000 Ft. Oktató: Rigó Judit nyelvtanár (06/70-553-9357).

Akrobatikus rock and roll pénteken 16.15–18.30. Vezeti: Fekete Kinga akrobatikus rock and roll-edző (06/70-424-9423). Magic Kid Dance: 16.15–17.00 (3–6 éves korig), Magic Stars versenyző rocky: 17.00–18.30. Folyamatos csatlakozási lehetőség, az első óra ingyenes! Részvételi díj: 3800 Ft/hó.

Angolnyelv-oktatás, korai fejlesztés angolul és óvodásangol. Kezdő és haladó óvodásangol: kedden 16.30, csütörtökön 15.30 és 16.30. Vezeti: Endre Judit (06/30-313-6822). Babaangol: csütörtökön 8.00–11.00 (22–36 hónapos korú gyermekek részére). Előjelentkezés szükséges! Részvételi díj: 9500 Ft/hó. www.helendoron.hu

Csiri-biri torna pénteken 9.30–10.15. Vezeti: Országczky Ildikó. A foglalkozásokon minden mozgásformát dalok, mondókák kíséretében hajtanak végre. A Csiri-biri tornán 3 éves korig várják a már járni tudó, izgő-mozgó babákat. Testvérkedvezmény: 50%. Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, 10 000 Ft/10 alkalom (a bérlet három hónapig érvényes). www.csiri-biri.hu

Ismerkedés a számítógéppel idősebbeknek szerdánként 9.00 (haladó), 10.00 (kezdő). A program célja, hogy megtanítsa az idősebb korosztály tagjait a számítógép használatára, elsősorban az internet elérésére. A hallgatók hat alkalommal, esetenként egy-egy órában sajátítják el az alapokat, mely segítségével képesek lesznek hasznos és érdekes információkat önállóan megkeresni, illetve távoli ismerőseikkel e-mailben kapcsolatot tartani. A foglakozások kis csoportokban folynak, mindenki külön számítógép előtt ül. Részvételi díj: 3000 Ft/fő/kurzus. Vezeti: Szentiványi Imre. Legközelebb április 3-án indul tanfolyam előjegyzés alapján (395-8284)!

Klasszikus balett hétfőn 16.15–17.00 és szerdán 17.00–18.00. Klasszikus balett oktatása kezdőknek és haladóknak, már óvodáskortól. Vezeti: Kiss Stefánia balettművész (06/20-269-2314).

Ju-jitsu szerdán 16.30–18.00 és 18.30–20.00. Vezeti: Derkényi László (06/20-617-5982). A ju-jitsu egy rugalmas küzdősport, ami a csavarásokat, dobásokat, gáncsokat részesíti előnyben. Sokoldalú és változatos önvédelmi irányzat. Részvételi díj: 5500 Ft/hó.

Jazzbalett iskoláskortól csütörtökön 16.30–17.30. Részvételi díj heti egy óra részvétellel 8800 Ft (8 alkalom), heti két óra részvétellel 14 400 Ft (16 alkalom).

Művészi torna szombaton 9.00–17.00. Vezeti: Pataki Rita mozgáspedagógus (06/30-483-1897). Berczik Sára módszere alapján, zongorakísérettel. Mozgáskoordináció- és ritmusérzék-fejlesztő gimnasztika. Kezdő: óvodásoknak, kisiskolásoknak 4 éves kortól. Középhaladó: alsó tagozatosoknak. Haladó 1.: felső tagozatosoknak. Haladó 2.: 15–20 éves korig. E-mail: patakiri@freemail.hu. Zongorán kísér: Gabora Mária. Részvételi díj: 3400 Ft/hó, illetve 6000 Ft/hó. Testvéreknek, valamint féléves tandíj egyösszegű befizetése esetén kedvezmény.

NTC School Budapest (holland bölcsőde-óvoda). Hétfőn és szerdán 9.00–12.00 bölcsődéseknek, kedden 8.00–15.00 óvodásoknak. Holland tanmenet szerinti foglalkozások flamand és holland anyanyelvű családok részére. Felügyeleti szerv: Holland Oktatási Minisztérium. Információ: Bori Martina, 06/30-241-2546, lesbories@t-online.hu.

Szivárvány Táncszínház showtánc- és hiphopoktatás kedden 17.00–18.00, csütörtökön 17.30–18.30. Vezeti: Balázs Márta táncpedagógus (06/30-409-2400). Formációs tánc, showtánc és hiphop 7 éves kortól. Fiúk jelentkezését is várják. Részvételi díj: 10 000 Ft/hó.

Tücsök-zene hétfőn 10.10. Információ: Gál Gabriella, 06/30-999-4945. Személyiségfejlesztő foglalkozás zenetanár vezetésével, a legfogékonyabb időszakban, 6 hónapos kortól 4 évesig. Folyamatos csatlakozási lehetőség előzetes jelentkezéssel. Testvéreknek kedvezmény, szülőknek, kísérőknek ingyenes. www.tucsok-zene.hu

Zumba fitnesz gyerekek számára. Zumbatomic: kifejezetten gyerekekre szabott játékos-táncos foglalkozás többségében latin zenére. Célja, hogy a gyermekek közösségben együtt élvezzék a zenét, a táncot, átéljék a mozgás és az egészséges életmód örömét. A foglalkozások által nő önbizalmuk, fejlődik motorikus koordinációs, koncentrációs, valamint kifejezőkészségük. Időpont: kedd 16.00–16.45. A foglalkozásokat vezeti: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató (06/20-549-0893, www.krisztinanemeth.zumba.hu). Ár: 6000 Ft/hó.

Zumba fitnesz tiniknek. Kifejezetten tini résztvevőkre szabott zumba fitneszórák. Nagyszerű csapattal és pörgős, egyszerű, de látványos koreográfiákkal, 12 éves kortól. Edzések: hétfő, csütörtök 15.30–16.30. A foglalkozásokat vezeti: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató (06/20-549-0893, www.krisztinanemeth.zumba.hu). Ár: heti 1 alkalom 5000 Ft/hó, heti 2 alkalom 10 000 Ft/hó.

Bujutsu-Kai Kenshin-ryu szerdán 18.30–20.30. Vezeti: Horváth Attila (06/20-945-3901). Jelentkezni személyesen edzésnapokon lehet. Az edzésekre 14 éven felüliek részére folyamatos jelentkezési lehetőség!

Egyiptomi hastánc hétfőn 18.30–19.30. Tizenkét éves kortól ajánlott, felső korhatár nélkül. Jó hatással van az emésztőrendszerre, elősegíti a méregtelenítést, hozzájárul a szép bőr és alak létrehozásához, annak megőrzéséhez, valamint a nőies izomzat kialakításához. Ár: 1600 Ft/alkalom, 11 000 Ft/10 alkalom. Vezeti: Tóth Lilla hastáncművész és oktató (06/70-261-5522).

Etka erőgyűjtő módszer kedden és csütörtökön 9.30–11.00. Vezeti: Nyerges Margit rekreációs sportoktató. Részvételi díj: 1400 Ft/alkalom, 6000 Ft/5 alkalom (a bérlet 6 hétig érvényes).

Hatha jóga pénteken 9.30–11.00, csütörtökön 18.30–20.00. Vezeti: Pazonyi Mónika jógatanár, rekreációs sportoktató (06/20-952-4685). Részvételi díj: 1400 Ft/alkalom, 6000 Ft/5 alkalom.

Zumba fitnesz hétfő, szerda és péntek 11.00–12.00, kedden és csütörtökön 20.00–21.00. A foglalkozásokat vezeti: Németh Krisztina okleveles aerobik- és zumbaoktató (06/20-549-0893). Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, 10 000 Ft/10 alkalom.

B.A.C. Jókai Táncklub hétfőn 18.30–20.30. Klubvezető: Juhászné Vágvölgyi Györgyi szakosztályvezető, nívódíjas, Csokonai-díjas táncpedagógus. A táncegyesület fiatal, lelkes tagjait a versenyekre készülés, a tánc szeretete, összetartó, jó hangulatú közösséggé formálta. A versenytáncosok évek óta kiemelkedő eredményeket érnek el hazai és külföldi versenyeken. Az egyesület foglalkozik standard és latin, valamint formációs táncokkal. Vállalják eskövőre, szalagavatókra táncok betanítását.

Nyugdíjasklub csütörtökönként 14.00. Várják a kerületi nyugdíjasokat! Március 28.: örökzöld dallamok Komlós Andrással. Április 4.: házi vendégség, április 11.: filmvetítés, április 18.: A Sziklakórház megtekintése, április 25.: örökzöld dallamok Komlós Andrással. Tagsági díj: 100 Ft/fél év.

Színházjegy-árusítás minden páratlan hét szerdáján 15.00–18.00-ig Bódi Évánál (06/20-213-0479).

LÍVIA-VILLA
XII., KÖLTŐ UTCA 1/A
TELEFON: 395-8284
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

A Csodaceruza irodalmi és művészeti magazin bemutatkozása április 10-én 10.00. A Csodaceruza gyermekirodalmi folyóirat nagycsoportos óvodások és kisiskolások számára készül. Verseket, meséket, játékokat, feladatokat, recepteket tartalmaz. A szerkesztőség célja, hogy olyan irodalmi, művészeti alkotásokkal ismertesse meg a gyerekeket, amelyek a legnagyobb igényességgel készülnek. A Csodaceruza Készíts velünk újságot! programja megismerteti a gyerekeket az újságkészítés legfontosabb lépéseivel, miközben kipróbálhatják magukat a versírásban és az illusztrációkészítésben.

Ahol a madár se jár. Mesemondó est a Lívia-villában április 18-án 19.00. Ez egy olyan este, ahol látszólag semmi különös nem történik. Aztán mégis. Felnőtt emberek összeülnek, mesélnek egymásnak, hallgatják és alakítják a mesét, nevetnek, szomorkodnak közösen. Belépő: 300 Ft.

Gyermekruha- és játékbörze április 20-án 9.00–13.00. Használaton kívüli, de jó minőségű ruhákkal és megunt játékokkal várják az érdeklődőket. Asztalfoglalás e-mailben: viranyosikh@gmail.com.

A Föld hőmérői. Gleccserek. Dr. Juhász Árpád geológus előadása április 22-én 14.30.

Gondolatok a Képtárban. Az APS Stúdió fotókiállítása. Vendégművész: Lövey Végh Amália természetszobrász. Megtekinthető: előzetes bejelentkezés alapján április 28-ig.

Interaktív matematikai játszóház áprilistól minden kedden 10.00–16.00, valamint bejelentkezés esetén szombati napokon, előzetes egyeztetés alapján.

HEGYVIDÉKI HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY ÉS GALÉRIA

XII., BEETHOVEN UTCA 1/B
TELEFON: 457-0501
INFO@HEGYTORTENET.HU

„Gyerünk a moziba be…" A XII. kerület mozitörténete. A kiállítás az egykori „csőmozik" hangulatát, atmoszféráját idézi.

Barabás VILLA RENDEZVÉNY KÖZPONT

XII., VÁROSMAJOR UTCA 44.
TELEFON: 201-6607
INFO@HEGYVIDEKGALERIA.HU
KLUBOK@BARABASVILLA.EU
WWW.BARABASVILLA.EU
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Ismeretlen ismerősök április 3-án 18.30. Kondor Katalin vendége: Balázs Péter Kossuth-díjas és Jászai Mari-díjas színművész, rendező, színházigazgató. A belépés ingyenes.

Filmklub április 10-én 18.30. Bayer Zsolt vendége Kondor Katalin, aki a Jirí Menzel rendezte Sörgyári capriccio című filmet viszi magával. A vetítés után beszélgetés a filmről. Belépő: 500 Ft, Hegyvidék Kártyával 400 Ft.

Séta a Barabás Villában április 21-én 10.00–12.00, óránként induló csoportokban. Útvonal: a villa kávézója, villaépület, rendezvényterem, vincellérház, mediterrán kert, Barabás-szobor. A séta 50 percig tart. Belépő: 500 Ft

Bor és Kultúra. Buszos csoportos utazás Szekszárdra április 24-én.

Bartl József festőművész kiállítása megtekinthető: április 13-ig, hétköznap 10.00–18.00, szombaton 10.00–12.00. Finisszázs április 8-án 18.00. Könyvbemutató és dokumentumfilm-vetítés. Bayer Ilona televíziós újságíró műgyűjtőkkel beszélget. Információ: 457-0501.

Kligl Sándor szobrászművész kiállítása. Megnyitó: április 23-án. Megtekinthető: május 13-ig, hétköznap 10.00–18.00, szombaton 10.00–12.00. Információ: 457-0501.

Szabad egy táncra? Tiborcz Zsuzsa társastánctanfolyama. Kezdő hétfőnként 18.45–19.45 és haladóknak hétfőnként 19.45–20.45. Belépő: 3600 Ft/4 alkalom. Információ: 06/30-952-0740.

3-1-2 meridián torna szerdánként 9.30. Információ: 06/30-952-0740. A belépés ingyenes.

HEGYVIDÉK GALÉRIA

XII., VÁROSMAJOR UTCA 16.
TELEFON: 201-6607
INFO@HEGYVIDEKGALERIA.HU

Orosz István grafikusművész kiállítása. Megnyitó: április 11-én 18.00. Megtekinthető: május 4-ig. Információ: 201-6607.

Festőkurzus felnőtteknek hétfőnként 17.00–19.30. Jó hangulatban, jó társaságban, nagymesterek műveinek másolása közben a résztvevők megtanulhatnak akrilfestékkel és szénnel bánni. Ár: alkalmanként 2000 Ft, négy alkalom 6500 Ft. Érdeklődés: Makovecz Anna, 06/20-573-9339, anna.makovecz@yahoo.com.

GALÉRIA G12

GALÉRIA 12
XII., HAJNÓCZY JÓZSEF UTCA 21.
TELEFON: 395-0336
BORZA@JOBECK.HU

Húsvét. Szenvedéstől a feltámadásig. A Galéria 12 tagjainak közös kiállítása április 6-ig. Nyitva tartás: vasárnap kivételével naponta 10.00–20.00.

Szemethy Imre és Szemethy Orsolya festőművészek kiállítása április 8-tól május 4-ig. Nyitva tartás: vasárnap kivételével naponta 10.00–20.00.

KULTURÁLIS SZALON

XII., BÖSZÖRMÉNYI ÚT 34/A
TELEFON: 202-2509
KULTURALIS.SZALON@GMAIL.COM

Szalon Egyetem. Március 27. 14.00 Zongoraművészek és a zeneirodalom. Götz Nándor klarinétművész előadása.

Kézműves-foglalkozás március 28-án 13.00. A foglalkozást vezeti: Virág Szilvia. Az anyagszükséglet miatt előzetes jelentkezést kérnek.

Hegyvidéki Családépítő klub találkozója március 28-án 19.00.

MOM-208 Bélyeggyűjtők találkozója március 29-én 13.00.

Hegyvidéki Bélyeggyűjtők találkozója március 29-én 13.00.

Öt tibeti jóga. Tanfolyam Borsányi Klára vezetésével (5 alkalom), előzetes jelentkezés szükséges. Első alkalom: március 29. 18.00.

Nyugdíjastorna páros héten hétfőnként 16.00, páratlan héten hétfőnként 8.00. Jelentkezés, érdeklődés a helyszínen. Ingyenes.

Élj 100 évet egészségesen! 3-1-2 meridián torna minden hétfőn 9.00–10.00 (tartja: Haide Éva) és csütörtökön 11.30–12.30 (tartja: Pál-Szabó Gabriella). Csak kényelmes ruházat, cipő szükséges! Ingyenes.

Teaházi terefere hétfőnként 10.00–12.00. Beszélgetés egy csésze tea mellett. A beszélgetés háziasszonya: Várkonyi Dalma.

Irodatorna ülő foglalkozásúaknak keddenként 18.00. Jelentkezés és információ: 06/30-306-0760.

Do-in önmasszázs. Öt tibeti gyakorlat, 5-5 alkalom keddenként 8.30. A részvétel ingyenes.

Nagyitorna Valival keddenként 9.30. Tornatanár: Mészárosné Vali gyógytornász (06/30-306-0760).

Baba-mama angol klub keddenként 10.30. Ingyenes.

MOM-nyugdíjasok találkozója minden kedden 14.00–18.00. Részvétel tagoknak. Érdeklődni lehet telefonon: Fisher Péterné, 466-4973, 06/20-394-5473; Tarsoly Imréné, 323-5312, 06/70-455-5684.

Ugrifüles torna hétfőnként 17.00. Gyógytestnevelés óvodásoknak. Jelentkezés, érdeklődés: Pocsaji Andrea, 30/384-7770.

Intim torna szerdánként 8.00. Ingyenes.

Hatha jóga segédeszközökkel szerdánként 8.45 (ingyenes csoport, előzetes jelentkezés szükséges) és 10.00.

Hatha jóga segédeszközökkel csütörtökönként 8.45. Előzetes jelentkezés szükséges. A részvétel ingyenes.

Mazsola Muzsika minden csütörtökön 10.30. Barangolás a zene birodalmában a legkisebbekkel (6 hónapostól 3 éves korig). Érdeklődni a helyszínen vagy a 06/30-205-5703-as telefonszámon Bogdán Dóránál lehet. www.mazsolamuzsika.hu

Szupernagyi népdalkör minden páros héten csütörtökönként 13.30–15.30. Énektanár: Bucsai Anikó. Alapító: Karcagi Éva.

Tánc a szalonban páratlan héten csütörtökön 15.00, páros héten csütörtökön 15.30. Tánctanár: Bojtor Marika. A részvétel ingyenes.

Tánclépésről tánclépésre Bojtor Marika vezetésével péntekenként 8.00.

Zumba Gold 60 éven felülieknek péntekenként 9.00. Széken ülve végezhető, táncos torna. Tartja: Ferencz Szilvia tánctanár. A részvétel ingyenes.

