



# VÁRNEGYED

A BUDAPEST I. KERÜLET BUDAVÁRI ÖNKORMÁNYZAT LAPJA ■ WWW.BUDAVAR.HU ■ XXII. ÉVFOLYAM, 4. SZÁM, 2017. FEBRUÁR 23. CSÜTÖRTÖK



## Havel kiállítás a Városházán

Václav Havel neve sokak számára Csehszlovákia rendszerváltásának szimbóluma. 1968-ban a fiatal cseh író szót emelt hazája megszállása ellen, majd egyik megfogalmazója és aláírója volt az emberi jogok megsértése miatt tiltakozó Charta '77 politikai nyilatkozatnak, amelyért ötvenévi börtönbüntetést kapott. Ő volt Csehszlovákia utolsó, és Csehország első köztársasági elnöke, a Visegrádi négyek egyik alapítója. Tavaly lett volna 80 éves. Ebből az alkalomból Prága I. kerülete egyedi kiállítással tisztelgett emléke előtt: Alan Pajer fotográfus, Václav Havel barátja által készített fotókat állítottak ki.

A nagy sikerű tárlatot – Oldřich Lomecky, Prága I. kerületi polgármesterének javaslatára – a testvérvárosi együttműködés jegyében több európai városban is bemutatják. Márciustól Budaváron láthatóak a Havelről készült, különleges atmoszférát teremtő képek.

A kiállítás március 3-án 18.00 órakor nyílik a Városháza aulájában (Kapisztrán tér 1.) és a tárlat április 9-ig tekinthető meg.

(A kiállításról és Alan Pajerről részletesen a 4. oldalon olvashatnak)

Már használhatók az új, egyedi azonosítóval ellátott eszközök

## Megújult a Kerületkártya Program

Már igényelhető és február 15-től használható is a Budavári Önkormányzat által kiadott, vonalkóddal és egyedi azonosítóval rendelkező megújult Kerületkártya. Az elsőt dr. Nagy Gábor Tamás polgármester adta át. A kártyák ingyenesen igényelhetők az Ügyfélszolgálatokon és online a [keruletkartya.budavar.hu](http://keruletkartya.budavar.hu) honlapon.

A Budai Várban lévő Kaiser Fotó Galériában, a sajtó nyilvánossága előtt adta át dr. Nagy Gábor Tamás polgármester az első igénylőnek a teljesen megújult Kerületkártyát. A helyszínválasztás nem véletlen, hiszen a Kaiser Fotó Galéria az elsők között csatlakozott, mint elfogadóhely. Kaiser Ottó fotóművész, a galéria tulajdonosa úgy fogalmazott, hogy örömmel vesznek részt a programban, hiszen a decemberben megnyílt galéria a kerületben élőknek is számos programot kínál majd.

A Budavári Önkormányzat öt évvel ezelőtt indította el a Kerületkártya programot, így mostanra szükségessé vált a megújítása – mondta a polgármester. Az új Kerületkártyák nemcsak modern külsővel, hanem vonalkóddal és egyedi azonosítóval rendelkeznek, így kártyaolvasóval vagy egy egyszerű mobiltelefonos applikációval egyszerűbb a használatuk, másrészt kiszűrhetőek a visszaélések is – mondta dr. Nagy Gábor Tamás.

A polgármester szövege arról is, hogy a Kerületkártya program célja, hogy a kerületi vállalkozók és az itt élők egymásra találjanak és segítsék egymást: egy-egy üzlet vagy szolgáltató igazi törzs-



A polgármestertől Veszprémi Nóri vette át elsőként az új Kerületkártyát

vásárlói kört tud kiépíteni a kedvezményekkel, míg a vásárlók forgalmat tudnak biztosítani a helyben működő vállalkozásoknak. – Ez is egyfajta lokálpatriotizmus, amelyhez az önkormányzat biztosítja a kereteket – tette hozzá. A kedvezményekről szólva elmondta, hogy a kártyatulajdonosoknak ingyenes lesz a belépés a Halászbástyára, a tavasszal megnyíló Magdolna-

toronyba, térítésmentesen vehetnek részt a Czákó utcai Sport- és Szabadidőközpont sport- és kulturális rendezvényein, valamint a Budavári Művelődési Ház programjait is kedvezményrel látogathatják. Hozzátette azt is, hogy a nagy sikerű adventi koncerteken is előnyt élveznek a kártyatulajdonosok, akiket előbb be tudnak majd engedni a nézőtérre. (Folytatás a 3. oldalon)

## A kommunizmus áldozataira emlékezünk

Február 25-én emlékezünk a több tízezer, családjától elválasztott és kényszermunkatáborba hurcolt honfitársunkra, a koholt vádak alapján börtönbe vagy mérszakszékre küldött emberekre, az ellenállóként mártírhaltálat halt hősökre. Az emléknapp alkalmából a Magyarság Háza és a Budavári Önkormányzat több programot is szervez.

• „Barakkba zárva - Életre ítélt” – szabadtéri kiállítás a Szentháromság téren február 25-ig. A Magyarság Háza szervezésében megvalósuló installáció a világtörténelem legtöbb áldozatot követelő eszméjének embertelenségét mutatja be.

• 2017. február 24-én, pénteken 19.00 órától a Beregszászi Illyés Gyula Magyar Nemzeti Színház előadásában Kányádi Sándor: Kétszemélyes tragédia című darabja látható a Magyar-

ság Házában (Szentháromság tér 6.). A Nicolae Ceausescu uralkodása idején játszódó mű legfőbb gondolata Kányádi egyetlen mondatával jellemezhető a legjobban: „Félsz, csak nem mered bevallani.” Az előadásra a belépés ingyenes.

• 2017. február 25-én, szombaton, a kommunizmus áldozatainak emléknapján 16.30 órakor megemlékezés és gyertyagyújtás a Budavári Önkormányzat szervezésében, a Szentháromság téren.

• 2017. február 25-én, szombaton 17.00 órától Matúz Gábor: Nincs kegyelem című filmjének diszeloádása a Magyarság Házában. Az előadást követően beszélgetés az alkotókkal, szereplőkkel és túlélőkkel. Az előadásra a belépés ingyenes.



– Sosem szabad elfelejteni, ami a Gulágra hurcoltakkal történt – mondta Potápi Árpád nemzetpolitikáért felelős államtitkár a programsorozat február 20-i megnyitóján

Főhajtás Budapest ostromában elesettek tiszteletére

## Az újrakezdés ereje

Az 1945-ös budapesti ostromban elesett katonák és polgári áldozatok, valamint a harcokban résztvevő egykori Magyar Királyi I., II. Egyleti Rohamszázalaj elhunyt katonáinak emlékeztetőre rendezett koszorúzási ünnepséget a Kapisztrán téri emléktáblánál a Budavári Önkormányzat, a Honvédelmi Minisztérium (HM), a Hadtörténelmi Intézet és Múzeum.

Ünnepi beszédében dr. Nagy Gábor Tamás polgármester felidézte: Hitler parancsára nyilvánították, zárt várossá a magyar fővárost, itt akarta ugyanis megvédeni Bécszet a Harmadik Birodalom. 1944 karácsonyán, a bezárt ostromgyűrűvel a második világháború egyik leghosszabb küzdelme vette kezdetét, amely a Budai Várban rekedt katonák és civilek kitörésével zárult február 11-én. Budapest ostroma százket napig tartott, ebből ötvenkettőt a védők teljes bekerítésben harcoltak végig. Ezzel szemben Berlin két hét alatt, Bécs hat nap alatt esett el. A negyven ezer katona kevesebb, mint két százalékát jutott át a szovjet ostromgyűrűn. A civil áldozatok száma is megdöbbentően magas volt: megközelítette a nyolcvanezer főt.

– Mi, akik csupán örökösei vagyunk a második világháború borzalmaival, nélkülözéseit átélőknek, ha körbetekintünk itt, ezen az általunk ismert, békés téren, nem tudjuk elképzelni



azt a poklot, amely az ostrom napjaiban, hetében és különösen a kitörés öldöklő küzdelmében a budai utcákon elszabadult.

Számunkra ma már elképzelhetetlen a gránát szaggatás, a törmelékektől, járműroncsoktól, emberi és állattetemepektől, a kiontott vértől szennyes utcák látványa. Mégis, vagy éppen ezért fontos, hogy itt vagyunk, emlékezünk és emlékeztetünk – mondta a polgármester.

(Folytatás a 2. oldalon)



Főhajtás Budapest ostromában elesettek tiszteletére

## Az újrakezdés ereje



Katonai tiszteletadással emlékeztek a háború áldozataira a Hadtörténelmi Intézet díszudvarán is

(Folytatás az 1. oldalról)

Nagy Gábor Tamás Erdélyi Hajnal: Emlékkönyv az Operaház óvóhelyéről címmel megjelent visszaemlékezéséből idézett részleteket, a könyv szerzője 9 évesen élte át Budapest ostromát.

A kislánnyal együtt hatszázán zsúfolódtak össze az Operaház patkó alakú pincéjében: énekesek, kellékesek, művészek és családtagjaik, civilek és katonák, ünneplést szürcsöltek és névtelen ismeretlenek. A menedéket lelők között ott volt Kodály Zoltán és felesége is. Kodály – a visszaemlékezés szerint – egészen elszigetelt életet élt. Ha csak tehette, dolgozott, az időt a komponálásnak szentelte. Kodály, akiről úgy tartják, hogy „egész élete, egész műve a szabad levegőhöz, a földhöz, a tájhoz, de főleg a hegyekhez kapcsolódott”, a békeért könyörgő Missa Brevis-t, a Csendes misét „in tempore belli”, azaz „háború idején, a végveszélyben” ott, az Operaház pincéjében dolgozta át, „vigaszt és békecsend hirdetővé a jelennek, a jövőnek” – mondta a polgármester. Ez a mű csendült fel 1945. február 11-én, a budavári kitéréssel egy időben, a Duna túloldalán, az Operaház fűtetlen ruhatárában tartott rögtönzött bemutatón – elevenítette fel Nagy Gábor Tamás, aki Erdélyi Hajnal szavaival idézte fel a premiert: „A ruhatári nagy pultot kiegészítették emelvényekkel, ez lett a színpad. Függöny nem volt, de valahonnan odahoztak egy zongorát és padokat a „nézőtérre” és feljárták a színpadhoz. Ének- és balettművészek léptek fel, zongoraki-

sérettel. Fázunk, de boldogok voltunk, résztvevők és nézők egyaránt. Ha nagy volt a csinn-bumm odakint, – mert az alsó ruhatár eléggé védetlen helyen van, az utcával egy szinten helyezkedik el –, akkor hanyatt-homlok futottunk vissza a pincébe, ahol legalább megmelegedtünk. Amikor elcsitult a veszély, akkor rohanás vissza. Egy ilyen alkalommal Oláh Gusztáv harmóniumon bemutatta Kodály Zoltán Missa Brevis című művét.”

Budavár polgármestere feltette a kérdést: ennyi tragédia, nélkülözés és borzalom után, amelyet át kellett élniük, honnan volt erejük a talpra álláshoz?

– A túlélést, a jövő és az újrakezdés reményét számukra, a múlt valóságához való ragaszkodás jelentette. Ennek a ragaszkodásnak bizonyítéka és gyümölcse a Missa Brevis, az, hogy Kodály a légópince zsúfoltságában, a föld alatt is képes volt a Mátra hegyvonulatait csodálni – adta meg a választ Nagy Gábor Tamás, majd a zeneszerzőt idézte: „Profétautódotok vagyunk! Nemcsak azt mondják el a proféták, ami a jövőre vonatkozik, hanem ezt is, ami a jelennek kell. Ez az én hitvallásom!”

– Kodály az alkotómunkában, a művészetben, és főleg a gyermekek művészeti, zenei nevelésében látta annak eszközét, hogy ez a borzalmas pusztulás soha többé ne ismétlődhesse meg; és megvalósulhasson, mint Sapszon Ferenc fogalmazott: „a teljes, boldog, igaz ember eszménye, egy boldogabb ország reménye” – zárta ünnepi beszédét a polgármester.

Berta Tibor ezredes, a HM Katolikus Tábori Lelkészi Szolgálat általános helynöke, kegyeleti imájában kiemelte: olyan korra emlékezünk, amikor a gonoszság csábításának engedve, ártalmas ideológiák csapdájától becsapva, a háború elembertelenítő borzalma eljutott hazánk fővárosába.

– A háború után sokan kiáltották, hogy hol volt az Isten a borzalmak idején, pedig azt kellett volna kiáltaniuk: hol volt az ember, hol volt az emberség? – mondta a lelkész, aki az Úrhoz könyörgött, fogadja be országa boldogító békéjébe az ostrom alatt elhunyt ártatlankat, gyermekeket, betegeket, időseket, a megbecstelenített lányokat és asszonyokat, a hadifogságba elhurcoltakat, a gettóba zárt és legyilkolt zsidó honfitársainkat, elhunyt katonákat.

Az ima után a Mária Magdolna-templomtorony falán lévő emléktáblánál elhelyezték az emlékezés virágait: Semjén Zsolt miniszterelnök-helyettes nevében Jenik Péter kabinetfőnök és Csallóközi Zoltán főtanácsadó, a HM képviselőjében Huszár János vezérőrnagy, Jákob János dandártábornok, református tábori püspök, a Budavári Önkormányzat részéről pedig dr. Nagy Gábor Tamás helyezte el koszorút. Dr. Weszelowszky Zoltán, a

Nemzeti Örökség Intézete és dr. Gaál Attila a Honvéd Hagyományörző Egyesület képviselőjében koszorúzott.

A koszorúzás a Hadtörténelmi Intézet és Múzeum díszudvarában, a budapesti ostromgyűrűben hősi halált halt bajtársak emléktáblájánál folytatódott, ahol a Magyar Királyi Egyetemi Zászlóalj Bajtársi Köre, valamint a Hadtörténelmi Intézet és Múzeum képviselői hajtottak fejet.

\* \* \*

Az emlékezést követően a múzeum aulájában nyitották meg a Törédek – Az ostrom utáni Budapest egy amerikai hagyaték tükrében című kamara-kiállítást.

Dr. Kovács Vilmos ezredes, az intézet parancsnoka elmondta: a rendhagyó tárlat főleg Edward J. Czerniuk amerikai dandártábornok – aki 1945 és 1947 között a szövetséges ellenőrzőbizottság amerikai delegáltjaként tartózkodott Magyarországon – magángyűjteményre épül, amelyet a tábornok lánya ajándékozott tavaly a múzeumnak. A háborúban még őrnagyként szolgáló katona maga fotózott, illetve vásárolt fényképeket, ezekből állt össze a száznál több felvétellel álló gyűjtemény. A kiállított fényképeken egymás mellett láthatjuk a lebombázott, majd újjáépített házakat.

D. A.



A háború pusztítását mutatja be az amerikai hagyatékából rendezett kiállítás a Hadtörténelmi Intézet és Múzeumban

## Sebő Ferenc 70 éves



Fotó: Balogh Zoltán/MTI

Február 10-én ünnepelte 70. születésnapját Sebő Ferenc, a Nemzet Művésze címmel kitüntetett, Kossuth-díjas énekes, gitáros, tekerőlantos, dalszerző, népzenekutató, a hazai hangszeres népzenei és táncművelés egyik elindítója. Ebből az alkalomból jelent meg a Kossuth Kiadó gondozásában a Sebő 70 című könyv, a Műpá-ban pedig gálakoncertet rendeztek a zeneszerző, előadóművész főszereplésével.

A Sebő Ferenc nevével fémjelzett táncművelést az induláskor, 1972-ben az a megközelítés lendítette előre, hogy a muzsikát és a táncot pontosan úgy kell előadni, ahogy van. – A hatvanas évek végéig nem vállalták fel Magyarországon a táncot és a népzenei, ami előtte évszázadokon át a társkeresés legfontosabb kötőanyaga volt. Jókat nevetek azokon, akik azt mondják, a népdalok nem a mi életünkhöz kapcsolódnak, nem a mai ember érzésvilágát fejezik ki. Holott dehogyan: szerelemről, bánatról, halálról szólnak, ráadásul a nyelveze-

tet mindig aktualizálták az adott generáció problémáira” – hangsúlyozta a zenész az MTI-nek adott nyilatkozatában. A tekerőlantos és gitáron játszó, éneklő Sebő Ferenc versmegzenésítéseit József Attila költeményeivel kezdte. Az 1973-tól létező Sebő Klubba olykor az illető költők, köztük Weöres Sándor és Nagy László is lejártak. Mint Sebő Ferenc megjegyezte, a szerzők lelkesen támogatták egyébként is dallamért kiáltó verseik megzenésítését, sőt néha ártították saját sorait, hogy jobban lehessen énekelni.

A számos sikeres versfeldolgozó és népzenei lemezt készített Sebő Együttes 1973-ban alakult és első korszakában a nyolcvanas évek közepéig volt aktív. Az újjáalakulást 1998 hozta meg, napjainkban Barvich Iván, Perger László, Soós Réka és Tímár Sára szerepel a csapatban, amely havi rendszerességgel fellép a Budavári Művelődési Házban működő Sebő Klubban. A következő előadás március 4-én, szombaton 19.00 órától lesz a Budavári Művelődési Házban (Bem rakpart 6.)

Elment a Budai Vár  
bördíszműves mestere

Bíró Éva 1925-2017

Életének 92. évében elhunyt Bíró Éva, Budavárért Emlékéremmel kitüntetett bördíszműves mester.

A Dísz tér 16. számú ház boltíves kapujának oldalfalait két jól megvilágított téglalap alakú vitrin díszíti, amelyekben magas színvonalú bördmunkákat, női és férfi táskákat, ötletes megoldású kulcstartókat és sok más, börből készült használati- és dísz tárgyat láthatunk.

Az igényes, szép tárgyak zömét az udvari kis bolt alapítója és tulajdonosa készítette: Bíró Lajosné Éva asszony, bördíszműves mester.

