



Cirkuszi előadás gyereknapra

4-5. OLDAL
FÓKUSZ

8. OLDAL **KÖZÖS ÜGYEINK**

Bajza-gála
az Eötvös10-ben



10-11. OLDAL **KÖZÖS ÜGYEINK - MÚLTIDÉZŐ**

Lang Adolf, a magyar
historizmus mestere



Önkormányzati fogadóórák

Tisztségviselők

NÉV	TISZTSÉG	INTÉZMÉNY	A FOGADÓÓRA IDŐPONTJA
HASSAY ZSÓFIA	POLGÁRMESTER (és 1. evk.)	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V. em.	Előzetes időpont-egyeztetés a (06-1) 351-7967-es számon
Simonffy Márta	alpolgármester	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V. em.	Előzetes időpont-egyeztetés a (06-1) 351-8938-as számon
dr. Bundula Csaba	alpolgármester	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V. em.	Előzetes időpont-egyeztetés a (06-1) 351-7966-os számon
Papp László	alpolgármester	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V. em.	Előzetes időpont-egyeztetés a (06-1) 351-7967-es számon
dr. Mogyorósi Sándor	jegyző	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V/508.	Előzetes időpont-egyeztetés a (06-1) 351-7965-ös számon

Választókerületek képviselői

EVK.	NÉV	INTÉZMÉNY	A FOGADÓÓRA IDŐPONTJA
2.	Hegyi András		Előzetes időpont-egyeztetés a (06-20) 315-4100-as számon
3.	Czuppon Zsolt	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., I/104.	Minden hónap 2. szerdája, előzetes időpont-egyeztetés a (06-20) 960-3361-es számon
4.	dr. Bundula Csaba	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V. em.	Előzetes időpont-egyeztetés a (06-1) 351-7966-os számon
5.	Simonffy Márta	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V. em.	Előzetes időpont-egyeztetés a (06-1) 351-8938-as számon
6.	dr. Szili Kovács Tibor	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., I/104.	Előzetes időpont-egyeztetés a (06-1) 351-7967-es számon
7.	Lindmayer Viktor		Előzetes időpont-egyeztetés a (06-20) 994-8402-es számon
8.	Császárné Csóka Ilona		Előzetes időpont-egyeztetés a (06-20) 206-7263-as számon
9.	Matokanovic Lídia		Előzetes időpont-egyeztetés a (06-20) 578-4623-as számon
10.	Hatvani Csaba	Idősek Klubja Benzúr u. 35/c	Minden hónap 1. hétfőjén 17-től 19 óráig

Listán megválasztott képviselők

NÉV	INTÉZMÉNY NEVE ÉS CÍME	A FOGADÓÓRA IDŐPONTJA
Dohány Gábor	Kmety Gy. u. 2.	Előzetes időpont-egyeztetés a (06-30) 571-7124-es számon, vagy a dohany.gabor@jobbik.hu e-mail címen
Heltai László	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., I/104.	Minden csütörtökön 17.30-tól 19 óráig. Előzetes időpont-egyeztetés a (06-30) 751-8925-ös számon
Nyíri Gábor		Előzetes időpont-egyeztetés a (06-20) 501-8184-es számon
Wizer László Ernőné		Előzetes időpont-egyeztetés a (06-20) 919-0006-os számon

Országgyűlési képviselő

dr. Oláh Lajos Fogadóórárt tart a Teréz krt. 46. szám alatti irodájában bejelentkezés alapján, amelyet a +36 30 709 11-02 telefonszámon vagy a drolahlajos@dtkp.hu e-mail címen lehet megtenni.

Közérdekű

Önálló rendőrkapitányság

Bp. VI., Szinyei Merse u. 4. Tel.: 461-8141

V.-VI.-VII. kerületi tűzoltóság

Bp. V., Gerlóczy u. 6. Tel.: 317-5233

Szakorvosi rendelőintézet

Bp. VII., Csengery u. 25. Tel.: 321-2200

ÁNTSZ

Bp. VI., Podmaniczky u. 27. Tel.: 301-5050

Budapesti Kereskedelmi és Iparkamara

VI.-VII. kerületi szervezete

Bp. VII., Erzsébet krt. 51. Tel.: 342-5835

Magyar Vöröskereszt

Bp. VII., Szövetség u. 17. Tel.: 342-2712

Terézvárosi Családsegítő Szolgálat

Bp. VI., Hegedű u. 7. Tel.: 322-0623

Terézvárosi Értelmi Fogyatékosok Napközi Otthona

Bp. VI., Podmaniczky u. 18. Tel.: 311-2230

Terézvárosi Foglalkoztatást Elősegítő Kft.

Bp. VI., Rózsa u. 81-83. Tel.: 332-3962

Terézvárosi Vagyonkezelő Nonprofit Zrt.

Bp. VI., Rózsa u. 81-83. Tel.: 3016-700

Főgáz észak-pesti szolgáltatási osztálya

Bp. XIII., Béke tér 9. Tel.: 462-6472, 465-6474

Budapest Főváros Kormányhivatala VI. kerületi Hivatala Hatósági Osztály és hivatalvezetés

1063 Budapest, Szinyei Merse utca 4. Telefon: 473-2714, 473-2718 **Ügyfélfogadási idő: hétfő 13.30-18.00, szerda 8.00-16.30, péntek 8.00-11.30**

Budapest Főváros Kormányhivatala VI. kerületi Hivatala Kormányablak

1062 Budapest, Andrásy út 55. Telefon: 795-8690 **Ügyfélfogadás: hétfő 7.00-17.00, kedd 8.00-17.00, szerda 8.00-20.00, csütörtök 8.00-18.00, péntek 8.00-14.00.**

Terézvárosi Polgármesteri Hivatal

1067 Budapest, Eötvös utca 3. **Központi telefonszámok:** 342-0905, 342-0906, 342-0907, 342-0908, 342-0909. **Ügyfélfogadás: hétfő 13.30-18.00, szerda 8.00-16.30, péntek 8.00-11.30**

Belvárosi Katasztrófavédelmi Őrs

1052 Budapest, Gerlóczy utca 6.

Telefon: 459-2305

E-mail: 6.ker.pvkirendeltseg@katved.gov.hu

Az állandó bizottságok elnökeinek, tagjainak névjegyzéke

Pénzügyi és Jogi bizottság

Heltai László elnök, Czuppon Zoltán Zsolt alelnök, Hegyi András József, Lindmayer Viktor, dr. Szili Kovács Tibor, Polló Károlyné, Juhász Benedek, Onódi Ákos, Bartha Salima Szilvia

Városgazdálkodási és környezetvédelmi bizottság

Czuppon Zoltán Zsolt elnök, Matokanovic Lídia alelnök, Császárné Csóka Ilona, Dohány Gábor, Lindmayer Viktor, Nyíri Gábor, Juhász Tímea, K. Nagy Imre, Takács Balázs

Humán bizottság

Császárné Csóka Ilona elnök, dr. Szili Kovács Tibor alelnök, Hegyi András József, Matokanovic Lídia, Wizer László Ernőné, Mihályfi Mária, Bencsik Zoltán, Soós Andrea

Krumpliorr helyett igényes show

Bevallom őszintén, gyermekkoromban nem rajongtam feltétel nélkül a cirkuszért, bár az is igaz, hogy főleg elég gagyi vándorcirkuszokba jutottunk el. A bohócoktól egyenesen rettegtem, pedig akkor még nem láthattam a krumpliorrosokról szóló horrorfilmeket sem. Valamiért nem vonzott az összetákolt sátor, a faforgács, amin lépkedni kellett, az orrfacsaró „oroszlánszag”, a harsány, zajos, túl színes előadás, de még a kék és rózsaszínű vattacukor sem. Emlékeim szerint a produkciók közül többet ugyanazok az emberek adtak elő, gondolom, egy népesebb család vitte hátán az egész előadást. Ezek után valódi csodaként ért, amikor közel az ötvenhez a Fővárosi Nagycirkusz egyik show-ját nézhettem meg, bevallom, nem kevés előítélettel. Az a minimum, hogy kellemesen csalódtam. A színház, a revü, az akrobatika jól összehálogatott elegyével találkoztam, kellemes közegben, élő zenekari kísérettel. Még sztorkija is volt a két részből álló produkciónak, s a figyelmünk nem lankadt egy percre sem, mert mindig valami izgalmas történt a színpadon. Látványos, igényesen szórakoztató program volt, így legközelebb már unszolás nélkül választottam ezt a szabadidős tevékenységet. Akkor még nagyobb élményben volt részem, hiszen a vízi cirkuszt láthattam élőben. Ennek bizony semmi köze a gyermekkori emlékekhez. Nincs félelmetes bohóc elnagyolt arcfestéssel, nincs unalom és fülsértő zaj. Van viszont modern cirkusz igényes show-műsorral, emlékezetes számokkal, amit kicsik és nagyok egyaránt élveznek.

GAJDÁCS EMESE

FÓKUSZ

Cirkuszi előadás gyereknapi

6. **ÖNKORMÁNYZAT** A testvérváros templomának felújításához nyújt támogatást az önkormányzat
7. **ÖNKORMÁNYZAT/KÖZÖS ÜGYEINK** A zene az elfogadást is segíti
8. **KÖZÖS ÜGYEINK** Bajza-gála az Eötvös10-ben
9. **KÖZÖS ÜGYEINK** Mesedélelőtt a Tegoszban
10. **KÖZÖS ÜGYEINK – MÚLTIDÉZŐ** Lang Adolf, a magyar historizmus mestere
11. **KÖZÖS ÜGYEINK – MÚLTIDÉZŐ/MOZAIK** Születésnap
Zeneakadémia: Bartók Világverseny
16. **SZÍNHÁZ** Egy szingli lány megpróbáltatásai – Macskadémon az Operettben
17. **KIÁLLÍTÁS** Az objektív soha nem hazudik
- 18-19. **SZÍNES TERÉZVÁROS** Ó, miszter Alkohol
20. **ÉTLAPOZÓ** Megbízható minőség
21. **KONYHA** Főzünk együtt mentával
23. **ÉLETMÓD** Magokkal az egészségért!
25. **TÉR/ZENE – ZENE/TÉR** Táncoló görög harcosok és Vitéz László
26. **KERESZTREJTVÉNY**
27. **PROGRAMOK/APRÓHIRDETÉS**



4-5.



9.

KÖZÖS ÜGYEINK
Egy kamion tele matematikával



12-13.

INTERJÚ
„Én a végtelen út vándora vagyok”



22.

GYEREKVILÁG
Pünkösdi a Kincseskert oviban

TERÉZVÁROS KÖZÉLETI, KULTURÁLIS ÉS ÉLETMÓDMAGAZIN

KIADÓ: Budapest Főváros VI. kerület Terézváros Önkormányzata

FELELŐS SZERKESZTŐ: Brém-Nagy Ferenc

MUNKATÁRSÁK: Dobi Ágnes, Gajdács Emese, Steindl Gabi

SZERKESZTŐSÉG CÍME: 1067 Budapest, Eötvös utca 3.

E-MAIL: sajto@terezvaros.hu

NYOMDA: Magyar Közlöny Lap- és Könyvkiadó Kft., Lajosmizse

FELELŐS VEZETŐ: Köves Béla ügyvezető igazgató **TERJESZTÉS:** Magyar Posta Zrt.

A HIRDETÉSEK FELADHATÓK A SAJTÓIRODÁN:

Telefon: 06 1/342-0905,

2451-es mellék

E-mail: sajto@terezvaros.hu

APRÓHIRDETÉSEK FELVÉTELE:

VI., Eötvös utca 3., recepció, hivatali nyitvatartási időben.

Szín pompás, izgalmas előadást láthattak az érdeklődők



Cirkuszi előadás gyereknapra



Megtelt a Fővárosi Nagycirkusz nézőtere

Terézváros önkormányzata az idei évben is cirkuszi előadást ajándékozott a gyerekeknek.

A szülőkkel, nagyszülőkkel és barátokkal érkező terézvárosi gyerekek ismét megtöltötték a Fővárosi Nagycirkusz nézőterét. Az előadás előtt Hassay Zsófia polgármester köszöntötte a vendégeket, majd kvízkérdéseket tett fel a kicsiknek. A bátor és helyes választ adó gyerekek a cirkusz világához kapcsolódó ajándékot kaptak.

Az Atlantic Flight – Nagy cirkuszi utazás című előadás teljesen elkápráztatta a nézőket. A program során láthattak lélegzetelállító levegőszámot, amely a határtalan szerelem földöntúli varázslatát keltette életre a levegőben. Valószínűleg minden férfi vendég örülne, ha olyan gyorsan öltöző felesége lenne, mint amilyen az orosz Maria Syulgina, aki hihetetlen tempóban cserélte a ruháit a produkcióban, szinte követhetetlen volt a szemnek az átváltozás. A szintén orosz Kudzina Kristina hulahoppkarika-számával teljesen lenyűgözte a nézőket. Nem csak a produkció, a látvány is szemkápráztató volt. Természetesen az akrobatikus elemek mellett nem hiányozhattak az állatos produkciók sem, Laura Urunova papagájokkal, Steven és Angele Pedersen pedig fókákkal szórakoztatta a vendégeket. Horváth Zoltán humoros, a nézőket is bevonó jelenetei pedig igazolták, hogy a bohóc nélkülözhetetlen a cirkusz világában.