Gerinctorna minden pénteken 10.00 és 10.45. Jelentkezés és érdeklődés Glatz Zsuzsánál: 06/30-295-1833.

Népek tánca vasárnaponként 16.00. Tánctanár: Bojtor Marika.

BAJOR GIZI SZÍNÉSZMÚZEUM
XII., STROMFELD AURÉL ÚT 16.
TELEFON: 356-42-94
WWW.SZINHAZIINTEZET.HU

Barboncás Társulat: Fekete Kisasszony április 18-án 10.00 és 15.00. A bábszínházi sorozat következő előadása, tréfás vásári játék faragott bábokkal. Belépő: 800 Ft/fő. Információ: Szebényi Ágnes, 375-11-84/105, 06/20-575-8065, szebenyi.agnes@szinhaziintezet.hu.

KOMOD SZÍNHÁZ
XII., KIRÁLYHÁGÓ UTCA 5/B
TELEFON: 06/30-487-4409
(MINDENNAP 17.00 ÉS 19.00 KÖZÖTT)
WWW.KOMODSZINHAZ.HU
KAPCSOLAT@KOMODSZINHAZ.HU
A szervezők a programváltoztatás jogát fenntartják!

Április 5. és április 19. 19.00 nevetségEST!

Április 6. és április 20. 19.00 A gammasugarak hatása a százszorszépekre.

Április 12. és április 30. 20.20 KoMod Éjszakai Színház. Szóval, én uralkodnék a vágyaim felett?

Április 13. 19.00 Gombocz Bence „to Atlantis” akusztikus koncertje.

Április 24. 19.00 Gyévocska menni Szingapúr.

HEGYVIDÉK KÖZPONT BEVÁSÁRLÓKÖZPONT

XII., APOR VILMOS TÉR 11–12. WWW.HEGYVIDEKKOZPONT.HU

A Hegyvidék Bevásárlóközpont áprilisban is ingyenes programokkal várja a látogatókat.

LISZT FERENC ZENEMŰVÉSZETI EGYETEM

Kamarakoncert április 6-án 11.00 a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem közreműködésével. 1. Antonio Lauro: Romanza, Isaac Albéniz: Torre Bermaja, Luigi Legnani: Capriccio no.36. Előadó: Kiss Bálint. 2. Heitor Villa-Lobos: Etűd no.4, Nikita Koshkin: Usher Valse. Előadó: Olgyay Gergő. 3. Johann Sebastian Bach: E-dúr szvit: Gavotte, Gigue, Heitor Villa-Lobos: Etűd no.11. Előadó: Szemadám Tamás. 4. Johann Sebastian Bach: Végtelenül moduláló kánon, Antonio Vivaldi: 4 Évszak: Tavasz: I. Allegro. Előadók: Kiss Bálint, Olgyay Gergő, Szemadám Tamás.

Dumaszínház

Dumaszínház április 20-án 17.00. Fellép: Hadházi László.

Húsvéti családi koncert a Széchenyi-hegyi Bibliaházban, a gyermekvasút mellett (XII., Hegyhát út 16.) április 1-jén 15.00. Közreműködik az Andante kamarazenekar és vendégművészek, akik barokk és reneszánsz kori zeneműveket szólaltatnak meg. Gondolatok Jézus haláláról és feltámadásáról – dr. Reisinger János irodalomtörténész előadása. A belépés díjtalan. Gyerekeknek külön foglalkozást, illetve gyermekmegőrzést biztosítanak a szervezők.

Beszélgetések az anyatej és a szoptatás fontosságáról, valamint az ezekkel kapcsolatos problémákról minden hónap második szerdáján 10.00–12.00. Ingyenes előadások meghívott szakértőkkel. Várandós kismamákra is számítanak! Időpontok: április 10., május 8., június 12. Helyszín: Fidesz-iroda, XII., Királyhágó tér 4. Bővebb információ: Jáky Ildikó, 375-7411, 06/20-539-9330.

A milánói Immanuel Missziós Kórusának jótékonysági hangversenye április 14-én 18.00-kor a Svábhegyi Református Templomban (XII., Felhő utca 10.). A kivételes zenei élmény mellett a hallgatók belépőjegyükkel hozzájárulnak a templomépítés támogatásához. A belépés hatéves korig ingyenes! Jegy március 30-án, húsvétvasárnaptól kapható, elővételben 800 Ft, a helyszínen 1000 Ft, a családoknak elővételben 2500 Ft, a helyszínen 3000 Ft. A további adományokat is köszönettel fogadják a 10918001-00000017-35180007 bankszámlaszámra.

Ingyenes jogi tanácsadás a KDNP XII. kerületi irodájában minden pénteken 17.00–18.00 óráig dr. Egyed István ügyvéd vezetésével. Cím: XII., Schwartzer Ferenc utca 3. (bejárat a Kék Golyó utca felől).

Levendulamag Gyermekház

Levendulamag Gyermekház. Dalolka zenés foglalkozás 10 hónapos kortól kisiskoláskorig Kárász Eszterrel minden kedden 17.00-kor. Bővebb információ: www.karaszeszter.com. Pitypalatty tematikus foglalkoztató bölcsődés és óvodáskorúak számára minden pénteken 9.30–11.30. Bővebb információ: www.pitypalatty.hu. További elérhetőségek: www.levendulamag.hu, 06/30-249-4389, valamint a Facebookon.

Hozzátartozói csoport a XII. kerületi Családsegítő és Gyermekjóléti Központ Félsziget Klubházában. A csoport célja a közös sors megélésén túl egymás segítése olyan egyéni, házi, hatásos viszonyulások átadása, amelyeket kipróbáltak, ami az egyes családokban bevált. Az aktuálisan megoldatlan helyzetekre közösen keresnek megoldást. Helyszín: Félsziget Klubház, XII., Kiss János altábornagy utca 34. Időpont: kéthetente csütörtökön 18.00–19.30. Csoportvezetők: Hanisch Erzsébet szakmai vezető (06/30-760-2422), Farkas Dalma klubházvezető (212-9650). A csoport tagja lehet bárki, akinek családjában, vagy baráti körében pszichiátriai problémában érintett ember él, és vele közvetlen, rendszeres kapcsolatban van. A részvétel ingyenes.

A XII. kerületi Családsegítő és Gyermekjóléti Központ lakáscsereklubja várja az érdeklődőket minden páros hét keddjén 16.00–17.30. Helyszín: XII., Beethoven utca 7–9. II. emelet. Telefon: 319-9299.

A XII. kerületi Családsegítő és Gyermekjóléti Központ szabadidőklubja várja az érdeklődőket minden páros hét szerdáján 14.00–15.30. Helyszín: XII., Beethoven utca 7–9. II. emelet. Telefon: 319-9299.

Ringató

Ringató foglalkozás a Budahegyvidéki Református Egyházközség templomának gyülekezeti termében (XII., Böszörményi út 28.) minden héten pénteken 9.30–10.00. Információ: Hazay Annamária, 06/30-377-2693. A foglalkozások az óvoda előtti korosztálynak szólnak, néhány hónapostól 3 éves korig. Családi bérlet: 3500 Ft/5 alkalom. Egy foglalkozás részvételi díja: 800 Ft/család. Vedd ölbe, ringasd, énekelj! www.ringato.hu

Menő Manó Torna. Zenés-tornás foglalkozás gyerekeknek 6 hónapostól 4 éves korig, élő hangszerjátékkal, ismert és rég hallott dalokkal, mondókákkal. A nagymozgások és az egyensúlyérzék fejlesztését speciális mozgásfejlesztő eszközökkel (például mászóalagút, egyensúlyozó tölcsér, trambulin, szivárványos hintáztató ejtőernyő, billenő rácshinta, libikóka) segítik elő, és persze egyetlen óráról sem hiányozhat a száz színes labda! Időpontok: szerdán 9.30 (Mini csoport) és 10.10 (Menő Manó Torna csoport). Cím: Sportmax Hegyvidék, XII., Csörsz utca 14–16. Ingyenes parkolás! Telefon: 06/20-392-1833. www.menomanotorna.hu

Kindermusik nemzetközi zenei program angol nyelven, 7 éves korig. A foglalkozások szerdán 9.00-kor kezdődnek a Happy Kids Óvodában (XII., Fodor utca 36.). Az első foglalkozás ingyenes. További információk, illetve próbaórára jelentkezés: www.kmzsuzsa.hu, www.happykids.hu, www.kindermusik.com, valamint 356-2440.

S. K. Műhely – kerámia „saját kezűleg”. Kézi és korongos agyagformálás, díszítés, mázazás, égetés, raku. Felnőtteknek kedden 10.00–13.00, szerdán 18.00–21.00, szombaton 10.00–13.00. Kerámiaklub nyugdíjasoknak. „Aranykezű” gyermekeknek kreativitást és koncentrációt fejlesztő foglalkozások egész évben, kedden, szerdán, csütörtökön 16.00–17.30, pénteken 14.00–15.30 és 16.00–17.30. Helyszín: XII., Sion lépcső 8. (az Arany János iskola kerámiaműhelyében). Információ: Ferenczyné Saás Kinga, 06/20-986-8601, skmuhely@hotmail.com, www.keramia-skmuhely.hu.

Szakértő Szülők – Legyen a gyerekenevelés gyerekjáték!

Csatlakozzon a Szakértő Szülők csoporthoz, ahol nyíltan beszélhet a mindennapokban felmerülő gyereknevelési gondokról a témában jártas nevelési és életvezetési tanácsadókkal, és megoszthatja problémáit a többi anyukával. A gyerekeket animátorok várják érdekes programokkal a helyszínen. Az első csoporttalálkozón a részvétel ingyenes, de előzetes regisztrációhoz kötött: 06/20-777-1003. www.szakertoszulok.com

Az Utolsó Napok Szentjeinek Jézus Krisztus Egyháza angol anyanyelvű misszionáriusai ingyenes angolórát tartanak Budán, a XII. kerületben (is), heti rendszerességgel (XII., Hajnóczy József utca 14.). Az órák mindenki számára nyitottak, nincs közük valláshoz. Olyan témákról szólnak, amelyek hasznosak lehetnek a mindennapi beszélgetésekben. Három külön csoport van: kezdő, középhaladó és haladó. Csak saját füzetre és tollra van szükség. Időpont: csütörtök 18.00, szombat 11.00. Információ: 06/70-702-1635, www.angolora.info. Előzetes bejelentkezés, regisztráció nem szükséges, bármikor be lehet kapcsolódni a csoportokba.

Autogén tréning. Helyszín: XII., Böszörményi út 34/b. Kapcsolat: relaxalas@gmail.com, 06/30-331-4884. Időpont: egyéni formában megbeszélés szerint, csoportos tanfolyam keretében szombaton 14.00, szerdán 9.30. Tanfolyam időtartama: 12 hét. Ár: 4500 Ft/alkalom (egyéni), 3000 Ft/alkalom (csoportos).

Kreatív festőklub a Városmajorban. Korhatár nélkül, családias környezetben, anyaghasználattal, Véghseő Klára festőművész vezetésével. Óradíj: gyerekeknek 1000 Ft, felnőtteknek 1200 Ft. Telefon: 355-5605 vagy 06/20-823-0176. www.festoklub.blog.hu, www.veghseoklara.hu

Bentlakásos drogterápiás otthon Budapesttől 35 km-re. Azok számára, akik szabadulni szeretnének drogfüggőségükből. www.drogterapia.hu

Drog- és alkoholproblémával küzdőknek és hozzátartozóiknak nyújt segítséget a Válaszút Misszió Budapesten. Telefon: 224-0122. Cím: XII., Csaba utca 3. Web: www.valaszutiroda.hu, valaszutiroda@freemail.hu.

Életmód- és alakformáló edzések a Virányos Általános Iskola tornatermében (Virányos út 48.) hétfőn és szerdán 16.50–17.40 hölgyeknek, 17.50–18.50 hölgyeknek és uraknak, 19.00–20.00 uraknak. Információ: 275-0669, 06/30-476-9132.

Shuhari Dojo – Japán kulturális és harcművészeti központ

Shuhari Dojo Japán Kulturális és Harcművészeti Központ. Tanfolyamok: Karate-do harcművészet, Aikido, Iaido – a szamuráj kardforgatás ősi művészete, Shito-ryu karate, Shuhari karate, Jóga, Manó tánc, Dance for Fun, kondi tréning. Egyéb programok, foglalkozások: Origami, Do-in önmasszázs tanfolyam, szerdánként Nikken egészségnap, Japán kulturális és vizuális tanfolyamok, Japán Klub. Cím: XII., Győri út 5–7. Telefon: 06/70-338-2277 és 06/70-245-1341. Részletek a honlapon: www.shuharidojo.hu.

Mozgásfejlesztő, testtartást javító tornaórák 50 év feletti hölgyeknek gyógytornász vezetésével csütörtökönként 10.00–11.00 és 11.00–12.00 a Sportmax Hegyvidék földszinti különtermében (XII., Csörsz utca 14–16.). Részvételi díj: Hegyvidék Kártyával rendelkezők részére 2000 Ft/hó, Hegyvidék Kártyával nem rendelkezők részére 2400 Ft/hó. További kedvezmény 3 havi díj befizetése esetén. Az első óra ingyenes. Információ és jelentkezés: meszaroslaszlone@t-online.hu, 06/30-306-0760.

Kölyökjudo a Sportmax Hegyvidékben. Minden hétfőn és szerdán 18.00–19.00-ig játékos judoedzések 6–12 éves fiúknak és lányoknak. Az edzések során játékos formában sajátítják el a judo alaptechnikáit és eséstechnikáit, jelentősen fejlesztve a gyerekek fegyelmezettségét és mozgáskoordinációs képességeit. Tagdíjak: 5000 Ft/hó/4 edzés, 8000 Ft/hó/8 edzés. További információk: Rajcsányi Gergő, 06/30-221-9992, grajcsanyi@hotmail.com.

Az egyházközségek húsvéti ünnepi programjai

Az alábbiakban a kerületi egyházi gyülekezetek lapzártánkig szerkesztőségünkbe eljuttatott húsvéti ünnepi programjait közöljük.

BUDAHEGYVIDÉKI EVANGÉLIKUS EGYHÁZKÖZSÉG
(KÉK GOLYÓ UTCA 17.)

Március 27. Nagyszerda 18.00: lamentációs istentisztelet. **Március 28.** Nagycsütörtök 18.00: istentisztelet. **Március 29.** Nagypéntek 10.00: istentisztelet, 18.00: passiói istentisztelet. **Március 31.** Húsvétvasárnap 5.00: húsvéthajnali istentisztelet, 10.00: istentisztelet. **Április 1.** Húsvéthétfő 10.00: istentisztelet.

BUDAHEGYVIDÉKI REFORMÁTUS EGYHÁZKÖZSÉG
(BÖSZÖRMÉNYI ÚT 28.)

Március 28. Nagycsütörtök 10.00: nagycsütörtöki diakóniai bibliaóra, 18.00: cserkészek passiójátéka. **Március 29.** Nagypéntek 10.00: úrvacsorás istentisztelet, 18.00: úrvacsorás istentisztelet. **Március 31.** Húsvétvasárnap 10.00: úrvacsorás istentisztelet, 18.00: gyászolók istentisztelete. **Április 1.** Húsvéthétfő 10.00: úrvacsorás istentisztelet.

FELSŐ-KRISZTINAVÁROSI KERESZTELŐ SZENT JÁNOS PLÉBÁNIA
(APOR VILMOS TÉR 9–11.)

Március 28. Nagycsütörtök 18.00: az utolsó vacsora emlékmiséje. **Március 29.** Nagypéntek 15.00: keresztút, 18.00: az Úr Jézus szenvedésének ünneplése. **Március 30.** Nagyszombat 7.00–18.30: szentsír-látogatás, 19.00: feltámadási szertartás, ünnepi szentmise. **Március 31.** Húsvétvasárnap 7.30, 9.00, 10.30, 12.00, 18.00, 19.00: szentmise. **Április 1.** Húsvéthétfő 7.30, 18.00: szentmise.

ISTENHEGYI SZENT LÁSZLÓ PLÉBÁNIA
(DIANA UTCA 15/A)

Március 28. Nagycsütörtök 18.00: az utolsó vacsora emlékmiséje, utána virrasztás 22.00-ig. **Március 29.** Nagypéntek, szigorú böjti nap. 15.00: keresztút a cserkészek vezetésével, 18.00: nagypénteki szertartás, utána szentségimádás, 24.00: keresztút a Harangvölgyben (indulás 23.00 órakor a plébániától, illetve 23.30-kor a 155-ös busz zugligeti végállomásánál lehet csatlakozni). **Március 30.** Nagyszombat 8.00: templomnyitás, a szent sír őrzése 8.00–20.30-ig (a jelentkezőket feliratkozás alapján várják), 21.00: vigília szertartás. **Március 31.** Húsvétvasárnap 9.00, 11.00, 18.00: szentmise. Igény szerint ételszentelés a misék után. **Április 1.** Húsvéthétfő 11.00 és 18.00: szentmise.

KÚTVÖLGYI SZŰZ MÁRIA KÁPOLNA
(GALGÓCZY UTCA 49–51.)

Március 28. Nagycsütörtök. Regőczi István atya papszentelésének 70. évfordulója. 17.00: szentmise az utolsó vacsora emlékére, utána szentségimádás. **Március 29.** Nagypéntek 15.00: keresztút, 17.00: szertartások – passió, kereszthódolat, szentáldozás. Utána szentségimádás a szent sírnál. **Március 30.** Nagyszombat. Napközben szentségimádás a szent sírnál. 17.00: tűzszentelés, fényliturgia, húsvéti vigília, húsvéti szentmise, föltámadási körmenet. **Március 31.** Húsvétvasárnap 10.30, 17.00: ünnepi szentmise. A délelőtti szentmise után a húsvéti ételek megáldása. **Április 1.** Húsvéthétfő 10.30 és 17.00: szentmise.