Bíró Évát a sors kényszerítette arra, hogy szakmát tanuljon. A háború utáni politikai helyzet miatt egyetemi felvételre nem is gondolhatott. Férjének 1956-os szereplése miatt a család jövedelem nélkül maradt. Rá volt kényszerítve, hogy sorsát a kezébe vegye. Éva kitűnő ízlése, nagyszerű kézügyessége adott volt, így a piacon hiánynak számító kézműves bördmunkát választotta. A műhely a lakásban volt, az üzletet 1971-ben nyitották meg. Büszke volt arra, hogy nemcsak a környékbeliek, hanem Európa számos országából ideérkező látogatók is vissza-visszatérnek boltjába.

A sok szakmai elismerés mellett számára a legkedvesebb az volt, amikor 2014. szeptember 2-án a Városháza aulájában átvehette a Budavárért Emlékérmét. – Nagyon megható, hogy ilyen szeretettel gondolnak rám a váriak. Nem is gondoltam, hogy ilyen nagy megtiszteltetésben lesz részem – fogalmazott a díj átvételkor.



Bíró Éva a Budavárért Emlékérem átadásán, 2014-ben

Éva igazi közösségi ember volt. A Budavári Lakosok Szövetségének megalakulásától fogva lelkes és mindenki által szeretett tagja. A klubnapokra hozott sajtós süteményei osztatlan sikernek örvendtek.

A szakmán túl életének középpontja és értelme a család volt. Gyermekei, unokái és dédunokái mellett mi, budaváriak is gyászolunk.

Évánk, nagyon szerettünk.

B.M.



Már használhatók az új, egyedi azonosítóval ellátott eszközök

## Megújult a Kerületkártya Program

(Folytatás az 1. oldalról)

A megújuló program része egy új, önálló weboldal, a [keruletkartya.budavar.hu](http://keruletkartya.budavar.hu), ahol tájékozódni lehet az elfogadóhelyekről és a kedvezmények mértékéről. Emellett az önkormányzat évente kiadja a Kerületkártya Katalógust is, amelyben szintén feltüntetik az elfogadóhelyeket és a kedvezményeket is. A katalógust az önkormányzat valamennyi kerületi háztartás részére eljuttatja.

Az első megújult Kerületkártyát Veszprémi Nóri vehette át. Mint mondta, nagyon örül a kezdeményezésnek, mert ez hidat épít a szolgáltatók és a lakók között. Számára külön öröm, hogy kulturális intézmények és a Rudas Gyógyfürdő is csatlakozott a programhoz. Mint mondta, reméli, hogy azok a kisebb boltok – zöldséges, élelmiszerbolt – is Kerületkártya elfogadóvá válnak, amelyekben heti rendszerességgel vásárol.



Mobil applikációval is működik az új Kerületkártya

### Hogyan igényelhet Kerületkártyát?

A Kerületkártyát minden, 14. életévét betöltött, állandó lakóhellyel valamint tartózkodási hellyel rendelkező kerületi lakos térítésmentesen igényelheti az önkormányzat Ügyfélszolgálati irodáin vagy online a [keruletkartya.budavar.hu](http://keruletkartya.budavar.hu) honlapon. A kártya igénylése ingyenes.

A csatlakozás az elfogadóhelyek számára is térítésmentes, a kerületben székhellyel, telephellyel vagy fiókteleppel rendelkező vállalkozók bármikor csatlakozhatnak a Kerületkártya programhoz. További információ a [keruletkartya.budavar.hu](http://keruletkartya.budavar.hu) oldalon vagy a 06-1-458-3028-as telefonszámon. A korábban kiadott kártyák 2017. március 1-ig használhatók, de a tulajdonosok már most is igényelhetik az újakat.

## Jól halad a Csikós-udvar rehabilitációja



A régészet és az alapozás után hamarosan megkezdődnek a falazási munkálatok az egykori Lovarda és a Főőrségi Palota beruházásán, és felállítják a második toronydarut is a területen.

Tavaly májusban tartották a Nemzeti Hauszmann Terv keretében újjáépülő egykori Lovarda alapkövetését a Budai Várban. Mint arról beszámoltunk, Hauszmann Alajos fennmaradt, eredeti tervrajzai alapján építik újjá az épületet, amely majd egyrészt folytatja a Spanyol Lovasiskola és a lovas programok hagyományát, másrészt egyéb rendezvények befogadására is alkalmassá válik. A Lovarda újjáépítésével párhuzamosan zajlik a Főőrség épületének, a Stöckl-lépcsőnek, az Ybl-támfalnak és a rámpának az újjáépítése is. – Mindez tulajdonképpen a Csikós-udvar rendezése, rehabilitációja – mondta Gyutai Csaba, a Budavári Ingatlanfejlesztő és Üzemeltető Non-profit Kft. ügyvezető igazgatója. (A cég foglalkozik a nagyberuházások előkészítésével, koordiná-

lásával, elsősorban a Nemzeti Hauszmann Terv vonatkozásában.) Az ügyvezető kérdésünkre elmondta: bár az extrém hideg időjárás némileg akadályozta az építkezést, a régészeti és alapozási munkálatok után hamarosan „kibújnak a földből” az épületek, azaz megkezdődik a Lovarda és a Főőrség épületének a falazása. Az építkezésen hamarosan felállítják a második toronydarut is. Emiatt ideiglenesen lezárják majd a Palota út egyik sávját. Gyutai Csaba elmondta azt is, hogy jól haladnak a homlokzati díszes köelemek kifaragásával. Nagyban segíti a munkát, hogy az eredeti kőfelületekről 1:1 arányú rajzok maradtak fent, amelyek alapján újra ki tudják faragni azokat.



A Stöckl-lépcső helye és a látványterv az újjáépítés utáni állapotról



A Csikós udvar rehabilitációjának része az Ybl-támfal, a rámpa és a Stöckl-lépcső is. A lépcső a mai támpilléres támfal alatti területen helyezkedett el, és Ybl Miklós tervei alapján készült. A Csikós-udvart és a Hunyadi-udvart összekötő rámpát pedig 1900-ban építették meg, a két terasz közötti várfal támpilléreinek vonalában. A mostani beruházás során az eredeti tervek alapján, de a XXI. század követelményeinek megfelelően építik azokat újjá. Így például a rámpa alá egy hűtőközpontot építenek be, amely részben az új épületek, részben pedig a Palota hűtését szolgálja majd.

Ezzel párhuzamosan akadálymentes bejáratot, liftpavilont is kialakítottak a Palota út felől, a Tabáni-lépcsőnél. A lift közvetlenül az OSZK bejáratához hozza majd a látogatókat. Gyutai Csaba elmondta, hogy a terveket át kellett dolgozni, ugyanis a régészeti munkálatok során feltárták a Zsigmond-korabeli várfal egy részét, és ezeket bemutathatóvá teszik majd. B.L.

### Nyitva van a Várgarázs

Elkészült és mindenki számára használható a Palota úton a Várgarázs, amely mintegy 200 gépkocsi számára biztosít parkolási lehetőséget. Teljes kapacitással még nem üzemel, ugyanis az egyik része érintkezik a mélygarázs felett zajló beruházással, a Lovarda és a Főőrségi Palota építésével. Az őrzött létesítmény éjjel-nappal nyitva van, a parkolási díj 300 Ft / óra, ami bankkártyával is fizethető. A mélygarázsból lifttel lehet felmenni a Budai Várba, a Hollós-kapuhoz, vagy más néven Koldus-kapuhoz.

## Röviden

### Elszámolható a bölcsődei díj a cafetéria keretében

A Budavári Önkormányzat Egyesített Bölcsődéiben a bölcsődei térítési díj befizetésekor a törvényes képviselőnek számlát állítanak ki. Azok a szülők, akiknek a munkáltatója cafeteria elemként biztosítja a bölcsődei díj térítését, minél hamarabb jelezzék ezt az intézményvezető, a bölcsődevezetők felé. Ebben az esetben egy, a bölcsődevezetőknél elérhető formanyomtatvány kitöltése után van mód arra, hogy a számlát a szülő munkáltatója részére állítsuk ki. Elsőként a bejelentés hónapjában tudják a kérésnek megfelelően kiállítani a számlát.

### Faápolás a Tóth Árpád sétányon

A Főkert Zrt. – az időjárás függvényében – február végén faápolási munkálatokat végez a Tóth Árpád sétányon. Ennek során megmetszik a fákat, elsősorban azokat, amelyek már ránőttek a közelükben álló épületekre és azokban kárt tehetnek.

A közelmúltban a Várkert rakpart 9. sz. előtt egy vadgesztenye fát vágott ki a Főkert Zrt, mert a fa korhadt, odvas volt, és a törzse szétrepedt, így veszélyeztette az élet- és vagyonbiztonságot. A kivágott fa helyére hársfát ültetnek majd.

### Szociális ruhavásár

A Magyar Vöröskereszt szociális ruhavásárt szervez a rászoruló lakosok számára március 6-án (hétfő) 08.00-16.00-ig. A vásárra elsősorban gyermeküket egyedül nevelő szülőket, kisnyugdíjasokat és kiskeresetű lakosokat várnak. Az akció során kedvezményes áron vásárolhatnak használt ruhaneműt, gyermek, női, férfi ruházatot és játékokat. Helyszín: 1024 Budapest, Széll Kálmán tér 3. II. emelet. Telefon: 212-2783, 212-2811.

### Lomtalanítás a kerületben

2017. február 25-én (szombaton) az Fővárosi Köztér- és Fenntartó Zrt. lomtalanítást végez az I. kerület területén.

A lomok kikészítésének időpontja: február 25.

A lomok elszállítása: február 26. (vasárnap délelőtt)

A közterületre kérjük NE helyezzenek ki:

- háztartási hulladékokat, ipari és mezőgazdasági hulladékokat, egyéb zöld hulladékokat, veszélyes hulladékokat (festékek, lakkok, hígítók), építési törmelék, autógumit, autóröcsőt stb.

A veszélyes hulladékokat 2017. február 26-án (vasárnap) 10.00 - 16.00 óra között a Dózsa György téri szobor mögötti parkolóban ideiglenesen felállított gyűjtőponton lehet leadni.

Leadható veszélyes hulladékok: sütőolaj és göngyölegei, festékmarmadék és göngyölegei, olajos műanyag flakon, oldószerek, hígítók, növényvédő szerek, akkumulátor, szárazzelem, elektromos és elektronikai hulladékok, gumiabroncs, szórópalack, fénycső stb.

### BKK Ügyfélközpont a Széll Kálmán téren

A Széll Kálmán téren is intézhetőek a BKV pótdíjazással kapcsolatos ügyek. A BKK Ügyfélközpontja a 61-es villamos megálló mellett, a tér nyugati, Szilágyi Erzsébet fasor felé eső oldalán található. Az ügyfelek itt megvásárolhatják a BKV-jegyeket, bérleteket, MOL-Bubi bérleteket, és az idei évtől lehetőség van a helyszíni pótdíj utólagos megfizetésére, az utólagos bérletbemutatóra, a pótdíj befizetésére.

### Rajzpályázat és bábverseny gyerekeknek

A BRFK – Fővárosi Balesetmegelőzési Bizottság a gyermekbalesetek megelőzése érdekében fővárosi rajzpályázatot hirdet „Biztonságos közlekedés gyermekszemmel” címmel, három kategóriában: óvodások (3-6 éves), alsó tagozatos (7-10 éves), és felső tagozatos (11-15 éves) diákok részére. A rajzoknak a biztonságos közlekedést kell bemutatniuk, illetve propagálniuk az állatvilág felhasználásával (külső és belső tulajdonságok bemutatásával).

Az alkotások mérete kizárólag A/4 vagy A/3 lehet.

Alkalmazott technikák: grafit, színes ceruza, zsírkréta, lino, tus, tempera, olaj, diópác, szénrajz.

A rajzokat az alábbi címre várják:

BRFK – Fővárosi Balesetmegelőzési Bizottság

Postacím: 1581 Budapest Pf. 27.

**Beküldési határidő: 2017. április 3.**

A rajz hátoldalán szerepeljen az alkotó adata: név, életkor, lakcím, óvoda, iskola neve, címe, e-mail címe, telefonszáma. További információ: 06-1-273-4010

A BRFK – Fővárosi Balesetmegelőzési Bizottság a gyermekbalesetek megelőzése érdekében bábversenyt hirdet, amelyre olyan óvodás csoportok jelentkezését várják, akik közlekedéssel kapcsolatos történetet, mesét adnak elő saját készítésű bábokkal. A verseny ideje: 2017. április 14., 09.00 - 12.00

Helyszín: Közlekedésrendészeti Főosztály (Színházterem) 1149 Budapest, Hungária krt. 149.  
A bábelőadás időtartama: 4-5 perc. Nevezési lap a [babum@budapest.police.hu](mailto:babum@budapest.police.hu) címen kérhető. A nevezési lapot március 10-ig kell megküldeni a fenti e-mail címre.



# Václav Havel fotókiállítás a Városházán

(Folytatás az 1. oldalról)

Az emlékkiállítás ötlete Alan Pajer fotóriporternek köszönhető, aki közel másfél évtizeden keresztül fotózta a cseh elnök hétköznapijait és a hivatásából adódó ünnepi eseményeket. Oldřich Lomecky úgy fogalmazott: „Alan Pajer azokat a pillanatok örökölte meg és tárja elénk, amelyek mindannyiunk életében jelen voltak és mindannyiunk életére hatással voltak.”

A válogatott anyag nekünk, magyaroknak is egyfajta kollektív élményt jelent. A kordokumentum értékű fotók segítségével ott lehetünk az 1989-es „bársonyos forradalom” idején a prágai Vencel téri tüntetésen, láthatjuk az első fotót a Csehszlovák Köztársaság megválasztott elnökének első munkanapjáról és tanúi lehetünk a rendszerváltás utáni első külföldi vendég, George W. Bush prágai látogatásának.

A fényképek nem csupán a neves külföldi politikusokkal – köztük Lech Walesával, a Clinton házaspárral, a cseh származású amerikai külügyminiszter asszonnyal, Madeleine Albrighttal, Mihail Gorbacsovval, Margaret Thatcherrel és Helmut Kohl-lal – történt találkozások mutatják be, hanem annál sokkal többet: azokat az érzelmeket, ösztönös reakciókat is rögzítik, amelyek Havel elnök arcán tükröződnek. A diplomáciai megbeszéléseken túl Alan Pajer



Az igazi Havel – Alan Pajer egyik kedvenc fotója az elnökről

kamerája számos olyan pillanatot is megörökített, ahol a cseh elnök a tőle elvártól sokkal lazábban beszélgethetett kora ikonikus művészeivel, például a Rolling Stones együttes tagjaival, Stevie Wonderrel vagy Umberto Eccó, illetve Salman Rushdi írókkal.

A tárlat anyagán végigtekintve egyértelműnek látszik, hogy Václav Havel miért éppen Alan Pajert választotta hivatásos fotósának. Az elnök ugyanis közvetlenségét, viselkedését tekintve élete végéig megmaradt civilnek, a fotográfus pedig nem próbálta megváltoztatni a róla készített képeket. Havel hiába viselt néha szmokingot, hiába tartotta be a II. Erzsébet brit királynővel vagy II. János Pál pápával történő találkozások hivatalos szabályait, minden alkalommal önmaraga maradt. Néhány fotón magánemberként, igazi prágai polgárként is láthatjuk őt – például egy pohár sörrel a kezében, vagy újságot olvasva egy söröző szegletében –, és egy-két kép erejéig megjelenik az író és a színházi szerző is.

A Václav Havelre emlékező **fotókiállítás március 3-án, 18 órakor nyílik a Városháza aulájában** (Kapisztrán tér 1.). A megnyitón nem csak Oldřich Lomecky, Prága I. kerületének polgármestere, hanem a művész, Alan Pajer fotográfus, Václav Havel barátja is jelen lesz. A tárlat április 9-ig tekinthető meg, a belépés ingyenes. **Rojkó A.**

## Alan Pajer, a fotográfus

Az utazó kiállítás elsőként természetesen Prágában, a Prága I. kerületében található Galerie I-ben nyílt meg. A szervezők arra kérték Alan Pajert, Václav Havel hivatalos fotósát, hogy fűzzön néhány személyes gondolatot a tárlat egy-egy fotójához.

A képekben elmesélt események kapcsán a fotográfus felidézte azt az esetet, ami 1989 júniusában történt. Akkoriban Václav Havelnél rövid látogatást tett Adam Michnik, a lengyel földalatti demokratikus ellenzék kiemelkedő alakja. Havel a korábbi börtönének alatt lesóványodott, fáradt volt és kicsit szkeptikus is Csehszlovákia fejlődése miatt. Michnik, hogy felrázza, azt mondta neki: „Meglátod, hogy az év végére te leszel az elnök...” (Abban az évben, december 29-én Havel valóban megválasztották köztársasági elnöknek.)

Ugyanabból az időből származik Pajer egy másik – fotón is megörökített – emléke: „A berlini Brandenburgi kapunál egy mellettem sétáló ember megkérdezte tőlem, hogy – Ki az az ember Václav Havel mellett? – Johannes Rau úr, az ön elnöke – válaszoltam. Nem ez volt az egyetlen alkalom, hogy a saját elnökükkel vagy miniszterükkel ellentétben a világban utazó Václav Havel színterrel azonnal megismerték.”

„Az elnök fényképezése mindvégig rengeteg mókával megtűzdelt, rendkívüli élmény volt, hiszen Václav Havel nagyon szívesen meglepte és szórakoztatta a vendégeit. Havelhez legközelebb a Washingtonban, a NATO 50. kongresszusán készült képek álltak, ezeket értékelte a leginkább, hiszen azt a pillanatot őrzik, amikor Javier Solana főtitkár és Bill Clinton amerikai elnök gratulálnak a Cseh Köztársaság felvételéhez az Észak-Atlanti Szövetségbe.” – mondta Alan Pajer, a kiállítás prágai megnyitóján.