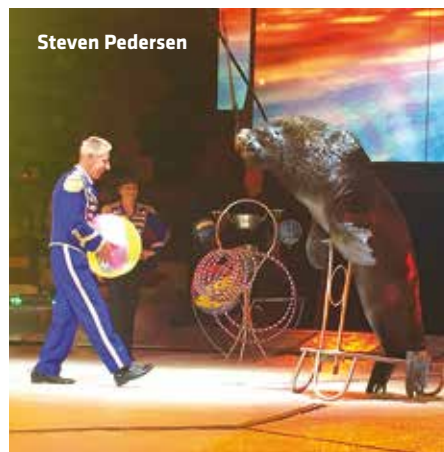
Hassay Zsófia polgármester
ajándékot adott a kvízkérdésekre
helyesen válaszolóknak



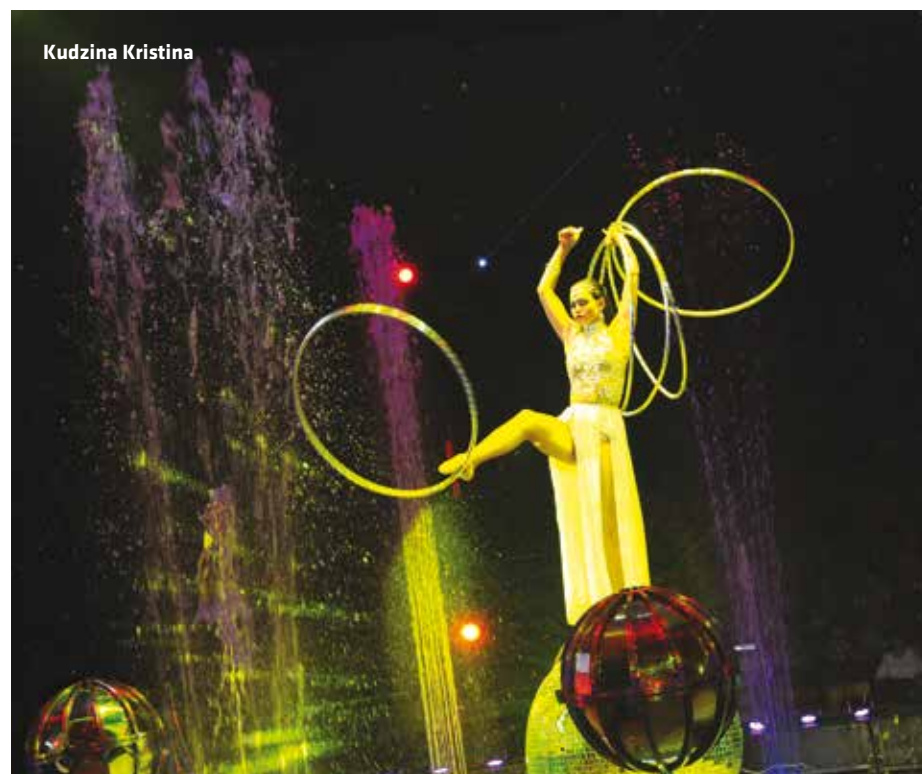
Laura Urunova



Steven Pedersen



Kudzina Kristina



A testvérváros templomának felnyújt támogatást az önkormányzat

Egyházi támogatásokról döntött a közelmúltban a képviselő-testület. Az önkormányzat ötmillió-ötszáz ezer forinttal járul hozzá a Szent Család-plébániatemplom közösségi termék tetőjavításához, huszonkétmillió forinttal pedig az Avilai Nagy Szent Teréz-templom falait károsító vizesedés megszüntetéséhez. Ötmillió forintos önkormányzati segítséggel újulhat meg az Egységes Magyarországi Izraelita Hitközség Vasvári Pál utcai zsinagógája, a Magyarországi Autonóm Orthodox Izraelita Hitközség a Desseffy utcai zsinagógájának fűtés-korszerűsítéséhez kapott 500 ezer forintos támogatást. Terézváros 850 ezer forinttal járul hozzá a lenti Szent Mihály-plébániatemplom rendbetételéhez.

Ipacs Bence testvérvárosunk, Lenti Szent Mihály-templomának plébánosa, Kaszás Csaba Richárd káplán és Héra József, Lenti városának önkormányzati képviselője személyesen köszönte meg a támogatást, amelyet a terézvárosi önkormányzat nyújtott a 320 esztendő Szent Mihály-templom külső állagmegóvásához.

Az 1698-ban épült Szent Mihály-templomot utoljára húsz éve restaurálták, külső falain már jócskán akad javítanivaló. A plébánia felújítására az egyházmegye biztosította a

kért forrásokat, azonban a sok segélykérelem miatt már nem tudott hozzájárulni a templom külső falainak megóvását szolgáló munkálatokhoz. A plébánia ezért arra az elhatározásra jutott, hogy gyűjtésbe kezd. Nehéz helyzetüket ismertetve azzal a kéréssel fordultak Terézváros polgármesteréhez, hogy amennyiben lehetséges, az önkormányzat adománnyal járuljon hozzá az értékes templom-épület állagmegóvásához szükséges pénz előteremtéséhez. Ipacs Bence plébános elmondása szerint pár nappal később megérkezett

a minden reményüket felülmúló válasz. A terézvárosi önkormányzat április 26-i képviselő-testületi ülésén igazi testvéri döntésként a képviselők megszavazták részükre azt a 850 ezer forintos támogatást, amelyből a halaszt-hatatlan renoválás elvégeztethető.

A látogatás alkalmával Hassay Zsófia, Terézváros polgármestere és Ipacs Bence kézigyével látta el a nevezett összegről szóló támogatási szerződést.

Az aláírást követően a Szent Mihály-templom történetéről a plébános elmesélte, hogy a főtéren álló épületet az 1669-ben megsemmisült Szent György-templom helyén emelték, és hét esztendő munka után, 1698-ban készült el. Bár Szent Mihály nemcsak Magyarországon, de az egész Kárpát-medence kedvelt templompatronusa, a névváltozás háttérben mégsem ez, hanem az áll, hogy az újonnan megépített templom ereklyéjét Kerkaszentmihályfa templomától kapta.

A plébános érdekességként említette, hogy a szentély Szentháromsághoz kapcsolódó és az első hajó mennyezetén látha-



A Lentiből érkezett delegáció látogatást tett a Szent Teréz-templomban

Újításához zat

tó Utolsó ítéletről szóló mennyezeti freskóját Dorffmeister István festette, akárcsak a Szent Mihály és a Sátán küzdelmét ábrázoló oltárképet. Halála miatt a második hajó és az orgona feletti harmadik rész nem készülhetett el, a templom díszítése így örökre, de legalábbis ez idáig befejezetlen maradt.

A hivatalát ez év februárjától betöltő fiatal plébános szolt arról is, hogy az ünnepek méltóságának, hagyományainak megőrzése az élet minden színterén az egyházon belül kiemelten fontos feladat. A maga részéről Lentiben a szunnyadó szokásokat is igyekszik feleleveníteni. Példaként említette, hogy a közelmúltban a Szűzanya fatimai megjelenésének évfordulójára ismét körmenettel emlékeztek, amelyen a környékbeli falvakban élő hívek is részt vettek. Hozzátette: a templom fatimai Mária-szobrának is különös története van, ugyanis a nagyon szép alkotást egyik elődje, az öt esztendeje elhunyt Kondákor Gyula plébános idején adományozta egy család a templomnak, ám a nagylelkű ajándékozó nevét az atya magával vitte a sírba, így az immár örökké rejtve marad.

Arra a kérdésünkre, hogyan alakul Lentiben a hitélet, van-e elég fiatal a hívők között, az atya elmondta: a Zala megyében élők többsége katolikus, annak minden szépségével és hátrányával Lenti is hagyományosan vallásos vidéki városnak mondható. Ez egészen pontosan azt jelenti, hogy a családokban a gyerekek vallásos nevelést kapnak, az iskolában a diákok 80-90 százaléka hittanóra jár. Az első áldozás és a bérmálás után azonban a fiatalok egy időre eltűnnek az egyházközösség látóköréből, javarészt az ünnepi alkalmakon és házasságkötésükkor, majd gyermekük keresztelesekor látják őket viszont. Ebből következik, hogy a szentmiséket nagyobb számban az idősebbek látogatják. Ami azt illeti, a fiatalok hiánya az egyházon belül is sok helyen gondot okoz, a papság életkora meglehetősen magas. Az egyházmegyében e téren reményt keltő folyamat indult el, a papnövendékek száma az elmúlt esztendőben megduplázódott.

A beszélgetés végén Bence atya ismételten köszönetet mondott a testvérváros segítségéért, reményei szerint szeptember 29-én Szent Mihály napját már a megszentelt templomban ünnepelheti a közösség.



Turáni Csongor
népdalokkal és ismert
slágerekkel készült

A zene az elfogadást is segíti

Közös zeneterápiás foglalkozást tartottak május 15-én a Terézvárosi Értelmi Fogyatékosok Napközi Otthona és a Terézvárosi Gondozószolgálat (Tegosz) ellátottjai. A házigazda szerepét ez alkalommal a Terézéno látta el, viszonzva az idősek klubjának tavaly őszi gesztusát, amikor is közös egészség- és sportnapon látták vendégül az intézmény gondozottjait.

Kecskés Andrea, a Terézéno vezetője hangsúlyozta: az elmúlt esztendő vége felé nagy örömmel fogadták az integrált foglalkozás megtartásának ötletét, még nagyobb boldogságot jelentett, amikor kiderült, hogy az nem egyetlen alkalomra szolt. Mint mondta: az őszi sportnap olyan egyetértésben és jó hangulatban zajlott, hogy szinte azonnal megszületett az elhatározás, hogy a közös programokat folytatják majd. Így került sor a mostani találkozóra, amelynek középpontjába ezúttal nem a mozgást, hanem az együtt zenélést állították. A zene terápiás, személyiségfejlesztő, élményt teremtő erejét könyvtárnyi szakirodalom taglalja. De ami a legfontosabb, hogy ez az erő nemcsak elméletben, hanem a gyakorlatban is létezik. Egy didaktikailag átgondolt, jól megtervezett foglalkozás felszámolja a gátlásokat, lebontja az egymástól elválasztó falakat, érzelmeiket szabadít fel.

Schmolczné Havas Pálma, a Tegosz vezetője a közös programról szólva elmondta, a terézvárosi szociális intézményeket példaértékűen jó együttműködés jellemzi, ezért nem találja rendkívülinek azt, hogy a Tegosz szépkorújai és a Terézéno gondozottjai egymásra találtak. Álláspontja szerint az együtt töltött idő mindkét csoport számára számos előnnyel jár. Mások, például a fogyatékkal élők elfogadása nemcsak sérült embertársainkhoz visz közelebb, hanem önma-

gunk elfogadásához is. Az évek múlása, az időskor nagyon sok olyan tennettel jár, amit nemhogy elfogadni, de tudomásul venni is nehéz. Nagy kihívást jelent, hogy az ember kellő derűvel tekintsen azokra a korlátokra, amelyeket a múltó idő állít elé, s talán még nagyobb feladat, hogy felülemelkedve rajtuk, örömteli foglalatosságokkal töltsen meg napjait.

A két részből álló programot Turáni Csongor, a M.É. Z. együttes alapítója, a skót és magyar népzene avatott képviselője vezette, aki a Terézéno-ban 2018 januárjától rendszeresen tart zeneterápiás foglalkozásokat. A mostani eseményre népdalokkal, valamint az idősebb korosztály körében ismert és szeretett slágerekkel készült. Választása teltalátatnak bizonyult, a Terézéno és a Tegosz alkalmi kórusának tagjai széles mosollyal az arcukon éppoly örömmel énekelték Vangelis és Kovács Kati slágereit, mint az Omega együttes legendás Gyöngyhajú lány című dalát.





A Tojásmesét a 3. a osztály tanulóitól láthatta a közönség



A 4. a osztály lánykórusa szatmári népdalokkal szórakoztatta a közönséget

Bajza-gála az Eötvös10-ben

A Bajza Utcai Általános Iskola növendékei léptek színpadra május 25-én délután az Eötvös10-ben, hogy a szülőknek, tanároknak, diáktársaknak egy szép gálaműsor keretében bemutassák tudásukat.