SVÁBHEGYI REFORMÁTUS EGYHÁZKÖZSÉG
(FELHŐ UTCA 10.)

Március 27. Nagyszerda 18.00: A 426. sz. Szenczi Molnár Albert Cserkészcsapat passiójátéka. **Március 28.** Nagycsütörtök 18.00: énekes-passiós istentisztelet. **Március 29.** Nagypéntek 18.00: nagypénteki istentisztelet és úrvacsoraosztás. **Március 31.** 10.00: húsvét első napi istentisztelet és úrvacsoraosztás. **Április 1.** 10.00: húsvét másodnapi istentisztelet és úrvacsoraosztás.

SZENT KERESZT-TEMPLOM
(TÁLTOS UTCA 16.)

Március 28. Nagycsütörtök 18.00: utolsó vacsora szentmise. **Március 29.** Nagypéntek 15.00: keresztút, 18.00: Jézus szenvedésének liturgiája. **Március 30.** Nagyszombat. Húsvét vigíliája. 17.00: vesperás, körmenet, 21.00: vigília. **Március 31.** Húsvétvasárnap 8.00, 11.00, 18.00: húsvéti szentmise. **Április 1.** Húsvéthétfő 18.00: szentmise.

VÁROSMAJORI JÉZUS SZÍVE PLÉBÁNIA
(CSABA UTCA 5.)

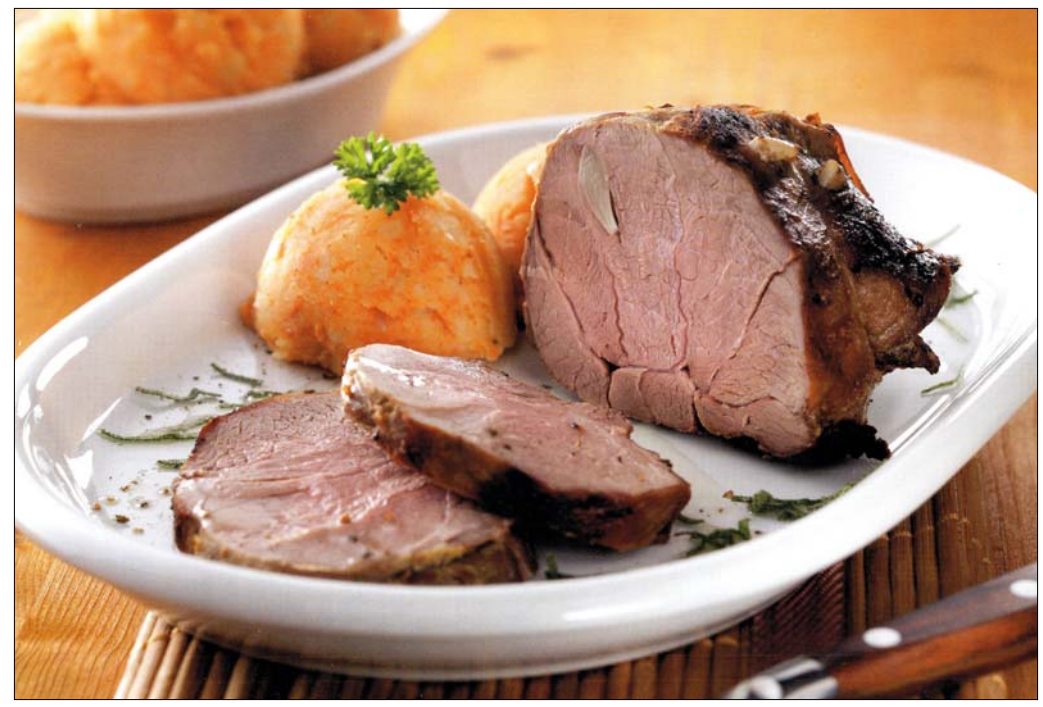
Március 27. Nagyszerda 18.00: szentmise, nagyböjti triduum harmadik napja (dr. Kránitz Mihály teológiaprofesszor). **Március 28.** Nagycsütörtök 18.00: szentmise a lábmosás szertartásával, 21.00: egyórás virrasztás közös ima keretében. **Március 29.** Nagypéntek 15.00: keresztút, 18.00: nagypénteki szertartások, „csonka mise”, 21.00: egyórás virrasztás közös ima keretében. **Március 30.** Nagyszombat. 6.30-tól az egész nap folyamán a szent sír látogatása, 20.00: húsvéti vigília szertartás. **Március 31.** Húsvétvasárnap 8.00: szentmise, 10.00: ünnepi húsvéti nagymise énekkar közreműködésével (Beliczay Gyula: F-dúr mise), kisgyermekes családok miséje a kistemplomban, 11.15: az ünnepi nagymise után húsvéti feltámadási körmenet, 18.00: szentmise, 19.30: szentmise. **Április 1.** Húsvéthétfő 7.30, 9.00, 11.00, 18.00: szentmise.

ZUGLIGETI SZENT CSALÁD PLÉBÁNIA
(SZARVAS GÁBOR ÚT 52.)

Március 28. Nagycsütörtök 18.00: szentmise, utána énekelt lamentáció. **Március 29.** Nagypéntek 15.00: keresztút az urnatemetőben, 18.00: nagypénteki szertartás énekelt passióval. **Március 30.** Nagyszombat 19.00: feltámadási szentmise. **Március 31.** Húsvétvasárnap 9.00, 11.30, 18.00: szentmise. **Április 1.** Húsvéthétfő, 9.00: szentmise.

Húsvét és az elfeledett bárány

Mire az alábbi ételajánlatok megjelennek, nagy valószínűséggel már mindenki megvette azt a füstölt sonkát, tarját, karajt, amit különféle praktikákkal omlósra főz, és feltálal húsvétra a családnak. Ezúttal tehát inkább a sonkát kísérő ötletekkel rukkolunk elő, de nem a szokásos tormával, retekkel, újhagymával, hanem valami mással. A húsvétvasárnapi, netán -hétfői menübe belecsempésszük a kissé elfeledett húsvéti bárányt – ha ezt választják, nem bánják meg!


A tűzdelt báránypecsenye az ünnepi étkezés fénypontja lehet

CITROMOS-TÁRKONYOS BÁRÁNYLEVES

Kicsontozott bárányombból vásárolunk fél kilót, lehártyázzuk, és fél centis kockákra vágjuk. Egy kisebb fej vöröshagymát megtisztítunk, és finomra aprítva 4 evőkanál olajon megfonnyasztjuk. A hagymára rádobjuk a bárányhúst, megkavarjuk, és fokhagymaprésen átnyomunk 2 gerezd fokhagymát, majd azt is a húshoz adjuk, aztán 4-5 percig együtt pirítjuk.

A bárány levesként éppen húsvétra való

Bő, kb. 2 liter vízzel felöntjük, sózzuk, fűszerezzük 1 mokkáskanál szegfűborssal, 2 kiskanál kakukkfűvel és tárkonnyal. Egy cső kisebb, hegyes, édes, kicsumázott, egészben hagyott zöldpaprikát, 2-2 megtisztított, karikákra vágott sárgarépát és gyökeret beleszórunk a készülő levesbe.

Befedjük, és kis lángon kb. 1 óra alatt puhára főzzük. Mielőtt megfőne, 4-5 szem cikkekre vágott csiperkegombát és 15 deka fagyasztott zöldborsót (idényben frisset) is beleszórunk. Végül 2 deci tejfölt simára keverünk 1 evőkanál finomliszttel, egy keveset a forró levesből is belemerünk, és a levest sűrítjük. Egy citrom kifacsart levével pikánsabbá varázsolhatjuk.

NÖVENDÉK BÁRÁNYPECSENYE TÖRT KRUMPLIVAL

Erre az ünnepi fogásra egy nappal előbb érdemes felkészülni. Egykilónyi növendék (fiatal) báránycombot megmosunk, nagyobb darabokra vágjuk, megtűzdeljük 4 gerezd csíkokra metélt fokhagymával, majd sózzuk, bedörzsöljük őrölt fekete borssal, és bekenjük 2 evőkanál mustárral. Szórunk még rá 3 szál friss, felaprított zsályát, és befóliázva egy éjszakára a hűtőben tartjuk, hogy a száraz pác átjárja a húst.

Másnap, kibontva a fóliából, belefektetjük egy tepsibe, köré szórunk kb. 8-10 gerezd fokhagymát, ráöntünk 1 deci olajt, aláöntünk 2 deci száraz fehérbort, 1 deci vizet, és alufóliával letakarva, közepes lángon, a sütőben csaknem puhára pároljuk 50 perc alatt. Ekkor leemeljük a húsról a fóliát, magasabbra veszszük a lángot, és forró sütőben pirosra sütjük. Sülés közben, ha kell, az elpárolgott vizet óvatosan, apránként pótoljuk.

A körethez 80 deka burgonyát meghámozunk, kockákra vágunk, és sós vízben megfőzzük, leszűrjük, de egy kevés főzőlevet rajta hagyunk. Ezután 1 evőkanál zsíron 1 fej közepes vöröshagymát megtisztítva, felaprítva megpirítunk, meghintjük 1 kiskanál fűszerpaprikával, és ráöntjük a burgonyára. Burgonyanyomóval darabosra törjük, kissé meg is sózzuk.

Tálaláskor a tört burgonyát vízbe mártott merőkanállal a tányér szélére halmozzuk, melléfektetjük a szeletelt sültet, meghintjük a sütőben sültfokhagyma-gerezdekkel, és körbelocsoljuk a saját szaftjával. Száraz vörösborral, mondjuk, szekszárdi pinot noirral koccinthatunk az ünnepi pecsenye elköltésekor.

BÁRÁNYHÚSOS LASAGNE

Egy magasabb falu serpenyőben felforrósítunk 3 evőkanál olajt, megfuttatunk benne 1 közepes fej felaprított vöröshagymát, 2 gerezd zúzott fokhagymát, s amint a hagymák megüvegesednek, hozzáadunk 1 kiskanál őrölt köményt. A hagymákon szétterítünk 50 deka darált bárányhúst, további 5 percig kevergetve átsütjük, fűszerezzük 2 evőkanál frissen vágott mentalevéllel, és amikor a hús enyhén megbarnul, belekanalazunk 5 deci sűrű paradicsompürét (lehet konzerv is), valamint 1 deci leszűrt húslevest (lehet leveskockából is). Újabb 10 percig kevergetve kis lángon átforrósítjuk, amíg elfő a leve.

Egy tűzálló edényt vagy tepsit kikenünk 1 evőkanálnyi olajjal vagy diónyi margarinnal, elterítünk benne 1 levél nem előfőzött, instant lasagne tésztát, amit előzőleg néhány percre langyos vízbe mártottunk. A tésztát beteríttjük 2 darab (együtt kb. 20 dekás) meghámozott, vékonyan felvágott padlizsánszelettel.

Erre kerül a fűszeres darált hús, majd a tészta, és addig folytatjuk a rétegezést, amíg telik a hozzávalókból. Végül padlizsánszelet legyen a tetején, arra kerüljön az utolsó lasagne.

Összekeverünk 10 deka reszelt eidami sajtot 3 deci tejföllel, fűszerezzük 2 kiskanál őrölt majoránnával vagy oregánóval, s azzal bevonjuk a rakottas tetejét. Előmelegített sütőben 25 percig, a sajt megpirulásáig sütjük. Jól behűtött (13 fokos) száraz rozébort ajánlunk hozzá.

Illik a sonkához
HÓNAPOS RETEK ZÖLDBABBAL

A ceruzabab főleg salátákra és köretekre való zöldség. A hónapos retekkel együtt a húsvéti sonka kellemes társa.

Harminc deka friss zöld- vagy ceruzababot 5 perc alatt roppanósra főzünk. Ha fagyasztottat használunk, csak egyet forraljunk rajta, hiszen mélyhűtés előtt egyszer már forralták, azaz blansírozták! Egy csokor piros retket megmosva, „gyökérbajszát" levágva felkarikázunk, és elrendezünk egy lapos tányéron. A zöldségeket sózzuk, borsozzuk, aztán meglocsoljuk 1 citrom kifacsart levével, és külön tálaljuk a sonka mellé.

KURKUMÁS TÖLTÖTT KARFIOL

A karfiol a sokoldalúságáról híres, ezúttal a sonka mellé ajánljuk.

Bő, citromos, enyhén sós vízben megfőzünk 1 fej közepes (kb. 1 kilós), rózsáira bontott karfiolt. Főzővizével együtt kihűtjük, a karfiolrózsákat óvatosan kiemeljük, és jól lecsöpögtetjük.

Amíg a karfiol fő, elkészítjük a besamelmártást és a tölteléket: a mártáshoz felforralunk 2 deci tejet, fűszerezzük 1 karika vöröshagymával, 1 szem babérlevéllel és 1 mokkáskanál fehér borssal. Forrás után 10 percig hűlni hagyjuk. Leszűrjük a tejet, az ízesítő fűszereket eldobjuk.

Közben diónyi vajat egy serpenyőben felolvasztunk, kb. 1 percig a tűzön kevergetjük, hozzáadunk 1 evőkanál lisztet, megpezsegtetjük, és halvány sárgára pirítjuk. Lehúzzuk a tűzről a serpenyőt, apránként beleöntjük a tejet, kevergetve, nehogy csomós legyen. Még 1 percig főzzük, megsózzuk.

A töltelékhez 15 deka vajat habosra keverünk, sózzuk, majd 1 evőkanál kurkumával, 1 mokkáskanál őrölt fehér borssal és 1 csokor finomra vágott petrezselyemzölddel fűszerezzük. Végül a besamelmártást hozzáadva simára keverjük.

A karfiolrózsákba kis fészket vájunk, a legjobb, ha karalábévájóval ügyeskedünk. A tölteléket habzsákba töltjük, és csillagcsövön keresztül a karfiolba pumpáljuk a kurkumás krémet. A tetejére felcsavart gépsonkaszeleteket ültetünk, és paprikacsíkokkal díszítjük. Tálalás előtt legalább 2 órára hűtőben hűtjük.

Túrós-gyümölcsös csemege

Locsolóváró
GYÜMÖLCSÖS TÚRÓKOCKA

Először a tésztához fogjunk hozzá: 3 tojássárgáját habosra keverünk 3 evőkanál sütőcukorral. Hozzáadunk 3 evőkanál finomlisztet, fél csomag sütőport és 1 evőkanál keserű kakaóport. Alaposan, de óvatosan összeforgatjuk. Belecsorgatunk fél deci olajt, majd a kemény habbá felvert 3 tojásfehérjét is.

Egy magasabb falú, 35x25 centiméteres tepsit kibélelünk sütőpapírral, és belesimítjuk a masszát. Előmelegített sütőben, közepes lángon 18-20 percig sütjük.

A krémhez villával áttörünk 25 deka tehéntúrót. Tizenöt deka sütőcukrot habosra keverünk 20 deka puha margarinnal. Az áttört túrót lazán összekeverjük egy doboz, kb. 25 dekányi, lecsöpögtetett vegyesgyümölcs-konzervvel. Egy citrom lereszelt héjával és a kifacsart levéből 1 kiskanálnyival ízesítjük.

A túrós keveréket vastagon a kisült, kihűlt tésztára kenjük, és hűtőszekrénybe tesszük. A mázhoz összekeverünk 2 deci narancsízű, szénsavas üdítőt, 1 csomag vaníliás ízű, főzni való pudingport és 5 evőkanál cukrot, majd 2 deci narancslével együtt lábasba öntjük, és kevergetve sűrűre főzzük.

Amíg a máz meglangyosodik, addig a túróval megkent sütemény tetejét feldíszítjük 2-3 szem fél centi vastagra vágott konzerv vagy kompót őszibarackszelettel. A már alig langyos mázzal alaposan megkenjük a barackokat.

Tálalásig, de legalább 2 óra hosszat a hűtőben tartjuk. Ehhez a gyümölcsös süteményhez 12 fokosra behűtött édes tokaji szamorodnit ajánlunk.

Járay Mari

A látványos külsejű házi berkenye az év fája

Őszi színekben pompázó berkenyefa

Sok más mellett minden esztendőben egy fát is kiválasztanak, hogy a szokásosnál nagyobb mértékben essen rá a figyelem. A 2013-as év fája a berkenye lett, amelynek példányai a Hegyvidéken is feltűnnek. Mi tagadás, bőven van még mit megtanulnunk erről az értékes, mégis kevéssé ismert fajról.

Az Országos Erdészeti Egyesület már tizennyolc éve minden esztendőben kiválaszt egy hazai fajt, amelyet az év fája címmel illet. Ilyenkor kifejezetten a kevésbé ismert növények csoportjából válogatnak, hiszen ezek megismerésére nagy szükség van – illetve a 2013-as „szerencsés nyertes", a házi berkenye esetében az újra megismerésére…

A berkenye ugyanis már évezredek óta él a Kárpát-medencében, és feltűnés nélkül történelmünk részévé vált. A tihanyi apátság alapítólevelében is szerepel, igaz, csak mint tereptárgy, de ebből arra következtethetünk, hogy a „brokinát" akkor jobban ismerték, mint manapság.

Kedveltségének alapja a termése volt, amelyet eleink előszeretettel fogyasztottak. A ritkás tölgyesekben magányosan növekvő fákat a kertekbe is ültették. A piros bogyók éretlen állapotukban csersavasak: aki kóstolta már, biztosan érti, hogy a népnyelv a bereknő és bereknye mellett miért nevezi a növényt fojtókának, vagy fojtóskának is!

Tudományos neve *(Sorbus domesticus)* szintén erre a tulajdonságára utalhat, hiszen a „sorb" szótő magyarul fanyart jelent. Más értelmezés szerint inkább a termés kásás (szorbetszerű) állaga játszott szerepet a nemzetségnév kialakításában.