A World Press Photo-díjas fotográfus a közelmúltban egy cseh rádióban elhangzott interjúban idézte fel pályáját.

### ◆ Már gyerekként is fotográfus akartál lenni?

- A nagypapám, Jan Roth ünnepelt operatőr volt. Rengeteg híres filmje volt, köztük A büszke hercegnő, az Angyal a hegyekben. Természetesen imádtuk nagypapát, aki mindig mondogatta, hogy legyetek fotográfusok, mert az operatőr munkája annyi, de annyi dolgon múlik: a pénzen, a dramaturgián, a politikai szituáción. A fényképezés viszont szabad. Mivel a legjobb barátja a híres fotográfus, Josef Ehma volt, így hát az ő iskolájába mentem. Tízéves korom óta fényképeztem, a nagypapa pedig folyton mondta, hogy mit és hogyan csináljak, mi a rossz, mi a jó.

### ◆ Mit fotóztál annak idején?

- Bár engem mindig a portréfotózás vonzott, a nagypapa nagy romantikus volt, ezért sétálni jártunk, fényképeztük a természetet.

### ◆ Hogyan indult a karriered?

- Az első pillanatoktól tetszettek az olyan magazinok, mint az Elle vagy a Vogue, az első divatfotókat a Raiv klubnál csináltam. A mi újságjaink azonban, mint a Vlasta, a Květy, nem hasonlítottak azokra, amelyeket szerettem. Az 1968-as események kapcsán megismerkedtem a Signál újsággal: 1968 augusztusában egy szamizdat lapszámot adtak ki, amihez én adtam a fotót.

### ◆ A portréfotózásról áttértél a riportfotózásra?

- Inkább a hadi fotózásra... Az oroszok egy csomó filmet elkoboztak tőlem, de akadt pár, amit Honza Němec-nek adtam, és volt, amit a Signál-hoz küldtem.

### ◆ 1989 novemberében a családdal részt vettél azokon a bizonyos eseményeken (a „bársonyos forradalom” tüntetésein – a szerk.)!

- Igen, ott voltunk az Albertova környékén... A Národní Třída túloldalán páncélozott járművek álltak. A parancsnokok pont úgy viselkedtek, mint a Schindler listájában az SS tisztek. Le akartam fotózni az eseményeket és meglepetésszerűen megörökíteni őket, de persze észrevették és a filmet kitepték a gépemből.

### ◆ Meséld, milyen volt Havel fotózni!



- Nagyon félénk volt és elég nehezen lehetett fotózni, nem is gondoltam a fényképek alapján. Amikor hivatásos fotósok jöttek a hivatalba, mindig mindent többször elpróbált, aztán természetesen az éles helyzetben mindent fordítva, vagy máshogy csinált. Egyszerűen nem értette, hogy miért kell őt egyáltalán fotózni. Nem úgy viselkedett, mint egy elnök. Néha a Slavia kávézóba járt, és boldog volt, hogy találkozhatott ott néhány barátjával, vendégével. Egyszer a sarokban ült, a Lidové novinyt olvasta, és Becherovkát ivott. Sikerült a közelébe mennem, lefotóztam. Számomra ez a kép mutatja az igazi Václav Havelt. **(Ford.: Komornik A.)**

## Képzőművész házaspár a Várnegyed Galériában

# Vendégségben Budán

Március 2-án nyíló közös kiállításukon a Decsi Ilona Luca, Kéri Imre képzőművész házaspár mutatja be alkotásait a Várnegyed Galériában. Mindketten otthonosan mozognak az európai képzőművészet nagyvárosaiban, Amszterdamban, Rómában, Gentben vagy éppen Antwerpenben.

### ◆ Honnan indult a pályafutásuk?

**K.I.:** 1945-ben a kis ország egyik legszebb táján, Balatonfüreden, megannyi kultúrával megáldott vidéken, egy öreg vizimalomban születtem a falu végén, egy bővízű forrás mellett. Azóta is szeretem és valami békés megnyugvást áraszt minden vízzel megáldott város. Mint Velence és Amszterdam. Furcsa módon a két város későbbi utamon mindig visszahívott.

**D. I. L.:** Szeretem Budapestet, a várost, ahol születtem és ahová gyermekkori emlékeim kötnek. Igazi pestinek valloam magam, Mándy Iván szavaival élve: „Igen, láttak egyszer engem Budán”. Szoros kötelékek fűznek bizonyos helyszínekhez, többek között az Andrássy úthoz, ahol gyerekként apámmal gyakran sétáltunk. Később a Főiskolára is ide jártam, műtermünk az Epreskertben volt.

### ◆ Mikor találták rá a hivatásukra, kik voltak a meghatározó mestereik?

**K.I.:** – Tízéves lehettem, mikor egy nap elkezdtem rajzolni, ma is jól emlékszem, gazdagabb szomszédunknál megláttam egy kis festményt. Hazafutottam és papírt, ceruzát kérve visszarohantam lemásolni a képet. A Balaton irodalmi és festészeti hagyománya sok útravalót adott. Illyés Gyula, Borsos Miklós közelsége és személyük, munkásságuk varázsa ma is segít. Mielőtt fölvettem a Képzőművészeti Főiskolára, két évig szobafestő-mázoló voltam, ami az első hivatalos mesterségem. A főiskolai öt év lázas munkával telt. Festészet és rézkarc, e kettő izgatott és a mai napig felváltva művelem mindkét műfajt. 1966-1971 között tanultam a Képzőművészeten, Szentiványi Lajos volt a festő-tanárom, a grafikát fakultatív tanultam. 1972-től három éven át Derkovits-ösztöndíjasként dolgozhattam; 1995-ben Munkácsy-díjjal ismerték el az eddigi pályámat, majd Erdemes művész lettem.

**D.I.L.:** A rajz tudományára a művészeti gimnáziumban Basilides Sándor tanár úr tanított, majd a Magyar Képzőművészeti Egyetem festő-szakán Szentiványi Lajos osztályán diplomáztam. Szerencsés vagyok, hogy az anatómiát Barcsay Jenő mestertől tanulhattam az Andrássy úton lévő előadóban. Elméleti órák mellett a



Kéri Imre alkotása a kiállításon is látható lesz

rézkarc technikájával ismerkedtem és gobelinszővést tanultam. Rézkaraimra Derkovits-ösztöndíjat nyertem. Évek óta a nők grafikai ábrázolása a kedvenc témám. Nagyon kedvelem a századfordulós fényképeket, portrékat, ezeket „építem be” a képeimbe.

◆ Több évtizede járják Európát, hol ösztöndíjak, meghívások, hol saját érdeklődésük kapcsán utaznak tanulmányutakra...

**K.I.:** 1978-ban Borsos mester ajánlásával indultunk Olaszországba, Tolnay Károlyhoz, Michelangelo házába, Firenzébe. Nagy ajándék

volt, hogy 2004-ben meghívást kaptunk Bogyay Katalintól a Magyar Magic rendezvényére, így Londonban is bemutatkoztunk. Velencében a Société Européenne de Culture tagjaként többször jártunk, majd 2005-ben a velencei Casa del Tintoretto meghívására mutattam be rézkarcomat és mezzotintómat. Az évek során Hollandiában, később Németországban és New Yorkban szerepeltem grafikáimmal.

**D. I. L.:** A rajz meghatározó irány munkásságomban, így Németalföldre, a mai Flandria területére mentem az „Aranykort” tanulmányozni. Gentben, a Királyi Akadémia Flamand ösztöndíjának elnyerésével sok élményt gyűjtöttem. Külföldön legutóbb 2014-ben Moszkvában, a következő évben Londonban, az ottani Magyar Intézetben volt kiállításom.

### ◆ Mostani közös kiállításuk címe: Vendégségben Budán. Most látogatnak először Budára?

- Hűséges barátai vagyunk az Uri utcai Kiskép Galériának, ahol többször is kiállítottunk. A Várnegyed Galéria meghívása azonban különleges megtiszteltetés számunkra, így valóban vendégségben vagyunk Budán. **ra.**

A Vendégségben Budán kiállítás március 2-án, 18.00 órakor nyílik. Megnyitja Lengyel László művészettörténész, a Szépművészeti Múzeum főmuzeológusa. Közreműködik: Török Ádám fuvalaművész.

A tárlat megtekinthető április 1-ig a Batthyány utca 67. szám alatt; a belépés ingyenes.



Beethoven Budán 2017

# Különleges zenei élményt kínál az idei fesztivál

A Budavári Önkormányzat idén immár 18. alkalommal rendez meg a Beethoven Budán Fesztivált, amely a zeneszerző budai fellépésének állít emléket. A május 3. és 7. között megrendezésre kerülő rendezvénysorozat a korábbiaknál több koncerttel és különleges előadásokkal várják a zenerajongókat.

A programsorozatot bemutató sajtótájékoztatón dr. Nagy Gábor Tamás polgármester felidézte, hogy az első koncertet 2000. május 7-én rendezte meg az önkormányzat, Beethoven budai fellépésének 200. évfordulóján. Majd 2010-ben már több hangversenyből álló programsorozatot kínáltak és az immár nemzetközi szinten is ismert komolyzenei fesztivál évről évre egyre több érdeklődőt vonz a Budai Várba. – Mindez jól mutatja, hogy az igényes zenei kulturális életnek nagy hagyománya, értő közönsége és jövője is van a fővárosban. Beethoven zenéje pedig nem pusztán a hallgatóságot varázsolja el, de az előadók számára is inspiratív – mondta a polgármester. Hozzátette: szeretnék, ha a Beethoven Budán fesztiválnak köszönhetően 2020-ra - Bonn és Bécs mellett - Budapest felzárkózna a német zeneszerzőt ünneplő történelmi városok közé.

Az önkormányzat fontosnak tartja, hogy a fesztivál keretében lehetőséget biztosítson a fiatal művészeknek a bemutatkozásra. Éppen ezért ebben az évben is megrendezik a kadencia-



Szűts Apor a kadenciaversenyen való részvételre buzdítja a fiatalokat

versenyt, amelyre most fiatal - 35 év alatti - hegedűművészek jelentkezését várják. Nevezni március 31-ig lehet új, eddig nem publikált vagy előadott, a pályázó által Beethoven D-dúr hegedűversenyének (op. 61.) I., II. és III. tételéhez komponált és eljátszott kadenciával. A szakmai zsűri tételenként választja ki a legjobb kadenciát, így három első helyezett születik, akiket egyenként 1000-1000 euróval díjaznak.

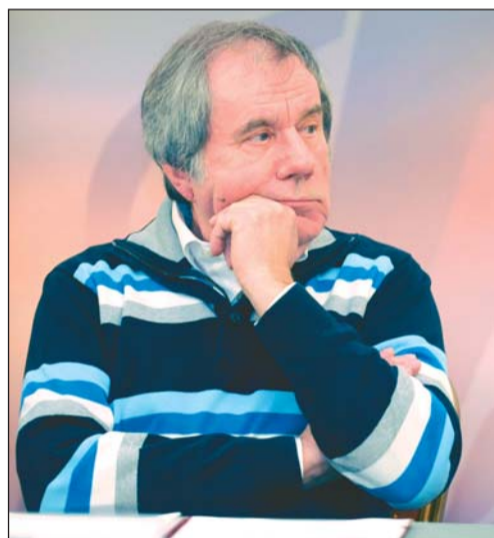
Rolla János Kossuth-díjas hegedűművész, a kadenciákat elbíráló zsűri elnöke a sajtótájékoztatón úgy fogalmazott, hogy Beethoven hegedűversenye egyedi darab a zeneirodalomban, nagyon nehéz feladat előtt állnak a kadenciaversenyre jelentkezők. Ugyanakkor mindenkit arra biztatott, hogy próbálja ki magát, hiszen a kadencia az a műfaj, amely lehetőséget ad a művészeknek a virtuozitására bemutatására. Mint mondta, jelenleg a hangversenyeken a már korábban leírt, jól bevált kadenciák hangoznak el és ez korlátok köre szorítja az előadókat és bizonyos mértékig uniformizálódnak a koncertek. Rolla János reméli, hogy a verseny eredményeként gazdagodik a Beethoven-művekhez írt és előadott kadenciák sora.

Szűts Apor, a tavalyi kadenciaverseny győztese is a részvételre buzdított. Azt tanácsolta, hogy a zenészek improvizáljanak, játszanak a darabban és a hangszerrel, hiszen ha valaki foglalkozik a

témával, biztosan „talál magában” egy jó kadenciát. Mint mondta, a kadencia egyfajta véleményalkotás a műről, márpedig minden előadónak van véleménye az adott darabról. Ezt kell kidolgozni, megfogalmazni és leírni.

A kadenciaverseny győztes pályázói lehetőséget kapnak arra is, hogy nagyzenekari kísérettel adják elő kadenciájukat a Beethoven Budán 2017 nyitókoncertjén. (A Beethoven Budán 2017 részletes programját lásd keretben.)

Az 1800. május 7-i Beethoven-koncert évfordulójának emlékhangversenyén különleges ösbemutatóra kerül sor. Beethoven IX. szimfóniája – amelynek eredeti, 1824. évi ösbemutatója szintén éppen május 7-re esett – Szabó Balázs orgonaművész két orgonára és kórusra megálmodott átíratában csendül fel a Mátyás-templomban. A zenész a sajtótájékoztatón úgy fogalmazott: nehéz, de izgalmas feladat Beethoven legismertebb művének átíratát elkészíteni, mert a



Rolla János, a zsűri elnöke

## Kétarcú filmvígjáték a hatvanas évekről



Teltházias előadással indult az önkormányzat szervezte ingyenes tabáni filmklub idei évada, amely az Így nevetünk egykor... címet viseli. A nyitó vetítésén bemutatott Bán Frigyes rendezte alkotás, a Felmegyek a miniszterhez az erőszakos kollektíválás 1961-es lezárása után játszódik.

A vetítés után dr. Nagy Gábor Tamás polgármester elmondta, ebben a fél évben vígjátékon keresztül idézik meg, miként mutatták be a szocializmus évtizedeiben Magyarországot, s min nevetett a korabeli néző.

– A látott filmen most is nevetünk, holott a témája cseppet sem nevetéses, a történet már valamit visszaad a rendszer fonákjából – vezette fel a beszélgetést a polgármester, bemutatva vendégét, Ludwig Emilt, az egykori

Magyar Nemzet volt újságíróját, szerkesztőjét. A vendég bevallotta, bár nagyon szereti a mozi, ezt a filmet először látta, és lenyűgözte. – Noha parádés a szereposztás, fantasztikus a megvalósítás, a rendezéstől az operatőri munkáig, azért az tény, hogy a döntés nem a forgatókönyvírók, a filmrendezők, hanem a pártközpontban ülők kezében volt akkoriban – fogalmazott Ludwig Emil, hozzáfűtve: a filmet egy évvel az 1963-as amnesztia előtt mutatták be, amikor még rengetegen ültek börtönben '56-os szereplésük miatt.

A beszélgetés tanulságaként megfogalmazódott: érdekes palackposta ez a film, egyfelől valódi vígjáték, másfelől korlenyomat. A poénok ugyan ma is hatnak, a végén mégis keserű lesz az ember szája.

DIA



Beethoven Budán  
2017. május 3. – május 7.

Május 3., 19:30

Hillebrand Terem (Országház u. 28.)

**NYITÓKONCERT**  
**A KADENCIAVERSENY GYŐZTESEIVEL**  
BUDAFOKI DOHNÁNYI ZENEKAR, HOLLERUNG GÁBOR

Május 4., 19:30

Hillebrand Terem (Országház u. 28.)

**BEETHOVEN ÉS LISZT**  
ÉRDI TAMÁS ZONGORAESTJE

Május 5., 19:00

Hillebrand Terem (Országház u. 28.)

**BEETHOVEN ÉS BACH**  
KELEMEN BARNABÁS, MAXIM RYSANOV, KOKAS DÓRA

Május 5., 21:00

Várkert Bazár (Ybl Miklós tér 4.)

**BEETHOVEN SESSIONS**  
JUHÁSZ GÁBOR TRIÓ, KM. TÁLAS ÁRON

Május 6., 16:00

Zenatudományi Intézet (Táncscs Mihály u. 7.)

**BEETHOVEN ÉS SCHUBERT**  
KOLONITS KLÁRA ÉS RÁNKI FÜLÖP DALESTJE

Május 6., 19:30

Hillebrand Terem (Országház u. 28.)

**BEETHOVEN-SZIMFÓNIAK**  
ORFEO ZENEKAR, VASHEGYI GYÖRGY

Május 7., 20:00

Mátyás-templom (Szentháromság tér 2.)

**BEETHOVEN IX. SZIMFÓNIA**  
**- ÁTIRAT KÉT ORGONÁRA ÉS KÓRUSRA**  
FASSANG LÁSZLÓ, SZABÓ BALÁZS,  
NEMZETI ÉNEKAR, VEZ. ANTAL MÁTYÁS,  
KOLONITS KLÁRA, KUN ÁGNES ANNA, HORVÁTH ISTVÁN, KOVÁCS ISTVÁN



beethovenbudan.hu

## BEETHOVEN KADENCIAVERSENY

PÁLYÁZATI FELHÍVÁS

A Budavári Önkormányzat a „Beethoven Budán 2017” komolyzenei koncertsorozat keretében ismét Beethoven kadenciaversenyt hirdet. A verseny célja, hogy inspirálja a hegedűművészeket, hogy saját kadenciát írjanak és játsszanak Beethoven hegedűversenyéhez, bemutatva ezzel elképzeléseiket, új interpretációkat teremtve a Beethoven-művekhez.

### NEVEZÉS

A versenyben való részvétel nevezéshez kötött, a versenyre **35 éves kor alatt** lehet jelentkezni.

Nevezési határidő:

2017. március 31. 12:00

Nevezni új, eddig nem publikált vagy előadott, a pályázó által komponált és előadott kadenciával lehet **Beethoven: D-dúr hegedűverseny (op. 61.) I., II. és III. tételéhez.**

Egy pályázó maximum három pályázatban vehet részt, minden pályázatot külön-külön, saját jelgéllel kell leadni.