„Oszd meg a tudásodat másokkal: ez az egyik módja annak, hogy halhatatlan légy” – a dalai láma ezen idézetével kezdte köszöntőbeszédét Bódi Csilla, az intézmény igazgatója, majd arra emlékeztetett, hogy egy évvel ezelőtt a Zeneakadémia színpadán dicsőítette a múltat, dicsérte a jelent:

– A Bajza nem elit iskola, hanem az érték iskolája szeretne lenni. A történelem sodrában azért maradhatott kiválónak, mert erejét a tudás, a szellem és a tehetség forrásából merítette, meríti ma is. Az elmúlt tanév nem fukarkodott sikerekben. Számos tanulmányi versenyen vettek részt a gyerekek és lettek kiválók. Angol, német, magyar szavalóverseny, éneklő ifjúság, történelem, matematika... és sorolhatnám még mennyi versenyen öregbítették a Bajza nevet. Kemény munka van a siker mögött. Tanár, diák egyformán dolgozott. Mindezek a közös sikerek járultak hozzá ahhoz, hogy a három leendő első osztályunkba összesen 84-en iratkoztak be, kétszer annyian, mint a kerület bármelyik iskolájába – hallhattuk az igazgatótól, aki így folytatta: A siker felelősség is. Szülő, tanár együtt kell tegyen a gyerekek jövőjéért. Hamvas Béla azt írja: „A nagy örökség egyúttal kötelesség. Nehéz helyzet csak ott támad, ahol az ember kötelességét megtagadja. Kultúrában születni nem csak annyit jelent, hogy élvezni a kivált-

ságokat, hanem annyit is, hogy előkészíteni az utódok kultúráját.”

A két részre bontott gálaműsort a kicsik kórusa nyitotta népdalcsockorra, két trubadúrdallammal, valamint Gyárfás Endre-Balázs Árpád Tavaszébredésztőjével. Osváth Erzsébet Zsémber Zsófi című meséjét Sebestyén Emma Lili 1. c osztályos tanuló szavalta el, őt követte Wu Yi Alma zongorajátéka, Turbék Noémi (2. b) egy Lázár Ervin-verssel, a 4. a osztály lánykórusa pedig szatmári népdalokkal. Balázs Berta (3. b) Csukás István A nagy papucstolvaj című versét adta elő, a Tojásmesét pedig 3. a osztály tanulóitól lát-

hatta a közönség. Utánuk Rizdorfer Eszter (7. a) következett gitárral, végül néptánc zárta a programot a szünet előtt: a kicsik (2. b és 3. a) sárközi ugrózt és játékfűzést mutattak be.

A következőkben a néptáncosok (6. a, 7. c és 8. c) moldvai körtáncokat adtak elő, Long Weiran (5. b) klarinéton játszott, Kántor Péter A könyvespolc előtt című versét Berkin Mabel Lujza (6. a) szavalta, Wang Leyao (7. a) zongorázott, Szász Eszter Sára pedig egy angol verset mondott el. Balázs Ramóna (5. b) altfurulyatudását mutatta meg, Vojnárovits Tamás (8. c) németül szavalt, Szász Eszter Sára (7. a) zongorán játszott, a 8. osztályosok pedig keringőztek. A gálaműsort a felsősök kórusa és a hangszerek előadása zárta.



A műsort a kicsik kórusa indította

Egy kamion tele matematikával

A török intézet Andrassy úti épületében május 18-án a matematika szépségeivel ismerkedhettek a kerületi diákok.

Mint azt Yakup Gültől, a Yunus Emre Enstitüsü Budapesti Török Kulturális Központ igazgatójától a helyszínen megtudtuk, az intézet és a Török Tudományos Akadémia támogatásával május 14. és 18. között Magyarországra is ellátogatott a Kamionnyi matematika elnevezésű, nagy sikerű nemzetközi program.

Első állomásként Kispesten járt a kamion, majd Eger, a borsodi kisközség, Prügy és a zuglói Európa 2000 Középiskola következett.

Május 18-án a török kulturális intézet Andrassy úti épülete előtt egy kamion parkolt le, rajta a felirat: Full of maths. Ebből már sejtethető volt, hogy a matematika körül zajlanak majd a dolgok ezen a napon.

Az ideérkező 6–18 éves gyerekek a jármű rakteréből előkerült több mint 30 matematikai és logikai feladattal ismerkedhettek a török szakemberek által előzőleg felkészített magyar fiatalok vezetésével. Ottjártunkkor éppen a terézvárosi Vörösmarty Mihály Általános Iskola, a VIII. kerületi Fazekas Mihály Gyakorló Általános Iskola és Gimnázium diákjai, valamint kispesti gyerekek töltötték meg a török intézet belső udvarát, s láthatóan nagy érdeklődéssel figyelték a matematikát szemléletesen bemutató játékokat.

Metálné Gál Annamária, a Fazekas gyakorlóiskola pedagógusa érdeklődésünkre elmondta: nagyon hasznosnak tartják az ilyen jellegű foglalkozásokat. A diákok az iskola környezetéből kiszakadva, más közegben, oldottabb formában dolgozhatnak, így az igazán izgalmas, ugyanakkor a matematika egyes törvényszerűségeit jól szemléltető játékokat szívesen használják. A fiatal tanítónő



annyira jónak találta az eszközöket, hogy szívesen használna ilyeneket a tanítás során is. Mint mondta, próbál ötleteket meríteni, és amit csak lehet, megvalósítani ezek közül.

Yakup Gül, a Yunus Emre Enstitüsü Budapesti Török Kulturális Központ igazgatója kérdésünkre válaszolva elmondta:

– Célunk, hogy az érdekes, interaktív feladatokkal megszerettessük a fiatalokkal a matematika és a tudomány világát. A kamionban rejlő dolgok olyan elméleti matematikai formulákat tesznek közérthetővé, amelyek így sokkal egyszerűbbnek tűnnek. Törökországban eddig 45 ezer fiatal látta a kamionos kiállítást. Az eszközök pedig a Thalesz Matematikai Múzeumból származnak. A budapesti intézet feladata a török kultúra, művészetek és a nyelv népszerűsítése, de mostantól a tudományok bemutatása is napirendre kerül. Terveink között szerepel, hogy a Kamionnyi matematika programon használt eszközök közül néhányat a budapesti török intézetben is berendezzünk egy szobát, s ha lesz rá igény, a játékokat mobilizáljuk, elvisszük más magyarországi iskolákba is – hallhattuk Yakup Gültől.



Mesedélelőtt a Tegoszban

A gyermeknap alkalmából a Tegosz-klub szépkorú tagjai olvastak fel mesét a Farsori ovi kicsinyeinek május 23-án. A Mátyás-emlékévhöz kapcsolódóan a mesék a királyról szóltak. A mesemondókat előzetesen egy Mátyás király mesemondó versenyen választotta ki a klubtagokból, illetve a dolgozókból álló zsűri. A klubszobákat meseszobáknak rendezték be, a gyerekek mindegyikben más-más mesét hallgattak meg, és fel is dolgozták azokat játékosan, színezőkkel.



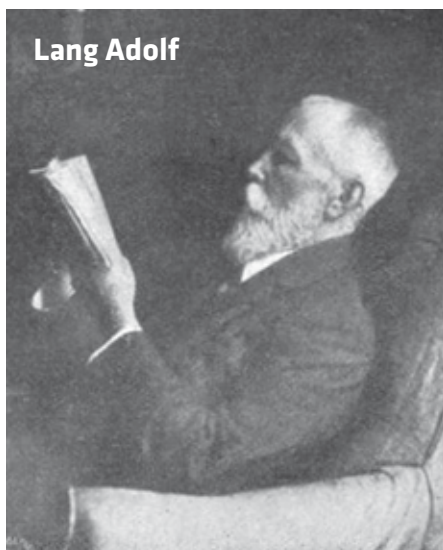
Lang Adolf, a magyar historizmus

Prágában született százhetven éve, 1848. június 15-én, németül beszélt, Bécsben tanult. Hágától Bukarestig állnak házai, Magyarországon alig 25 évet élt, mégis magyar építésznek vallotta magát. 1873-ban jött Pestre, a Pesti Építőtársaságba, amelynek később főépítésze lett. A Magyar Építésszek Szövetségének alapítói között volt és haláláig tagja maradt. Nevét alig ismerjük, pedig jelentős épületeket épített Terézvárosban is. Három méltán sikeres épülete valósult meg itt, a Sugárúton.

Ybl Miklós Operaházával egy időben épült fel egyik korai alkotása, a Régi Múcsarnok. A kornak és a Sugárútnak két – az itáliai reneszánsz világát idéző – meghatározó eleme. Lang Adolf nemzetközi tervpályázaton nyert megbízást 44 pályázó közül. 1875. április 15-én kezdtek az építkezést. Lotz Károly készítette a freskókat, de Lang is részt vett benne: Lotz a figurális freskókat alkotta, Lang az ornamentális díszítőfestést, miközben bútortervet is készített az új intézmény számára. 1877 novemberében kész volt a ház. A Múcsarnok általános elismerést hozott mind Budapest, mind az ifjú építés számára. Lang Adolfot a Ferenc József-rend lovagkeresztjével tüntette ki az uralkodó.

A sikeres mű magánmegbízásokat is eredményezett az ifjú számára, és a Múcsarnok ünnepélyes megnyitására ismert meg későbbi feleségét, Steiner Emmát is. Igaz, ő ekkor még más felesége volt...

A Múcsarnok balján – Rauscher Lajos tervei szerint – épült meg a Mintarajztanoda. A másik oldalára elképzelt Zene- és énekaadémia épületére nem írtak ki pályázatot, a Múcsarnok sikere és a három épület harmóniájának fontossága miatt Lang kap-



Lang Adolf

ta a megbízást. 1879 nyarán beköltözhető volt a Régi Zeneakadémia. E házba költözött Liszt Ferenc és Erkel Ferenc is. Lang szakmai-emberi hozzáállását dicséri, hogy a Zeneakadémia épülete inkább hasonlít a Mintarajztanodára, mint a Múcsarnokra. Ezzel az alázattal tudta legtökéletesebben megteremteni a három épület harmonikus egységét.

Közben a Váci körúton (ma Bajcsy-Zsilinszky út) is épített: a 27., a 29. és a Dessewffy utca 3. szám alatti „három-ház”. A Dessewffy utca 3. szűk udvara könnyed, loggás kialakításával, szépen megformált vonóvas kikötésével teszi hangulatossá a házat.

A másik „három-ház” a Bajcsy-Zsilinszky út 49.–Podmaniczky utca 2. és 4. A Bajcsy-Zsilinszky út 49. igényesebb, vörös klinkertéglás homlokzatán fehér vakolatkeretézéssel alakították ki az ablakokat, míg a pandantja, a Podmaniczky utca 4. vakolt, téglalburkolat nélküli, de színeiben ugyanilyen megjelenésű volt. A beépítés tengelyében lévő házzal együtt a korai historizmus szép példái.

Ebben az időszakban épült a Stein-palota (Andrássy út 1.) is. A Sugárút jobb oldali első háza egy új építészeti korszaknak is nyitó-épületévé vált: az egyik legelső neobarokk ház a magyar historizmusban. Érdekessége, hogy Lang íves sarokkal tervezte meg, bár a szabályozás szerint egyenesen kellett volna levágnia az épület sarkát. A ház annyira elnyerte a bírálók tetszését, hogy mégis jóváhagyták a tervet.

Válságos évek következtek, Lang visszatért Bécsbe. A Műszaki Egyetemen tanított, majd Hágában, Bécsben, Bukarestben és megint Bécsben. 1890 körül jött vissza Magyarországra.

Az ország a Millennium lázában égett. A Ezredéves kiállítás Vas- fém- és építőipari csarnokát Lang alkotta. Második magyarországi tartózkodásakor főleg középületeket tervezett az akkori Magyarország egész területén: a Magyar Színház, a Pécsi és a Kassai Nemzeti Színház, a Pécsi Városháza, Szegeden az Anna-fürdő, a Kultúrpalota, több színház-, fürdő- és banképülete készült el. Akkori alkotásai alapján a neobarokk egyik jelentős képviselője. Élete főműve mégis a Régi Múcsarnok maradt. A Sugárút egyik legméltatóbb épülete volt, azonban hamar kinőtte falait, akárcsak szomszédja, a Zeneakadémia. A Millennium hevében a Múcsarnokot a Hősök terére álmódták a városatyák, a századforduló után pedig a Zeneakadémia kapott új otthont. Langnak meg kellett küzdenie azzal, hogy két nagy sikerű munkája többé nem tölti be eredeti rendeltetését.

Későbbi, 1906-os műve a Zichy Jenő utca 43. szám alatti lakóház. Az idősödő Langot nem kerítette már hatalmába a szecesszió, hatása itt mégis tetten érhető – főleg az erkély vagy a függőfolyosó korlátaiban.

1908-ban Lang ismét elhagyta az országot, bár pesti laccímét soha nem szünteté-

A Régi Múcsarnok



us mestere



Bajcsy-Zsilinszky út 49.
– Podmaniczky utca 2.



A Stein-palota

te meg. Utolsó éveiben Bécsben dolgozott, 1913. május 2-án bekövetkezett haláláig.

A teljesség igénye nélkül, Lang Adolfnak elsősorban Terézvárosban fellelhető épületeire koncentráltunk. Az itt megépült házakat végigjárva sajnos nem tagadhatjuk: méltatlan állapotban vannak.