A házi berkenye lassan fejlődő fa, amely erdőben akár 20-25 méter magas is lehet. Szabadon álló egyedei ritkán nagyobbak 15 méternél. Koronája időskorára oválissá szélesedik. Levelei páratlanul szárnyaltak, világoszöldek.

Első ránézésre nehéz megkülönböztetni a rokon fajoktól, de más erdei fáink között könnyen felismerhető a levelei alapján. Virágai májusban, a levelek fejlődésével egy időben jelennek meg. A magból kikelő facsemetének húsz évre van szüksége az első virágzásig, azaz a házi berkenyére legalább annyira igaz, mint a dióra, hogy a gyerekének, vagy az unokájának ülteti a kertész.

A fehér virágzat bódító illatot áraszt, ami tömegével vonzza a megporzó rovarokat. Nyár végére, őszre fejlődnek ki az apró körtére emlékeztető termések, amelyek lassan érnek be. Éretten pirosak, a madarak kedvelt táplálékai. A fa lombja az első hűvös napokon látványosan pirosra, narancssárgára színeződik, majd lehull, de a vastag lombréteg nem rothad el télen, hanem szinte érintetlen marad a következő tavaszig.

Virágzata bódító illatú

A lassú növekedés következtében fája kifejezetten kemény, akár kétszáz évig is elél. Mivel nem igényes a talajával szemben, és ellenálló fa, városban is jól fejlődik. Fasorokban, parkokban lehet találkozni példányaival. A rózsafélékhez fűződő rokonságát alátámasztva csinos növény, ezért a kertészetekben is könnyen rátalálhatunk. Ha elfogadjuk lassú fejlődését, a kert értékes részévé válhat, amely minden évszakban látványos.

A házi berkenye egy évtizede védett Magyarországon. A besorolása szerint ennek a valaha elterjedt haszonnövénynek a természetes állománya ma veszélyeztetettséghez közeli állapotba került. Ha az év fája által keltett hírverés sikeresnek bizonyul, akár meg is fordulhat ez a szomorú trend, hiszen egyes európai országokban a házi berkenyét ismét felfedezték, termesztik, és gyümölcse egyre lelkesebb rajongótábort szerez magának.

Termése a madarak kedvelt tápláléka

Nálunk a korlátozottan elérhető gyümölcsből leginkább pálinkát főznek, ami az első lépés is lehet a népszerűség felé. Mi mindenestre drukkolunk neki! Talán idén a tavaszi-nyári erdőket járva többször ismerjük majd fel a házi berkenye fehér virágait, érő terméseit, tetszetős lombját.

(Barta)

Mesterséges madárodúk

Fontos a jó minőségű költőhely

Hamarosan kezdetét veszi a cinegék és verebek költési időszaka. A városi környezetben leggyakrabban előforduló énekesmadarak idei első költését mi is segíthetjük, a megfelelő kialakítású mesterséges odúk kihelyezése nagyban hozzájárul a kívánatos szaporulat biztosításához.

A kistestű fajták évente kétszer-háromszor is költhetnek, a tojások március végi lerakása és a fiókák kirepülése között általában másfél hónap telik el. Bár a természet gondoskodik a megfelelő költőhelyekről, azokon a területeken – különösen a városokban –, ahol hiányoznak az idősebb, odvas fák, szükség van költőodúk kialakítására.

A kerek röpnyílású, a harkály vájta odúkra emlékeztető mesterséges változatokat nagyságuk alapján „A-B" és „D" típusba sorolják. Ezek közül az odúköltő fajok többségének – ilyen a szén-cinege, a nyaktekercs, a házi veréb és a mezei veréb – a „B" típusú felel meg a leginkább. Ennek alapterülete 12,5x12,5 centiméter, teljes mélysége 20-25 centi, míg a röpnyílás átmérője 3,4 centi. *(A madárodúfajtákról 2012. február 28-i számunkban olvashatnak részletesen.)*

Tartós fából készüljön az odú!

Fontos, hogy jó minőségű legyen a költőhely, hiszen az megfelelő karbantartással öt-tíz év alatt akár száz-százötven cinegefióka kirepülését is elősegítheti. Éppen ezért a rétegelt lemezből készült darabok helyett inkább a lényegesen tartósabb, legalább két centiméter vastag fenyő-, esetleg akácléc alapanyagú, a tetején gondosan szigetelt és felületkezelt madárodút válasszuk. Óvakodjunk viszont a nagyobb áruházakban kapható házikóktól, ezek kialakítása ugyanis sokszor nem felel meg a madarak igényeinek!

A költőodúk kihelyezése mellett az etetésről se feledkezzünk meg, különösen a magevők számára lényeges, hogy a költési időszakban legyen elegendő táplálékuk. Akkor járunk el helyesen, ha a napraforgómag mellé almát és más apró magvakat (kölest, pintyeknek és papagájoknak árult keveréket) teszünk.

Költőodút és etetőt a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület kedden és szerdán 10-től 16 óráig nyitva tartó boltjában érdemes vásárolni, itt az érdeklődőket hasznos tanácsokkal is ellátják. Cím: XII., Költő utca 21. (Jókai-kert). Telefonszám: 275-6247/122. Mobil: 06/20-969-7778. E-mail: mmebolt@mme.hu. Honlap: www.mme.hu.

(M.)

Környezetet védő polgárőrök

Együttműködési megállapodást kötött az önkormányzat a Természet- és Környezetvédelmi Polgárőr Egyesülettel, amelynek tagjai már eddig is sokat tettek a Hegyvidék közbiztonságának javítása, illetve a természeti értékek megóvása érdekében. A lelkes csapatot a működéséhez szükséges eszközökkel, felszereléssel igyekszik támogatni a kerület.

A Természetvédelmi Polgárőrség tagjai önkéntesként tevékenykednek a közbiztonság javítása, valamint környezetünk értékeinek megóvása érdekében

„A közösségért tenni akaró, aktív társaság" – így jellemezte a Természet- és Környezetvédelmi Polgárőr Egyesületet (rövid nevén: a Természetvédelmi Polgárőrséget) a kerület alpolgármestere. Kovács Lajos szerint az önkéntesekből álló csapat nagyban hozzájárul a hegyvidékiek biztonságérzetének javításához azzal, hogy tagjai rendszeresen jelen vannak a közterületeken.

Bár nem hatósági személyek, ezért nincs intézkedési jogosultságuk, ugyanakkor hatékonyabbá tudják tenni a hivatásos rendfenntartók munkáját: egyrészt úgy, hogy azonnal jelzik az általuk észlelt problémákat, másrészt pedig maguk is részt vehetnek a járőrözésekben. Így például megvalósítható, hogy ne két közterület-felügyelő, hanem egy közterület-felügyelő és egy polgárőr induljon el járőrözni, ami által lényegében megduplázódhat egy-egy napon a felügyelet közterületi jelenléte. Ugyanígy más szervek járőrszolgálatait is erősíteni tudják a polgárőrök.

Az alpolgármester a csapat környezetvédelmi tevékenységének fontosságáról is szólt. A természetvédelmi polgárőrök ugyanis, túl azon, hogy járőrözéseikkel igyekeznek rendet tartani a zöldterületeken, ismeretterjesztő programokat szerveznek a hegyvidékieknek. Tavaly ősszel például, amikor az önkormányzat komposztálóládákat osztott, az egyesület szakembere előadást tartott a komposztkezelés gyakorlati tudnivalóiról a társasházak képviselőinek. A természetvédők madárvédelemmel kapcsolatos foglalkozásokat is szerveztek már, sőt, nekik köszönhetően épül ki egy madárbarát kerti tanösvény a Tamási Áron iskola körül.

Az önkormányzat azzal támogatja az egyesületet, hogy székhelyet biztosított számára a Jókai Klubban. Emellett a lehetőségekhez mérten eszközökkel, felszerelésekkel próbálja segíteni működését, elsőként feliratozott láthatósági mellényeket ajánlott fel a polgárőröknek.

„Hetente legalább egy alkalommal a Hegyvidéki Közterület-felügyelettel, valamint a kerületi rendőrkapitánysággal közösen járőrözünk, továbbá a természetvédelmi őrszolgálat munkáját is rendszeresen segítjük" – foglalta össze legfontosabb tevékenységeiket Woynárovich András. A Természet- és Környezetvédelmi Polgárőr Egyesület elnöke elmesélte, hogy közterület-felügyelők, rendőrök és természetvédelmi őrök nemrég együtt közreműködtek egy akcióban. Azokat az autósokat igyekeztek elcsípni, akik az erdőn keresztül közlekednek Budakeszi és Csillebérc között, komoly kárt téve ezzel a természetben.

Az elnök hangsúlyozta, hogy a környezetvédelmi, illetve közbiztonsági tevékenységükben részt vevő tagok önkéntesként, fizetség nélkül dolgoznak a Hegyvidékért. Csapatukban fiatalok és idősebbek, hölgyek és urak egyaránt megtalálhatók, többségük aktív korú, a munka és a család mellett, szabad idejükben végzik önként vállalt feladatukat. „Akinek tetszik a polgárőri, illetve a természetvédelmi munka, nálunk biztosan talál elfoglaltságot" – biztatta jelentkezésre Woynárovich András mindazokat, akik szívesen csatlakoznának a Természetvédelmi Polgárőrség lelkes közösségéhez.

z.

Vigyázat, terelővadászat!

Vaddisznóterelő-vadászatot tart a Pilisi Parkerdő Zrt. Budapesti Erdészete március 28-án 8.00–16.00 óráig az Irhás árok, Széchenyi-hegy, illetve Csillebérc erdőterületein, így ezeket a helyeket nem lehet látogatni ebben az időszakban. A vadászatra táblákkal figyelmeztetnek a környéken, míg az érintett turistaútvonalak bevezető szakaszain a hajtás idején az erdészet és az önkormányzat munkatársai visszafordítják az erre járókat. Az eredményes vadászat érdekében a szakemberek kérik a lakosság együttműködését, a korlátozás komolyan vételét.

„A vaddisznók alkalmazkodtak az emberhez, egyre több és komolyabb problémát jelentenek a lakott területekhez közeli erdőkben. Az általuk okozott károk károk visszaszorítása érdekében csökkenteni kell állományukat" – indokolta a vadászat szükségességét Lomniczi Gergely. A Pilisi Parkerdő Zrt. szóvivője hangsúlyozta, hogy a terelővadászatot kizárólag erdőterületen folytatják, lakott részeken az önkormányzat befogókat alkalmaz a vaddisznók eltávolítására.

sz.

Begyűjtik a kerti zöldhulladékot

A tavasz a kerti munkák ideje, a telektulajdonosok ilyenkor próbálnak megszabadulni a felgyülemlett zöldhulladékoktól, a megmaradt falevelektől, az avartól, illetve a fák lemetszett ágaitól. Az avarégetés Budapesten továbbra is tilos – a szabály megszegői több tízezer forintos bírságra számíthatnak –, ugyanakkor az FKF Zrt. logójával ellátott műanyag zsákokba *(képünkön)* összegyűjtött és a kukák mellé reggel öt óráig kihelyezett kerti hulladékot március 25. és december 6. között ingyenesen elszállítják. A vastagabb faágakat legfeljebb egy méter hosszúságú darabokra vágva, kötegelve kell a zsákok mellé helyezni.

Nem viszik el a zöldhulladékot, ha abban a lomb, fa- és bokornyesedék, nyírt fű, valamint avar és gyom mellett háztartási szemét, vagy egyéb nem bele való anyag kerül. Mivel a hulladékot a Pusztazámori Regionális Hulladékkezelő Központban komposztálják, az FKF arra kéri a lakókat, hogy a fenyőféléket és a diófaleveleket, -gallyakat külön kezeljék, ezeket ugyanis magas gyanta-, illetve olaj- és mérgezőanyag-tartalmuk miatt nem lehet megfelelően feldolgozni.

A kerti hulladék feliratú zsákok megvásárolhatók az FKF Zrt. ügyfélszolgálati irodáiban, a lakossági hulladékgyűjtő udvarokban, valamint a többi között a MOL budapesti benzinkútjainál, az OBI és a Spar üzleteiben. A gyűjtőzsákok ára tartalmazza az elszállítás és a komposztálás költségét.

A Hegyvidékhez legközelebb a III. kerületi Testvérhegyi út 10/a, illetve a XI. kerületi Bánk bán utca 8–10. alatt található hulladékudvar. A begyűjtést hetente egyszer végzik, a pontos időpontról a postaládákba eljuttatott kiadványban tájékoztatják az ingatlantulajdonosokat. További információk: 06/40-353-353, illetve www.fkf.hu.

(-ály)

Éledeznek a virágok

FOTÓ: HEGYVIDÉK LAPKIADÓ

A Magyar jakobinusok tere tavaly is virágdíszbe öltözött

Idén tavasszal közel nyolcvanezer kétnyári növénnyel teszi színesebbé az utcákat a FŐKERT Nonprofit Zrt. A cég elvégezte a fővárosi kezelésű zöldterületek szokásos tél végi takarítását, valamint az ágyásokból hiányzó kétnyári növények pótlását.

A kedvező időjárásnak köszönhetően ezúttal alig volt fagyási kár, és rongálás miatt is jóval kevesebb növényt kellett elültetni márciusban. A saját termesztésű palánták közül a legnagyobb mennyiségben árvácska, valamint a tavalyi év „slágerei", az erősebb árnyalatú kék és rózsaszín, illetve fehér szirmú nefelejcsek kerültek a parkokban, tereken, szobrok, emlékművek és intézmények közelében kialakított virágágyásokba.

A Hegyvidéken a Magyar jakobinusok terén 2750, a Budapest Kongresszusi Központ előtt 3250 palánta kezd el virágozni hamarosan. A Városmajor új ágyásába 750 virágot ültettek ki a szakemberek.

(em.)

Hegyvidéki harc a dohányzás ellen

Európai uniós támogatással országos hegyvidéki központ nyílt, ahol segítenek leszokni a dohányzásról. A már működő call centerben szakképzett pszichológusok és orvosok várják az érdeklődők telefonhívását.

Hazánkban a felnőtt népesség 36 százaléka rendszeresen dohányzik. Megdöbbentő adat, hogy évente 24 ezer ember halála hozható összefüggésbe ezzel a káros szenvedéllyel, amely a tüdőrákos esetek kilencven százalékáért felelős (a férfiak körében előforduló tüdődaganat tekintetében Magyarország világelső).

A leszokáshoz nyújt segítséget a XII. kerületben működő Országos Korányi Tbc és Pulmonológiai Intézet, valamint az Egészséges Magyarországért Központ együttműködésével létrehozott Országos Dohányzás Leszokás Támogatási Módszertani Központ. Ingyenesen hívható call center, csoportos tanácsadás és interaktív weboldal segíti azokat, akik szeretnék végleg eldobni a cigarettát – emelte ki dr. Kovács Gábor, a Korányi intézet főigazgató főorvosa a központ hivatalos megnyitóján.

A szakember arra hívta fel a figyelmet, hogy a kormányzat korábban nem tapasztalt lendülettel látott neki a dohányzásmentes Magyarország megteremtéséhez. Ennek részei a dohánytermékeket jelentősen megdrágító adó, a cigarettázás káros mellékhatásait bemutató felvilágosító kampányok és a nemdohányzók védelmében hozott törvények, amelyek máris eredményt hoztak, hiszen az alkalmi dohányosok aránya 4-ről 1,6 százalékra csökkent.

Dr. Kovács Gábor szerint ez azért számít komoly előrelépésnek, mert az úgynevezett partidohányzás a rászokás „előszobája", egy-egy szál időnkénti elszívásából meglehetősen rövid idő alatt kialakulhat a masszív cigarettázás. A teljes lakosságot tekintve a dohányosok száma stagnál, a férfiak kevesebbet, a nők többet cigarettáznak, mint korábban.

Az új központ többféle leszoktatási módszerrel dolgozik, ezek közül a már ismert egyéni és csoportos programok mellett újdonság a telefonos támogatás. A 06/80-44-20-44-es számon a hét minden napján éjjel-nappal ingyenesen hívható call centerben pszichológusok és orvosok vezetik végig a leszokás folyamatán azokat, akik úgy döntöttek, leteszik a cigarettát. A programszerűen összeállított, több hívásból álló tanácsadást a szakemberek menet közben az egyéni igényekhez igazítják, ami jelentősen növeli a hatékonyságot. Mint a főigazgató elmondta, a cigarettadobozokon szereplő telefonszám ezentúl a call centerrel kapcsolja össze az érdeklődőket.

Folyamatban van egy internetes weboldal kialakítása is, a leszokást népszerűsítő honlapon feltüntetik a tüdőgondozók címeit, a rendelések időpontját, a képzéseket végző szakemberek adatait, valamint a leggyakrabban feltett kérdéseket és válaszokat. A portálon tájékoztatást nyújtanak az éppen aktuális eseményekről, illetve közzéteszik a továbbképzések és más szakmai rendezvények előadásainak anyagát.

Az öt évvel ezelőtt létrehozott Egészséges Magyarországért Központot képviselő Urbán Róbert a megnyitón elmondta, hogy a nonprofit szervezet célja a lakosságot leginkább sújtó szenvedélybetegségek felszámolása. A cigarettázás ráadásul nem csupán a dohányosok, hanem a környezetükben élők egészségét is károsítja.

A call center és az internetes oldal révén azok a társadalmi csoportok is bekerülhetnek a rendszerbe, amelyek tagjai egyébként valamilyen okból ezt személyesen nem tudnák megtenni. A telefonos tanácsadással negyven százalékkal nő a leszokás esélye, ami kiváló eredmény, hiszen a tapasztalatok szerint önerőből a próbálkozók alig négy százaléka tud megszabadulni a nikotinfüggőségtől.