A zsűri tételenként választja ki a legjobb kadenciát, így három első helyezett születik.

A három legjobb pályamű 1000 – 1000 euró díjazásban részesül.

A pályaműveket zárt, jelgéllel ellátott borítékban kell leadni 2017. március 31-én déli 12 óráig a Budavári Önkormányzat Ügyfélszolgálati Irodájában (1014 Budapest, Kapisztrán tér 1.). A pályaművek a megadott határidőig postán is beküldhetők a Budavári Önkormányzat postacímére (1250 Budapest, Pf. 35.). A küldeménynek a határidőig meg kell érkeznie a címre. A borítékra kérjük ráírni a jelgélét és azt, hogy „Beethoven kadenciaverseny”.

A pályamű mellett lezárt, jelgéllel ellátott borítékban kell megadni a pályázó személyes adatait: név, lakcím, elérhetőség, rövid fényképes életrajz.

A pályaműveket hangfelvételen kell beadni (pl. CD, pendrive vagy memóriakártya), de a pályázó egyéni döntése alapján kottás lejegyzés is mellékelhető. Azokat a pályázatokat (pl. videofelvételeket), amelyen a szerző vagy az előadó azonosítható, nem tudjuk figyelembe venni, mivel sértik a pályázat anonimitását. A felvételnek nem szükséges tartalmaznia a teljes tételt, elég maga a kadencia.

Amennyiben a felvétel a teljes tételt tartalmazza, a kíséret lehet zenekari vagy zongorakíséret is. A felvétel technikai minőségének értékelése nem bírálati szempont, de javasolt technikai értelemben is élvezhető minőségű felvétel beadása.

### ÉRTÉKELÉS

A pályázatokat a Budavári Önkormányzat által felkért zsűri bírálja el.

A zsűri tagjai:

**Rolla János** Kossuth-díjas hegedűművész, a zsűri elnöke

**Pauk György** hegedűművész, a londoni Royal Academy of Music professzora

**Fekete Gyula** zeneszerző, a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem tanszékvezetője

**Mácsai János** zenetörténész

**Zombola Péter** zeneszerző, az MR Zenei Együttessel művészeti vezetője

### DÍJAZÁS, NYEREMÉNYEK

A Hegedűverseny egyes tételeihez született legjobb kadenciák díjazása egyenként 1000-1000 euró. A győztes pályázatok szerzői vállalják, hogy nagyzenekari kísérettel előadják a Hegedűverseny egy-egy tételét az általuk komponált kadenciával

a Beethoven Budán 2017 nyitóhangversenyén, 2017. május 3-án este a Budai Várban.

A zsűri döntése ellen fellebbezésnek vagy jogorvoslatnak nincs helye.

Az Önkormányzat a nem díjazott pályaműveket a pályázóknak visszaszolgáltatja, azokat személyesen vagy meghatalmazott útján a bírálatot követő 60 napon belül lehet átvenni. Ezt követően a pályázat kiírója a pályaművek megőrzésére nem vállal köztartást, azokért felelősséget nem vállal.

### JOGI VONATKOZÁSOK

Az elkészült pályaművek szerzői joga a szerzők tulajdonát képezik.

A versenyvel kapcsolatos minden képi és írott anyag a versenyt szervező Budavári Önkormányzat szellemi tulajdona, azok felhasználása, másolása, sokszorosítása kizárólag a szervező írásbeli hozzájárulásával lehetséges.

A verseny szervezője fenntartja magának a jogot, hogy esetlegesen alacsony számú nevezés esetén a versenyt nem indítja el. Ebben az esetben a jelölt borítékok felbontásra kerülnek és a beküldött pályaműveket az önkormányzat 30 napon belül visszajuttatja a pályázóknak.

A pályázók adatait kizárólag a verseny lebonyolításához kerülnek nyilvánosságra, azok harmadik fél számára nem kerülnek átadásra.

A nevezéssel a nevező személy elfogadja a jelen szabályzatot.



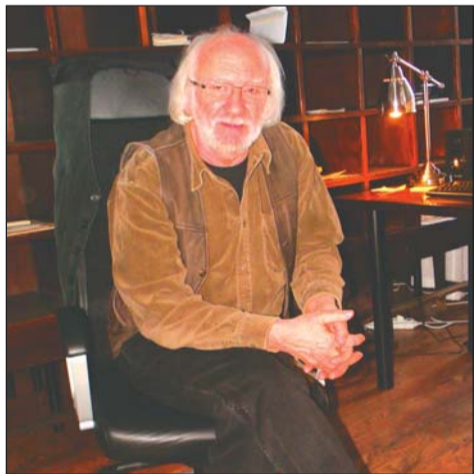


## A webre is felkerül a Cseh Tamás Archívum

Újabb felszáz Cseh Tamás dalt rögzítettek a Cseh Tamás Archívumban, az előadó – az Ad Libitum együttes és Másik János után – ezúttal Víg Mihály volt. Az archívum az Uri utca 54-56. szám alatti Mailáth-palotában, a Magyar Nemzeti Levéltár kezelésében lévő egyik épület-részében, előzetes egyeztetés után látogatható.

A kiemelkedő dalszerző-énekesünk művészeti hagyatékát ápoló archívum, az alkotóhoz és életművéhez méltó módon a Magyar Alkotóművészeti Közhasznú Nonprofit Kft. által bérelt Mailáth-palota három udvari szintjén kapott helyet. Az első emeleti kiállítóterben Cseh Tamás személyes tárgyai idézik a muzsikuss egykori szobáját, de megnézhetjük indián sátrát, képzőművészeti alkotásait, továbbá egy kamaraszínpad kínál lehetőséget koncerteknek, vetítéseknek, előadásoknak. A legfelső szintet ott jártunkkor stúdióvá alakították, a feljárszó szobával szemközt az archívum munkatársai ültek a hang- és képrögzítő berendezések vezérlőeszközei mögött, megőrkítve Víg Mihály előadását. A legelső szinten pedig irodák biztosítanak teret a kutatásnak. Az egyikben Cseh Tamás lányába, Borbálába, a hagyaték egyik jogtulajdonosába botlottunk.

Víg Mihály a hetvenes évektől ápolta barátságát Tamással, most felszáz dalt énekel fel saját gitár- és zongorakísérettel, méghozzá Tamás kedvenc hangszereivel, ami egyébként megtekinthető az archívum állandó kiállításán – magyarázta Hanák Gábor, a Cseh Tamás Archívum vezetője. – A hangfelvétel különlegessége, hogy jó néhány olyan szerzemény is merevlemezre kerül, amelyek az idők folyamán kimaradtak Cseh Tamás repertoárjából, lemezen nem jelentek meg, s amelyeket ma már kizárólag magnószalagok őriznek.



Hanák Gábor, az archívum vezetője

– Nem véletlenül merültek feledésbe ezek a dalok? – vetettem közbe.

– Mások ezek, mint a közismert szerzeményei, többet még a Bereményi Gézával való ismeretsége előtt, saját szöveggel írt, de akadnak Bacsó Péter filmbetétek – világosított fel Hanák Gábor, aki azzal folytatta, hogy a zenész alaposan dokumentálta saját alkotói tevékenységét, a dalszerzőit és a képzőművészt egyaránt, valamint a bakonyi indián életét.

A történet, dokumentumfilm 1971-ben dolgozott először Cseh Tamással, akit évtizedekkel később, 1998-ban, az általa szerkesztett Századunk című legendás tévéműsor moderátorának kért fel.

– Tamás akkoriban tudatta velem, milyen elképesztő mennyiségű audio és videó felvételt gyűjtött össze. Ezek digitalizálásának a 2000 évek elején fogtunk neki – emlékeztetett az archívum vezetője, s rátért egyéb tevékenységeikre, az egykorú audiovizuális dokumentumok folyamatos gyűjtésének fontosságára, mintaadó felvételek készítésére.

Víg Mihály mellett szintén 50 dalt rögzítettek már a Novák János, Márta István, Kecskeméti Gábor alkotta egykori Ad Libitum együttesel, amelyik 1973-tól kísérte Cseh Tamást a Huszonötödik Színházban. A dalokat instrumentális formában, valamint Novák János énekével vették fel. – Nem szabad megfeledkeznünk Másik Jánosról sem, akivel az 1977-ben megjelent Levél nővéremnek című első lemezét írták, játszották. János szintén felénekelte felszáz dalt – hangsúlyozta Hanák Gábor. Azért, hogy ne kizárólag az archívumból, a kutatók által legyen elérhető az életmű, hamarosan indul a honlap. Erre felkerülnek majd a dalok, méghozzá keletkezéstörténetükkel együtt, illetve azok variációi, no meg 150 újra felvett kompozíció. Nem feledkeznek meg a hatszáznál több képzőművészeti alkotásról sem.

Ditzendy Attila

Vízkeresztől hamvazó szerdáig tart a mulatozás ideje

## Itt a farsang farka

A farsangi időszak vízkeresztől (január 6.) a nagyböjtöt megelőző hamvazó szerdáig, idén március 1-ig tart. Lapunk megjelenésének időpontja a farsang farkához közelít, ilyenkor zárul a bál szezon.

A hagyomány nem tesz különbséget kemény és enyhe tél között, e néhány hét évszázadok óta az evés-ivás örömeiről, a disznótorokról és a párválasztásról, valamint az álarcos-jelmezes felvonulásokról szól.

A télbúcsúztatás és tavaszvárás zajos hagyomány

a pogány időkig nyúlik vissza, számtalan babona kötődik hozzá. Az egyik hiedelem szerint a megrövidült nappalokat a sötétség gonosz szellemei váltják, amelyeket ijesztő maszkokban kereplőkkel kell kiűzni. Az ókori görögök Dionüszoszt, a bor istenét, a rómaiak Bacchust ünnepelték tavasz közeledtével, e sorba tartozik a velencei karneval is.

A hideg évszakhoz kötődő mulatozás a kereszténység elterjedésével sem szűnt meg, csupán finomodott és rétegződött a különböző

társadalmi csoportok között. A legmagasabb körökben, Mátyás és II. Lajos király udvarában elsősorban az itáliai karnevalok mintájára rendeztek álarcos bálakat, míg később, a városi lakosság körében német módra váltak népszerűvé a táncmulatságok.

A farsang farka, azaz a farsangvasárnaptól húshagyó keddig tartó utolsó három nap – idén február 26–28. – éppen most következik.

Erre az időszakra kínálunk igazi farsangi programokat.

### Farsangi mulatság a Várkert Bazárban

Február 26-án, vasárnap 14 órától farsangi mulatság várja a családokat a Várkert Bazárban. Koncert, street food, kürtöskalács, kenyérlángos, jótékonysági fánksütés, rock&roll party, tűzszonglőrök, maszkabál és gólyalábasok, fotószalon és jelmeztár Buda legszínesebb télbúcsúztatóján!

További információ: [www.varkertbazar.hu](http://www.varkertbazar.hu)

### Táncok a zenében

Farsangbúcsúztató családi hangverseny

Helyszín: Zenetudományi Intézet  
(1014 Budapest, Táncsics M. u. 7.)

Időpont: 2017. február 25. szombat 16.00

Muhi Veronika és Bajnok Boglárka - zongora, Muhi Angelika - fuvola és mások.

Schubert induló 4 kézre, Rahmanyinov: Polka, Wilhelm Popp: Táncok fuvolára és zongorára, Bartók zongoraművek, Moszkowski, Chopin, Liszt duók és szólódarabok fuvolára.

### Fergeteges Forgatag a Várban

Mókával és kacagással, fényekkel és nótázással búcsúznak a budaváriak a téltől a Kiskép Galéria szervezésében. Jelmezerősen gyerekeknek és felnőtteknek, a jutalom pedig mi más lehetne, mint a finom farsangi fánk! Ha lesz zenebona és nagyon jó kedvünk lesz, akkor még fel is vonulhatunk. Minden érdeklődőt szeretettel várunk a Kapisztrán térre február 26-án 16.00 órától!

További információ:  
Kiskép Galéria,  
Országház u. 8.  
Tel: 061-2014935



## Farsangi mulatság volt az idősek klubjában



Téved, aki azt hiszi, hogy farsangi bált manapság csak a gyerekeknek rendeznek! A Roham utcai Idősek Klubjában sokéves hagyomány a zenés jelmezes délután, amelyre minden évben meghívják a Fő utcai és Hattyú utcai klubtagokat is.

Február 7-én akár a teltház táblát is kithették volna az intézmény kapujára, hiszen a társalgóban minden helyen elkelt. Az idei mottót már hónapokkal korábban kitalálták a szervezők és a résztvevők, a háttérben tavaly november óta folyt

a készülődés: a jelmez- és díszletkészítés, kellégyűjtés és zeneválogatás. Ezúttal a Micsoda nő! című filmsiker kölcsönözte címét a rendezvénynek, természetesen többes számba téve a szebbik nemet, hiszen – nem titok – a klubokban a hétköznapon is megszokott a „nőuralom”.

A remek zenékkal kísért vidám farsangi jelenetek ironikusan azt sugallták, hogy az emberiség történetében a nők ősidők óta kiemelt szerephez jutottak: ezért is elevenedett meg például Ádám és Éva története, a görög mitológia világa vagy éppen az Apáca show című film. Felvultak a mesékből ismert hölgyek is: Hófehérke, Csipkerózsika és Mary Poppins.

A műsort ezúttal is Bokodi Ferencné, Zsuzsa, a Roham utcai klub vezetője szerkesztette és vezette. Szellemes összekötőszöveggel minden alkalommal önmagában is vidám perceket szerez a közönségnek, amelynek soraiban a családtagok és segítők mellett ott ültek a Budavári Szociális és Gyermekjóléti Szolgáltatási Központ munkatársai, a klubok vezetői.

A vidám délután uzsonnával folytatódott – természetesen a tea mellé farsangi fánkkal kínálták a résztvevőket –, majd még sokáig szabad volt a tánc mindenkinek.

ra.

## Budabál a vajdasági Gyermekmisszió javára



A vajdasági Gyermekmisszió javára rendezte meg a 14. BudaBált a Budapest-Budai Református Egyházközség február 11-én a Városházán, a bál egyik fővédnöke dr. Nagy Gábor Tamás polgármester volt. A résztvevőket Illés Dávid esperes, a bál másik fővédnöke köszöntötte, majd a díszvendégek adtak műsort. Kéringer László énekművész és Tóth Orsika gitárművész Bach és Scubert dalokat adott elő, Simon András költő és grafikusművész pedig verseket szavalt. A bálon bemutatkoztak a vajdasági Gyermekmisszió képviselői is, Halász Renáta és Sámuel, akik beszámoltak tevékenységükről. Elmondták, hogy egy missziós központot szeretnének létrehozni Bácsfeketehelyen, ahol a gyermekekkel, fiatalokkal hét közben is tudnának alkalmakat tartani, ami hívogató otthon lehetne az ottani fiatal, Jézust kereső közösség számára, és a misszióval kapcsolatos munkaeszközök, iratok könyvek, játékok számára is megfelelő helyet biztosítana. A bál ezt követően a nyitótáncra, Apák és lányaik közös keringőjével vette kezdetét.



## A VÍZIVÁROSI KLUB PROGRAMJAI

### „EGÉSZSÉGES SÜTEMÉNY” 4 alkalmas hobbicukrász tanfolyam

A résztvevők szakavatott cukrászmester vezetésével tanulják meg, hogyan lehet glutén-, laktóz-, és cukormentes alapanyagokból, csökkentett kalória- és zsírtartalmú, ízletes süteményeket készíteni.  
Részvételi díj 4900 Ft/ alkalom, amely tartalmazza az alapanyagok költségét is.  
A tanfolyam március második hetében indul, délelőtti vagy délutáni kezdési lehetőséggel.  
**Keddenként: 10:00- 12:00** (március 7-től) vagy **péntekenként 16:00-18:00-ig** (március 10-től).  
Jelentkezés és további információ: Strohbach Anita  
Tel: +36 70 905 75 11; anistroh@gmail.com.



### MÁRCIUSI PROGRAMOK

**Március 3-án, pénteken 16:30-18:00 óráig CSALÁDI KÉZMŰVES DÉLUTÁN**, ahol kicsik és nagyok együtt élhetik át a közös alkotás örömeit! Minden alkalommal más kézműves technikával ismerkedhetnek meg. Érdeklődés, jelentkezés Dobinszki Csilla népi játszóház vezető, nemezoktatónál: csillanemez@gmail.com, +36 20 527 7095.



**Március 7-én, kedden 18:30-tól TITOKZATOS OPERA.** Bolyky Zoltán előadássorozatának következő része Richard Strauss: Arabella. A belépés díjtalan.

**Március 11-én, szombaton 17:00 órától HANGFŰRDŐ TERÁPIA.** Ősi tudás alapuló tisztító, gyógyító szertartás, közös hangutazás tibeti hangtálakkal, dobokkal, gongokkal és más hangkeltő eszközökkel. Részvételi díj 2000 Ft. Jelentkezés: Farkas Kata, +36 30 285 5424.

### ÁLLANDÓ PROGRAMOK

**Hétfő:**  
10.00-12.00 „Örömförrás”- játék klub örökifjú felnőtteknek.  
15.00-17.00 „Kikötő” – lélektámogató, egyéni beszélgetés szakemberrel, idősebb korosztály részére. Bejelentkezés Bori-Szabó Orsolyánál a +36 30 600 5530-as telefonszámon.  
16.00-17.00 ingyenes, önszerveződő angol társalgókör.  
16.30-17.30 ingyenes jogi tanácsadás. Bejelentkezés: drboross@borossiroda.hu, vagy a klub elérhetőségein.  
17.30-18.30 „Szinkópé” - színjátéskör 6-10 éveseknek Patocskai Katalin színművész vezetőjével. Részvételi díj: 3500 Ft/hó, vagy 1000 Ft/alkalom. Jelentkezés: +36 20 770 8679, patocskatica@gmail.com, www.szinkopep.org.  
19.00-20.00 labdás gerinctorna. Részvételi díj: 1200 Ft/alkalom, 4000 Ft/ 4 alkalom. Bejelentkezés szükséges a ritustorna@gmail.com címen.