Tegyük meg mindent, hogy ezek a házak eredeti szépségükben pompázhassanak és unokáink is gyönyörködhessek még bennük!

HASZPRA ÉVA



A Dessewffy utca 3. belül

Születésnap

VARGA LÁSZLÓNÉ A kilencvenedik születésnapját üneplő Varga Lászlóné május 15-én Bundula Csaba alpolgármester köszöntötte, s érkezésekor kiderült, kettős ünnep része lehet:

– Ma van a névnapom is. Édesanyám úgy döntött 90 évvel ezelőtt, hogy ha éppen Zsófia napján születtem, legyen ez a keresztnévem – mondta nevetve az ünnepelt, aki a beszélgetés során mindvégig derűsen beszélt még a nem annyira könnyű évekről is. Mint kiderült, Szalkszentmártonon született, hét testvére volt. Édesanyja az utolsó születe után meghalt, édesapját pedig 1945-ben málenkij robotra vitték, őt így veszítették el. Két bátyja is Pesten élt, hozzájuk költözött. „Eleinte mindenféle munkával próbálkoztam. A csepeli gyárban is voltam, de miután rájöttem, hogy fegyvereket állítanak elő, azonnal ott hagytam őket. Dolgoztam a MOM szemüvegkereteket gyártó részlegén, majd a Május 1. ruhagyárban. Okleveles varrónő lettem, ma is van varrógépem, ha szükséges, használom” – mondta az elismerésre méltóan fiatalos Zsófi néni, aki szemüveg nélkül olvas. Imádja a könyveket, fejből mond verset, szívesen énekel barátai körében. Kedvenc hobbija, már-már szenvedélye a rejtvényfejtés, amit versenyszerűen űz, ma is klubtag, és ahol csak teheti, megfejt az útjába kerülő rejtvényeket.

Zsófi néninek egy fia született, egy unokája és két dédunokája van. A családnak most is nagyon sokat segít, de világléteében önkéntes munkákat is vállalt, amit a mai napig folytat. Időnként egy gyermekkórház kis betegeit látogatja, akiket mesékkel, dalokkal próbál jókedvre deríteni. Mint mondta, szerinte a hosszú élet titka a derű, a humor és az, hogy be tudjuk ismeri, ha hibázunk.

Az ünnepelt az önkormányzat ajándékai mellett megkapta Orbán Viktor miniszterelnök köszöntőlevelét, valamint Hassay Zsófia, Terézváros polgármesterének oklevelét.



Varga Lászlóné
és Bundula Csaba

Zeneakadémia: Bartók Világverseny

Zeneszerzők megmérettetésével folytatódik a Bartók Világverseny és Fesztivál 2018-ban a Zeneakadémián. A versenyre 40 év alatti komponisták jelentkezhetnek a világ bármely tájáról, szólózongorára írott műveikkel, és már érkeznek a jelentkezések. A győztes alkotások november 25-én a díjkiosztó gálakoncerten hangoznak fel először, és e művek közül kerülnek majd ki a kötelező darabok a Bartók Világverseny következő hangszeres fordulójában, az ifjú zongoraművészek versenyén 2019-ben.

A világverseny sajátossága, hogy a Bartók-életmű legjellemzőbb vonulataira, a zongorára, a hegedűre, a kamarazenére, valamint a zeneszerzésre épülve teljeseedik ki. A hangszeres segerszemle zenetudományi szimpóziummal és a nagyközönséget is megszólító változatos programokkal egészül ki egész hetes fesztivállá. A hangszeres versenyek közötti években a Zeneakadémia zeneszerzőversenyt rendez, a nyertes művek közül kerülnek ki a következő év versenydarabjai. A 2018-as zeneszerzői fordulóra augusztus 31-ig lehet jelentkezni új, szólózon-

gorára írt művekkel, amelyekben a művészek muzikalitásukról és magas szintű technikájukról tehetnek tanúbizonyságot.

A Bartók Világverseny és Fesztivál a hegedűsök versenyével kezdődött 2017-ben, Bartók Béla születésének 135. évfordulóján.

Olyan versenyfolyamat hoztunk létre, amely sokoldalúan rajzolja meg Bartók Béla géniuszát, miközben nevét a világ számára is egyértelműen Magyarországhoz, a Zeneakadémiához köti. Nagy megtiszteltetés számunkra, hogy olyan külföldi zsűritagokat, zeneszerzőket nyertünk meg ügyünknek, akik nemzetközi rangjuk, életművük által a világ élvonalába tartoznak – hangsúlyozta Fekete Gyula zeneszerző, a Liszt Ferenc Zeneművészeti Egyetem rektorhelyettese, a Magyar Zeneszerzők Egyesületének elnökségi tagja, a verseny idején fordulójának művészeti vezetője. A megmérettetés összdíjazása tízezer euró. A részletes versenykiírás elérhető a bartokworldcompetition.hu oldalon.

(TEMESI)

„Én a végtelen út vándora

Világháborús gyermek, 56-os szerelmes, tele félelmekkel és bizonytalanságokkal, majd megtanult boksolni, hogy ne legyen kiszolgáltatott, és mások lelkében kutatni. Színdarabokat írt – tavasszal mutatták be a Madách Színházban a Szomorú vasárnap című darabját, de az Operettszínházban is játsszák az Isten pénze című művét, könyveket ír és előadásokat tart. Müller Péter – aki saját bevallása szerint utolsó menetét éli –, nagy utat tett meg önmaga megismerésében, mint egyik könyvének hősnője, Tolnay Klári neves színész, akit egy halhatatlan szerelem lelkileg összetört, majdnem belehalt. Többek között erről és önmagáról tart rendszeresen előadást Az újjászületés lélektana címmel. Aki részt vesz ezeken a spirituális utazásokon, szinte újjászületik.

– Színészek között él, róluk több könyvet, illetve színdarabot írt. Mi vonzza a történeteik megírására?

– A különös sorsuk. Például a legendás Körhinta film legendás főszereplője, Soós Imre és a felesége közösen követett el öngyilkosságot, miután elváltak egymástól... Gondolhatja, mennyire megrázott a haláluk, amikor bement a rádió és meghallottam. Részeg józanok című könyvemben állítottam nekik emléket. Seres Rezső világhírű zeneszerző életét és öngyilkosságát pedig a Szomorú vasárnap című darabomban örökítettem meg. A Tolnay Kláriról szóló könyvem a Halhatatlan szerelem címet kapta, és egy nő önmagára ébredéséről szól. A híres színésznő barátom és lelki társam is volt, akivel együtt kerestük sorsunk és lelkünk titkait. Ezekről a titkainkról mostanáig nem beszélhettem, de végre már elmondhatom őket. Elmesélem az életét, a közös szellemi élményeinket és föl-villantom életének gyönyörűsége kudar-cát is. Az összes előző művem gondolatainak összegzése ez a könyv. Más lelkébe való mélyebb bepillantás, egyben önmagam és az igazság felfedezése is. Hálás vagyok látható és láthatatlan segítőknek, hogy megírhattam.

– Miért tartja ezt olyan fontosnak?

– Mert ifjú dramaturgként ámulattal és bámulattal néztem a színpadok mögött a Tolnay–Darvas kettőst a Rómeó és Júliában. Uramisten, hogy sistergett a levegő, amikor játszottak! Az életben már válólélemben voltak, amikor a színpadon még mindig a hősszerelmes szerepében tetszelegtek. Darvas Iván tizenegy évvel volt fi-

atalabb a művésznőnél, akivel szinte az első találkozásukkor fellobbant egy hatalmas szerelem, ami házassággal folytatódott, majd viharos válással végződött. Képzeld el, úgy játszani a Rómeó és Júliát, hogy a férj vadul csal, odahaza áll a bál, háborúznak, és mindezt hátrahagyva a színpadon egymás karjaiba hullanak estéről estére... Nem könnyű lelkileg átállni, volt, hogy Klárikának nem is sikerült, elmaradt az előadás. Olyan idegzsábát kapott e kettősségtől, hogy lemerevedett és csak négykézláb tudott közlekedni! Később, megtalálva önmagát, Klárika boldogan halt meg, mosollyal az arcán.

– Ön megtalálta önmagát?

– Nagyjából igen, de nyolcvankét évesen meg kell tanulnom önmagam tisztában látni. Boldog életem volt, de öregszem, rosszul alszom, nagyon sokszor rémálmaim vannak, fájdalmak gyötörnek, aggodalmaim vannak, hogy nem végeztem el még mindent...

– Nemrég fejezte be egy már jóval korábban kiadott művét, a Részeg józanokat, ami nagy siker volt. Miért írta át a már fél évszázada megjelent könyvét, hiszen ez, lássuk be, nem szokványos egy írótól?

– Valóban, de amikor évtizedekkel később újra elolvastam, nem tartottam eléggé keménynek és őszintének. Annak idején íróilag és politikailag is éretlen voltam, most mindent más szemmel látok, ezért írtam át a könyvet szinte teljes egészében, új jelene-tekkel kiegészítve.

– Szinte mindig különleges, sőt elvont témákat dolgoz fel műveiben és előadásaiban, ezért inkább ezoterikus-spirituális szerzőnek, illetve előadónak tartják. Előadásait egy széken ülve, mindig meditációval kezdi a színpadon, miért?

– Koncentrálok és kérem az égi segítséget, hogy legyen kellő erőm összefogot-



Tolcsvay Lászlóval és Müller Péter Sziámival az Operettszínházban, az Isten pénze előadásán

vagyok”

tan elmondani mindazt, amit el szeretnék mondani. Az emberre bizonyos címet aggatnak, én azon a címen lettem népszerű, hogy „ezoterikus” író. Az ezotéria azt jelenti, hogy a „lélek legbelseje”, a legbensőbb titok. Egyébként sok rangos író műveiben vannak ezotériaelemek. Az Operettszínházban az Isten pénzét a fiammal, Sziámi-val és Tolcsvay Lászlóval írtuk Dickens Karácsonyi ének című művéből. Ebben például ki-be járkálnak a szellemek, evilág és másvilág van a színen. A Szomorú vasárnapban úgyszintén, a történet a túlvilágon játszódik. Mindkét darabban sok az ezoterikus elem.

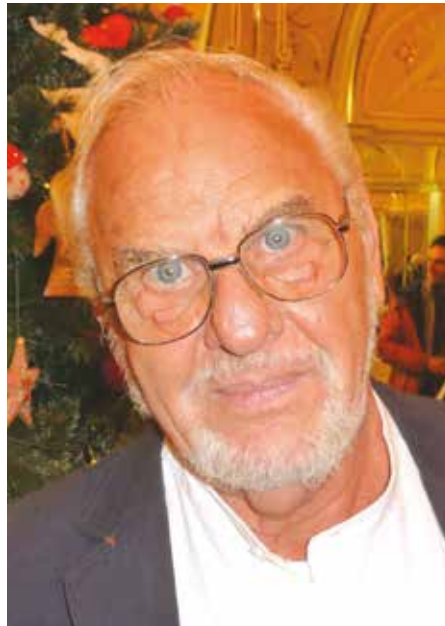
- Az ön életében is, hiszen 1956-ban „meghalt”, legalább is élet-halál közt lebegett, amikor a forradalom hevében hat golyót kapott a testébe...

- Sok vért vesztettem, jártam a túlvilágon is, de visszajöttem onnan. Ez a hat golyó megváltoztatta az életemet. Azt hiszem, azért van hitele és ereje az írásaimnak, előadásaimnak, mert hiteles életet éltem. A színdarabjaim is akkor erőteljesek, ha a színészek is hitelesen játszanak, mint például most a Szomorú vasárnapban a két főszereplő, Rudolf Péter és Nagy-Kálózy Eszter, akikhez én ragaszkodtam. Hét éve szerettem volna velük színre vinni ezt a darabomat, ami már bejárta a világot, de bármilyen furcsa is, nem találtunk hozzá színházat. A Madách ugyanis a zenés, látványos, sokszereplős darabokhoz szoktatta a közönségét, ez pedig nem látványos, nem nyüzsgő, mindössze háromszereplős, Nagy Sándorral együtt. Végül is befogadta a színház és azóta is nagy siker. Nagyon izgultam, milyen lesz, hogyan él meg ez a régi történet a színpadon a mai világban, de úgy látszik, megél. A premieren láttam az előadást, és nagy öröömre jobb lett, mint amire számítottam. A szereplők megértették a művem spiritualitását és a halhatatlanságát.

- Ön is halhatatlan, a szó igazi értelmében...

- Tudom, hogy nagyon messziről jöttem és nagyon messzire megyek... Én a végtelen út vándora vagyok.

- „Vándorlásai” közben miről ír? Mikor jelenik meg újabb könyve?



- Ősszel. A szerelemről írok, méghozzá a miénkről, azaz rólam és a feleségemről. Erről még sose írtam. Mióta megismerem, azóta ugyanolyan hőfokon szeretem, a láng nem vált parázssá. Öröklángolás a miénk. Nagyon összehozott bennünket a sors, már több mint hatvan éve élünk együtt. A Madách Színházban ismertem meg, a büfét vezette. 1955-ben kerültem a színházhoz, és azóta vagyok hűséges hozzá és a feleségemhez.