(em.)

SZOLGÁLTATÁS

ABLAK, AJTÓ, REDŐNY

REDŐNY (fém, műanyag, alumínium), reluxa (alu, fa), szalagfüggöny, szúnyogháló, harmonikaajtó, roletta készítése, javítása garanciával. 06/30-964-8876.

REDŐNY-, reluxa-, harmonikaajtó-, szalagfüggöny-, napellenző-, szúnyogháló-, függönykarnis-javítás, -készítés. 356-4840, 06/30-954-4894.

www.ablakdoktor.hu Fa- és műanyag ajtók, ablakok javítását, illesztését, zárak cseréjét (pl.: kétszárnyú ablaknál), szigetelését vállalom garanciával! Igényesen és becsületesen már 18 éve! A felmérés díjtalan. Horváth Ákos, 06/70-550-0269.

MŰBÚTORASZTALOS 40 éves gyakorlattal vállalja antik-styl bútor restaurálását, egyedi bútor készítését. Kárpitosmunkával is. Telefon: 06/30-944-2206.

ÜVEGEZÉS. Budai Üveges.hu Budapest, Csörsz u. 1. Tel.: 06/30-357-2798.

REDŐNYÖSMŰHELY gyárt, javít mindenfajta redőnyt, reluxát. Szalagfüggöny, roletta, harmonikaajtó 3 munkanap alatt. Napellenző, ponyvacsere. Javítások 24 órán belül. 370-4932.

REDŐNY (motoros kivitelben is), reluxa, szúnyogháló stb. szerelése, javítása garanciával, legolcsóbban! Tel.: 06/70-341-9489, 06/20-341-0043.

REDŐNY-RELUXA, napellenző, szalagfüggöny, aluredőny, motoros is, szúnyogháló, roletta, harmonikaajtó. 6 légkamrás műanyag ablak 7 munkanap alatt. Garanciával. Kiss Zoltán, 06/20-957-5038, 06/1-362-41-12. Honlap: www.kissz.hu

ENERGIATANÚSÍTÁS
Hőszigetelési tanácsok
Nyílászárócsere
Tel.: 06/30-517-7120
www.faepito.hu

ASZTALOSMUNKÁK

IKEA típusú könyvszekrények, konyhabútorok, beépített szekrények, irodabútorok méretre gyártása legolcsóbban. Például könyvszekrény: 228x80x28 cm 13 800 Ft. Igényes munka, rövid határidő. 06/30-368-1354.

ASZTALOS vállal: ajtó-, ablakjavítást, mázolást, zárszerelést, szigetelést, küszöbkészítést, falfúrást, pántok, zsanérok cseréjét, bútorjavítást, szekrények, polcok készítését beszereléssel. T.: 251-9483, 06/20-381-6703.

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

ELTARTÁS, GONDOZÁS

OTTHONÁPOLÁS, időskondozás, házvezetés 24 órában. Szentanna otthonápolási szolgálat. T.: 06/30-238-9003.

INGATLAN tulajdonjogot vásárolnék haszonélvezettel, vagy eltartási szerződést kötnék idős személlyel. Minden megoldás érdekel. Hívjon bizalommal! 06/70-207-1417.

ELTARTÁSÁT, gondozását vállalom idős személyeknek ingatlanért cserébe (haszonélvezettel is). Életjáradékot is tudok biztosítani. 06/20-534-7671.

IDŐS, egyedülálló személyekkel eltartási, gondozási szerződést kötnék. Hívjon bizalommal! 06/70-664-9264.

ELTARTÁSI szerződést kötne megbízható, családos mérnök. T.: 06/20-349-1470.

SZÍVESEN gondoznánk, ápolnánk, vagy ha szükséges, anyagilag is segítenénk idős, egyedülálló Hölgyet vagy Urat. Leinformálható, gondozói gyakorlattal rendelkező értelmiségi pár vagyunk. 06/20-522-2543. Kállay Kotász Zoltán.

HÁZTARTÁSI GÉPEK, ELEKTRONIKA

TV-JAVÍTÁS a helyszínen is, garanciával! Távirányító-javítás. Tv-videó szerviz, mikrosütő- és háztartási kisgépjavítás. Telefon: 249-3678.

HŰTŐGÉPSZERVIZ a kerületben! Hazai, külföldi hűtőgépek javítása 37 éve. Kiszállási díj nélkül. Várhidi, tel.: 250-0921, 06/20-972-5032.

MOSÓGÉP–HŰTŐGÉP! Hegyvidéki Gyorsszolgálat. Hűtőgépek, automata mosógépek, villanybojlerek helyszíni javítása garanciával. A kiszállás díjtalan! Samsung, LG, Electrolux, Zanussi szakszerviz. Tel.: 286-1796, mobil: 06/30-496-3938.

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

TÉVÉJAVÍTÁS AZONNAL, helyszínen, garanciával! 06/20-471-8871.

ANTENNASZERELÉS, -javítás olcsón. Műholdas és földi digitális (MinDig Tv) rendszerek telepítése, beállítása. Duna-, M2-átállítás garanciával. Tel.: 201-5368, 06/20-537-6281.

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

KERT, FAKIVÁGÁS

FAKIVÁGÁS, gallyazás, ereszcsatorna-tisztítás hegymászótechnikával, reális áron, referenciamunkákkal. 426-5000, 06/30-942-6500, a@prodive.hu.

FAKIVÁGÁS, gallyazás, bozótirtás hegymászótechnikával, szállítással, 1983 óta, vidéken is. Gond Ferenc, 06/30-977-1745.

FAKIVÁGÁS. Veszélyes fák ágankénti lebontással való kivágása. Koronaalakítás, száraz, beteg részek eltávolítása. Igény szerint ágak darálása, szállítása. 06/20-485-6547, Kovács Sándor.

KERTGONDOZÁST, gyümölcsfa-, szőlőmetszést, permetezést vállalok vidéken is. 06/30-682-4431.

FÜVESÍTÉST, növényültetést vállalunk. Metz Máté, 06/20-349-5395.

METSZÉST, ásást, kapálást, gazolást, lombseprést, sövényvágást, fűnyírást vállalunk. Metz Máté, 06/20-349-5395.

FAKIVÁGÁS, gallyazás, veszélytelenítés alpintechnikával, zöldhulladék-, gallydarálás, elszállítás. www.greenarbor.hu T.: 06/30-907-5948.

ZÖLDHULLADÉK-, gallyaprítás, elszállítás. T.: 06/30-907-5948.

KERT–TELEKRENDEZÉS! Metszés, permetezés, favágás, gyepesítés, bozótirtás, kerítés építése, javítása. Térkövezés, betonozási munkák garanciával, reális áron. Tel.: 06/70-547-2584, 06/70-391-8976, 06/1-781-4021.

KERTÉPÍTÉS, kertgondozás, metszés, permetezés, fakivágás, szállítás, öreg kertek ifjítása, kerítéskészítés, javítás. Szilágyi Csaba, 06/20-970-7506.

ELHANYAGOLT kertek rendbetétele, fakivágás, gallyazás, sövényvágás, motoros kaszálás elszállítással. 06/30-274-1368.

KERTÁPOLÁS. Végeztesse szakembereinkkel a tavaszi metszést, lemosó permetezést és a rendszeres kertápolási munkákat! 06/30-281-6242. Kék Pipacs Kft.

OLCSÓN: kerti munkák, fakivágás szakértelemmel, lélekkel: +36/30-418-6663. gold333@freemail.hu

MINDEN, AMI KERT! Művelés, tervezés, szaktanácsadás: botanikustól. 06/30-464-1171.

MEGBÍZHATÓ nyugdíjas teljes körű kertészeti, karbantartási munkákat vállal referenciával. 06/30-976-0357.

KÖLTÖZTETÉS, LOMTALANÍTÁS

KÖLTÖZTETÉS, lomtalanítás, áruszállítás, csomagolás, bútorszerelés, ingyenes felmérés, fuvarvállalás. 403-9357, 06/20-972-0347, 06/30-589-7542.

KÖLTÖZTETÉS ingyenes munkafelméréssel. Csomagolás, bútorszerelés, hangszerszállítás. www.diokoltoztetes.hu, 417-1975.

LOMTALANÍTÁST vállalunk a hét minden napján. www.lomtalanitas.com, 419-3341.

KÖLTÖZTETÉS, fuvarozás! Gyors ügyintézéssel, precíz munkavégzéssel. Igény esetén kartondobozt biztosítok! 10%-os HÉTVÉGI KEDVEZMÉNY. T.: 06/70-214-4235. T.: 280-2542.

KÖNYVELÉS

KÖNYVELÉS, adózás. Tel.: 06/20-823-0207. Fax: 700-1950. www.elektronikusbe-vallas.hu

KÖNYVELÉS–adótanácsadás a Hegyvidéken. XII., Zugligeti út. 06/20-964-8048.

KŐMŰVESMUNKÁK

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

ANTIALKOHOLISTA csapat: szobafestést, mázolást, tapétázást, csempézést gipszkartonozást, szőnyegpadlózást, víz-, villanyszerelést, nagytakarítást, parkettázást, favágást, ács-alpinista-, kőművesmunkát vállal. delabt@vipmail.hu, 06/20-998-2369.

CSEMPÉZÉS, padlóburkolás, csempejavítások, falazás, vakolás, betonozás, kerítések, járdák készítése. 06/30-341-3423.

ÉPÍTÉS–FELÚJÍTÁS! Ingatlanok teljes körű felújítása, kert–kerítés építése. Hőszigetelés, festés, burkolás, tetőjavítás, bádogos, kőművesmunkák elvégzése garanciával, reális áron! 06/1-781-4021, 06/70-391-8976, 06/70-547-2584.

LAKÁSSZERVIZ

DUGULÁSELHÁRÍTÁS! XII. kerületi gyorsszolgálat! Fürdőszobai lefolyók, mosogatók, társasházi főcsatornák, udvari és egyéb lefolyók minden típusának falbontás nélküli, gépi tisztítása azonnal, garanciával, hétvégén is! 228-6193, 06/30-921-0948.

LAKATOS, zárszerelő, bádogos, kőműves-, tetőfedő munkák ipari alpinista technikával is. 06/30-900-4238. XII. kerületi vállalkozótól. www.badogos-mester.hu

LAKÁSFELÚJÍTÁS! Szobafestés, tapétázás, parkettalerakás, parkettacsiszolás, parkettajavítás, csempézés, kőműves-, asztalosmunkák, ajtó-, ablakcsere, villanyszerelés, vízszerelés garanciával. 202-2505, 06/30-251-3800.

ZÁRLAKATOS-GYORSSZOLGÁLAT! Zárnyitás, zárszerelés, hevederzár-szerelés, rácskészítés, lakatosmunkák. 06/30-299-1211.

KISEBB-nagyobb, külső-belső kőműves-munkát, burkolást, szobafestést, mázolást, teljes körű lakásfelújítást vállalunk anyagbeszerzéssel, szállítással is, elérhető áron. Cégünk áfamentességet élvez. 06/20-941-4200.

GARÁZS- és bejárati kapuk, kapunyitó automatikák, zárszerelés, lakatosmunkák, kerítések. Urbanek. Tel./fax: 214-7442, 06/20-978-7429, frimari53@gmail.com.

ÜVEGEZÉS! Kiszállással, takarítással, garanciával, kötetlen munkaidőben. Faablakok utólagos szigetelése. 06/20-337-7135.

TETŐTŐL a pincéig! Lakás-, ház-, irodafelújítás minden szakmában, magyar, megbízható szakemberekkel, ingyenes árajánlattal, gyors kezdéssel. Tétény-Épszer Kft. 226-4539, 06/20-946-7557.

FESTŐMESTER vállal szobafestést, mázolást, tapétázást hosszú távú garanciával. Tel.: 06/30-878-8977, 285-2882.

PARKETTÁZÁST, csiszolást, javítást, festést, tapétázást garanciával. 06/20-564-3807.

BÁDOGOSSZERKEZETEK, cserép-, palatetők, tetőszigetelések javítása 1986 óta, kerületi kisiparostól. 249-2664, 06/20-944-9015.

ASZTALOS-, lakatosmunkák készítéstől a legkisebb javításig. Mindenre van megoldás. 06/20-411-4349, 249-0329.

LAPOS TETŐK csapadékvíz elleni szigetelése bádogos munkákkal együtt, garanciával, referenciával. Kőműves- és festőmunkák kivitelezése. 273-1857, 06/20-471-1870.

ALPINISTA munkák: homlokzatfelújítás, lefolyó és ereszcsatornák szerelése, kőműves- és festőmunkák, veszélyelhárítás, függőfolyosók felújítása, dryvit szigetelés. 273-1857, 06/20-471-1870.

CSALÁDI és társasházak, nyaralók fadíszítő elemeinek, homlok- és ereszdeszkázatának festése és mázolása alpintechnikával is. 273-1857, 06/20-471-1870.

TETŐFEDÉS–bádogozás, pala- és cseréptetők javítása, új tetők készítése. Zsindelyezés és ácsmunkák. 273-1857, 06/20-471-1870.

CSERÉPKÁLYHA, kandalló, kémény. 06/30-961-8397.

KÉMÉNYBÉLELÉS, kéményjárda acél-, FuranFlex technológiával, ügyintézéssel, METAL-VILL KFT. 06/30-688-3683, 06/70-518-1451.

FÜRDŐSZOBÁK, konyhák felújítása, átalakítása! Csempeburkolás, kőművesmunkák, vízszerelés! Anyagbeszerzéssel, határidőre, garanciával! 06/20-961-6153.

DRYVIT hőszigetelés kedvező áron, műanyagablak-csere társasházak, magánszemélyek részére. Szezonnyitó akció! Pályázatírással! 06/20-283-2378, 06/70-510-7868.

TÁRSASHÁZAK, magánszemélyek, figyelem! Dryvit hőszigetelés, műanyag ablak kedvező áron. 06/70-510-7868.

DRYVIT hőszigetelést államilag támogatott hitellel és 25% visszatérített támogatással tudunk vállalni társasházak és magánszemélyek részére. 06/20-283-2378.

SZOBAFESTÉS, tapétázás, mázolás, parkettacsiszolás, laminálterakás. Pap Gábor: 06/30-942-4735, 360-2345. www.festestapetazas.hu

LAKÁS-, épületfelújítás, karbantartás! Kőműves, burkoló, gipszkartonozó, villanyszerelő, víz-, gáz-, fűtésszerelő, festő szakmákban állunk megrendelőink rendelkezésére. 06/30-294-9670.

LAPOSTETŐK, teraszok csapadékvíz elleni szigetelésének felújítása, javítása a csatlakozó kőműves- és bádogos munkákkal, tetők, pincefödémek, homlokzatok hőszigetelése referenciákkal, garanciával. 204-6793, 06/20-934-6993.

TELJES KÖRŰ lakásfelújítást vállalunk garanciával. Ingyenes felmérés és árajánlat-készítés. 06/20-313-3958.

SZOBAFESTÉS-mázolás, tapétázás. Külső homlokzat felújítása. Precíz munka, korrekt ár. 06/70-778-5440.

FELÚJÍTÁS, új építés, kivitelezés építőmérnöki vezetéssel, 30 éve a lakosság szolgálatában. Tel.: +36/1-275-4287, +36/20-912-5600. www.lcsl.hu

VILLANYSZERELŐ GYORSSZOLGÁLAT! Hibaelhárítás, villanybojler-javítás, háztartási készülékek bekötése, biztosítótáblák, kapcsolók, lámpatestek cseréje. EPH, érintésvédelmi vizsgálatok. Tel.: 06/20-976-0005.

TAKARÍTÁS

ABLAKTISZTÍTÁST vállalunk. Metz Máté, 06/20-349-5395.

LÉPCSŐHÁZ-TAKARÍTÁST vállalunk! Metz Máté, 06/20-349-5395.

TAKARÍTÁS! Irodák, intézmények, társasházak, magánlakások teljes körű napi, nagytakarítása. Ablak-, szőnyeg-, kárpittisztítás. Hívjon bizalommal! 06/1-781-4021, 06/70-391-8976, 06/70-547-2584.

TAKARÍTÁS, nagytakarítás: társasházak, lakások, irodák. 201-2489, 06/70-245-7388.

MÁRVÁNYCSISZOLÁST és polírozást vállalunk kiemelkedő referenciákkal, magánszemélyektől szállodákig. www.amsystem.org, 06/70-339-3555.

SZŐNYEG- és kárpittisztítás helyszíni munkavégzéssel, poratkátlanítással. www.amsystem.org 06/70-339-3555.

TÁRSASHÁZAK takarítását vállalom. 06/30-215-8590.

TÁRSASHÁZAK

LAPOSTETŐ-SZIGETELÉS, -javítás, -csere, kapcsolódó munkák, fényvédés, egyéb szigetelések. Tel.: 426-5000, 06/30-942-6500, a@prodive.hu.

TÁRSASHÁZKEZELÉS, közös képviselet korrekt, megbízható módon, referenciákkal. 274-6135, 06/70-561-1174, e-mail: flotthometeam@gmail.com, www.tarsashazkezelobudapest.hu

TÁRSASHÁZAK kezelése, közös képviselete, teljes műszaki, jogi és gazdasági háttérrel. Díjazás épülettől függően, megegyezés szerint. Várlaki János, telefon: 213-6613, 06/20-931-1832.

TÁRSASHÁZAK teljes körű kezelését, közös képviseletét vállalom szakképesítéssel, több éves gyakorlattal, nettó 1000 Ft-tól/albetét/hó. Kérje ingyenes árajánlatomat. Hívjon bizalommal: Pék Péter 06/20-206-6990.

TÁRSASHÁZAK közös képviseletét, kezelését vállalom. Tel.: 06/20-392-6368.