**Kedd:**  
8.00-9.00 senior gerinctorna. Részvételi díj: 600 Ft/ alkalom. Bejelentkezés szükséges a ritustorna@gmail.com címen.  
9.00-10.00 ingyenes gerinctorna I. kerületi nyugdíjasok részére. Bejelentkezés szükséges a ritustorna@gmail.com címen.

**Szerda:**  
9.00-12.00 Öböl - anyukák és babáik részére. Falu a város szívében, ahol ápolhatjuk a közösségi létformát, tapasztalatainkról eszmét cserélhetünk, közösen játszhatunk. Hozzájárulás: 700 Ft, 8 alkalom – 7000 Ft, 12 alkalom – 9500 Ft (testvérkedvezmény: 20%).



15.00-16.00 „Aranycipő”- senior táncanfolyam, I. kerületi lakosoknak ingyenes. Folyamatos csatlakozási lehetőséggel! Érdeklődés: Füleki Réka, +36 30 479 93 28.  
16.30- 17.30 „JóGinkó” játékos jóga 8-12 éves, játsszani, mozogni, nevetni szerető gyerekek számára! Kérjük, a részvételi szándékot jelezzék a dori.hidy@gmail.com címen, vagy a +36 70/300-0066-os telefonszámon Hidy Dóránál. Részvételi díj: 1 alkalom – 1200 Ft, 4 alkalom – 4000 Ft, 8 alkalom – 7000 Ft, 12 alkalom – 9500 Ft (testvérkedvezmény: 20%).

**Csütörtök:**  
8.00-9.00 ingyenes gerinctorna I. kerületi nyugdíjasok részére. Bejelentkezés szükséges a ritustorna@gmail.com címen.

9.00-10.00 senior gerinctorna. Részvételi díj: 600 Ft/alkalom. Bejelentkezés szükséges a ritustorna@gmail.com címen.  
10.30-12.00 Hungarian for foreigners – magyar, mint idegen nyelv óra. Részvételi díj: 1500 Ft/fő, az első alkalom ingyenes. Gyerekek is lehet jönni! Információ: Gégöl Csenge, csengikee@gmail.com, +36 70 770 9130.  
14.00-17.00 bridsz klub.  
16.00-17.00 ingyenes, önszerveződő orosz társalgókör.  
17.00-18.00 meridián torna.  
18:00-20:00 JÓGA. Részvételi díj: 1400 Ft/alkalom. Jelentkezés a Klub elérhetőségein.

**Péntek:**  
8.00-9.00 senior gerinctorna. Részvételi díj: 600 Ft/alkalom. Bejelentkezés szükséges a ritustorna@gmail.com címen.  
9.00-10.00 gerinctorna minden korosztálynak. Részvételi díj: 600 Ft/alkalom. Bejelentkezés szükséges a ritustorna@gmail.com címen.  
10.00-11.00 „Aranycipő” senior táncanfolyam. Részvételi díj: 500 Ft. Folyamatos csatlakozási lehetőség! Érdeklődés: Füleki Réka, +36 30 479 93 28.



**Vasárnap: különleges születésnap** (kalandtúrával, vetélkedővel, alkotóműhellyel). Érdeklődés: Körmendi Csilla,

**Vízivárosi Klub** 26

0630 531 55 77, bolcsbagoly@index.hu  
Cím:1015 Bp. Batthyány u.26. Tel.: +36-1-780-7660  
E-mail: info.vizivarosi.klub@gmail.com

## Eszed vagy nem eszed?

Antal Emese dietetikus, szociológus a táplálkozásunkkal kapcsolatos tényekről és tévhitekről tartott előadást február 21-én Vízivárosi Klubban. (A dietetikussal készült interjút az előadás előtt rögzítettük.) A Budavári Önkormányzat és a II. Kerületi Közművelődési és Sportbizottság közösen szervezte az előadást. Az előadás során az egészséges életmódra való áttérés legfőbb korlátjaként első helyen a pénzt említették, a második helyen az akaratérő áll. Én úgy vélem, ha megvan az akaratérő, az már felút az egészség felé.



Antal Emese dietetikus, szociológus

– Nem szabad hinni a sztereotípiákban – mondja a Táplálkozás, Életmód, Testmozgás (TÉT) Platform szakmai vezetője. Drágán is lehet egészségtelenül étkezni és olcsón is lehet egészségesen. Az egészséges táplálkozás változatos étrendet jelent. Tapasztalataim szerint a pénzre való hivatkozás legtöbbször inkább kifogásként jelenik meg. Egy, a TÉT Platform és GfK Hungaria Piackutató Intézet által végzett vizsgálat arról számol be, hogy az emberek az egészséges életmódra való áttérés legfőbb korlátjaként első helyen a pénzt említették, a második helyen az akaratérő áll. Én úgy vélem, ha megvan az akaratérő, az már felút az egészség felé.

♦ Jó példa erre a kenyér...  
– Magam is gyakran hallom, hogy a teljes kiőrlésű kenyér drága. Ez igaz, azonban elfelejtik hozzátenni, hogy ez a pékáruféleség sokkal jobban laktat, mint a fehér lisztből sült olcsóbb kenyér, ezért egy-egy étkezéskor kevesebb is elegendő belőle. Ebben az esetben is igaz, hogy a döntő szempontot mind a minőség, mind a mennyiség jelenti.

A média és a világháló hatására az utóbbi években szinte misztifikáltá vált az egészséges táplálkozás. Egyesek szerint az egész olyan bonyolult, mint a varázslat: számolni kell a kalóriákat és mindig ugyanabban az időpontban kell enni. Hogy betarthassák a szigorú szabályokat, sokan nem mernek étteremben ebédelni, sőt a piacon is rettegnek, hogy megcsapja őket a lágos illata és megéheznének. Ezekről a szélsőségektől óva intek mindenkit. Ha mindennap nem is, de – ha megtehetik – néha nyugodtan beülhetnek egy vendéglőbe, csak válogassák meg ott is, mit esznek.

Sokan gondolják úgy, hogy a táplálkozás fekete-fehér, azaz vagy kizárólag egészséges vagy csakis egészségtelen módon táplálkozunk. Ez azonban tévedés! Nem lehet bizonyos ételeket – mint például mostanság a chia magot – egyedüli

üdvözítőnek, másokat mérgezőnek kikiáltani. A táplálkozásban is mindenkinek meg kell találnia az arany középutat. A fokozatosság elvét betartva csökkentsék például a só mennyiségét, vagy a 20%-os tejfő helyett térjenek át a zsírszegényebbre.

♦ Biztosan találkozott már olyanokkal, akik a „csodadiétákban” hisznek. Valóban léteznek reformmódszerek?

– Az emberek többsége sajnos bízik a csodákban. Bőségesen akadnak olyanok, akik elhiszik, hogy erőfeszítés nélkül is gyorsan le lehet fogyni. Úgy vélik, elég, ha bevesznek egy pirulát, hiszen az sokkal egyszerűbb, mintha változtatnának az életmódjukon. Arra persze nem gondolnak, hogy a rajtuk lévő 15 kg-os súlyfelesleg sem egyszerre, egy-két nap alatt rakódott rájuk. Amikor mozogni, sportolni kell, jönnek a kifogások, hogy a fitness drága, de valljuk be, hogy sportcipője mindenkinek akad a szabadtéri futáshoz, kocogáshoz. Folyamatosan terjednek az úgynevezett divatdiéták, sokak a „mentes világra” esküsznek. Viszont ha hosszútávon kihagyunk valamilyen tápanyagot az étrendünkből, akkor annak egészségi következménye lehet.

♦ Hogyan lehetne megváltoztatni a szélesebb tömegek táplálkozási szokásait?

– Legfontosabb a gyermekek célcsoportja. Ha bennük jól rögzülnek az egészséges táplálkozási és sportolási szokások, akkor ez később is így marad, amely az egészségük megőrzéséhez, a betegségek megelőzéséhez járul hozzá. Azért elárulom az olvasóknak, hogy mindig megéri változtatni, még ha nehezebb is, mint fiatalon! A jelenleg 103 éves nagymamám 91 éves volt, amikor átváltott a sertészsírról az olajra. **Rojkó A.**

### Programok

#### MÁRAI SZALON FEBRUÁRBAN

Barban az igazság - Igazság a sportban címmel várja vendégeit február 28-án 17.00 órától a Márai Szalon. Vendégek: Vass István Zoltán szerkesztő-műsorvezető, magyar értelmiségi és Varga András borász, a zánkai Lídia Borházból. Házigazda: Szigethy Gábor. Helyszín: a Budavári Önkormányzat Dísztermében (Bp. I. Úri u. 58.). A belépés ingyenes

#### TABULATÚRA RÉGIZENE KLUB

(Szilágyi Dezső téri templom)  
„Bálint, nevezetben ki voltál Balassa...” - Február 27-én, hétfőn 19.00 órától Balassi Bálintra emlékeznek a Tabulatúra régizene klubban a Budai Református Egyházközség Szilágyi Dezső téri templomában. Balassi Bálint a magyarországi reneszánsz kiemelkedő alakja, a magyar nyelvű költészet első kiemelkedő művelője, az első igazi magyar klasszikusa. A belépés ingyenes, de perselyadományokat a klub működéséhez elfogadnak a szervezők!

#### MÁTYÁS TEMPLOM

(Szentháromság tér)  
1916. december 30-án koronázták meg az utolsó magyar királyt, Boldog IV. Károlyt az akkori Koronázó Főtemplomban, mai nevén Budavári Nagyboldogasszony (Mátyás-) templomban. A 100. évfordulóra szervezett kiállítás a koronázás történelmi hangulatát idézi fel. A Gara-kápolna feldíszített oltára és a vitrinekben látható korabeli tárgyak mind korhű módon mutatják be az ünnepi esemény fontos momentumait, szellemiségét. A kiállítás március 31-ig látogatható.

#### HAGYOMÁNYOK HÁZA - MAGYAR NÉPI IPARMŰVÉSZETI MŰZEUM

(1011 Budapest, Fő utca 6.)  
A hagyomány szolgálatára – a Népi Mesterségek Pest Megyei Egyesülete kiállítása április 6-ig várja a látogatókat.  
2017. március 11., 10.00-15.00 Nemezelők előadássorozat. Előadók: Vetrő Mihály: Albánia nemez csodái (posztóviselet és fez). Huszti Kinga: Vargabetűk a nemez készítés útján.

#### HAGYOMÁNYOK HÁZA - KÖZÖSSÉGI TEREM

(1011 Budapest, Apó Péter utca 2-4.)  
2017. február 24. péntek, 17.00 - 18.30; március 3. péntek, 17.00 - 18.30, március 10. péntek 17.00-18.30 - Aprók tánca. Minden héten más hangszeren szól a talpalávaló: duda, tekerő, furulya, citera, hegedű, koboz, gardon. A belépődíj: 500 Ft/fő (2 éves kor felett, gyerekeknek és felnőtteknek egyaránt). Előzetes bejelentkezés nem szükséges.

#### URÁNIA CSILLAGVIZSGÁLÓ

(1016 Budapest, Sánc u. 3/B; telefon: +36-1-386-9233; +36-1-209-9193)  
3D filmvetítés és távcsöves bemutató kedden és csütörtökön. Februárban 17.00 órától, márciusban 18.30 órától 3D filmvetítés: A Világegyetem. A terem befogadóképessége korlátozott. Kérjük, érdeklődjön és foglalja le előre helyét telefonon: +36-1-386-92-33. Távcsöves bemutató (derült idő esetén) februárban 18.00 órától, márciusban 19.30 órától. A belépőjegy ára 500 Ft.

#### MAGYAR MEZŐGAZDASÁGI KÖNYVTÁR

(1012 Budapest, Attila út 93.)  
Március 14., kedd 18.00 – Víz, víz, tiszta víz - Molnár Attila Dávid természetfilmje; Pannon Sivatag – rendezte: Mososnyí Szabolcs. A Természetfilmklub 2017 előadássorozata magyar természetfilmek alkotásait mutatja be. A belépés ingyenes.

#### KISKÉP GALÉRIA

(1014 Budapest, Országház u. 8.)

„Tavaszi szél”  
A kortárs kiállítás a méltán híres magyar üvegművésztől ad ízelítőt. Az üvegművészetnek rendkívül sok fajtája van, és Magyarországon szerencsére mindegyiknek vannak gyakorlói. A Kiskép Galériában lenyűgöző üvegekben készült műveket tekinthetünk meg, amelyek megidéznek a tavaszt. A tizenkilenc üvegművész mellett több ismert festőművész munkáit is láthatják az érdeklődők. Nyitva naponta 10.00 és 18.00 óra között.

#### A MAGYAR EMLÉKEKÉRT A VILÁGBAN EGYESÜLET (MEVE)

(Magyarország Haza, Deák-terem 1014 Bp. Szentháromság tér 6. I. emelet)  
Március 7. (kedd) 18.00 Neves magyar feltalálók (V.)  
200 éve született Irinyi János, a márciusi 12 pont megszövegezője, a zajtalan és foszforos gyufa feltalálója. Meghívott vendég: Dr. Hermann Róbert író, történész. Közreműködnek: az Irinyi János Szakközépiskola diákjai.

#### BUDAVÁRI KÉRDEZZ-FELELEK

(BKIK székház, Attila út 99. VII. em. előadóterem)  
A BKIK előadássorozata a vállalkozások sikeresebb működése érdekében, a környezetvédelemért, gyermekeink jövőjéért, az ország és a világ fennmaradásáért. Nyitólőadás: 2017. március 1-jén 18.00 órától. Téma: Fenntartható fejlődés és a globalizáció; Egyesült Európai Államok vagy Egyesült Európai Nemzetállamok Szövetsége? Meghívott előadó: dr. Bogár László közgazdász. Mindenkit szeretettel várunk!



# Tippek a tél végi feltöltődéshez

Tél vége felé sokan panaszkodnak fáradtságról: kimerülten ébrednek, kevés munka után is túlterheltnak érzik magukat. Mindez rányomja bélyegét a hangulatunkra, mentális állapotunkra is. Ennek oka, hogy szervezetünk energiataralékai kezdenek kiapadni, a hosszú téli időszak alatt feléltük vitamin és ásványi anyag tartalékainkat. Összeállításunkban néhány egyszerűbb, a hétköznapokba is könnyen beépíthető javaslattal segítünk a tél végi feltöltődéshez.



A Filozófiai kert ideális célpont egy kellemes sétához

## Mozogjunk a szabadban!

A legjobb módja a szervezet energetizálásának a szabadban végzett mozgás. Egyre hosszabbak a nappalok, többet süt a nap is, így érdemes kimozdulni otthonról. A mozgás hatására javul a vérkeringés, a szövetekben aktivizálódnak a méregtelenítő folyamatok. Érdemes először csak sétával kezdeni, és fokozatosan növelni a terhelést. (Szakemberek a sétát a mozgásszervi, izületi panaszokkal küzdőknek is ajánlják, hiszen ez a mozgásforma nem terheli túl a szervezetet.) Sétáljunk egyet a Tóth Árpád sétányon vagy a Vérmezőn. Az ott található szabadtéri fitnesspark gépeivel átmozgathatjuk magunkat. Vár minket a Tabán is: az emelkedőkkel, lépcsőkkel kellemesen kifáraszthatjuk magunkat. A tabáni tanösvényen végigsétálva pedig megfigyelhetjük azt is, miként ébred újra a természet. A vállalkozó kedvűek a Gellérthegy kaptatóin keresztül a

Hegyalja út, a Sánc utca és az Orom utca által határolt területre, a Gellérthegyi Gruber József víztározó feletti területre is felmehetnek. (Aki nem vállalja még ezt a nagyobb sétát, annak a 27-es buszt javasoljuk, a Sánc utcai megállótól 1 perc séta a víztározó teteje). A parkban csodás budapesti kilátás mellett érdemes elidőzni és feltöltődni Wagner Nándor Filozófiai kert című szoborcsoportjánál. A sajátos kompozíció, amely az egymás iránti toleranciát és a békés egymás mellett élést szimbolizálja, a világvallások jelentős alakjait és vezetőit ábrázolja.

Jó szívvel ajánljuk a Czako utcai sportpályát is a tél végi mozgáshoz. Érdemes heti rendszerességgel kocogni a futópályán vagy erősíteni a kültéri fitnessparkban. A gépek helyes használatához tájékoztató táblát is elhelyezett az önkormányzat.

A Czako utcai sportpálya nyitva tartása: hétfőtől-péntekig 7.00 – 20.00, szombat 8.00-17.00, vasárnap 9.00 – 13.00 óráig.

## Esős napokra: jóga és torna

Hidegebb, esős napokon sem kell lemondanunk a mozgásról: a kertületben számos helyszínen biztosítanak erre lehetőséget. A Vízivárosi Klubban kipróbálhatjuk a jógát és a gerinctornát. Az I. kerületiek számára ingyenes órákat is tartanak (részletek a 7. oldalon, a Vízivárosi Klub programjai között). A Budavári Művelődési Házban alakformáló konditornával várják az érdeklődőket. A jó erőnlét, a hajlékonyság, az egészség és a harmónia érdekében különféle izomgyakorlatok erősítését végzik

minőségi, a Kárpát-medence kincstárából merített zenére. A tornát minden korosztálynak ajánljuk. (Részletek a 9. oldalon a Budavári Művelődési Ház programajánlójában.) Választhatunk azonban kicsit pihentetőbb feltöltődést is, mint a szaunázás vagy masszázs, amivel szintén segíthetjük a szervezet megtisztulását, regenerálódását. Bármilyen mozgásformát is választunk, a megfelelő folyadék bevitelre figyeljünk oda. Elsősorban tiszta vizet vagy gyógyteát fogyasszunk.