- Beleolvasott már a kéziratába?

- Igen, már olvassa és a lányom is. Sziámi fiam pedig a könyv szerkesztője lesz, mint ahogy minden könyvemé. Nagyon jó szemem van, érzékeny a témákra, egy húron pendülünk. Rengeteget segít nekem.

- Sok mindenen átment az életben, sokat kellett bokszolnia, hogy talpon maradjon. Az élethez kell bokszkésztyű?

- Nem árt néha felhúzni. Azért tanultam meg bokszolni – és még ma is edzek –, mert nagyon beszari gyerek voltam, a háború alatt nőttem fel apa nélkül, sok szörnyűséget láttam, tele voltam félelmekkel. Ezek legyőzésére álltam be a ringbe, kilenc évig ott vezettem le az energiámat, ott tanultam meg, hogy a pofonnal szembe kell nézni, nem szabad elmenekülni. Ez a titok.

- Hogy érzi, sikerült győznie?

- Talán már nem vagyok annyira majors, mint gyerekkoromban és nem félek a haláltól sem. Most az utolsó menetemet élem, nem tudom, mikor jön a végső kiütés!

TEMESI LÁSZLÓ



TERÉZVÁROSI AKNAK SZÓLÓ MŰSORAINK A HATOSCSATORNA MŰSORÁN

HÉTFŐ

18.00 Terézvárosi magazin

Benne: Ez történt a héten

Terézvárosban

Önkormányzati percek

Terézvárosi kékhírek

Programajánló

Magazinnév

Ez történt a héten

Terézvárosban (ism.)

Ismétlések

kedd 1.30

kedd 14.30

szerda 10.30

csütörtök 7.00

szombat 13.00

Az önkormányzati adások élőben is megtekinthetők a www.hatoscsatorna.hu weboldalon, valamint visszanezhetők a www.terezvaros.hu weboldalon és a Terézvárosi Magazin a hatoscsatornán Facebook-oldalon.

A hatoscsatorna teljes műsorkínálata a www.hatoscsatorna.hu weboldalon található.

E-mail:

info@hatoscsatorna.hu
terezvarosinfo@gmail.com

Facebook:

www.facebook.com/terezvarositelevizio

Tel.: 301-0956

Fax.: 301-0957

Cím: 1064 Budapest,
Vörösmarty utca 65., VII. em.



EGÉSZSÉGNAP

INGYENES SZŰRŐVIZSGÁLATOK TERÉZVÁROSBAN

2018. június 18-án, hétfőn 12 és 18 óra között Terézváros önkormányzata a Terézvárosi Egészségügyi Szolgálattal közösen egészségnapot tart az Eötvös utca 10. Kulturális Színtér földszinti helyiségében.



FÓKUSZBAN AZ ALSÓ VÉGTAGI ÉRBETEGSÉGEK SZŰRÉSE

Az érbetegségek kiszűrése kérdőív kitöltésével és a rizikófaktorok felmérésével kezdődik:

- vércukorgyorsteszt-mérés
- vérkoleszterin-gyorstesztmérés
- vérnyomásmérés
- a vér oxigéntelítettségének mérése
- testtömegindex meghatározása
- egycsatornás EKG-vizsgálat



A fentiek bármilyen eltérése esetén további végtagi szűrővizsgálatot végzünk a helyszínen és szakorvosi tanácsadás is a lakosság rendelkezésére áll.

Frissítő masszázs igénybevételét ez alkalommal is biztosítjuk.

A szűrés lehetősége korlátozott számú, ezért a teljes program igénybevételét csak előre bejelentkezés után, kockázatbecslés alapján tudjuk az egészségnapon biztosítani. **Jelentkezni 2018. június 7. és június 15. között, munkanapokon 8-20 óráig lehet a következő telefonszámon: 06 30 260 6732.**



Az önkormányzat tisztelettel és szeretettel vár minden kedves érdeklődő kerületi lakost!

HASSAY ZSÓFIA
POLGÁRMESTER

MEGHÍVÓ



Kedves Terézvárosiak!

Hagyományteremtő ünnepi rendezvényre hívunk minden hatodik kerületi kicsit és nagyot **2018. június 6-án**, szerdán a **Terézvárosiak napjára** a Hunyadi térrel!

„Buliz6”

10.00 Szalóki Ági gyerekkoncert
14.00 MintaPinty gyerekkoncert
16.30 Szandi családi koncert
18.30 Kovács Kati koncert

„Szülinapoz6”

18.00 Születésnaposok
köszöntése és
megajándékozása

„Sportol6”

11.00 Ovis fitness
Béres Alexandrával
Egész nap a SportPonttal

„Táncol6”

12.00 Szenior örömtánc
Csirmaz Szilviával
15.15 Táncköstoló
Lengyel Szabolccsal

„Dob6” Dobókockás nyereményjátékok

„Játsz6” Hatker hatszor:
helytörténeti játékok

„Dalol6”

12.45 Oszwald Marika
operett műsora

„Alkot6” Kézműves foglalkozás

KRESZ-pálya – TEKA és VI. Kerületi Rendőrség
Önkormányzati infopont
Műsorvezető: Paor Lilla

A 06.06.-án született kerületi lakók – előzetes regisztráció alapján – a helyszínen születésnap ajándékot vehetnek át!

Regisztrálni érvényes személyi okmánnyal és lakcímkártyával

2018. május 31. 16 óráig munkanapokon a Polgármesteri Hivatal (1067 Eötvös u. 3.) nyitvatartási idejében, a recepción lehet.

Bővebb információ a 342-0905/4036-os telefonszámon.

Mindenkit szeretettel vár

*Hassay Zsófia polgármester, a rendezvény fővédnöke,
valamint a Terézvárosi Kulturális Közhasznú Nonprofit Zrt.!*

A részvétel díjtalan.



A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

Egy szingli lány megpróbáltatásai – Macskadémon az Operettben

Karafiáth Orsolya és Bella Máté alberleti revüjét Macskadémon címmel Göttinger Pál rendezésében játsszák nagy sikerrel a Budapesti Operettszínházban. A címszerepben Homonnay Zsolt és Szemenyei János váltja egymást.

A Kálmán Imre Teátrum az 1990-es évek kultmusicalje, a Dorian Gray után márciustól egy fergetegesen mulatságos történetnek ad otthont. Az előadás a sokat sejtető, tréfás műfaji meghatározása mellett is tartogat meglepetéseket, már csak azért is, mert az alkotó csapatból többeknek is ez az első operettszínházi munkájuk. Az előadás rendezője, Göttinger Pál a nyíregyházi Móricz Zsigmond Színház főrendezője, aki első ízben dolgozott a Budapesti Operettszínházban.

– Kíváncsian és izgatottan készültem a próbaidőszakra – mondta még a bemutató előtt –, bár a társulatot természetesen ismertem, sőt Peller Annával és az egyik címszereplővel, Szemenyei Jánossal egy időben jártam a Színház- és Filmművészeti Egyetemre. Nem volt ismeretlen számomra a zenés színházi terep sem, mert a diploma megszerzése után rendeztem Mánás Miskát, de operát, musicalt is állítottam színpadra Kolozsvárott, Budapesten és több vidéki helyszínen. Ez az előadás, a Macskadémon játékos lesz, tele humorral.

Ígéretét be is tartotta, a közönség nagyon élvezi a zenés darabot, ami egy harminc év körüli szingli lányról szól, aki új alberletbe költözik, és próbálja megérteni, miért nem halad úgy az élete, ahogy szeretné. Sok bosszantó dologgal szembesül, amikkel meg kell birkóznia a sikertelen

párkapcsolattól az összerakhatatlan IKEA-szekrényig – mindezekről persze könnyű azonosulni vele, és egy rendkívül szerethető karakterré válik. Akinek volt már olyan napja, amely során reggeltől estig egymást érték a katasztrófák a beázástól a lekésett találkozón át a durrdedefektig, az tudja, hogy egy idő után ilyenkor arra gondolkunk, hogy valami ártó, de tudatos szellem szándékosan ki akar velünk tolni. Itt lép be a képbe az a bizonyos Macskadémon.

Karafiáth Orsolyát, a darab íróját régóta foglalkoztatja a mondák, mítoszok és mesék világa, a Macskadémon történetére egy tibeti legendagyűjteményben talált rá. A témát először meseregény formájában akarta feldolgozni, ám végül úgy hozta az élet, hogy musical született belőle. S hogy a fentiekén kívül mi inspirálta? A történet főhősét, Orsit részben magáról mintázta:

– Nekem is volt egy Rigó nevű kiscicám, a darab karaktereit pedig a környezetből loptam – válaszolta arra a kérdésre, hogy a kis budai villában élő furcsa karakterek megalkotásához honnan merített ihletet. A Macskadémon figurája – bár eredetileg nincs neve – jelen esetben egy férfi, aki meglehetősen sok bajt okoz, ezzel nehezítve Orsi boldogulását. A több sikeres prózai és verseskötetet jegyző író és költő pályafutása során ez volt az első alkalom, hogy



Oszvald Marika

klasszikus színházi körülmények között került színre egy alkotása, eddig ugyanis Karafiáth-színművel csak felolvasószínházi keretek közt találkozhatott a közönség.

A Macskadémon extravagáns, bordó és kék jelmezeit Kovács Andrea tervezte. Az ihletet nem más adta, mint az ősbemutató helyszíne, a szereplők ugyanis a Kálmán Imre Teátrum enteriőrjének színeit és díszítéseit öltik magukra az alberleti revüben. De ez még nem minden, ugyanis látványos parókákat és kiegészítőket is kapnak: Oszvald Marika például többek között egy csillárforma fejdíszet visel.

Az egyebek mellett Junior Prima Díjjal is kitüntetett, fiatal kora ellenére szép sikereket maga mögött tudó zeneszerző, Bella Máté rendkívül változatos, sokszínű zenét komponált a szellemes történethez.

– Az előadásban sok műfaj találkozik – mondta –, megjelenik benne például a hungarikumként jegyzett magyar operett, de felidézzük az angolszász musicalek stílusát is. A darab zenei anyaga attól különleges, hogy minden szereplőnek saját zenei világa van: akad, aki magyar nótázva, míg más egy Sondheim-musical stílusában szólal meg.

Homonnay Zsolt, illetve Szemenyei János mellett a főhősnőt, Orsit Peller Anna keltette életre, a rozzant alkoholista Máté bácsi Faragó András, a felcicomázott, zsu-gori Bori néni Oszvald Marika, az örökké depressziós író, András szerepében pedig Bálint Ádám látható. A dramaturg Lőkös Ildikó, díszlettervező Csanádi Judit és Kiss Gabriella. Zenei vezető Mihalicz János és Furák Péter, a koreográfus Gulyás Anna, a rendező Göttinger Pál.

(TEMESI)



Az objektív soha nem hazudik

Minden egy Picasso-portréval kezdődött. Irving Penn kiváló fotója és egész munkássága láttán döntötte el Sandro Miller, hogy a fotózásnak szenteli életét. Autodidakta módon képezte magát, mára nemcsak nagynevű magazinok fotósa, hanem számos nemzetközi kiállítást tudhat maga mögött. A legutolsó a Műcsarnokban látható június 3-ig.



A Malkovich Malkovich Malkovich | Tisztelet a kamera mestereinek összes fotóján John Malkovich színművész látható, aki teljesen átlényegült a megformált személyeké. A két művész kapcsolata a kilencvenes évek végén kezdődött egy színházi munka során, azóta több projektet jegyeznek közösen. A fotók három napon át készültek, nem csak a fotós és a színész, a stáb is óriásit alkotott. Csak a képekhez használt parókákra több ezer dollárt költöttek. Összességében elmondható, hogy minden eredeti kép, amelynek fotósa előtt Sandro Miller tiszteleg a kiállítással, ikonikus alkotás.

John Lennon és Yoko Ono leghíresebb közös fotója azon a napon készült, amelyen a zenészt a halálos lövés érte. De Albert Einstein nyelvnyújtogató fotóját vagy Che Guevara portréját is az egész világ ismeri. Sandro Miller olyan művészek előtt akart tisztelegni, akiknek a képei hozzájárultak pályája alakulásához. Többek között Robert Mapplethorpe, Herb Ritts, Annie Leibowitz vagy a magyar származású André Kertész.

Miután kiválasztotta a felhasználni kívánt harmincöt fotót, megkereste Malkovichot, aki azonnal igent mondott a felkérésre. Sandro Malkovichcsal kapcsolatban így nyilatkozott: „John a legbrilián-

sabb és legproduktívabb ember, akit ismerek. Zsenialitása páratlan. Bármilyen hanglevegulatot vagy ötletet pillanatok alatt magáévá tesz.”