TÁRSASHÁZAK, magánszemélyek, figyelem! Szezonnyitó akció! Dryvit hőszigetelés, kőművesmunkák és műanyagablak-csere előjegyezhető. 06/70-510-7868.

LAPOSTETŐ-SZIGETELÉST vállalunk referenciával, 10 év garanciával, stabil gárdával. 4 PILLÉR KFT. 405-4603 vagy 06/30-931-5495.

TETŐ-, hő-, és vízszigetelés, homlokzatok hőszigetelése, teraszszigetelések 10-15 év garanciával. VIA-ÉPSZAKKER KFT. 326-5312.

TÁRSASHÁZAK – meglévő/alakuló – közös képviseletét és kezelését szakirányú képesítés birtokában vállalom. Tel.: 06/30-226-5494. (Pagels Zsuzsanna)

VÍZ, GÁZ, VILLANY, FŰTÉS

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

VÍZ-, fűtésszerelés, burkolás. Teljes felújítás, ázások megszüntetése, készülékek javítása, cseréje garanciával. Balázs János épületgépésztechnikus. Tel./fax: 362-4050, 06/20-917-0697.

TISZTELT Hölgyem, Uram! Megbízható, korrekt szerelő vállal víz-, fűtésszerelést, gázkészülékjavítást, duguláselhárítást! Már 13 éve az Önök szolgálatában. Most 30%-os akció! 402-0627, 06/20-433-1628.

VILLANYSZERELŐ. Kisebb munkákat is vállalok. Pálfi Zoltán, 06/30-947-6036. 12 éve a kerületben. Lakás, társasház, üzlet.

GÁZ-, víz-, fűtésszerelés. Gázkészülékek javítása, cseréje. 06/30-944-6513. Web: www.nl-gaz.hu. E-mail: info@nl-gaz.hu.

VÍZSZERELÉS-gyorsszolgálat. Csőrepedés műszeres keresése-javítása. Kamerás csatornavizsgálat, duguláselhárítás. Kerti csap vízvezetékcsere ásással is. 06/30-914-3588.

VÍZSZERELÉS-GYORSSZOLGÁLAT, duguláselhárítás, csatornakamerázás, műszeres csőrepedés-keresés, csőrepedés javítása, WC-k, csapok, téli elzárók szerelése ásással. Hétvégén is. Gabona Róbert. 06/30-200-9905.

VILLANYSZERELÉS azonnal! Hibaelhárításától a teljes felújításig. Petrás József villanyszerelőmester, 06/20-934-4664, 246-9021. ELMŰ által minősített vállalkozás.

VÍZVEZETÉK-SZERELÉS, vízóraszerelés nonstop! Mosógépek, mosogatógépek bekötése, mosdók, csapok, kádak cseréje! Vízóraszerelés ügyintézéssel! 06/30-954-9554.

VILLANYSZERELŐ GYORSSZOLGÁLAT! Hibaelhárítás, villanybojler-javítás, érintésvédelmi vizsgálatok, EPH szerelés. Tel.: 06/20-976-0005.

VÍZ-, FŰTÉSSZERELÉS GYORSSZOLGÁLAT! Csőrepedések, ázások keresése, mosogató, mosdó, WC-k, kerti csapok javítása, cseréje földmunkával is. Duguláselhárítás, egyéb vízszerelési munkák végzése garanciával. 06/70-227-6291.

GÁZKÉSZÜLÉKEK gyors javítása. Gáz és CO műszeres vizsgálat. FÉG SZERVIZ. Tamási József, 214-1606, 06/20-926-5362.

DUGULÁSELHÁRÍTÁS. NE BONTSON, HÍVJON! Mindennap. Garanciával, nyugdíjaskedvezménnyel. Kamerás hibamegállapítás. Womás csatornamosás. 06/20-342-9064.

EGYÉB

EZERMESTER! Kerítésfestés, ajtó-, ablak-, zárjavítás, felújítás, fürdőszoba-, konyhacsempézés, víz-, villanyszerelés, festés-mázolás kisebb munkáinak elvégzése magán- és társasházaknak. Metz Máté. 06/20-349-5395.

KONTÉNERES sittszállítás. Sóder, homok, zöldhulladék, termőföld. 06/20-464-6233.

VARRÓGÉPJAVÍTÁS, eladás, bérbeadás, alkatrész-árusítás. XII., Ugocsa utca 5. 213-8927.

FUVAROZÓ mindenféle anyagáru szállítását vállalja 2 t teherbírással. Hívjon, megegyezünk! Nánási Zoltán, 06/20-942-0059.

ENERGIATANÚSÍTVÁNY, statikai tervezés mérnökirodától. 06/20-938-0891. www.mpluszs.hu

LAKÁS/INGATLAN/BÉRLEMÉNY

KERESÜNK-KÍNÁLUNK ELADÁSRA-BÉRLETRE
budai, zöldövezeti lakásokat, házakat.
UNITERRA Bt.
Telefon: 246-43-47,
06-30-311-8950, 06-20-982-8055,
E-mail: milianeva@t-online.hu

II., MARGIT udvarban, patinás, felújított, liftes házban, 134 nm-es, IV. emeleti, 4,5 szobás, cirkós, nívós, erkélyes lakás 33,5 M Ft-ért eladó. 06/20-982-8055, 06/30-311-8950.

„BUDAVÁR" Ingatlanközvetítő Magániroda! 201-7719, Zwillinger.

IMMOTÉKA Ingatlaniroda 15 éve a budai ingatlanok specialistája. Empátia, diszkréció, referenciák. Jelentős külföldi ügyfélkör. Várjuk megtisztelő hívását. Kárpáti Klára, 201-1821, 06/30-202-1892, Kárpáti Péter, 06/30-921-9029. www.budapestliving.com, www.immoteka.hu

KERESÜNK-KÍNÁLUNK ELADÓ-KIADÓ
lakásokat, házakat
20 éve folyamatosan.
Amadex-92 Kft.
315-0031, 06/70-944-0088.
amadex@amadex.hu

ÁFA NÉLKÜL vállalom ingatlanának eladását-kiadását az I., II., XII. kerületekben. Eged Zsuzsa ingatlanközvetítő. 201-9475, 06/70-237-9030.

KERESEK eladó, zöldövezeti, csendes, jó állapotú, igényes, 2-5 szobás lakást a kerületben. 201-9475, 06/70-237-9030.

XII., CSÖRSZ u.-ban félemeleti, 74 nm-es, két szoba-személyzetis, felújítandó, polgári lakás eladó. Iá.: 18 M Ft. 201-9475, 06/70-237-9030.

XII., CSIPKE úton II. em.-i, 58 nm-es, kétszobás, felújított, étkezőkonyhás lakás 18 nm-es garázzsal eladó. Iá.: 26,5 M Ft. 201-9475, 06/70-237-9030.

I., KRISZTINA KRT., IV. em.-i (liftes), 50 nm-es, csendes, világos, kertre néző, kétszobás lakás eladó. Iá.: 17,9 M Ft. ingatlan.com/7173970 Tel.: 201-9475, 06/70-237-9030.

XII., TÖRÖKBÁLINTI úton 225 nm-es (bruttó), 5 szobás, luxusszinten felújított sorház eladó. Iá.: 69,5 M Ft. ingatlan.com/7171889 Tel.: 201-9475, 06/70-237-9030.

XII., BÍRÓ u.-ban fszt.-i, 64 nm-es, kétszobás, felújított lakás 21,9 M Ft-ért eladó. 201-9475, 06/70-237-9030.

HEGYVIDÉK TELEVÍZIÓ

A helyi érték

UPC: 210.25 MHz, Fibernet: 196.25 MHz
1122 Budapest, Hajnóczy József utca 2.
201-22-04, htv@hegyvidektv.hu
www.hegyvidektv.hu

Heti műsorstruktúránk:

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
7.00	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS	ÚTINFORM IDŐJÁRÁS
10.00	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS	ISMÉTLÉS
15.00	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG	KÉPÚJSÁG
19.00	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	KÖRKÉP	KÖRKÉP
19.30	KOMMENTÁR NÉLKÜL	HEGYVIDÉKI MAGAZIN	HEGYVIDÉKI MAGAZIN	KOMMENTÁR NÉLKÜL	HEGYVIDÉKI MAGAZIN	KOMMENTÁR NÉLKÜL	HEGYVIDÉKI MAGAZIN
20.00	ÜTKÖZŐ	EGYÜTT	KULTÚRPONT	LÉLEKEMELŐ	ÍROTT HEGYVIDÉK	DUETT	ALFA ÉS OMEGA
21.00	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK
23.00	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK	HEGYVIDÉKI HÍREK

KIEMELT MŰSORAINK:

HEGYVIDÉKI HÍREKKEL MINDENNAP 19 ÓRAKOR JELENTKEZÜNK.

03. 26. MINŐSÉGI IDŐ: Bemutatjuk a XII. kerületi Családsegítő és Gyermekjóléti Központban működő Álláskereső Klubot.
03. 27. KULTÚRPONT: Művészeti magazinunk bemutatja a kerület kulturális életét, eseményeit, programjait – mindent, ami kultúra.
03. 28. KOMMENTÁR NÉLKÜL: Az „Egészségesen a Hegyvidéken" előadás-sorozat ezúttal a hajhullás problémájával foglalkozott.
03. 30. DUETT: Krassó László vendége Böjte Csaba ferences rendi szerzetes.

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!

KERESEK eladó házat, sorházat, ikerházat, telket csendes zöldövezetben. 06/70-237-9030, 201-9475.

VAS GEREBEN u.-ban 100 nm-es, új luxuslakás eladó. 06/30-944-9335.

MAGASFÖLDSZINTI, másfél szobás, a temetőnél, kocsibeállóval, 17 millióért eladó. 06/30-944-9335.

PAGONY utcai, 100 nm-es, 2 szintes, felújítandó sorház eladó. 06/30-944-9335.

II., RUTHÉN utcai, 153 nm-es, 2 szintes ikerház eladó. 06/30-944-9335.

VIII., TISZTVISELŐTELEPEN 380 nm-es ház lakásnak, irodának, rendelőnek eladó. 06/20-414-2342.

113 NM-ES, felújított, polgári lakás II., Eszter utcában eladó. 06/30-944-9335.

KLÉH utcában 93 nm-es, felújítandó, polgári lakás eladó. 06/20-414-2342.

KÁPLÁR utcai, 81 nm-es, 4. emeleti lakás eladó. 06/30-944-9335.

LIDÉRC utcában 130 nm-es sorház eladó. 06/30-944-9335.

ISKOLA utcai, 166 nm-es, felújítandó, polgári lakás eladó. 06/30-944-9335.

III., TÍMÁR utcai, újszerű, 88 nm-es lakás garázzsal eladó. 06/30-944-9335.

XI., AGA utcánál 100 nm-es, alápincézett ház eladó. 06/30-944-9335.

NÉMETVÖLGYIN felújítandó, 69 nm-es lakás eladó. 06/20-414-2342.

MAGASÚTI lejtőnél 2000 nm-es telek eladó. 06/30-944-9335.

BÖSZÖRMÉNYIN 48 nm-es, erkélyes lakás eladó. 06/30-944-9335.

53 NM-ES, magasföldszinti, másfél szobás lakás kocsibeállóval eladó. 06/30-944-9335.

KIADÓ és eladó lakásokat és házakat keres osztrák, tengerentúli és magyar ügyfélkörrel 18. éve a XII. kerületre specializálódott Apartman M Ingatlaniroda. Áfa nincs. 398-1501, www.berbead.ingatlan.com.

PARTINGFON Bt., Dezső bácsi ingatlanközvetítő 19 éve az önök szolgálatában. 214-5473, 06/30-973-0113.

INGATLANOK eladását vállaljuk a kerületben, többéves tapasztalattal. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu, Schmidt Péter.

VERECKE úton 380 nm-es, felújított, panorámás ikerház eladó. 155 000 000 Ft. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

BUDAKESZI út elejénél 48 nm-es, cirkós, napos lakás kocsibeállóval eladó. 16 900 000 Ft. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

HEGYALJA úton, magas tetős, hatlakásos házban, 65 nm-es, cirkós, emeleti, felújított lakás eladó 24 900 000 Ft-ért. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

ÉRMELLÉKI utcában, Bauhaus házban, 57 nm-es, cirkós lakás eladó. 18,9 M Ft. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

BIRÓ utcában 62 nm-es, cirkós, felújított lakás 21 900 000 M Ft-ért eladó. 06/70-523-1969. www.budaihegyek.hu

KÚTVÖLGYBEN 120 nm-es, háromhálós, nagy teraszos, cirkós lakás, garázzsal, 43 000 000-ért eladó. www.budaihegyek.hu, 06/70-523-1969.

BIMBÓ út tetejénél négyszobás, panorámás, napos, felújított, 83 nm-es lakás 34,75 + 3,25 M Ft garázzsal. www.budaihegyek.hu, 06/70-523-1969.

SZABÓ ILONKA utcában nappali + kéthálós, emeleti, felújított, cirkós lakás eladó 24 500 000 Ft-ért. www.budaihegyek.hu, 06/70-523-1969.

BEFEKTETÉSRE kiválóan alkalmas, panorámás telkek 10 millió Ft-tól XI., Madárhegyen, Rupphegyen, Spanyolréten. Madárhegyi Ingatlaniroda. Tel.: 249-3006, 06/70-275-9064.

XI., MADÁRHEGYEN összközműves építési telkek 32 M Ft-tól eladók. Madárhegyi Ingatlaniroda. Tel.: 249-3006, 06/70-275-9064.

XI., MADÁRHEGYEN 760 nm-es, panorámás telek nyaralóval, gondozott kerttel 15,5 M Ft-ért eladó. 06/70-275-9064.

XII., HATÁRŐR úton kertkapcsolatos, 40 nm-es, kétszintes, felújított, hangulatos lakás 11,9 M Ft irányáron eladó. 06/70-949-4013.

XII., ABOS utcai, II. emeleti, másfél szobás, nagy erkélyes, panorámás lakás kertes társasházban 19 M Ft-ért eladó. 06/20-973-0711.

ELADÓ a II. ker.-ben egy 69 nm-es, garázsos, tárolós, téglaépítésű, teljesen felújított lakás. Érdeklődni a 06/30-540-6883-as mobilon, képeket itt lehet kérni: wevajudit@t-online.hu

SASHEGYEN 2 lakás 1 villában (29 nm/12 M Ft + 69 nm/27 M Ft), kerttel eladók. 06/30-605-4091.

XII., MÁRVÁNY u. 31./IV./1.-ben – kétszobás, liftes – sürgősen eladó. 19,5 M Ft. T.: 06/30-277-6588.

XII., CSABA utcában polgári, 81 nm-es, kétszobás lakás eladó, vagy kisebbre cserélném. 06/20-342-2523.

MŰSZAKI Egyetemnél eladó 68 nm-es lakás. Közvetítő ne hívjon! 06/20-564-4624.

XII., SZÉKÁCS utcában 114 nm-es, elegáns, kéterkélyes, panorámás, dupla komfortos lakás garázzsal, tárolóval eladó. 06/30-305-9596.

MOM-NÁL, a Kléh István utcában, félemeleten, 43 nm-es, 1 szobás, részben felújított lakás 12,9 M Ft-ért eladó. 06/20-770-4808.

VESZEK 1 szoba hálófülkés öröklakást reális áron a II., XI., XII. kerületekben (magasföldszint előny) magyar, idősebb személyeknek. 06/20-420-8547.

XII., AVAR utcában eladó egy 34 nm-es, felújított lakás. 06/20-239-3036.

XII., BÖSZÖRMÉNYI úton, az Apor Vilmos térnél, 2 szoba-hallos, jó állapotban lévő lakás eladó. 06/20-460-1639.

XI., HEGYALJA úton 60 nm-es, 2 szobás, erkélyes, panorámás lakás eladó. 06/20-911-8689.

XII., FÜLEMILE úton, a Víztoronynál, eladó egy 2 és fél szobás, erkélyes lakás. 06/20-239-3036.

KERESEK 2 szobás, emeleti, erkélyes lakást az alábbi környéken, illetve vonzáskörzetében: Németvölgyi út, Stromfeld Aurél út, Böszörményi út, Jagelló út, Lejtő út. 06/20-460-1639.

ZSÁMBÉKON, a Romtemplom közvetlen közelében, 200 nm-es családi ház (lakás és műterem) eladó. Tel.: 06/30-831-0364. Megtekinthető: http://ingatlan.com/6333838

XII., NORMAFÁNÁL 2 és fél szobás, keleti fekvésű, kertre néző, fszt.-i, cirkófűtéses, társasházi lakás, lakóparkban, kocsibeállóval, tárolóval, jó közlekedéssel, csendes helyen eladó. 395-6483.

XII., NÁRCISZ u.-ban 48 nm-es, 1 + 1 félszobás, erkélyes lakás, kocsibeálló, eladó. 18,9 millió Ft. 06/30-950-2850.

TULAJDONOSKÉNT eladom XII., Galgóczy u.-i, 42 nm-es, 1,5 szobás, összkomfortos lakásomat, 20 nm-es garázsom. 06/30-488-9062.

SVÁJCI útnál, 2000 nm-es kertben, Bauhaus-szerű, 116 nm-es öröklakás extrákkal, 38,7 millióért eladó. 06/20-584-4221.

ELADÓ 1,5 szobás, napos, erkélyes, első emeleti, társasházi lakás Thomán István u.-ban Irányár: 21,6 M Ft. 06/30-940-7012 és 06/70-215-5123.

BUDÁN, a II. kerületben, idilli környezetben eladom 1,5 szobás garzonlakásom. Ingatlanügynökök, kérem, ne hívjanak! Tel.: 06/20-961-6867.

TULAJDONOSTÓL eladó XII., Zsolna utcában 2 szobás, 62 nm-es, kertkapcsolatos, társasházi lakás. Irányár: 22,9 M Ft. Tel.: 06/30-940-5271, 06/20-922-3021.