## Táplálkozzunk okosan!

Fogyasszunk minél több, vitaminban gazdag élelmiszert. Érdemes nagyanyaink tanácsát megfogadva idényzöldségeket és gyümölcsöket enni. A szendvicsek mellé kínált zöldségsalátát, paradicsomot, uborkát cseréljük le retekre (jécsaprettek, sörretek), savanyú káposztára, amely jó C-vitamin forrás.

Fogyasszunk sok céklát – lehetőleg nyersen –, hiszen magas a kálium, a magnézium, a vas, a folsav és a B6 és C-

vitamin tartalma. Ezenfelül pedig erős antioxidánsként is működik. A megtisztított és lereszelt céklát keverjük össze apróra vágott lilahagymával, sózzuk, borsozzuk, majd keverjük hozzá tejszínt vagy esetleg görög joghurtot.



Labdás torna a Vízivárosi Klubban

## Kiránduljunk a környéken!

Hétvégén érdemesebb nagyobb kirándulásokat tenni a közeli Budai-hegységekbe a családdal vagy a barátokkal. Tömegközlekedéssel gyorsan és kényelmesen megközelíthetők a kedvelt kirándulóhelyek.

### Normafától a János-hegyi Erzsébet-kilátóig

A Normafa megközelíthető a Széll Kálmán térről a 21-es autóbusszal, vagy a Gyermekvasúttal. A kilátópontjától észak felé tekintve szemünkbe tűnik a környék legmagasabb pontján álló János-hegyi Erzsébet-kilátó. Így „toronyiránt” indulva a hegygerincen haladhatunk, és a Normafa-lejtőt elhagyva rövidesen az Anna-rétre érünk. A siugrószánk és a Sport szálló épületeit elhagyva érkezünk a Libegő felső végállomásához. Innen indul a János-hegy csúcsára vezető emelkedő út, az 527 m magas Erzsébet-kilátótornyhoz (Schulek Frigyes neoromán stílusban épített műve.) A toronyból körkialátás nyílik a fővárosra és a Budai-hegységre.

### Normafa - János-hegy - Hárs-hegy - Hűvösvölgy

Aki nagyobb túrára is vállalkozik, az az Erzsébet-kilátótól északnyugati irányba indulva másfél kilométer meredek ereszkedéssel a Szépjuhászné nyergére érkezik. Innen másfél kilométeres hegymenet következik a Nagy-Hárs-hegy tetején lévő Kaán Károly-kilátóhoz (454 m). Kaán Károly (1867-1940) erdőmérnök, földművelésügyi államtitkár, a MTA levelező tagja, az Országos Természetvédelmi Tanács első elnöke volt. Az Alföld fásításának ötletgazdájá, az országos erdőgazdálkodás újjászervezője, a természetvédelmi törvények egyik atyja. A piros színű turistajelzésen továbbhaladva 2 km-re a hűvösvölgyi villamosautóbusz végállomásra érünk.



### Makovecz - kilátó

A Kaán Károly-kilátótól alig több mint egy kilométernyi távolságra magasodik a Makovecz-kilátó a Kis-Hárs-hegy csúcsán. A Kaán Károly-kilátótól lefelé menjünk tovább az S jelzésű turistaúton, majd hamarosan egy kis fahídon kelünk át, ahonnan jól látható a lezárt Báthory-barlang szűk bejárata. Ebben a kis barlangban élt húsz évet a XV. században Báthory László pálos szerzetes, és itt fordította le magyarra a Bibliát. Kényelmes, széles, lejtős utunk hamarosan leér a

### Hasznos tanácsok

- Tartsuk be a fokozatosság elvét.
- Fogyasszunk elegendő folyadékot.
- Válasszunk megfelelő kényelmes öltözéket.
- Kiránduláshoz a bokát is támasztó lábbelit válasszunk, ami nem ázik be.
- Mindig vigyünk magunkkal térképet, mert könnyű eltévedni, annyi kisebb-nagyobb csapás és ösvény szabdalja a Budapest közeli hegyeket. Ha van GPS, az is hasznos lehet.

Hárs-hegyi-nyeregbe, innen az SΔ jelzésen haladva érjük el a rendkívül érdekes Makovecz Imre-kilátót. A fából ácsolt, nem túl magas toronyra kívülről két, egymással ellentétes oldalról vezet fel csigalépcső, tiszta időben fantasztikus kilátás nyílik a Budai-hegységre és a fővárosra. A kilátó 2012-ben „vette fel” tervezője, Makovecz Imre Kossuth-díjas építésze nevét.



### Sas-hegy

Érdemes felkeresni a Sas-hegyi Látogatóközpontot és a tanösvényt is, igaz csak márciusban nyitnak. Megközelítés: a 8-as autóbusszal a Korompai utcáig, vagy Széll Kálmán térről az 59-es villamossal a Farkasréti temetőig. A Budai Sas-hegy Természetvédelmi Terület különleges természeti értékeket őriz, a 30 hektárnyi védett terület valóságos „élő múzeum” a lakóházakkal beépített hegy tetején. A kilátóból csodálatos panorámában gyönyörködhetünk, s kristálytiszta időben akár a Mátra csúcsait is láthatjuk. További információ: dunaipoly.hu.



Kövir daravirág (Fotó: Halász Antal)

Melyek is a tavasz első virágai a Sas-hegyen? A könnyű séta keretén belül a látogató vendégeket elkalauzolják a téli álmából ébredő hegy jellegzetes kikeleti növényeinek világába.

Időpont: 2017.03.04-03.05



BEM6 BUDAVÁRI MŰVELŐDÉSI HÁZ

# PROGRAMOK 2017. FEBRUÁR 23 - MÁRCIUS 8.

## KONCERT, ZENE

**Regejáró Misztrál Művészeti Klub**  
Február 26. péntek 19.00

A kimagasló vokális képességű, számos akusztikus hangszert megszólaltató Misztrál együttes havonta tart klubnapot, melynek keretében rendszeresen kiváló zenekarokat és zenészeket látnak vendégül.  
**Belépő: 1000 Ft**

**Szajharmonika Klub**  
Március 3. péntek 19.00

Pribojszki Mátyás – az egyik legismertebb kortárs magyar szajharmonikás – és zenekara az igényes élőzenét szeretné életben tartani. Zenéjükben felfedezhetők a blues gyökerei, a swing, a jazz és némi funky is. Saját, angol nyelvű dalaik mellett ismert előadóktól is kölcsönöznek dallamokat. A házigazda a Grunting Pigs. **Belépő: 1000 Ft**



**Sebő-Klub és Táncház**  
Március 4. szombat 19.00

Célunk a városi népzene megismertetése, illetve az aktív közösségi életforma feltételeinek megteremtése, mely mára hagyománnyá vált. Az esteket koncerttel, vetítéssel, meglepetésvendégekkel kezdjük. Házigazda a Sebő-együttes. **Belépő: 1000 Ft**

**Budai Gitáriskola**

Órarend szerint. A díjnyertes iskolában a képzés életkortól és zenei előképzettségtől függetlenül folyik. Folyamatos csatlakozás! Tanárok: Svajcsik Kristóf, Gajdacs Gábor, Hangácsi Márton, Cseh László **Info: 06/70-776-9500, 06/70-258-6938, info@budaigitariskola.hu, www.budaigitariskola.hu** **Tandíj: 15 000 Ft/hó, 65 000 Ft/félév**

**VOX Hungarica Női Kar Egyesület**  
Minden szerdán 18.00-20.00

Sok versenyen és fesztiválon vesznek részt, hangversenyeik nagyrészt jótékony célúak, de meghívást kapnak évente a Bárdos Lajos-napok koncertjeire, ill. a Magyar Rádió minden évben felvételt készít velük a „Kóruspódium” c. műsora számára. **Karnagy: Döbrössy János**

**MOZGÁS, TÁNC**  
**AVIVA Torna**

**Minden kedden és csütörtökön 17.30-18.30**  
Az órákon a 4 órás alapképzés elvégzését követően van lehetőség részt venni. A következő 4 órás tanfolyam időpontja: február 25. szombat 13 órától. **Vezeti: Jancsurák Kriszti.**  
Bővebb információ: [jancsu@gmail.com](mailto:jancsu@gmail.com) vagy +36 70 386 7111

**Argentín Tangó**  
**Szerdánként 18.30-tól fél órában egy-egy alaplépés tanítása teljesen kezdőknek ingyenesen. 19.00-20.30 táncoktatás (tangó, milonga, vals, zeneiség)**  
**Vezeti: Götz Andrea és Szöllősi András**  
**Belépő: táncoktatás és a táncház 2000 Ft**

**Milonga Tango Y Alma - táncház**  
**Minden szerdán 20.30-tól**

Hazánk legrégebbi milongája. A zene klasszikusokat tartalmaz, 3-4 számból álló tangó, vals, milonga és canyengue tandákban, cortinákkal elválasztva. **Vezeti: Götz Andrea és Szöllősi András**  
**Információ: www.tangoyalma.hu**  
**Belépő: 1000 Ft**

**Alakformáló konditorna**  
**Minden kedden, csütörtökön 15.30-16.30 és 16.30-17.30, illetve minden szerdán, pénteken 7.30-8.30 és 8.30-9.30**

A jó erőnlét, a hajlékonyság, az egészség és a harmonia érdekében különféle izomgyakorlatok erősítését végezzük. Minden korosztálynak! **Vezeti: Tóth Ildikó, Harangozó díjas táncművész.**  
**Részvételi díj: 1000 Ft, nyugdíjasoknak 900 Ft**

**Tahiti tánc**

**Kezdőknek minden hétfőn 18.00-19.30-ig és kedden 19.00-20.30-ig, haladóknak minden csütörtökön 19.30-21.00-ig.** A polinéz szigetvilág életvidám, energikus táncait tanuljuk. Az óra azoknak a nőknek szól, akik szeretnék ezzel a távoli és színes kultúrával és mozgásformával megismerkedni. **Az első alkalom ára: 1000 Ft**

**GYEREKEKNEK**  
**Babamuzsika**

**Minden csütörtökön 9.30**  
Énekes, zenés foglalkozás 6 hónapostól 3 éves gyermekeknek és szüleiknek, folyamatos csatlakozási lehetőséggel. **Vezeti: Szalai Hilda, Belépő: 700 Ft/alkalom, bérlet: 3000 Ft/5 alkalom**

**Néptáncoktatás**

**Óvodás csoport: minden hétfőn és szerdán 16.30-17.15** **Általános iskolás csoport: minden hétfőn és szerdán 17.15-18.30** A Bartók Táncegyüttes zene- és táncrepertoárja felöleli az egész Kárpát-medencei néptáncoktatást. **Tanítók: Pataki Brigitta, Aranyos Nándor, Információ: www.bartoktancegyuttes.hu**  
**Tanfolyami díj: 5000 Ft/hó**

**Multi Talent Musical Iskola**  
**Minden szombat 9.00-13.00**

Várunk mindenkit 7 éves kortól, akit érdekel a musical és a színház világa. Az iskola legfőbb feladata az ismert művek repertoárjára vétele, valamint a saját zenés meséjatekok, musicalek színpadra állítása és bemutatása **Vezeti: Zezula Tibor Info: zezula.tibor@gmail.com**

**KÉPZÉS, TANFOLYAM**

**Ferenczy István Vizuális Műhely**  
**1011 Budapest Fő u. 3.**  
**Hétfőtől péntekig 17.30-20.30**  
Korrepitorok: Imre Mariann Munkácsy-díjas képzőművész, Wachter Ákos Barcsay-díjas festőművész. A négy évtizede működő rajziskolában portré, aktmodell utáni rajz, festés, krocki, anatómiai ismeretek elsajátításával segítjük az idejórak felkészülését a művészeti egyetemre. **Információ: 06/1-212-9239**  
**Napijegy: 3000 Ft, 1 hét 8000 Ft, 4 hét 18 000 Ft**

**ISMERETTERJESZTÉS**

**Február 28. kedd 10.30**  
**Óvári Árpád: Norvégia II.**  
**Március 7. kedd 10.30**  
**Óvári Árpád: Norvégia III.**  
Vetített képi ismeretterjesztő előadások  
**Belépő: 100 Ft**

**KLUBOK, KÖRÖK**

**Tabán sportkör**  
**Március 2. csütörtök 17.00**  
Klubvezető: Kormos Vera

**Idősek Akadémiája - Szeretet Klub**  
**Minden hétfőn 10.00**

Kellemes beszélgetéseket tartunk, amelyet alkalmanként gyalogos kirándulással és múzeumlátogatással színesítünk.  
Klubvezető: Simon Magda

**Irka Kör Versszínház - Irodalomkedvelők Klubja**  
**Minden csütörtökön 10.00**

A „költészet lángját” élesztgetjük minden csütörtökön 10-13 óráig.  
Klubvezetők: Lestyán Katalin, Remes Ferenc

**A Dunánál - Dalolókör Lovász Irénnel**  
**Minden kedden 18.00**

Dalolókör a dalolás örömeért, harmóniánk fenntartásáért, a hagyományainkban rejlő értékek felfedezéséért, népdalaink éneklésének lehetőségéért. **Vezeti: Lovász Irén népdalénekes, egyetemi docens Belépő: 1000 Ft**

**Baross Gábor Turista Klub**  
**Február 24. péntek 14.00**

Kirándulások szervezések, élménybeszámoló tartanak, rendezvényeik mindenki számára nyitottak. Klubvezető: Malomhegyi Imre

**Budavári Mozgássérült Szervezet**  
**Március 7. kedd 14.00**

Az I. kerületi Mozgássérültek Klubja – immáron akadálymentesített környezetben – tartja klubnapjait. Klubvezető: Dr. Szalkó Anna

## ALAKFORMÁLÁS TÁNCOS MÓDRÁ



Tóth Ildikó „Fecske” és férje, Farkas Zoltán „Batyú” Harangozó Gyula-díjas táncművészek

A jó erőnlét, a hajlékonyság, az egészség és a harmonia érdekében végzett kondicionáló torna a hét négy napján várja a mozogni vágyó érdeklődőket a Bem rakparton. Talán kevesen tudják csak, hogy a Budavári Művelődési Ház programján szereplő alakformáló konditorna vezetője nem más, mint Tóth Ildikó „Fecske”, Harangozó-díjas táncművész és koreográfus. A Bem6 népszerű gimnasztikájának házigazdájával beszélgettünk.

Ildikó, már több mint 25 éve tartasz alakformáló tornát itt nálunk, a Budavári Művelődési Házban. Mi az, ami egy elismert táncművészt ennyi év után is inspirálni tud egy hétköznapi tünő zenés gimnasztikás foglalkozásban?

*Ami motivál, az elsősorban a mozgás szeretete, illetve a fantasztikus csapat, az a kör, akik hozzám járnak tornázni. Vannak köztük olyanok, akik tényleg közel 25 éve vannak itt, ez is nagyon inspiráló. A kislányom néha kérdezi, hogy hol vannak a barátomim, erre mindig azt válaszolom, hogy nekem bizony nagyon sok barátom van, csak mi nem kávézni vagy moziba járunk, hanem együtt tornázunk. Ami számomra fontos, hogy olyan embereket tudok megmozgatni népzene, világzene, akik azelőtt azt sem tudták, hogy mi az.*

A Harangozó-díj a táncművészet bármely ágában folytatott alkotói, előadói, tudományos és pedagógiai tevékenység elismerésére adományozható állami kitüntetés, minden évben március 15-én hét személy kaphatja. Te 2011-ben vehetted át a díjat. Elmesélnéd, miként élted meg ezt az időszakot?

*Amikor megkaptam a díjat, sokan meglepődtek, a legtöbben azt hitték, hogy már évekkal ezelőtt átvehettem ezt az elismerést. (nevet) Boldog időszak ez az életben, nagyon örültem neki és büszkeséggel töltött el, hiszen ezzel a díjjal*

*a sokéves munkámat, a megannyi befektetett energiát és az ezáltal elért sikereimet ismerték el.*

Táncművészként hogyhogy nem inkább néptánc órákat tartasz a művelődési házban? A kerületi igények vagy te magad tudatosán alakítottad így?

*A nyolcvanas években, az Állami Népi Együttesből való kiválásom és a Kodály Kamara Táncegyüttes feloszlása után megszűnt az állandó gyakorlati lehetőségünk, ami ide kötött bennünket. Elkezdte járni a világot, gyakorlatilag abba élnek magyarok és szerettek volna néptáncot tanulni, ott mi megfordultunk. Jártunk ebben az időszakban Ázsiában, Ausztráliában, Kanadában, az USA-ban, Dél-Amerikában, illetve Európa sok-sok pontján. Egy-két hónapot töltöttünk mindig külföldön, emellett azért itthon is aktívok maradtunk,*

*ekkor kerestek meg a Budavári Művelődési Házból a konditorna kapcsán. Ha jól emlékszem, előttem Sákoviczné Dömölky Lídia olimpiai bajnok vívónő tartott itt tornát, így a foglalkozások időpontjai már adottak voltak, volt egy kialakult középkorosztályú közösség is, akik rendszeresen jártak ide mozogni. Tetszett, hogy így nekem is állandóvá válik újra a mozgás, illetve én is itt lakom a Várban, nagyon jó, hogy a kerületben tudom ezt csinálni, így bátran ajánlom bárkinek, aki itt él. A művelődési ház jól megközelíthető, festői helyen található közösségi tér, egyszóval a tökéletes helyszín, ahol eltöltjük együtt ezt a heti néhány aktív órát.*

A torna mellett a tánc még mindig főszerepet játszik az életetekben? Együtt is táncoltok még a férjeddél? (Tóth Ildikó férje Farkas Zoltán „Batyú” szintén táncművész, nem csak az életben, hanem a táncban is párok - a szerk.)