Tulajdonképpen minden fotó előtt elgondolkodik a látogató, hogy kit is lát valójában, olyan hitelesre sikerült az átváltozás. Salvador Dalí, Churchill, Albert Einstein vagy Andy Warhol portréját nézve beigazolódik az alkotó hitvallása: „Mondják, hogy az objektív soha nem hazudik. Én meg azt mondom, éppen az a dolga.”



A kiállítás eredetileg május közepéig tartott volna, de John Malkovich budapesti látogatásának köszönhetően június 3-ig látható. (A színész május 23-án tárlatvezetést is tartott a kiállításon.) Ne hagyják ki!



Ó, mizster Alkohol

Ne gondoljanak mindjárt a legrosszabbra. Ha hiszik, ha nem, az alkohol olykor segíthet, a részegségnek lehetnek hasznai is. Az 1838-as tavaszi nagy dunai árvíz elmosta fél Pestet és romba döntötte a régi Terézváros rozszant házacskaínak többségét. Az emberek mentésében jeleskedő Wesselényi Miklós azt írja a naplójában, hogy a jeges ár második éjszakáján a fáradt csónakosai már mind részegek voltak, ő meg örült, mert a veszély és a szesz mámorától olyan vakmerővé váltak, hogy oda is bevezettek, ahová józanul be nem merészkedtek volna.

Krúdy Gyula alteregója, a kalandor Szindbád sem ítéli el az ittas embert: „Az üzleti életben feltétlenül szüksége van az embernek bizonyos pihenésekre, amilyen az ivás és a dohányzás. Mindezek a káros dolgok jótékonyá fordulnak, amikor az

ember jóllakott velük. Sokkal élesebb az elméje egy olyan férfinak, aki kialudta a részegségét, mint annak, aki sohase volt részeg bortól vagy szerelemtől...”

Krúdy Zsuzsa írja, hogy apja szeretete a bort és szerette a muzsikát is, és nem

vetette meg a mámoros embert, ha az megőrizte a méltóságát. „A kövér, pihegő cigány, Jóczó hegedűjén tisztán, cikornya nélkül csendültek fel a régi, kedves dalok. Krúdy szívesen hallgatta, de a részeg danászást, handabandázást, lármát utálta.”

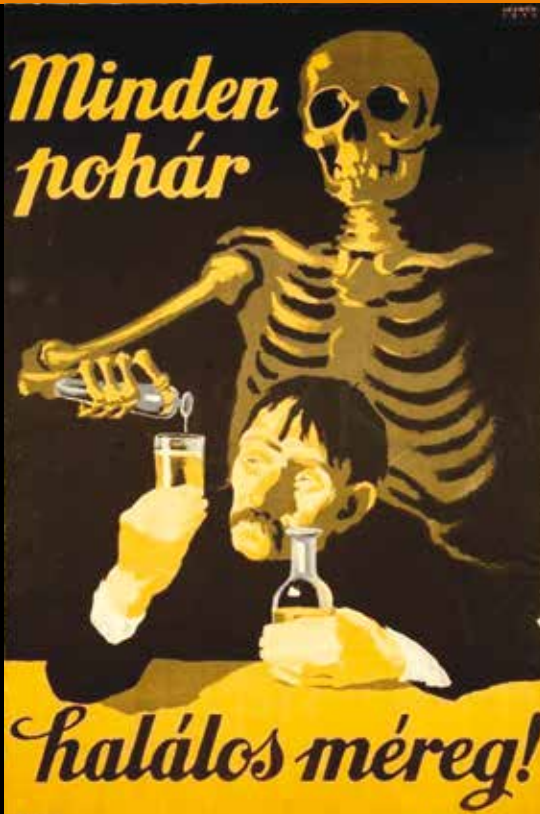
Tagadhatatlan, hogy a piálásnak, a részegségnek vannak csúnya, sőt drámai oldalai és változatai is. Ezekről tudomást nem venni, nem beszélni, hanem szemérmesen és képmutatóan elfordítani a tekintetünket, mintha nem is léteznének, bűn. A Terézvárosban különösen az, hiszen a kerület a főváros és az ország egyik vendéglátó- és mulatóközpontja, ahol annyi alkoholt mérnek ki egyetlen este és éjszaka, mint amennyit egy kisebb városban egy év alatt fogyasztanak.

Itt nem ritkák az olyan „vicces” esetek, amilyen például az következő volt: 2015 forró júniusának egyik éjjelén a „Nyugati pályaudvar előtti villamosmegállóban egy hullarészeg »karatemester« tartott szabadedzést, elkápráztatva kisszámú, ám lelkes közönségét. A harcművész bemutatott néhány halálrúgást, majd egy leszúrt Rittberger után a sínek közé zuhant, ahonnan egy ideig vérfagyasztó hangoztatott, majd elszunyókált. A jelenlétük szerint a küzdősport rettenthetetlen hőse egy palack olcsó fehér bor sietős elfogyasztásával igyekezett magát a mutatóványhoz szükséges fizikai és lelkiállapotba hozni.”

Egy a drámai kategóriába tartozó tavalyi hír sokakat megrázott: egy apa késelte meg saját, kiskorú gyermekét. A családi vita során a fiú az édesanyja védelmére kelt, és apja véletlenül az ő hasába szúrta a kést. A tragédiát megérteni, a szerencsétlen férfit menteni akaró jó szándékú emberek azt hangoztatták, hogy a bűnös nem a vádlott, hanem az alkohol.

A kerület lakóinak kijut a piások népes táborának nemzetközi képviselőiből is. 2017-ben a Terézvárosban körülbelül 2200-2300 airbnb rendszerben működő lakást vehettek igénybe a külföldi turisták. (Az airbnb jelentése: air – levegő, bnb [bed and breakfast] – ágy és reggeli. Az airbed jelentéstartománya is közel áll, mivel matracot, vendégágyat, pótágyat jelent.) Eme külföldi vá-





rosnézők és lelkes urbanisták egy része nyugodtan otthon maradhatott volna, ugyanis az égvilágon semmit nem látott Magyarországból, fényes és pompás fővárosunkból, hiszen már a repülőgépből is tajtrészezen evickélt be, a Terézvárosban pedig nem a műveltségét, hanem vérének amúgy sem alacsony alkoholszintjét növelte. A legveszélyesebbek a brit legénybúcsúsók, akik viszont állítólag labdába sem rúghatnak egy átlagos ír martalóccsapat mellett, őket viszont rendre legyűrik a piálásban verhetetlen lengyelek. A kerület sokat megélt, sokat

látott, de annál is többet hallani kényszerült lakói szerint a hóbörgő német tizenévesek, akik az ablakból az alattuk lakók erkélyére okádoznak, már rég nem számítanak a súlyosabb romkocsmalátogatók közé.

A piások nemzetközi brigádjainak gépesített alakulatai is léteznek. 2017 nyarán a Terézváros önkormányzatának is meg kellett hánynia-vetnie, hogy kövesse-e a szomszédos Erzsébetváros példáját, és kitiltsa-e a kerület utcáiról a részeges kalózkodók és más országúti haramiák beerbike-jait, a híres-hírhedt sörbicikliket (amiket mások – mivel nem egy pár keréken gördülnek – mozgó sörpadoknak hívják).

Emlékeznek még az Illés zenekar és Koncz Zsuzsa régi dalára?

*Óh, miszter Alkohol, hát itt vagy már megint,
Hisz érthetően megmondtam már, köztünk semmi nincs!
Nekem már ne ígérd, hogy megváltozol,
Bánatomra, szép fiú, ismerlek már jól.*

*Mert néha jó veled, ezt nem tagadhatom,
De addig-addig hízelegsz, míg nem tudom, hogy mit teszek.
Óh, miszter Alkohol, neked hinni nem tudok,
S csak néha-néha lesz az úgy, hogy rád gondolok.*

*Óh, miszter Alkohol, emlékszel arra még?
Karjaidban tartottál és mégsem szeretted.
Rossz útra vezetted az életem,
Édes csókkal lezártad mind a két szemem.*

*Óh, nagyon szerettelek és hallgattam terád,
Minden meséd elhittem és mit tettél velem!*

*Óh, miszter Alkohol, a bajban elhagytál,
S rájöttem szép fiú, mennyit hazudtál.*

Óh, miszter Alkohol, mindig hazudtál!

Nem tudom, tudnak-e róla, hogy amióta csak létezik alkohol, az ember azóta küzd vele. Sumérok, egyiptomiak, görögök és rómaiak szabályozták a fogyasztását. Az iszlám egyenesen tiltja az alkoholos italokat, sőt azokat az étkeket is, amelyeknek a készítése során nem fő el a szesz. A 19. században Európa-szerint antialkoholista mozgalmak egész sora ütötte fel a fejét. A Szovjetunióban akkora gondot jelentett, hogy a részegséget ostromzó plakátoknak olyan sokasága maradt ránk, amit látva egészen el-kábulunk.

És vajon észrevették-e, hogy az anti-alkoholista kampányok óriási hányada a férfi piásokat pécézte ki, elsősorban róluk és nekik szólt? Vajon miért lehetett ez így? A nők nem ittak? Vagy otthon szlopláltak? Rejtett zugokba húzódva döntöttek magukba a stresszoldó töményeket? És vajon hogy van ez manapság? Lehet, hogy ez a szende gyakorlat már a múlt? Ma már mindegy? Férfi, asszony, gyerek – egyformán veszélyben van?

Óh, boldog békeidők, amikor 1891-ben – Az én fővárosom című könyvében – Gerő Ödön még azon háborgott, hogy a pesti asszonyok elárasztják a kávéházakat, és a „gyöngébb nem” terézvárosi képviselői kitérjék törzszakaljaik mellől a férfiakat.

MAREK JÁNOS



Megbízható minőség

Terézváros nemcsak a kulturális, oktatási életéről, az építészetéről, de a gasztronómiájáról is híres. Megannyi étterem, vendéglő, kifőzde a bizonyíték arra, hogy aki a VI. kerületben kívánja az éhét csillapítani, kedvére válogathat a legkülönbözőbb ízlésvilágú, kategóriájú vendéglátóipari egység közül. Hónapról hónapra görcső alá veszünk egyet, és értékeljük.



KARCSI VENDÉGLŐ

1066 Budapest, Jókai utca 20.

Ízek, illatok, látvány	10/9
A hely szelleme	10/7
Személyzet	10/5
Ár/érték	10/10

Jó pár évvel ezelőtt a Jókai utcában laktam, akkor szinte mindennapos vendég voltam az étteremben. Zseniális volt a szakács, a választékra sem lehetett panaszkodni. Azóta máshová költöztem, így elmaradtak az ottani étkezések.

Közel húsz év után úgy éreztem, ismét tesztelem a konyhájukat, változtak-e a dolgok ennyi idő után. Nem sokon múltott, hogy be se mentünk, a személyzet két tagja ugyanis az utcán hangosan üvöltözve próbált egy nézeteltérést rendezni, ami eléggé kiábrándítóan hatott. Az viszont, hogy vásárnap is van menü, ráadásul kétféle, és még az ára is kedvező (1490, 1790 Ft) mégiscsak maradásra bírt. Aztán persze kiderült, hogy a menühöz már késő van, csak valamiért nem hozták be a táblát az utcáról.

Az étteremben egy lélek sem volt – tényleg jócskán túl jártunk már az ebédidőn –, így roppant viccesnek hatott, hogy miután leadtuk a rendelést, kértük, hogy maradjon az étlap, hátha kérünk majd desszertet, de nem, elvitte a hölgy, „majd visszahozom, ha kell” – mondta.

Nem tudom, hogy a szakács változott-e, mindenesetre a mostanit nem érheti semmilyen kritika, a minőségből, sőt

a mennyiségből sem adtak lejjebb az évek során. A húsleves gazdagont (750 Ft) szó szerint kell érteni, szinte kifolyt a tálból, és bőségesen volt benne zöldség, hús és tészta is. És nem csak nagy adag, finom is. A csülkös bablevesből (550 Ft) érdemes a kis adagot választani, ha utána még főételt is szeretnénk, mert bizony az is jókora, laktató adag. Második fogásként vadas marha burgonyafánkalt (1950 Ft) és kijevi töltött csirkemellet (1540 Ft) kértünk. A kijevi nálam mindig sarkalatos pont, találkoztam már olyannal, ahol sajtkrémet tettek bele, de előfordult, ahol csak megszórták petrezselyemmel. A rendes kijevi csirkemell fűszervajjal és sajttal készül, és nem olyan egyszerű elkészíteni, mert ha túlsül a vaj és a sajt, akkor száraz lesz a hús. Itt szerencsére nem aznap készítették először, régen ettem ennyire finomat. A vadas egy kicsit neccesebb, annak ugye, mint tudjuk, a szósz a lelke. Kicsit megborult a tejföl a konyhában, emiatt nem lehet tökéletesnek nevezni, de a nem volt rossz kategóriába még bőven belefér.