SZÉP kilátással 54 nm-es lakás eladó a Böszörményi úton. Iá.: 17,5 M Ft. Érd.: 06/20-543-8377.

XII. KERÜLETBEN, Víztoronynál, 67 nm-es lakás + 4,5 nm terasz tulajdonostól eladó. Ár: 27 500 000 Ft. Érdeklődni: 06/30-688-4144.

SOLYMÁR-KEREKHEGYEN 914 nm-es, ősfás, panorámás saroktelek 52 nm-es, összkomfortos házzal (mely bővíthető), eladó. Az udvaron 2 kút és esővízgyűjtő ciszterna található. Ár: 19,8 M Ft. 06/20-918-7634.

XII., HOLLÓSY Simon utcában kertre néző, 26 nm-es öröklakás (amerikai konyhás nappalival, hálófülkével, tusolóval, tárolóval) eladó. 06/1-213-7938 vagy +36/30-914-4445.

XII., DÁNIEL úti lakóparkban 56 nm-es, kétszobás, étkező, gázfűtéses, emeleti öröklakás 9 nm-es lodzsával, tárolóval, kocsibeállóval eladó. 06/1-213-7938 vagy 06/30-914-4445.

TULAJDONOSTÓL eladó XII., Mártonvölgy utcában 41 nm-es, 1,5 szobás luxuslakás. 28 nm-es, panorámás terasszal, kertkapcsolattal, tárolóval, kocsibeállóval. 23,5 M Ft. Tel.: 06/30-226-5494.

ADYLIGETTŐL 6 km-re, összközműves lakóparkban, új építésű, mediterrán családi ház, 944 nm-es telekkel, 56,9 M Ft. Nagykovácsi, Kalász u. 4. 06/20-407-4567.

BUDAI VÁRRA néző, I. emeleti, 125 nm-es, nagypolgári, felújítandó, üresen álló lakás eladó. Irányár: 21,9 millió. Tel.: 06/20-213-2071.

ELADÓ egy 63 nm-es, 6. emeleti, konvektoros, 2,5 szobás lakás a Böszörményi–Alkotás u. lakótelepen 17,4 M Ft-ért. T.: 06/20-452-7895.

STATIKAI szakvélemény, szakértés, tanácsadás akár azonnal; felmérési, engedélyezési, kiviteli tervek készítése. Tel.: +36/1-275-4287, +36/20-912-5600.

XII. CSABA utcai, 47 nm-es, önkormányzati, összkomfortos bérlakásomat nagyobbra cserélném (kb. 70 nm-ig). Tel.: 06/20-525-6975.

GARÁZS

KIADÓ garázs a Pethényi úton, közel a Szent Orbán térhez, 20 E Ft/hó áron. 06/30-306-6799.

SZABADSÁG-HEGYEN, a Mátyás király út elején biztonságos, korszerű, 18 nm-es garázs, követség mellett, hosszú távra kiadó, 15 000 Ft/hó. 06/20-458-0209, 395-1681.

PAGONY utca elején kiadó egy 14 nm-es garázs, 20 000 Ft/hó bérleti díj. 06/30-221-4127.

OKTATÁS

LATINT, HELYESÍRÁST, történelmet, irodalmat tanítok. Tel.: 202-4651.

ANGOL nyelvvizsgára felkészítés a MOM Parknál. Tel.: 06/20-392-6368.

MATEKTANULÁS félelmek nélkül, örömmel, általános iskolásoknak, gyakorlott pedagógussal a Budagyöngyénél. 06/20-571-7554. francia.matek@gmail.com, www.francia-matek-tanitas.hu

FRANCIATANÍTÁST vállal tapasztalt pedagógus a Budagyöngyénél. 06/20-571-7554. francia.matek@gmail.com, www.francia-matek-tanitas.hu

MATEMATIKA JÓ HANGULATBAN. Tanár szakos egyetemista lány középiskolások korrepetálását, érettségire felkészítését vállalja a Budagyöngyénél. 06/20-599-6140.

MATEMATIKA-, fizika-, számítástechnika-, kémiatanítás általánostól felsőfokig. ÉRETTSÉGI szaktanártól, webprogramozás. 06/30-709-2362.

NÉMET diplomás nyelvtanártól. T.: 214-2420, 06/20-244-6565.

ANGOLTANÁR vizsgákra egyénileg felkészít: 06/30-749-2507.

MATEMATIKAOKTATÁS, vizsgafelkészítés szaktanárral, egyénileg, 5.-től egyetemi szintig: 06/30-749-2507.

MATEMATIKAOKTATÁS szaktanártól, referenciákkal. Vizsgafelkészítés, felzárkóztatás valamennyi korosztálynak. 06/70-645-8366.

MATEMATIKA-, fizikatanítás Önnél! 06/20-959-0134.

A HEGYVIDÉK LAPKIADÓ A HIRDETÉSEK TARTALMÁÉRT NEM VÁLLAL FELELŐSSÉGET!

OKJ dajka, pedagógiai, gyógypedagógiai asszisztens-, kisgyermekgondozó-, gyermekfelügyelő-képzés (nysz.: 01006404). Tel.: 06/30-269-1061, www.kaszaszakkepzes.hu

ANGOL beszédkészség-fejlesztő, nyelvtani rendszerező és nyelvvizsgára felkészítő órák vidám, tapasztalt nyelvtanártól a Márvány utcában. Egyéni és csoportos tanfolyamok, rugalmas időbeosztás. kata.juhasz@rocketmail.com, 06/20-293-9111.

GYERMEKEKNEK NÉMET nyelv oktatása anyanyelvi szinten, mindenfajta vizsgára felkészítés. 06/20-413-5155.

ANGOL, német nyelvtanítást, korrepetálást vállal nyelvtanár egyénileg vagy két diákkal. Tel.: 06/30-620-3352.

OROSZ nyelvtudását felfrissítem, korrepetálom és tetszőleges szintű nyelvvizsgájára felkészítem. Mobil: 06/30-222-9080.

KEDVES SZÜLŐK! Vállalom normál és speciális tantervű osztályban tanuló gyermekének segítését, fejlesztését. Igény szerint kísérését, felügyeletét. A szükséges végzettséggel rendelkezem, hívjon bizalommal! 06/20-967-2338.

GITÁR-, basszusgitár-oktatás. 06/30-815-4733.

VEGYES

BÉLYEG, régi képeslap, pénz, kitüntetés, papírrégiség. Vétel-eladás. Marnitz bélyegüzlet. Bp. XII., Nagyenyed u. 9. Tel.: 213-9230, a Déli pályaudvarnál.

SÍRKŐ eladó a Farkasréti temetőből. Egyszemélyes, svéd gránitból készült, elegáns, konzervatív, fekete. Értéke harmadáért! Balázs: 06/30-257-3062.

RÉGISÉG

DÍJTALAN lakáskiürítéssel vásárolok bútort, képet, keretet, játékot, cserépedényt, bőröndöket, lámpákat, spejz- és konyhai tartozékokat, ezüstöket. Szellő János. 291-3101, 06/30-347-7713.

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

RÉGI tárgyakat, ékszert, bizsut, hagyatékot vásárolunk. Üzlet: Régi Bolt, Csörsz utca 15. A TF-pályákkal szemben. 06/30-545-1346, 06/20-553-0980.

BUDAI KARÁT GALÉRIA kp.-ért vásárol bútorokat, festményeket, porcelánokat, órákat, szőnyegeket, arany- és ezüsttárgyakat és teljes hagyatékot. Üzlettel.: 308-5779. 06/20-451-8270.

JOZEF ANTIKVITÁS: Moszkva téri 3. sz. alatti üzletembe készpénzért vásárolok antik bútorokat, festményeket, órákat, csillárokat, ezüst–bronz–porcelán dísztárgyakat, eozinmázas Zsolnayt és teljes hagyatékot. Kiszállás díjtalan. 315-1582, 06/20-324-2703.

GELLÉRT GALÉRIA kp.-ért vásárol bútorokat, festményeket, porcelánokat, órákat, perzsaszőnyegeket, arany- és ezüsttárgyakat és teljes hagyatékot. Üzlettel.: 466-4761, 06/20-981-2897.

RÉGISÉGEKET veszek, arany-, ezüsttárgyakat a napi legmagasabb áron. Festményeket, szőnyegeket, teljes hagyatékot. 06/20-534-7671.

MINDENFAJTA régiséget vásárolok, faliórát, festményeket, porcelánt, arany-, ezüst- és színesfémet. Díjtalan kiszállás és értékbecslés. 06/70-207-1417.

TELJES hagyatékot vásárolok, festményeket, porcelánokat, régi szőnyegeket, bizsukat, ezüst-, aranytárgyakat, színesfémeket. Díjtalan kiszállás és értékbecslés. 06/70-664-9264.

KÉSZPÉNZÉRT vásárolunk! Aranyat, ezüstöt, festményeket, hagyatékot. Arany: 7200-12 000 Ft. Ezüst: 180-360 Ft. Tekintse meg az interneten: www.louisgaleria.hu. II., Margit krt. 51–53. Tel.: 316-3651.

EGÉSZSÉG

LÉZERTERÁPIA, reumatológia, akupunktúra, fogyasztás, szénanátha, gerincferdülés, csontritkulás, csípő- és térdkopás kezelése, fejfájásellátás, lumbágóügyelet, üzemorvosi vizsgálatok. Arcrevitalizálás biomasszázzsal. Tel.: 368-6349, 06/20-968-6886.

FOGSOROK, hidak készítése, javítása soron kívül. Fogszabályozó, fogfehérítő. Mozgáskorlátozottakhoz házhoz megyünk! Hétvégi ügyelet. Fogászati háttér biztosított. Tóthné Hűvös Katalin fogtechnikus mester. 1013 Budapest, Krisztina krt. 51., fszt. Mobiltelefon: 06/30-222-3016.

GYÓGYMASSZÁZS 06/20-515-3370.

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

GYÓGYPEDIKŰR, kozmetika (szempilla-, szemöldökfestés, gyantázás, arcmasszázs) otthonában. Hétvégén is. Tel.: 06/30-206-4801.

50% KEDVEZMÉNY az első alkalomnál! Gyógymasszázs, gyógypedikűr, talpmasszázs, manikűr, méregtelenítő nyirok-, stresszoldó, frissítő, testmasszázs, nagy gyakorlattal, otthonában vagy kerületi szalonomban. 06/30-297-9706. Böbe.

GERINCBETEGSÉGRE Persolvo Gyógyszalon.hu I. ker., Attila út 87. 06/30-357-2798. A hirdetésre jelentkező első 10 ügyfél 1 hónapig ingyen kezelésben részesül.

AKCIÓ!
Tavaszi anti-aging arcfiatalítással,
a **Niko Szépségszalonban**,
az Istenhegyi Magánklinikán.
Kollagén és hyaluronsavas-ultrahangos ráncfeltöltés
csak 9800 Ft-ért.
Bővebb információ: www.nikoszalon.hu
06/30-636-0105.

ÁLLÁS

XII. KERÜLETI, Márvány utcai Duna House ingatlanirodánkba ingatlanértékesítő munkatársakat keresünk. Pályakezdők jelentkezését is várjuk! Fényképes önéletrajzokat a mezes.peter@dh.hu címre várjuk.

IDŐSEK és betegek otthoni gondozását és ápolását vállalja I. ker.-ben lakó, szakképzett nővér. T.: 06/20-365-2455.

MŰKÖRMÖST keresek vendégkörrel kerületi szépségszalonomba. 06/30-297-9706.

SZAKMAI TAPASZTALATTAL
rendelkező, 30-as éveiben járó,
nagyon kedves
ELADÓ hölgyet
a XII. kerületi cipőüzletünkbe
felveszünk.
Jelentkezni fényképes önéletrajzzal lehet:
addictedplace@gmail.com

TÁRSKERESŐ

SIKERES, megbízható, személyiségközpontú, fényképes társkereső. Társkeresés Ausztria, Németország, Svájc felé is. XII., Ugocsa u. 8/a. R. Zsuzsanna, 06/30-602-0094.

BOLDOGSÁGRA vágyik? Ne várjon tovább, mi megtaláljuk párját. Budai Társközvetítő: 06/30-555-8444.

33 ÉVES, cukrász végzettségű fiatalember társat keres. 06/20-534-7671.

EGYEDÜLÁLLÓ, fiatal úriember idősebb, vonzó hölggyel ismerkedne. 06/70-207-1417.

FIATAL, 37 éves, egyedülálló hölgy idősebb úriemberrel ismerkedne. Komoly kapcsolatra vágyom. 06/70-664-9264.

CSINOS, 60 éves, diplomás, igényes, elegáns hölgy hozzá illő úr ismeretségét keresi. Tel.: 325-5242.

KÖNYV

VÁROSFAL ANTIKVÁRIUM vásárol készpénzért könyveket, könyvtárakat, hanglemezeket, vitrintárgyakat, képeslapokat, hagyatékot. Díjtalan kiszállás. Tel.: 266-3277, 06/20-803-1044.

NÉMETVÖLGYI ANTIKVÁRIUM vásárol antik és használt könyveket, könyvgyűjteményeket, valamint porcelánokat és festményeket is. Címünk: 1122 Bp., Városmajor u. 15. Tel.: 06/70-222-4294 v. 06/20-231-0725. www.nemetvolgyiantikvarium.hu

MEGUNT, kidobásra szánt könyveit boldogan elszállítom. Nem vagyok kereskedő. 06/20-956-4084.

Igazolványkép, fotókönyv, naptár, vászonkép készítése, fotókidolgozás akár azonnal is.
PUSKÁS FOTÓ
A Mammut I. alsó földszintjén.
Telefon: 315-1418
Email: mammut1@puskasfoto.hu
online rendelés: puskasfoto.hu

ELADÓ!
Új társasházi lakások
Nagykovácsiban
a megújult főtér közelében,
mégis csendes helyen
– iskolához, óvodához, üzletekhez,
kék busz végállomásához közel –
23 M Ft-tól 33 M Ft-ig.
További információ:
www.nagyszenastarsashaz.hu
Tel.: +36/30-655-6552
+36/30-926-4224

Diametrus
Diametrus
Kutató, fejlesztő, Szolgáltató Kft.
Kéménybélelés
FuranFlex technológiával,
bontás nélkül,
elhúzásos kéményekben is.
Gyűjtőkémények bélelésére is
a legalkalmasabb.
Zárt égésterű készülékek
kéményét is elkészítjük.
Gázkészülék csere,
komplett
fűtéskorszerűsítés.
Ingyenes helyszíni
felmérés.
www.diametrus.hu
tel: 464 5881
464 5812
fax: 464 5882
Bp. XI., Budafoki út 183.

DUNA HOUSE
Az Ön
ingatlanosa
30/914-7786
gyonos.andras@dh.hu www.dh.hu

„Egészségesen a Hegyvidéken”
Szabadegyetem
2013. évi program
A programok a MOM Kulturális Központ Kupolájában – a nyári hónapok kivételével – évente 8 alkalommal, a hónap utolsó csütörtökén, este 17.00 órakor kezdődnek.
2013-ban az EHESZ előadások témáját az előző évben a szabadegyetemen résztvevők javasolták. Az előadókat a szakmai partnereink köréből szeretnénk biztosítani. A prevenciós program a továbbiakban is a legnagyobb hangsúllyal a megelőzést célozza meg.
Az előadások témái:
1. 2013. január 31., 17.00 óra ✔ Ízületi betegségek és megelőzése
2. 2013. február 28., 17.00 óra ✔ Időskori helyes táplálkozásról és emésztőrendszeri betegségekről
3. 2013. március 21., 17.00 óra ✔ Bőrbetegségek, hajhullás és megelőzése
4. 2013. április 25., 17.00 óra Egyensúlyzavarok és megelőzése
5. 2013. május 30., 17.00 óra Diabétesz és megelőzése
6. 2013. szeptember 26., 17.00 óra Gombabetegségek és megelőzése
7. 2013. október 24., 17.00 óra Fülzúgás és egyéb fülészeti betegségek és megelőzése
8. 2013. november 28., 17.00 óra Pajzsmirigy betegségek és megelőzése
HEGYVIDÉKI ÖNKORMÁNYZAT

SPORTOS, EDZETT HEGYVIDÉK

TAVASZI PROGRAMOK

ÚSZÁS
Vasárnap 9.00–12.30.
Testnevelési Egyetem – uszoda (XII., Alkotás utca 44.).
Belépés 12.30-ig, csak XII. kerületi lakcímkártyával! Négy év alatti gyerekek ebben az időpontban nem használhatják az uszodát!

TESTÉPÍTÉS, ÁTMOZGATÓ EDZŐTERMI SÚLYZÓS, ILLETVE KARDIOGÉPES EDZÉS
Csütörtök 17.00–19.00.
T2 Fitneszterem, Jókai iskola (Diana utca 4.), kis épület (bejárat a Felhő utca felől).
Kellemes körülmények között, új kardiogépeken, edzői segítséggel, tanácsadással. Szükséges felszerelés: váltócipő, sportruházat.

AEROBIC
Foglalkozásokat csak iskolaidőben tartanak, iskolaszünetekben nem!
Hétfő 17.30–18.30 Jókai Mór iskola (XII., Diana utca 4.). **18.30–19.30 Tamási Áron iskola** (XII., Mártonhegyi út 34.).
Szerda 18.30–19.30 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.). **18.00–19.00 és 19.00–20.00 Jókai Mór iskola** (XII., Diana utca 4.).
Péntek 17.00–18.00 Arany János iskola (XII., Meredek utca 1.).