*A tánc mindig is főszerepet játszott az életünkben. Miután férjemmel önállóan utaztunk külföldre tanítási célokkal, utána jött Sebestyén Márta és a Muzsikás zenekar, velük már a világ legnagyobb színpadain léphetünk és lépünk fel a mai napig. Mostanában már kevesebb ilyen alkalom adódik, de jelenleg is aktívok vagyunk. A táncokat most is tanítjuk, ennek is megvannak a különböző helyszínei, manapság már legtöbbször profi körökben oktatunk. Volt időszak, amikor sok amatőr együttesbe, gyakran vidékre is jártunk, de mivel sokszor utaztunk hosszabb időre külföldre, ezért ezekben az együttesekben nem tudtunk állandósulni, így inkább a nagyobb, profi együttesek - pl. a Duna Táncegyüttes vagy az Állami Népi Együttes - azok, akik felkérnek bennünket tanítani.*

Miben különb az általad vezetett foglalkozás egy másik tornaóránál? Kiknek ajánlod ezt a mozgásformát?

*Alakformáló torna, hiszen az egész testet, minden izmot átmozgatunk, de nem egy általános testnevelés vagy gimnasztika, hiszen emellett azért jócskán bele van csempészve a tánc, alapmozgások és hangsúlyok is. Ha például hozok egy zenét Erdélyből, akkor megpróbálok abba a dialektusba összeállítani mozgásokat. Amerre járunk, a világban, mindenhol, minden kultúrából gyűjtök mozdulatokat, amiket beleszövök a mozgásba. Nem csak maga a mozgásforma különleges, hanem a minőség, léleképítő zene is, ami a mai zajkavarral teli világban rendkívül fontos és kivételesnek számít. Korosztályhoz nem kötöm, minden életkorban lévő bölgy megfordul nálunk. Volt már rá példa, hogy a nagymama, az anyuka és az unoka karöltve jöttek az órára. Egyszóval bárkit szívesen látunk, aki kimélő, ugyanakkor karbantartó mozgásformára vágyik.*

Ludán Rita



## I. KERÜLETI HÁZIORVOSI SZOLGÁLAT

## GYERMEK RENDELÉSEK

1012 Budapest, Mikó utca 12. Tel: 06-1-375-7539 E-mail: mikorendelo@citromail.hu  
Honlap: <http://budavari-euszolg.hu/haziorv.htm>  
Egészséges tanácsadás szerdai napokon 10:00-12:00-ig.

	DR. STENGER ANNAMÁRIA	DR. BODNÁR ENDRE	DR. KÁLOVICS TAMÁS
HÉTFŐ	tanácsadás: 8:00-10:00 rendelés: 10:00-12:00	8:00-10:00	tanácsadás: 15:00-17:00 rendelés: 17:00-19:00
KEDD	10:00-12:00	8:00-10:00	16:00-18:00
SZERDA	tanácsadás: 15:00-17:00 rendelés: 17:00-19:00	rendelés: 8:00-10:00 tanácsadás: 10:00-12:00	10:00-12:00
CSÜTÖRTÖK	8:00-10:00	tanácsadás: 15:00-17:00 rendelés: 17:00-19:00	tanácsadás: 8:00-10:00 rendelés: 10:00-12:00
PÉNTEK	16:00-18:00	16:00-18:00	10:00-12:00

Éjszakai és munkaszüneti napokon az ügyelet helye: FŐNIX - MED Zrt. 1125 Budapest Diós árok 1-3. 24. számú épület, Telefon: 06-1-212-59-79  
Tisztelt Szülők! Az előre megírt recepteket és beutalókat kizárólag orvos, vagy asszisztens adhatja ki.  
Kérjük Önöket, hogy ezekért csak rendelési időpontokban szíveskedjenek bejönni!

## GYERMEK RENDELÉSEK

1011 Budapest, Markovits Iván u. 2. Tel: 06-1-201-6162  
Honlap: <http://budavari-euszolg.hu/haziorv.htm>

	DR. FEHÉR ZSUZSANNA Időpontkérés rendelésre: 06-1-202-0937 Időpontkérés tanácsadásra: 06-1-202-0927	DR. SZALÓCZI BEÁTA Időpontkérés tanácsadásra rendelési időben: 06-1-202-0937
HÉTFŐ	rendelés: 09:00-11:00	rendelés: 16:00-18:00
KEDD	tanácsadás: 15:00-17:00 rendelés: 17:00-19:00	tanácsadás: 10:00-12:00 rendelés: 8:00-10:00
SZERDA	rendelés: 16:00-18:00	rendelés: 8:00-10:00
CSÜTÖRTÖK	rendelés: 8:00-10:00 tanácsadás: 10:00-12:00	rendelés: 17:00-19:00 tanácsadás: 15:00-17:00
PÉNTEK páros hét páratlan hét	8:00-10:00 17:00-19:00	17:00-19:00 8:00-10:00
EMAIL	zsfehermarkovits@gmail.com	vizivarosigyermekek@gmail.com

\* Éjszakai és munkaszüneti napokon az ügyelet helye: FŐNIX - MED Zrt. 1125 Budapest Diós árok 1-3. 24. számú épület, Telefon: 06-1-212-59-79

## FELNŐTT RENDELÉSEK

A felnőtt háziiorvosi rendelések utolsó fél órájában érkező betegeket már nem tudjuk fogadni!

	HÁZIORVOS	RENDELÉSI IDŐ					
		HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	
						PÁROS	PÁRATLAN
1014 Budapest, Tárnok u. 9-11. Tel: 06-1-356-7125	Dr. Szabó Krisztina	16-20	8-12	16-20	8-12	13-16	8-12
	Dr. Vasadi Ágnes	8-12	16-20	8-12	16-20	8-12	13-16
1013 Budapest, Attila u. 35. Tel: 06-1-375-6046	Dr. Borcsányi Judit	16-20	16-20	8-12	16-20	8-12	13-16
	Dr. Fejéregyházi István	8-12	16-20	8-12	16-20	8-12	13-16
	Dr. Finy Péter	8-12	16-20	8-12	16-20	8-12	8-12
	Dr. Kárpáti Éva	8-12	8-12	16-20	8-12	13-16	8-12
	Dr. Papp Viktória	16-20	8-12	16-20	8-12	13-16	8-12
	Dr. Bodroghelyi László	8-12	16-20	8-12	16-20	8-12	13-16
1015 Budapest, Csalogány u. 22-24. Tel: 06-1-201-7125	Dr. Asztalos Csaba	16-19:30	8-11:30	16-19:30	8-11:30	13-15:30	8-11:30
	Dr. Nagy Ágnes Helga	16-19:30	8-11:30	16-19:30	8-11:30	13-15:30	8-11:30
	Dr. Zempléni Tibor	8-12	16-20	8-12	16-20	8-12	13-16
	Dr. Magyarosy Eszter	8-12	16-20	8-12	16-20	8-12	13-16
	Dr. Mezősi Károly	16-19:30	8-11:30	16-19:30	8-11:30	13-15:30	8-11:30
	Dr. Csupor Emőke	16-20	8-12	16-20	8-12	13-16	8-12
1016 Budapest, Zsolt u. 6/a Tel: 06-1-375-0002	Dr. Keltai Vera	8-12	16-20	8-12	16-20	8-12	13-16

A BUDAVÁRI ÖNKORMÁNYZAT EGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLATA  
I 122 Budapest, Maros u. 16/b. Telefon: 06-1-356-50-44

## VÉDŐNŐI SZOLGÁLAT

## MARKOVITS IVÁN UTCA 12.

FODOR ÁGNES (1. számú védőnői körzet)  
+36-20/256-2411

Várandós és gyermek tanácsadás: Szerda: 9:00-16:00 (időpont egyeztetés szükséges)

Apród u., Aranyhal u., Batthyány u. 2., Batthyány tér, Bem rkp., Clark Ádám tér, Corvin tér, Csónak u., Döbrentei u., Farkasbó u., Fő u. 1-43., 2-58., Donáti u. 1-53., 2-26., Franklin u. páros oldal, Gróza Prkp., Gyorskocsi u. 1-15., 2-18., Halász u., Hunyadi J. u., Iskola u. 2-28., 1-29., Jégverem u., Kapucinus u., Markovits Iván u., Lánchíd u., Magas u., Pala u., Ponty u., Szalag u., Székely u., Szilágyi Dezső tér, Szőnyeg u., Toldy Ferenc u. 1-9., 2-30., Vám u., Ybl Miklós tér, Várkert rkp.

KISS BERNADETT (2. számú védőnői körzet)  
+36-20/255-8078

Várandós tanácsadás: Hétfő: 9:00-12:00  
Védőnői tanácsadás: Hétfő: 13:00-16:00

Batthyány u. 1-49., 4-40., Csalogány u. 2-28., Donáti u. 28-46., 55-69., Fazekas u. 1-3., 2-4., Franklin lépcső, Iskola u. 31-47., 30-48., Kagyló u., Linzi lépcső, Mária tér, Szabó Ilonka u. 1-63., 2-28., Toldy Ferenc u. 11-55., 32-80.

KŐSZEGHY KATA (3. számú védőnői körzet)  
+36-20/401-7133

Várandós tanácsadás: Péntek 8:00-11:00  
Védőnői tanácsadás: Péntek: 11:00-14:00

Batthyány u. 51-65., 42-64., Csalogány u. 30-44., Döbrentei u., Fiáth János u., Hattyú u., Hunfalvy u., Ostrom u., Szabó Ilonka u. 65-79., 30-34., Széna tér, Vérmező u., Attila u. 1-3-31., Attila u. 2., Szarvas tér

## MIKÓ UTCA 12.

VARGA DÓRA (4. számú védőnői körzet)  
+36-20/254-3637

Várandós tanácsadás: péntek 9:00-11:00  
Védőnői tanácsadás egészséges gyermekek részére: péntek 11:00-13:00

Anna u., Attila út 100-135., Babits köz, Babits Mihály sétány, Balta köz, Bécsi kapu tér, Dárda u., Dísz tér, Fortuna u., Hajadon u., Hess András tér, Kapisztrán tér, Kard u., Kör u., Lant u., Lovas u., Mátray u., Móra Ferenc u., Országház u., Nándor u., Szentháromság tér, Szentháromság u., Tábor u., Tancsics M. u., Tárnok u., Tóth Árpád sétány, Uri u., Várlok u.

GULYÁS MÓNICA (5. számú védőnői körzet)  
+36-20/255-3945

Várandós tanácsadás: hétfő 11:00-14:00  
Védőnői tanácsadás egészséges gyermekek részére: szerda 8:00-10:00

Alagút u., Alkotás u. 2-38., Attila út 4-22, 33-99, Ág u., Feszty Árpád u., Győző u., Kosciuszko Tádé u., Krisztina tér, 7-8., Kuny Domonkos u., Márvány u., Mészáros u., Mikó u., Nyárs u., Pauler u., Pálya u., Roham u., Róka u., Váralja u.

DR. GULICS ÁKOSNÉ (6. számú védőnői körzet)  
+36-20/256-7865

Várandós tanácsadás: kedd 8:00-11:00  
Védőnői tanácsadás egészséges gyermekek részére: kedd 11:00-13:00

Aladár u., Alsóhegy u., Avar u., Bérc u., Berényi u., Czako u., Csap u., Derék u. 12-20., 17-23., Galeotti u., Gyula u., Harkály u., Hegyalja út 1-23., 2-30., Kocsány u., Lisznyai u., Mihály u., Orom u., Piroška u., Tigris u. 43-65., Sánc u., Számadó u., Szent Sebestyén köz, Szirom u., Szirtes u., Tündérlaki mélyút, Zsolt u.

LÁSZLÓ NOÉMI (7. számú védőnői körzet)  
+36-20/256-0185

Várandós tanácsadás: kedd 13:00-15:00  
Védőnői tanácsadás egészséges gyermekek részére: kedd 15:00-17:00

Bugát u., Derék u. 1-15., 2-10., Dezső u., Fenyő u., Fém u., Gellérthegy u., Korlát u., Körmöczy lépcső, Krisztina krt., Logodi u., Naphegy tér, Naphegy u., Orvos u., Párduc u., Tibor u., Tigris u. 1-43., 2-42.



## Hirdetésfelvétel minden kedden és szerdán 10-től 15 óráig a szerkesztőségben

### Ingatlan

A kerületben közel 20 éve működő

### WÄGNER ÉS TÁRSA INGATLANIRODA

Attila út 12. (okmányiroda mellett)  
folyamatosan keres ügyfelei számára  
ELADÓ-KIADÓ LAKÁSOKAT,  
családi házakat.  
Telefon: 212-1261, 212-2136,  
www.ingatlanwagner.hu,  
e-mail: wagnera1@chello.hu.

I. Pálya utcában I. emeleti utca felé nyíló 126 m<sup>2</sup>-es örökklakás 1/2 tulajdoni része (63 m<sup>2</sup>) önálló bejárattal és önálló közműórákkal eladó. Irányár: 21 M Ft. Wágner Iroda, tel.: 212-1261, 0630/488-1933.

Budai várbán az Országház utcában 76 m<sup>2</sup>-es, gázfűtéses I. emeleti 2 szoba hallos, dongaboltos önkormányzati lakás örökölhető bérleti joga átadó. Csereirányár: 24 M Ft. Wágner Iroda, tel.: 212-1261, 0630/488-1933.

I. Budai várbán a Tárnok utcában 122 m<sup>2</sup>-es 2 szintes, panorámás önkormányzati lakás örökölhető bérleti joga átadó. Csereirányár: 69,5 M Ft. Wágner Iroda, tel.: 212-1261, 0630/488-1933.

I. Attila úton a Horváth-tertel szemben felújított társasház I. emeletén lévő 73 m<sup>2</sup>-es 1,5 szoba hallos, étkezőkonyhás, cirkófűtéses, önkormányzati lakás bérleti joga átadó vagy hasonló csereértékű budai vagy Buda környéki örökklakásra cserélhető. Csereirányár: 21,9 M Ft. Wágner Iroda, tel.: 212-1261, 0630/488-1933.

I. Lánchíd közelében a Fő utcában 60 m<sup>2</sup>-es 2 szoba összkomfortos, cirkófűtéses, belső terasszal kialakított, földszinti, galériázott, felújított önkormányzati lakás örökölhető bérleti joga I. kerületi önkormányzati bérlakásra vagy budai örökklakásra cserélhető. Csereirányár: 19,9 M Ft. Wágner Iroda, tel.: 212-1261, 0630/488-1933.

I. kerület Naphegy alján a Czákó Pálya közelében a Hegyalja úton III. legfelső emeleti (lift nincs) 70 m<sup>2</sup>-es + 4 m<sup>2</sup> erkély, reprezentatív burkolatokkal, beépített búttal, igényesen felújított, gépesített, újszerű állapotú, modern kialakítású, cirkófűtéses örökklakás eladó. Irányár: 38 M Ft. Wágner Iroda, tel.: 212-1261, 0630/509-2665.

Budai várbán az Uri utcában belső kertes házban II. emeleti 50 m<sup>2</sup>-es Mátyás templom felé nyíló kilátással, 2 francia erkéllyel kialakított felújítandó, cirkó fűtéses önkormányzati lakás örökölhető bérleti joga átadó. Csereirányár: 23,9 M Ft. Wágner Iroda, tel.: 212-1261, 0630/488-1933.

II. Kurucsi úton kertes társasházban lévő 105 m<sup>2</sup>-es, 3 külön bejáratú szobás, étkezőkonyhás, loggiás, dupla garázsos, tárolós, cirkófűtéses, azonnal beköltözhető örökklakás eladó. Irányár: 57,9 M Ft. Wágner Iroda, tel.: 212-1261, 0630/488-1933.

I. Budai várbán az Országház utcában 63 m<sup>2</sup>-es összkomfortos, cirkófűtéses, jó állapotú utcai, földszinti, reprezentatív dongaboltos belterületi önkormányzati lakás örökölhető bérleti joga átadó. Csereirányár: 21,9 M Ft. Wágner Iroda, tel.: 212-1261, 0630/488-1933.

Újpesten 3 szintes téglapépület II. emeletén lévő 40 m<sup>2</sup>-es I szobás, étkezőkonyhás, erkélyes, alacsony rezsi-költésű, vízórás, tárolós, azonnal beköltözhető örökklakás eladó. Irányár: 16 M Ft. Wágner Iroda, tel.: 212-1261, 0630/509-2665.

Vári, utcai, 50 m<sup>2</sup>-es örökklakást cserélnék kizárólag vári, nagyobb örökklakásra megegyezéssel. Telefon: 06-30-9194-362.

II. Pálvölgyben 4 szintes 530 nm-es exkluzív családi ház 70 nm-es terasszal, 1180 nm-es ösfas telken 250 millió forintért eladó. Amerikai konyhás nappali, étkező, könyvtárszoba, 6 hálószoba, uszoda, szauna, jacuzzi, 2 beállós garázs, télikert, kiszolgáló helyiségek. BakosLak Ingatlan 326 0618, 06 20 974 0571.

II. Zöldmálán 1000 nm-es telek, 605 eladható nm 4 lakásos társasházhoz, építési engedéllyel 185 millió forintért eladó. BakosLak Ingatlan 326 0618, 06 20 974 0571

II. Klasszikus Rózsadombon igényesen felújított 9 szobás villa 650 millió forintért eladó. BakosLak Ingatlan 326 0618, 06 20 974 0571

II. Pálvölgyben 1290 nm-es összközműves beépíthető telek 240 millió forintért eladó. BakosLak Ingatlan 326 0618, 06 20 974 0571

XII. Kisvábhegyen 10 éve épült 4 lakásos liftes társasházban, 200 nm-es belső 2 szintes nappali + 6 szobás, 6 teraszos + 60 nm-es panorámateraszos, 2 garázzsal, saját ketrésszel 170 millió forintot irányáron eladó. BakosLak Ingatlan 326 0618, 06 20 974 0571

BakosLak Ingatlan Kp-es ügyfelei részére keres eladó és igényes kiadó ingatlanokat azonnali fizetéssel. BakosLak Ingatlan, I. Batthyány utca 32. Tel. 326 0618, 06 20 974 0571

Eladó nagypolgári lakás I. kerület Váralján! 101 m<sup>2</sup>, 3 szoba, 2 konyha, 2 fürdő, jelenleg 2 lakásként működő ingatlan eladó az I. kerület Batthyány utcában. Városi, de csendes otthont nyújt. Ár: 44,9 M Ft. Telefon: 06-30-416-0722.