Összességében finom volt minden, és a választékra sem lehet tényleg panasz. A magyaros ízek dominálnak, de ettől függetle-



nül olyan „extrák” is vannak, mint például: jalapeno sajtkrémeles tortilla chipszszel (550 Ft), ördöglángos (1890 Ft) vagy polpetti (1890 Ft). A nagytükökre külön gondoltak, komoly bőségtálakkal próbálnak a kedvükben járni, de ezek a tálak komplett családi, baráti étkezésnek is kiválóak. A választékos napi és hétfégi menü is mellettük szól, de ha valakinek nincsen kedve kimozdulni otthonról, akkor jó hír, hogy minden nap van házhoz szállítás is.



FÖZZÜNK EGYÜTT...

mentával

A menta jellegzetes aromájú fűszernövény, amellyel napi szinten találkozhatunk, hiszen előszeretettel ízesítik vele a rágógumikat, a fogkrémeket vagy a szájvizet. De a mentát gyógynövényként is érdemes fogyasztanunk. Gyógyászati felhasználása igen sokrétű, görcsoldó és antibakteriális hatása, amely emésztési zavarokban, puffadás esetén, valamint az epehólyag és az epevezeték gyulladással járó betegségeinek kezelésére is alkalmazható. Külsőleg illóolaja meghűléses betegségek, köhögés esetén jótékony hatású. Fontos, hogy kisgyermeknél kerüljük a mentoltartalmú készítményeket – például orrcseppet, orrkenőcsöt vagy illóolajos inhalálást –, mert a mentol a rá érzékenyeknél allergiás reakciót válthat ki.

A menta túl értékes növény ahhoz, hogy csupán a rágógumiban vagy néhány likőrben fogyasszuk. Érdemes a konyhaablakban cserépben tartani, a levelének elragcsálása bármikor frissíti a levelet, de az ételek és italok ízesítésére is felhasználható. Csokoládés desszertek készítéséhez, zöldség- és gyümölcssalátákhoz, halakhoz, húskhoz és joghurthoz is kitűnő, valamint limonádék, koktélok készítésénél is nélkülözhetetlen. Egy csésze mentatea élénkít, elűzi az álmodást, a fáradtságot, serkenti az agyműködést és a gondolkodást. A mentateához egy evőkanál szárított levélből 1,5 dl vízzel forrázatot kell készítenünk, öt-tíz percig hagyjuk állni, majd leszűrve fogyasztható. Hidegen, melegen egyaránt kellemes üdítő.

**Mentás zöldborsólevés**

Hozzávalók: 500 g zöldborsó, 10 g vaj, 300 ml főzőtejszín, fél csokor menta, só, bors.

Elkészítése: A borsót megfuttatjuk a vajon pár perc alatt, majd felöntjük anynyi vízzel, ami ellepi. Puhulásig főzzük, majd levesszük a tűzről, hozzáadjuk az aprított mentát és botmixerrel pürésítjük. Visszatesszük a tűzre, tejszínnel hígítjuk és főzzük még pár percig. Ízlés szerint sózzuk, borsozzuk. Pirított magokkal és mentalevelekkel tálaljuk.

Mentás cukkini

Hozzávalók: 1 db közepes cukkini, 1 marék aprított, friss mentalevél, 1 fej fokhagyma, só, olaj a sütéshez.

Elkészítése: A felkarikázott és kimagozott cukkiniszleteket pár perc alatt néhány gerezd fokhagymával kevés olajon megpirítjuk, kevés sóval ízesítjük. A mentát és a maradék fokhagymát durvára vágjuk, majd a langyos sült cukkinikre szórjuk. Frissen is finom, de pár óra alatt összeérnek az ízek, és akkor még jobban érvényesül a hűvös menta és a lágy, krémes, édeskes cukkini íze, amit a nyers fokhagymadarabkák tesznek roppanóssá. Pirított kenyérral, grillezett húskhoz tálaljuk, de magában is finom.

Mentalekvár

Hozzávalók: 250 g mentalevél, 2 db citrom, 1 kg cukor, 0,5 l víz.

Elkészítése: A mentát megmossuk, leitatjuk a fölösleges vizet róla és apróra vágjuk. A citromot héjával együtt szintén apróra daraboljuk. Az így kapott mentát és citromot egy edénybe főni tesszük, és 10 percig forraljuk. A tűzről levéve hűlni hagyjuk, majd átpaszszírozzuk a keveréket. Az így kapott sűrű öntethez hozzáadjuk a cukrot és két órában keresztül lassú tűzön főzzük. Ha elkészült, tiszta üvegekbe öntjük és lezárjuk azokat.

Mentakoktél

Hozzávalók: 0,5 dl gin, 2,5 dl facsart lime-lé, 2 dl szirup (1:1 arányban cukor és víz), 5-6 levél friss menta.

Elkészítése: A hozzávalókat jégkockákkal tegyük egy sékerbe és rázzuk össze. Szűrjük le, majd öntsük egy koktélos pohárba. Diszítésként még dobhatunk bele jégkockákat és mentaleveleket.



Pünkösöd a Kincseskert oviban

A hagyományokhoz híven az idén is egy egész napon át ünnepelték a pünkösödöt az ovisok. A délelőtti programra szüleik és kistestvéreik számára is nyitott volt az óvoda ajtaja, sokan éltek is a lehetőséggel. A Kolompos együttes nagy népszerűségnek örvend a kicsik körében, a zenészek szinte már hazajárnak a Bajza utcai intézménybe. Pünkösdi mesejátékuk a király, a királynő és kíséretük megválasztásával érte el a tetőpontját, a gyerekek nagyon élvezték a játékot. Délután pedig az országos Kihívás napi mozgalomhoz csatlakozva sportoltak az udvaron.



Magokkal az egészségért!

Korábban már írtunk a diófélék családjába tartozó magok jótékony hatásairól, most következzon néhány másik mag, amelyeknek a fogyasztásával szintén sokat tehetünk az egészségünkért. Ráadásul finomak és rengeteg hasznos tápanyagot tartalmaznak.

A **gránátalmára** nem feltétlenül magként gondolunk, pedig azok közé sorolandó. Fogyasztószerként is tekinthetünk rá, hiszen alig tartalmaz kalóriát, viszont tele van antioxidánssal, C-vitaminnal. A cukros lekvár helyett inkább ezt kenjük a pirítósra reggelente, ideális tápanyagforrás a nap indításához.

A **búzacsíra** a jó emésztésben lehet a segítségünkre magas inzulintartalmának köszönhetően. Édeskés íze miatt süteményekhez is hozzáadhatjuk, úgy, hogy a liszt felét búzacsírával helyettesítjük, de joghurtba keverve is nagyon finom.

A **szezám** az egészséges szív működéséhez járulhat hozzá. Ezek az apró magok linolsavat és omega-6 zsírsavat tartalmaznak, amelyek a „rossz” koleszterinszintet segítenek csökkenteni. Salátákba keverve érdemes fogyasztani vagy pékáruk sütésénél a liszthez keverve.

A **lenmagot** a magok királynőjének is hívják, nem véletlenül. Gyulladáscsökkentő, valamint a rák, a szív- és érrendszeri betegségek ellen védő élelmiszer. A legjobb növényi omega-3 esszenciális zsírforrás. Kanadai kutatók a mellrák megelőzésében és leküzdésében is hatékonyak találták. Kiemelkedően magas lignántartalma menopauza idején segít csökkenteni a hormonhiány okozta hőtápellátást és a csontritkulást. Sós vagy



édes süteményekre szórva, joghurtba vagy salátákhoz keverve fogyasszuk.

A **tökmag** rendszeres fogyasztásával az energiaszintünket növelhetjük, magas vastartalmának köszönhetően. Íze miatt önmagában is kiváló nassolnivaló, de pirítva salátákhoz és szendvicsekhez, krémlevesekhez is érdemes használni. Hangulatjavítóként is bevethetjük, stresszes időszakban kifejezetten ajánlott fogyasztani.

A **kendermag** egyike azon kevés növényeknek, amelyek mind a hús esszenciális fehérjét tartalmazzák, tehát a fogyasztása hozzájárul az erős izomzat kiépüléséhez, megtartásához. Tejbe, joghurtba keverve vagy turmixokhoz hozzáadva fogyasszuk.

A **chiamagot** a rendkívül magas kalciumtartalma miatt érdemes bőségesen

fogyasztani. Zabkorpához keverve vagy joghurthoz adva ideális, ha egy kis mézet is hozzáadunk, nagyon finom desszertet kapunk, ami kiváló az édesség pótlására, kiváltására is. Praktikus előző este beáztatni, így reggelre megduzzad, és nemcsak finom, hanem laktató, tápláló reggeli lesz belőle.

A **fenyőmag** tápanyag-összetevői közül kiemelkedően magas a mangántartalma. Ez a nyomelem segíti a szervezetet a B-vitaminok és a C-vitamin felhasználásában, valamint a csontok erősségének megtartásában. Ezenkívül tartalmaz vasat, magnéziumot, foszfort, rezet, valamint sok E- és K-vitamint. Magas olajtartalma miatt könnyen avasodik, ezért nem érdemes belőle egyszerre nagyobb mennyiséget vásárolni. Pirítva a legfinomabb, salátákhoz, köretekhez kiváló.

CSOPORTOS ÓRÁK
CSAPATSPORTOK
KONDIGÉPEK

Már szombaton
is nyitva
9.00-13.00 óra
között!

Sportolj nálunk
szétáradzóval
havi egy alkalommal!
Katus Attila - Best Body Torna

SPORTPONT

AHOL ÉLMÉNY
AZ EGÉSZSÉG!



Információ és bejelentkezés:
70/396-4089; info@sportol6.hu



Budapest VI., Rózsa utca 50.

www.sportol6.hu



CSALÁDI, BARÁTI ÉS CÉGES RENDEZVÉNYEK LEGKIVÁLÓBB HELYSZÍNE A KIRÁLY UTCAI TRÓFEA GRILL ÉTTEREM!

KIRÁLYRÁK, marhabélszín, vörös tonhal,
tintahal, lazac mostantól minden
hétköznap este 17:30-tól, hétvégén és
ünnepnapokon egész nap megtalálható
éttermünk kínálatában.



Korlátlan étel- és ital fogyasztás fix áron!



Asztalfoglalás:

+36 1 878 0522

+36 20 999 87 97

trofea.kiraly@gmail.com



Étel Házzozsállítás

Telefonon és a
www.trofeakisallitas.hu
weboldalon érkező rendelések esetén

10% kedvezményt

biztosítunk az árból.

+36 30 878 0505

+36 1 878 0505

Étkezési csekket, Bankkártyát, Szép-kártyát
és Erzsébet-utalványt is elfogadunk!

www.trofea.hu

MBI MAGYAR
BRÁND
2x '15 '16

Superbrands^{3x}
'15 '16 '17

Táncoló görög harcosok és Vitéz László

Fergeteges hangulatot teremtett a Hunyadi téren a TÉR/ZENE – ZENE/TÉR koncertsorozat május 19-i fellépője, az Akropolis Compañia, míg a gyermeknap alkalmából május 26-án bábelőadást láthattak a kicsik a Zenepavilonban.



Ókori harcosok jelmezébe bújt táncosokkal rophatták a vállalkozó kedvűek

MÁJUS 19-ÉN a görög nemzetiségi önkormányzat készült meglepetéssel a Hunyadi tér közönségének. Műsoruk nem tánra csábító görög dallamokkal, hanem ókori görög harci bemutatóval indult.

A műfaj jeles képviselőiből álló, több évtizede együtt muzsikáló zenekar a rendezvénysorozat visszatérő vendégének számít, miután a hagyományos akusztikus hangszereken felcsendültek a vérpezsdítő görög népdalok, a tér lényegében táncszínpaddá alakult. A közönség fáradhatatlannak bizonyult, kicsik és nagyok, idősek és fiatalok az első perctől az utolsóig együtt ropták a látványos, ókori harcosok jelmezében öltözött táncosokkal.

A terézvárosiakat csodás élménnyel megajándékozó együttes tagjai nemcsak egytől egyig kitűnően énekelnek, de abban is megegyeznek, hogy mindannyian Magyarországon élő görög származású zenészek, név szerint: Stefanidu Janula (ének), Sokalopoulos Giannis (buzuki, ének), Foulidis Georgios (gitar, ének), Szertaridisz Jannisz (baglama, tuberleki, ének).

A koncert után a szólóénekes, Stefanidu Janula – aki egyben a görög nemzetiségi önkormányzat képviselője is – elmondta, mindig nagy örömmel és izgalommal készülnek a terézvárosi fellépésre. Műsoruk összeállításakor leginkább arra törekednek, hogy közön-

ségük – bepillantást nyerve a mérhetetlenül gazdag és színes görög kultúrába – felszabadultnak és boldognak érezze magát.

MÁJUS 26-ÁN a Budapest Bábszínház Vitéz László vándorúton című darabját hozta el a Hunyadi térre, kicsik és nagyok felhőtlen kikapcsolódását szolgálva. A gyermeknap előzetes nagy sikert aratott, a harsány bohóc több generációt is egyszerre bűvölt el.