KÍMÉLŐ TORNA
Foglalkozásokat csak iskolaidőben tartanak, iskolaszünetekben nem!
Hétfő 17.30–18.30 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.). **18.30–19.30 Jókai Mór iskola** (XII., Diana utca 4.).
Kedd 17.45–18.45 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.). **18.00–19.00 Zugligeti Általános Iskola** (XII., Zugligeti út 113.).
Szerda 17.30–18.30 Tamási Áron iskola (XII., Mártonhegyi út 34.).
Péntek 16.00–17.00 Arany János iskola (XII., Meredek utca 1.).

NORDIC WALKING
Hétfő 18.00–19.00.
Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep – XII., Költő utca 38.).
Előzetes bejelentkezés: Fogarasi Orsolya, 06/30-931-06-15.

„LÉPÉSELŐNY" FUTÓKLUB
Szerda 18.00–19.00.
Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep – XII., Költő utca 38.).
Futás, illetve kocogás szakavatott edző segítségével, tanácsadással. Edzettségi állapot felmérése, személyes edzésterv készítése.
Előzetes bejelentkezés: Fogarasi Orsolya, 06/30-931-06-15.

TENISZ
Hétfő 15.00–16.00.
Fogarasi Síiskola (Piarista sporttelep – XII., Költő utca 38.).
Előzetes bejelentkezés: Fogarasi Orsolya, 06/30-931-06-15.

TERMÉSZETJÁRÓ TÚRA
Április 6.: Börzsöny-hegység. Túravezető: Sütő-Nagy István. **Találkozó:** 7.45 Nyugati pályaudvar, pénztár. **Indulás:** 8.07-kor Szob felé, jegy Kismarosig. **Útvonal:** Királyrét, erdei vasút végállomása–Bajdázói-tó–Suta-berki-nyiladék–Spartacus-ház–Hárs-rét–Foltán-kereszt–Lóégés–Csehvár–Diósjenő, végállomás. **Táv–szint:** 15 km, + 580, – 610 m. **Érkezés:** 17.00 körül Budapestre. **Költség:** 2400 Ft.
Április 20.: Mátra-hegység. Túravezető: dr. Arday Lajosné. **Találkozó:** 8.00 Stadionok autóbusz-pályaudvar. **Indulás:** 8.15-kor Mátraszentimrére, jegyet Galyatetőig kell venni (ajánlott elővételben). **Útvonal:** Galyatető–Nyírjes-bérc–Csórréti tározó–Nagyvölgy–Vörösmarty-turistaház–Mátraháza–Farkaskút–Sástó. **Táv–szint**: 14 km, + 350, – 500 méter. **Érkezés:** 19.00-kor Budapestre. **Költség:** 2500 Ft.
Túravezetők: Sütő-Nagy István (202-7849, 06/30-934-6968), Arday Lajosné (356-0073).
Szakosztályi klubest: minden hónap harmadik szerdáján 18.30-kor a Virányos Közösségi Házban.
Figyelem! A menetrendek változhatnak, ennek megfelelően az utazások időpontjai módosulhatnak!

KERÉKPÁROS TÚRÁK
A pontos útvonalról és időpontról Pál László ad felvilágosítást. Az adott hétvége programjáról csütörtöktől érdemes érdeklődni. Jelentkezés, további információk: 06/70-212-5555, pallaszlo@freemail.hu.

NORDIC WALKING A VÁROSMAJORBAN
Szerda 16.30–17.30, péntek 17.30–18.30.
Szükséges felszerelés: időjárásnak megfelelő sportruházat, gyalogláshoz kényelmes sportcipő. A botokat a szervezők biztosítják. További információk: Schwarz Mária, 06/30-961-7731.

MOZGÁS EGYETEME
Különböző típusú fitneszaerobik-órák
Kedd 20.00–21.00.
Testnevelési Egyetem (XII., Alkotás utca 44.), atlétikacsarnok.
Programvezető: Katus Tamás egyetemi adjunktus, a TFSE aerobik-szakosztályának vezetője.
Oktatók: a torna–rg–tánc–aerobik tanszék oktatói, illetve a TFSE edzői, versenyzői.
Belépés: csak XII. kerületi lakcímkártyával!

NANOOK SÍISKOLA
Utolsó alkalom: március 30. 16.00–17.00..
Sportmax Hegyvidék (XII., Csörsz utca 14–16.).
Előzetes bejelentkezés szükséges: Pásztor Zsófia, 06/20-626-6654.

*A programok – a többnapos túrák (szállás, étkezés, utazási díjak) kivételével – a hegyvidéki polgárok számára **ingyenesek**, a költségeket a Hegyvidéki Önkormányzat fedezi. A részletes programot keressék a www.hegyvideksport.hu honlapon és a hirdetőkön. További információk: XII. kerületi Szabadidősport Központ, XII., Csörsz utca 2–4. Telefon/fax: 319-92-92. E-mail: sportcenter12@freemail.hu, titkarsag@hegyvideksport.hu. Lődy Katalin sportszervező: 06/30-860-34-70.*

Szertárosból örökös technikai vezető

Az SZTK labdarúgó- és asztalitenisz-csapatában játszott, harminc éves korában mégis a birkózással kötelezte el magát – egy életre. Ekkor lett a Vasas birkózószakosztályának szertárosa, majd rövid időn belül intéző és nemzetközi bíró. Harminckét világ- és harmincnyolc Európa-bajnokságon, valamint két olimpián bíráskodott, több mint két évtizeden át a nemzeti válogatott technikai vezetőjeként dolgozott. A Hegyvidéken élő Palócz Rudolffal beszélgettünk.

■ *A sportolók, sporttal foglalkozók rendszerint már gyermekkorukban tudják, hogy felnőttként ezt a pályát választják. Önnel is így történt?*

– Annyi bizonyos, gyerekfejjel sokat gondoltam arra, hogy egyszer kedvenc időtöltésemmel, a sporttal foglalkozom majd. Sajnos, a háborús évek nem igazán kedveztek a versenysportnak és különösen az utánpótlás-nevelésnek, így ez kimaradt az életemből.

■ *Azért mégis volt kapcsolata a sporttal…*

– Csak amennyire a legtöbb gyereknek! Közvetlenül a háború után viszont már más volt a helyzet, 1945-ben, alig tizennyolc évesen elkezdtem focizni és asztaliteniszezni az SZTK-ban. Érdekelt a sport másik oldala is, ezért elvégeztem a TF kétéves sportvezetői tanfolyamát. A Vasas női asztalitenisz-csapatának lettem a másodedzője, igaz, nem sokáig, ugyanis a szakosztály 1956-ban megszűnt. Én mégis maradtam, mert a birkózók megkértek: legyek a szertárosuk. Hamarosan megbíztak az intézői feladatokkal, amolyan csapat melletti mindenes lettem. Szerveztem az utazásokat, leadtam a nevezéseket a versenyekre, beszereztem, amire épp szükség volt, intéztem a szakosztály ügyes-bajos dolgait.

■ *Hogyan lett intézőből nemzetközileg elismert bíró?*

– A versenyek közben megszerettem a bíráskodást. Elmentem a bíróképző tanfolyamra, amit sikeresen el is végeztem, így elkezdhettem dolgozni. Ekkor úgy éreztem, hogy az új munkám összeegyezhetetlen a piroskékeknél betöltött pozíciómmal, ezért fájó szívvel elhagytam a Vasast. Alig egy évvel később, legnagyobb meglepetésemre, Matura Mihály, a szövetség akkori elnöke behívatott és azt mondta, egy éven belül tanuljak meg franciául, mert úgy látja, ott a helyem a következő nemzetközi bíróképző tanfolyamon. Ez maga volt a csoda, hiszen versenyzői múlt és összeköttetések nélkül is számítottak rám. Olaszországban nemzetközi vizsgát tettem, méghozzá dicsérettel. Ennek köszönhetően azonnal hármat ugrottam a ranglétrán, és első osztályú kandidát lettem, két évvel később pedig megkaptam a kiemelt nemzetközi bíró besorolást.

■ *A sportban általában nem kímélik a bírókat. Így van ez a birkózóknál is?*

– A birkózás sem kivétel, a vesztes előbb-utóbb megemlíti a bíró ténykedését. Azért fontos, hogy olyan versenybíróink legyenek, akiket mindenki elismer, mert ez a magyar versenyzőknek is védelmet ad. Sportdiplomáciai kérdés, hogy egy nemzet bírói hány csúcsmeccset vezetnek – szerencsére nálam ezzel soha nem volt gond, hiszen húsz év alatt számos világverseny döntőjében bíráskodhattam.

FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY
Palócz Rudolf számára minden kitüntetésnél többet ér a birkózók szeretete

■ *Elismert nemzetközi bíróként mit tudott tenni az utánpótlás-nevelés területén?*

– Örülök annak, hogy ezt megkérdezte, hiszen ránk is igaz a mondás: egy bíró nem csinál nyarat. Ahhoz, hogy a magyar birkózás huzamosabb ideig a világ élvonalában legyen, nem csupán egy, hanem sok jó bíróra van szükségünk. Harminc évig vezettem tanfolyamokat, szerénytelenség nélkül kijelenthetem, hogy én neveltem ki a mai magyar bírónemzedéket. Közülük többen a nemzetközi minősítést is megszerezték, ami azt mutatja, nem végeztem rossz munkát.

■ *Húsz év után tette le a sípot, de nem szakadt el a sportágtól.*

– Bírói pályafutásom végén az a megtiszteltetés ért, hogy dr. Hegedűs Csaba felkért a birkózóválogatott technikai vezetőjének. Amikor leköszöntem, azt mondta, amíg élek, ezt a címet más nem viselheti – azt hiszem, ez a mondat volt egész életem legnagyobb elismerése. Sokrétű feladatot kaptam, hiszen a technikai igazgató felel azért, hogy a válogatott a lehető legjobb körülmények között készülhessen fel a versenyekre.

■ *„Kívülállóként" érkezett, mégis nagyot alkotott a birkózás világában. Elégedett a pályafutásával?*

– Nem lehet okom panaszra, megkaptam a MOB „Olimpiai díj" kitüntetését, a Nemzetközi Birkózó Szövetség (FILA) Érdemrend ezüst fokozatát és az „Aranysípot". Életre szóló élményt jelentett, hogy Juan Antonio Samaranch, a Nemzetközi Olimpiai Bizottság elnöke életműdiplomával ismerte el pályafutásomat. Mégis, ennél sokkal többet jelent, hogy a birkózók a mai napig megbecsülnek, rendszeresen felhívnak telefonon, érdeklődnek felőlem. Csodálatos érzés, hogy emlékeznek rám, ennél többet sportvezető, sportember nem kívánhat. Ami a nyugdíjas éveimet illeti, öt esztendeje élek a Hegyvidéken, a Kálvin János Református Idősek Otthonában, ahol valóban mindent megtesznek azért, hogy a lakók jól érezzék magukat. Hálával tartozom az itteni vezetőségnek, nekik köszönhetem, hogy hegyvidékinek mondhatom magam.

Knp.

Focizni érzésből

A MOM Sportcsarnokban gyakorol az első magyar vakfutballcsapat

Futnak, passzolnak, lőnek, ha kell, ütköznek is, mindent pontosan úgy csinálnak, ahogy le van írva a futball nagy könyvében. Pedig a hetente egyszer a Hegyvidéken edző Látássérültek Szabadidős Sportegyesület játékosai nem látnak, ám ez sem gátolja meg őket abban, hogy élvezzék a focit.

FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY
Ügyesek, és gyorsan fejlődik a játéktudásuk

„Voy, voy" – harsan fel a figyelmeztető kiáltás szinte másodpercenként a MOM Sportcsarnok műfüves labdarúgópályáján, ahol látássérült vagy teljesen vak sportolók játszanak bemutató mérkőzést. Félreértés ne essék, nem a sokak által ismert csörgőlabdáról van szó, hanem igazi fociról – helyesebben a vakfutballról, amit megfelelő körülmények között egyelőre csak itt, a Csörsz utcai sportkomplexumban tudnak gyakorolni a játék magyarországi elterjesztéséért dolgozó Látássérültek Szabadidős Sportegyesület (LÁSS) tagjai.

A vakfutball 2004 óta paralimpiai sportág, a szabályok leginkább a futsalra emlékeztetnek, kiabálni pedig azért kell, hogy a játékosok elkerüljék az ütközéseket – meséli Szeli Emília, az egyesület képviselője. De nem csupán a pályán lévők adnak hangjelzéseket, hanem a kapuk mögött álló asszisztensek is. Igaz, ők teljesen más céllal „hangoskodnak", így próbálják meg gólhoz segíteni a támadókat.

Bár a háló nem zörren meg minden meccsen – azt tudni kell, hogy a kapusok látók –, ez sem szegi kedvét a játékosoknak, akik ha a legkisebb lehetőség mutatkozik, azonnal tüzelnek. Egyébként mindenki az érzékeire hagyatkozik, no meg a fülére, hiszen a labda, amíg gurul, csörög. Ezért aztán a focisták nemigen vállalkoznak hosszú indításra, a levegőben ugyanis megszűnik a hanghatás.

„Két évvel ezelőtt dr. Ozvári-Lukács Ádám hozott külföldről egy speciális csörgőlabdát, akkor határoztuk el, hogy megpróbáljuk elterjeszteni Magyarországon is a vakfutballt. Járjuk az országot, már számtalan helyen tartottunk bemutatót, hogy kedvet csináljunk a játékhoz. Egyelőre máshol nem alakult csapat, de nem adjuk fel, azt szeretnénk, ha néhány éven belül elindulna a magyar vakfocibajnokság, aztán akár válogatottunk is lehetne. A cél az, hogy egyszer magyar vakfutballcsapat is ott legyen a paralimpián" – beszélt a talán nem is annyira távoli jövőről Szeli Emília.

Addig is gőzerővel készül a társaság, hetente egyszer a MOM Sportcsarnok pályáján jönnek össze. A jó körülmények is közrejátszanak abban, hogy gyorsan fejlődnek a játékosok, nemrégiben Németországban egy helyi csapattal 1–1-es döntetlent játszottak, a kintiek edzője nagy elismeréssel szólt a magyarokról.

Bár az eredmények biztatók, a szponzorok egyelőre nem tolonganak, pedig elkelne a támogatás: jó lenne saját mez, több labda és persze minél több játéklehetőség. Utóbbiban a MOM Sportcsarnok máris felajánlotta a segítségét, az intézményt vezető Buranits Ildikó ugyanis bejelentette: terveik között szerepel egy nemzetközi vakfutballtorna megrendezése.

(em.)

Ifjú gójátékosok Európa-bajnoksága

FOTÓ: SÁRKÖZY GYÖRGY
A kontinens legjobbjai játszottak néhány napig a Hegyvidéken

Második alkalommal rendezett góban világversenyt Magyarország. Az 1986-os felnőtt Eb-t követően ezúttal Európa legjobb fiatal versenyzői adtak egymásnak randevút Budapesten, a Budai Sport Hotelben, a 18. Ifjúsági Gó Európa-bajnokságon. Míg a legutóbbi kontinensviadalon, Szentpéterváron alig több mint kilencvenen indultak, a hegyvidéki versenyen százhuszonkilencen ültek asztalhoz.

Itt voltak a sportág krémjébe tartozó legjobb orosz és ukrán versenyzők, rajtuk kívül Csehországból, Horvátországból, a skandináv államokból, Franciaországból, sőt Izraelből is jöttek játékosok – mondta el lapunknak Albrecht István. A verseny főszervezője kiemelte, hogy a magyarok Pocsai Rita és Balogh Pál jóvoltából az utóbbi időben több Európa-bajnoki címmel büszkélkedhetnek, az ifjúsági viadalokon azonban évek óta nem sikerült kiugró eredményt elérni. (Ezúttal a legjobb magyar induló, Bőviz Dominik kategóriájában a hatodik helyet szerezte meg.)

„Abban bízunk, hogy a magyarországi Eb a sportágra irányítja a figyelmet, és meghozza a gyerekek kedvét a játékhoz. Legalább ennyire fontos a Magyar Olimpiai Bizottság keretei között éppen most zajló edzőképzés, ami garanciát jelent arra, hogy az utánpótlás jó kezekben van" – hangsúlyozta Albrecht István, aki a hegyvidéki góélettel kapcsolatban arra hívta fel a figyelmet, hogy a tervek között szerepel a Zugligeti Általános Iskolában évekig működő szakkör újraindítása.

em.

HEGYVIDÉK
HIRDETÉSFELVÉTEL:
H-SZ-CS 9.00–16.00, P 9.00–12.00.

Kiadja: Budapest XII. kerület Hegyvidéki Önkormányzat megbízásából a Hegyvidék Lapkiadó ✧
Főszerkesztő: SCHILLINGER ERZSÉBET ✧ Felelős szerkesztő: STOFF CSABA ✧ Szerkesztőségi titkár: ARATÓ SZILVIA ✧ Cím: 1126 Budapest, Beethoven utca 2/a fszt. Telefon: 356-3446, 355-2494. Fax: 225-8868. **Internet: http://www.hegyvidekujsag.eu. E-mail: hegyvid@mail.datanet.hu.** ✧ Eng. szám: 84-5965 ✧ Nyomdai előkészítés: Alfa Press Design Kft. Felelős vezető: IBOS FERENC ügyvezető igazgató. Tördelőszerkesztő: SZABÓ KÁROLY ✧ Nyomdai előállítás: Magyar Közlöny Lap- és Könyvkiadó Kft., Lajosmizse (www.mhk.hu). Felelős vezető: MAJLÁTH ZSOLT ügyvezető igazgató ✧ **Keretes hirdetések felvétele: 06/30-378-0708, hegyvidekhirdetes@t-online.hu; 328-0316, kovacs.balazs@ypsylonmedia.hu. Apróhirdetés-felvétel: 356-3446, 355-2494. Apróhirdetőinket továbbra is a szerkesztőségben várjuk!** ✧ Terjeszti: Jetpressz Kft. (www.presslog.hu, telefon: 3360-435) ✧ **Kéziratokat, rajzokat, fotókat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza!** ✧