### Életjárdék

Életjárdéki vagy eltartási szerződést kötnék, gondozást vállalnék szakképzett ápolónői végzettséggel. Aradi Lászlóné. Telefon: 285-4808, 06-30-991-8719.<sup>00</sup>

### DUPLÁZZA MEG NYUGDÍJÁT!

Gondoskodjon Önmagáról mert nem tudhatjuk mit hoz a jövő...

Nekünk hosszú távú befektetést, Önnek pénzügyi biztonságot, saját kényelmes otthonában. Éljen gondtalanul és tartsa karban egészségét.

### ÉLETJÁRADÉK JOGI GARANCIÁVAL

Feltétel: betöltött 76. életév és 1/1 tulajdonú ingatlan.

Pintér Judit  
406-5699, 06-30-9212-418

Fiatal értelmiségi (mérnök, tanár), gyermektelen pár teljeskörű eltartási szerződést kötne kölcsönös bizalom és szimpátia esetén, ottlakás nélkül. Lovas Zsolt, 06-30-487-6169.

### Adás-vétel

+5000 FT-OT FIZETEK AZ ÚJSÁG FELMUTATÁSOK VÁSÁRLÁS ESETÉN! RÉGISÉG FELVÁSÁRLÁS KÉSZPÉNZÉRT! 19. és 20. századi antik és modern festményt, régi bútorokat, fal-, asztali és álló órákat, lakberendezési tárgyakat, asztali díszeket, ezüst gyertyatartót, cukor-dobozokat, hibásat is, hagyatékok! Kiszállítás díjtalan! A hét minden napján hívható. Telefon: 06-70-6000-323, Markó István, e-mail: marko.antik01@gmail.com.

Vaszary János, Szönyi István, Márfy Ödön, Scheiber Hugó, Berényi Róbert, Egyri József, Kádár Béla, Batthyány Gyula, Schönberger Armand, Czigány Dezső, Perlyt Csaba Vilmos, Ziffer Sándor FES-TŐMŰVÉSEK ALKOTÁSÁIT KERESSÜK MEGVÉTELRE KÉSZPÉNZÉRT. Nemes Galéria, 1024. Budapest, Szilágyi Erzsébet fasor 3. Tel: 06-30-949-29-00. nemes.gyula@nemesgaleria.hu

### KOVÁCS TEOFIL BECSŰS-MŰGYŰTŐ

(elsőként legmagasabb áron) készpénzért vásárol judaikat, továbbá antik és modern festményeket, bronztárgyakat, bútorokat (figurális előnyben), ezüsttárgyakat, aranyékszereket, porcelánokat, herendit, meissenit, zsolnáit, Kovács Margit, Gorka Géza alkotásait. Egyebeket, álló-, asztali-, falórákat, tejes hagyatékokat. Kiszállítás, értékbérlés díjtalan vidékre is. Életjárdéki szerződést is kötnék. Üzletünk: Fő utca 67. Telefon: 06-1-789-1693, 06-30-382-7020.

KÖNYV! Mi nem csak telefonszám, Üzlet is vagyunk! Krisztina Antikvárium (I. Roham u. 7.) Veszünk könyveket, könyvtárakat, régi térképeket, kéziratokat, képes-levélzlapokat, plakátokat, fényképeket, egyéb papírreGISégeket. Díjtalan kiszállítás, készpénzfizetés. Tel./fax: 212-8909, e-mail: kriszt.ant@gmail.com. Nyitva: h-p 10-18 óráig.<sup>00</sup>

Papír és fémpénzt, bélyeget, képeslapot, papírréGISéget, réGISégeket vásárolunk és árverésre átveszünk. VI. Andrassy út 16. 266-4154 Nyitva: H-SZ: 10-17, Cs:10-19.

Mindenemű réGISéget vásárolok díjtalan kiszállással, értékbérléssel, (porcelánt, kerámiát, festményt, bútort, alpaca-, réz-, bronztárgyakat, szőnyeget, csillárt, hibásat is, bizsut, borostyánt), hídarástechnikát, bakelit hanglemezt, képeslapot, kitiüntetést, ezüst tárgyakat - ékszerket, CD-DVD lemezt, könyvet, fényképezőgépeket, objektíveket - készpénzért! Teljes lakáskiürítést vállalok. Pintér Nikolett, telefon: 466-8321, 06-30-973-4949.<sup>00</sup>

ZSIGMOND MIHÁLY HAGYATÉK FELVÁSÁRLÓ AZONNALI KÉSZPÉNZ FIZETÉssel VÁSÁROLI! Antik bútorokat, festményeket, porcelánokat, Herendit, Zsolnait és stb., órákat (kar, dísz, fal), szőnyeget (kopottan, hibásan is), kitiüntetéseket, érméket, bizsukat - borostyánt, ezüstöket, csipkéket, könyveket, bundákat, mindenféle réGISéget, hibásat is. Hívjon bizalommal a hét minden napján, díjtalan kiszállással. Telefon: 06-70-600-1727.

### Szolgáltatás

ABLAKJAVÍTÁS  
WWW.AJTOABLAKDOKTOR.HU  
22 éve vállalom kedvező árakon ablakok, ajtók javítását, illesztését, zárok cseréjét, festését, hőszigetelő üvegezését és szigetelését 1 év garanciával! Felmérés díjtalan! Horváth Ákos, telefon: 06-70-550-0269.

### TELJES HAGYATÉK VÁSÁRLÁS

RÉGI BÚTOROK  
FESTMÉNYEK  
PORCELÁNOK - ÓRÁK  
CSILLÁROK - SZŐNYEGEK  
EZÜST TÁRGYAK  
ÉS MINDENFÉLE MŰTÁRGY  
ADÁS - VÉTELE

TELEFON:  
06-20-283-6700

### COMFORTING KFT.

12 éve működő I. kerületi cég

- műszaki üzemeltetés, gondnoki, épület üzemeltetési tevékenységet,
- épülettechnikus, épületgépész
- házközponti kazán-fűtés rendszer üzemeltetést,
- takarítást
- közös képviselő munkájának segítését

vállalja társasházak, irodaházak, közületek részére.  
Referenciával rendelkezünk!  
Hívjon bizalommal  
Telefon: 06-30-670-0258  
E-mail: comfotingkft@gmail.com

Irodák, lépcsőházak, lakások napi takarítását, nagy-takarítást vállalom, közületeknek és magánszemélyeknek. Halász Tibor. Telefon: 202-2505, 06-30-251-3800.

Vízszelzés, villanybojlerek vízkötelenítése, javítása, csapok, szifonok, vécécsészék, vécéartályok cseréje, javítása. Mosó-, mosogatógépek bekötése. Anyagbeszerzéssel is. Telefon: 06-30-447-3603.

Lakatos, ajtózárok, ablakzárak, hevederzárak szerelése. Nyílászárók szigetelése. Rácsok készítése. Garanciával. Telefon: 06-20-945-0316, 06-30-450-3308.<sup>00</sup>

Energetikai tanúsítvány készítése gyorsan, kedvező áron. A hitelesített tanúsítvány 10 évig érvényes. Tel.: 06-30-703-4882. www.energetikatanusitas.com.

Festés-mázolás-tapétázás, kisebb munkák vállalási is. Gipszkartonozás, kőműves-javítások, burkolás. Gyors kezdés, rövid határidő. Kovács Gergely, telefon: 06-30-5686-255.

Kárpitos és asztalos munkák, nádasz, gyékényezés munkával, szállítással. Kiss Gábor, I. kerület, Feszty Á. u. 2., az alagsorban. Telefon: 214-8384, 06-20-345-9963.

ÜVEGEZÉS! AJTÓK, ABLAKOK. Erkélyek, kirakatok üvegezése. Régi keretek átalakítása hőszigetelő üveg befogadására. Gyorsan, tisztán, pontosan! Nagy Miklós! Telefon: 06-20-9777-150.<sup>00</sup>

ÜVEGEZÉS, TÜKÖRVÁGÁS, ÜVEGCISZOLÁS  
A kerületben és környékén házhoz megyünk.  
Műhely: I. Szabó Ilonka u. 8. Telefon: 214-3616;  
06-20-929-0897.<sup>00</sup>

REFORM, BIO ÉLELMISZEREK. NATÚR KOZMETIKUMOK, TISZTÍTÓSZEREK, GYÓGYTEÁK, KRÉMEK, ÉTRENDKIEGÉSZÍTŐK SZÉLES VÁLASZTÉKBAN.

### NATURA BOLT

ISKOLA U. 35/B, KERÜLETI KÁRTYA ELFOGADÓHELY, 5%!

A BUDAVÁRI ÖNKORMÁNYZAT KÖZPONTI TELEFONSZÁMA:  
+36-1-458-3000

Az önkormányzat ingyen hívható zöld száma közérdekű ügyekben:

06-80-204-275

Műanyag és fa nyílászárók cseréje, redőnyvel és szúnyoghálóval! 7 év garanciával

### Teljeskörű

### LAKÁSFELÚJÍTÁS

energiatanúsítvánnyal, Pályázatírással is! Kőműves munkával, a kibontott anyagok elszállításával.

ENERGIA-STOP KFT.  
2094 Nagykovácsi, Kossuth u. 119.  
Telefon: 06-26/376-031,  
06-30/655-655-2

Villanyszerelés azonnal! Hibaelhárítástól a teljes felújításig. Petrács József villany szerelő mester. Telefon: 06-20-9344-664, 246-9021. Elmű által minősített és ajánlott vállalkozás.<sup>00</sup>

### LAKÁSFELÚJÍTÁS!

SZOBAFESTÉS, MÁZOLÁS, TAPÉTÁZÁS, PARKETTA-LERAKÁS, JAVÍTÁS, -CSISZOLÁS, VÍZSZERELÉS, CSEMPÉZÉS, VILLANYSZERELÉS, AJTÓ- ÉS ABLAKCSERE, ILLESZTÉS, KŐMŰVES ÉS ASZTALOS-MUNKÁK, TAKARÍTÁS, GARANCIÁVAL. HALÁSZ TIBOR. TELEFON: 202-2505, 0630-251-3800.

MŰANYAG, FA, ALUMÍNIUM NYÍLÁSZÁRÓK most 10% kedvezménnyel! Fal javítással, festéssel. Ingyenes felméréssel. www.nyariblak.hu, Telefon: 0620 4947233, e-mail: nyaryagnes@gmail.com

KÉMÉNYSZAKÜZLET a 12. kerületi Maros utca 8. szám alatt. Kondenzációs-, vegyes- és gáztüzelésű kémény-rendszerek. Füstcsövek, szén-monoxid érzékelő, lég-bevezető, tetőjárda. Munkafelvétel, tanácsadás, árajánlat készítés. Tel: 06-30-2542602.

Redőny, relaxa, szúnyogháló stb. szerelése, javítása garanciával. Kerületi redőnyös. Ajándék szúnyogháló minden megrendeléshez! Telefon: 06-70-341-94-89.

Magányos hölgyeknek, úrnak vagy művészembernek nyújtana kellemes, értelmes társaságot, házias gondoskodást, szellemi asszisztenciát 50 éves csinos értelmiségi hölgy, bármikor. Tibay Katalin, 06-20-982-0158.

Egyetemisták lomtanításkor pincék, szufnik, lakások kiürítését, kipakolását vállalják. TF-esek vagyunk, én az I. kerületben lakom, keressen bátran. Telefon: 06-20-338-6542.

### Oktatás

Angol és olasz nyelv tanítását és nyelvvizsgára elő-készítést több éves gyakorlattal vállalom. Kérésre hához megyek. Telefon: 06-20-9545-012.

„Jóga a mindennapi életben” Segít a fizikai, mentális, lelki egészség megteremtésében. testmozgás, szabályos légzés, stressz oldása lazítással. Hétfőn és szerdán 18.00-19.30-ig Budavári Ált. Isk. Tárnok utca 9-11. Telefon: 06-30 4024657.

Emelt szintű MATEMATIKA oktatás helyben 11 – 12. osztályos középiskolás fiatalok részére. Tel.: 20 – 459 – 9024; e-mail: educate@sznet.hu

### Állás

Otthoni munka! Reklámtárgyak összeállítása, egyebek, 06-90-603-906 (audiopress.iwk.hu) 635 Ft/min, 06-1-2228-397, 06-20-4963-980

Házvezetőnőt keresek hétköznapra délelőttönként napi kb. 3 órában. Takarítás, vasalás és főzés lenne a feladat. Jelentkezni rövid emailben itt: mrshudsonneeded@gmail.com





# VÁRNEGYED

## A Várnegyed újság 2017. évi megjelenése

Lapszám	Lapzárta	Megjelenés
1	Január 2.	Január 6.
2	Január 18.	Január 26.
3	Február 1.	Február 9.
4	Február 15.	Február 23.
5	Március 1.	Március 9.
6	Március 15.	Március 23.
7	Március 29.	Április 6.
8	Április 12.	Április 20.
9	Május 3.	Május 11.
10	Május 17.	Május 25.
11	Május 31.	Június 8.
12	Június 21.	Június 29.
	Szünet	Július
13	Augusztus 9.	Augusztus 17.
14	Augusztus 23.	Augusztus 31.
15	Szeptember 6.	Szeptember 14.
16	Szeptember 20.	Szeptember 28.
17	Október 4.	Október 12.
18	Október 18.	Október 26.
19	November 1.	November 9.
20	November 15.	November 23.
21	November 29.	December 7.
22	December 13.	December 21.

## Tabán ARTMOZI

### VÁRHATÓ FILMEK A TABÁN MOZIBAN:

2017. FEBRUÁR 23.

A RÉGI VÁROS <sup>16</sup>

SZÉP ÁLMOKAT <sup>12</sup>

2017. MÁRCIUS 2.

150 MILLIGRAMM <sup>16</sup>

TESTRŐL ÉS LÉLEKRŐL <sup>16</sup>

2017. MÁRCIUS 9.

A FEHÉR KIRÁLY <sup>16</sup>

ÁRTATLANOK

A SZERELEM TÖRTÉNETE <sup>12</sup>

HELYÁR: KUBRICK TEREM: 1350 FT FELLINI TEREM: 1050 FT  
I. KERÜLETI DIÁKOKNAK ÉS I. KERÜLETI  
60 ÉV FELETTIEKNEK 50% KEDVEZMÉNY 17:59-IG

Teljes moziműsor: tabanartmozi.hu

facebook.com/tabanartmozi | I. Krisztina körút 87-89.



Korhatár nélkül megtekinthető Hét éven alulak számára nem ajánlott Tízévesét éven alulak számára nem ajánlott Tizenhat éven alulak számára nem ajánlott Tizennyolc éven alulak számára nem ajánlott Kizárólag felnőttek számára ajánlott

## Hirdessen a Várnegyedben!

### Üzenete minden I. kerületi családhoz eljut!

Lakossági apróhirdetés (20 szóig): 1.500 Ft, keretes 2200 Ft

Közületi apróhirdetés (20 szóig): 2.500 Ft,

keretes (20 szóig): 3000 Ft.

(Csak közületi apróhirdetésnél!)

20 szó felett: + 64 forint+ÁFA/szó.

### Keretes hirdetések:

1/1 oldal  
274x403 mm,  
**190.000 Ft+ÁFA**

1/2 oldal  
274x200 mm,  
**90.000 Ft+ÁFA**

1/4 oldal álló  
136x200 mm,  
**45.000 Ft+ÁFA**

1/4 oldal fekvő  
205x136 mm,  
**45.000 Ft+ÁFA**

1/8 oldal  
136x99 mm,  
**25.000 Ft+ÁFA**

1/16 oldal  
66x99 mm,  
**11.000 Ft+ÁFA**

1/10 oldal  
108x99 mm,  
**20.000 Ft+ÁFA**

1/8 oldal  
álló  
66x200 mm,  
**25.000 Ft+ÁFA**

Szalaghirdetés  
48x274 mm,  
**25.000 Ft+ÁFA**

E-mail cím: varnegyed@budavar.hu

Apróhirdetés-felvétel személyesen: kedden és szerdán 10.00-tól 15.00 óráig  
1014 Budapest, I. Országház u.15. Telefon: 355-0139

## Az I. kerületi Házgondnoksági Kft. vállalja társasházak közös képviselői feladatainak ellátását

### Szolgáltatások:

- Teljes körű könyvelés, éves költségvetési javaslat, egyéni elszámolás készítése.
- Közgyűlések összehívása és megtartása, igény esetén közgyűlési termünkben.
- Felújítási munkák koordinálása.
- Pályázaton való indulás teljes adminisztrációja.
- Műszaki feladatok szervezése és végrehajtása.
- Jogi képviselő.
- Társasházi takarítás.
- Gyorsszolgálat.
- SZMSZ készítés.
- Új: Energetikai szakvélemény készítése.

### Ha közös képviselőt, akkor I. kerületi Házgondnoksági Kft, mert:

- ✓ gyorsított eljárás a tartozókkal szemben,
- ✓ teljes pénzügyi garancia, pénzügyi biztonság,
- ✓ a tulajdonosok naprakész tájékoztatása a Társasház ügyeiről,
- ✓ zavartalan működés biztosítása
- ✓ gazdaságos üzemeltetés.

Közös képviselőtünk Budapest I. kerületében teljes körűen képviseli az általa kezelt társasházakat, a tulajdonosok megelégedtségére.

Kérjen írásos tájékoztatót és árajánlatot!  
Az Ön társasházára vonatkozó egyedi ajánlatot átveheti személyesen, faxon, e-mailben vagy levélben.

Elérhetőség: 1012 Budapest,  
Pálya utca 7.,  
+36-20-466-5808, +36-1-356-0388

www.hazga.hu