„Mi vár rátok? Kincs helyett kilincs, munka helyett süntek, malom helyett majom. Vitéz László vándorútja során barátokat keres, de helyettük találkozik remetével, csendőrrrel, az ördögökkel... Vajon barátokra talál-e, mire az út vé-



Generációk kedves bábfigurája

mor, játék és játék. Számomra ez Vitéz László” – fogalmazta meg gondolatait Tatai Zsolt, a Budapest Bábszínház művésze, aki arra is emlékeztetett, hogy bár Kemény Henrik készítette és mozgatta Süssöt, nevével elsőre mégis Vitéz László története jut eszébe mindenkinek. Nem véletlen, hiszen ez volt az első bábjáték, amelyet a televízióban is bemutatottak.



Kicsik és nagyok szórakoztak felhőtlenül az előadáson

gére ér? Kemény Henrik három történetét szőttem össze egy előadás keretein belül: Az elásott kincs, az Itt nem szabad énekelni és A csokoládés láda című etűdöt. Játék, hu-

A szombati előadás után a közönség soraiban ülöknek a Kinder-tojásokkal kedveskedett Terézváros önkormányzata a másnapi gyermeknap alkalmából.



Az Akropolis Compañia



TÉR/ZENE – ZENE/TÉR

Koncertsorozat a Hunyadi téren

KÖVETKEZŐ PROGRAMOK:

Június 2., 10.30 TAZI Jazz és a BMS Big Band

Június 9., 10.30 Német Nemzetiségi Kavalkád

HIRDESSZEN A TERÉZVÁROS MAGAZINBAN!

MÉRETEK, ÁRAK:

1/1 oldal kifutó*	210x297 mm	200 000 Ft + áfa
1/1 oldal	184x254 mm	180 000 Ft + áfa
1/2 oldal fekvő	184x125 mm	100 000 Ft + áfa
1/2 oldal álló	90x254 mm	100 000 Ft + áfa
1/3 oldal fekvő	184x83 mm	70 000 Ft + áfa
1/3 oldal álló	59x254 mm	70 000 Ft + áfa
1/4 oldal fekvő	184x60 mm	60 000 Ft + áfa
1/4 oldal álló	90x125 mm	60 000 Ft + áfa
1/8 oldal fekvő	90x60 mm	35 000 Ft + áfa
1/8 oldal álló	43x125 mm	35 000 Ft + áfa


FELÁRAK:

hátsó borító:	+25%
elhelyezési felár:	+20%
negatív:	+20%
tervezés:	+15%

*Kifutó hirdetésnél körben 5 mm ráhagyást kérünk!

A hirdetések feladása:

Telefon: 06 1/342-0905,
2451-es mellék
E-mail: sajto@terezvaros.hu



Megfejtés Övópince	Siemens Nem angolul	Bányaüreg Sziacilii vulkán	Röntgen
Mondat végén van Szem. névm.	Hangya angolul Medál		Japán vállalat
Egyiptomi napisten Illusztráció	Ajándékoz Tan része!		
Jean ... fr. színész		Károly Oroszország leghosszabb folyója	*
Helység	Trekto húzza	Lábazat Energia jele	Sértetlen Csücsül
			Benedek... mesemondó Lángol
			Rentgeteg
			Americium
			Menyas- szöny
			Város Fejér mégységben
			Newton
			Amper
			Névelő Kapa középe!
Ford ... Pillangó		Kálium	Építőjüket 3. zenei törzshang
			Kelvin
			Egyik csilláglegy
			Egyik szülő

Mely díjat nyerte el 2018-ban negyedik alkalommal a Trófea Grill Étterem?

Beküldendő a számmal jelölt sorok tartalma 2018. június 20-ig. Előző rejtvényünk nyertesei: Borsi Sándorné, Simon Marcell.
Cím: Terézváros szerkesztősége, 1067 Budapest, Eötvös utca 3.

A helyes megfejtést beküldők között kétszer 2 darab Trófea Grill-utalványt sorsolunk ki, amelyek a Király utcai Trófea Grill étteremben használhatók fel.

A TERMÉSZETVÉDŐK TURISTAEGYESÜLETÉNEK JÚNIUSI PROGRAMJA

Június 1., péntek: Zuppa-hegyi túra. Találkozás 8.30-kor a Déli pályaudvar pénztáránál. Túravezető: Mógor Gabriella (+36 70 380 88-71).

Június 10., vasárnap: túra a Börzsönyben. Találkozás 7.50-kor a Nyugati pályaudvar pénztáránál. Túravezető: Véső Tamás (+36 30 446 66-75).

Június 22., péntek: esti séta a Gellérthegyen. Találkozás 18 órakor a Móricz Zsigmond körtéren a 27-es busz végállomásánál. Túravezető: Véső Tamás (+36 30 446 66-75).

Június 23., szombat: Fót. Templom, présház, Somlyó-tanösvény. Találkozás 8.45-kor a Nyugati pályaudvar pénztáránál Fótig előre megváltott jeggyel. Túravezető: Rimán Erika (+36 20 505 76-61).

Fogadóóráinkra szeretettel várjuk a kedves érdeklődőket minden szerdán 16 és 17 óra között az Eötvös u. 10. sz. alatt, a 415-ös teremben, ahol további programjainkról is felvilágosítást tudunk adni. Telefon: 30/383-57-63, az esti órákban.



Ünnepélyes díjátadás

Az **Orpheusz Kiadó** és a **Guttenberg Pál Népfőiskola** közös rendezésében tartják meg

június 4-én 13 órakor

a Határon túli középiskolások irodalmi pályázatának díjátadó ünnepségét a Magyar Írószövetség székházában, amelyre szeretettel várják Terézváros irodalombarát diákjait, illetve magyartanáraikat is.

Az ünnepi eseményen a nézők színes zenés műsort is megnézhetnek Huzella Péter előadóművész és Tallián Mariann színművész közreműködésében.

ABLAKJAVÍTÁS! WWW. AJTOABLAKDOKTOR.HU
24 ÉVE VÁLLALOM KEDVEZŐ ÁRAKON ABLAKOK, AJTÓK JAVÍTÁSÁT, ILLESZTÉSÉT, ZÁRAK CSERÉJÉT, FESTÉSÉT, HŐSZIGETELŐ ÜVEGEZÉSÉT, SZIGETELÉSÉT GARANCIÁVAL. FELMÉRÉS DÍJTALAN! HORVÁTH ÁKOS
TEL: 06 70 550 02 69

Papír- és fémpénzt, bélyeget, képeslapot, papírrégségeket, régiségeket vásárolunk és árverésre átveszünk. VI. Andrassy út 16., 266-4154 Nyitva: h.-sz.: 10-17, cs.: 10-19

Villanyszerelést, régi lámpák, csillárok, kisebb háztartási gépek, kaputelefonok javítását, felújítását vállalom díjtalan kiszállással, kedvező áron.
Telefon: 06-20-9-874-436

Egyetemista lányomnak felújítandó emeleti öröklakást keresek. magán-személy vagyok.
Tel.: 06-20-352-2204

Könyvfelvásárlás készpénzért. Könyvtáros diplomával több mint 20 éves szakmai tapasztalat, belvárosi üzlet. Atticus Antikvárium
06-209-313-773

Ingtalanirodánk eladó budapesti lakásokat/házakat keres ügyfeleknek. Gyorsan vevőt hozunk, jutalék 3%, ügyvéd ingyenes. Ismerősének lakása eladó? Hívjon, ajánlasi jutalékot kap! Laurus Ingatlan, Tel.: 06-20-960-0600

VÍZSZERELÉS, csapok, szifonok, VÉCÉCSÉSZÉK, VÉCÉTARTÁLYOK cseréje, javítása. Mosó-, mosogatógépek bekötése. Tel.: 06-30-447-36-03

KASTÉLYOK BERENDEZÉSÉHEZ vásárolok antik bútorokat, festményeket, bronz tárgyakat, porcelánokat, Kovács Margitot, régi álló-, fali-, asztali díszórákat (hibásat is) 6-12 személynél ezüst étkészleteket, gyertyatartókat, tálcát stb., könyveket, régi katonai kitüntetések tárgyait és teljes hagyatékot első vevőként a legmagasabb áron.

Tel.: 06-20-280-0151, herendi77@gmail.com

Egész évben számíthat ránk! Louis Galériát tekintse meg az interneten (35 éves gyakorlat) Készpénzért vásárolok: tört- és fazonaranyat, ezüstöt, brilles ékszereket, kar-, zsebórákat, borostyánt, Herendi porcelánt, festményt, antik bútorot, hagyatékot. Kérem jöjjön el hozzánk, vagy hívjon bizalommal! Margit krt. 51-53., üzlettelefon: 06-1-316-3651, 06-30-944-7935 Gyűjtők gyűjteményét vásárolom.

Kéménybéléles, kondenzációs kazánok bekötése, szerelt kémény építés, szakvélemény ügyintézés. Hívjon bizalommal! Tel.: 06-30-680-6814

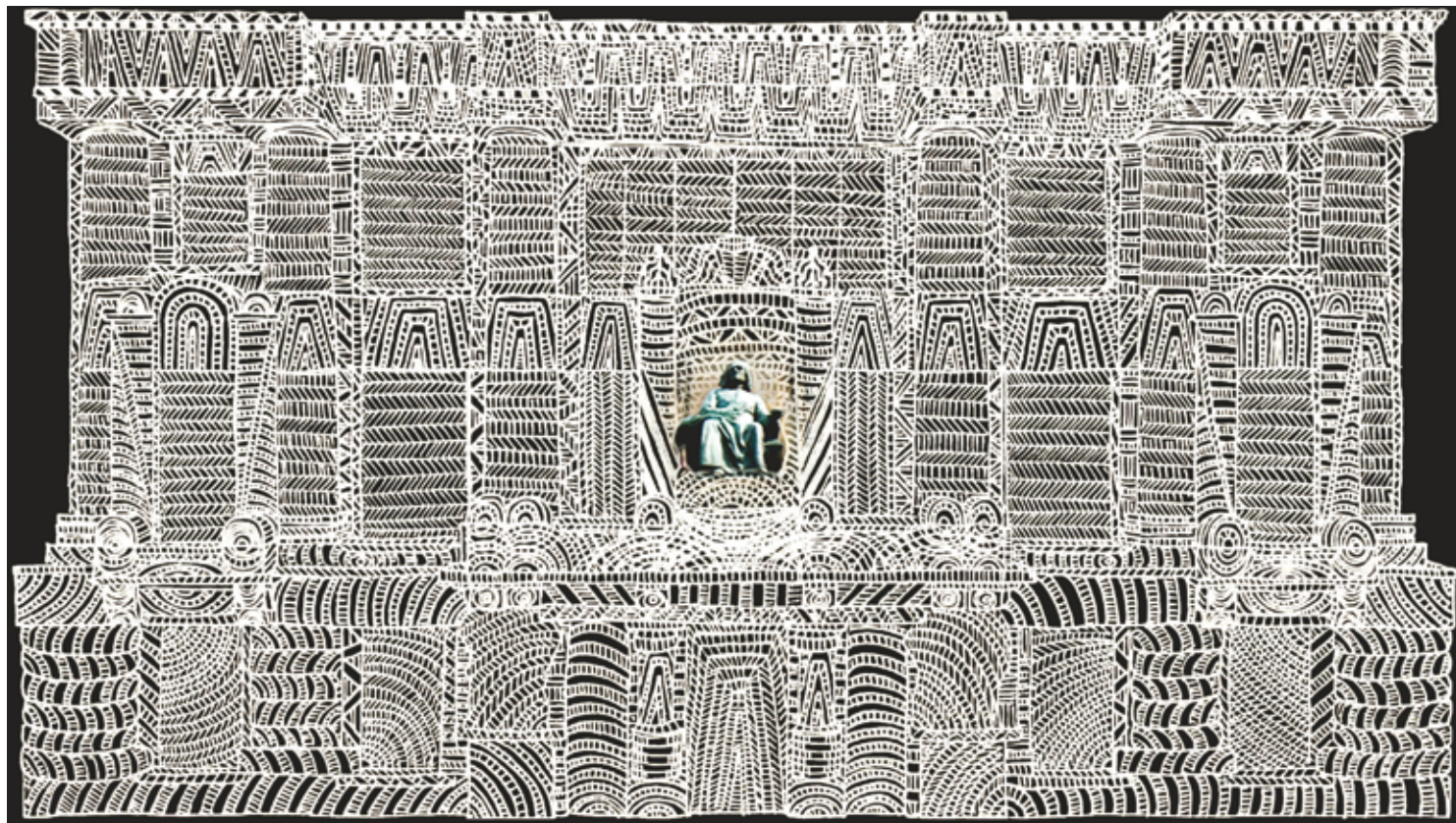
19-20. századi magyar és külföldi művészek festményeit keressük megvételre készpénzért gyűjtők, befektetők részére.
Nemes Galéria 1024, Szilágyi Erzsébet fasor 3.
Tel.: 302-8696, mobil: 06-30-949-29-00
E-mail: nemes.gyula@nemesgaleria.hu

ALMÁSI KATALIN VÁSÁROL, legmagasabb áron bútorokat, órákat, festményeket, csillárt, dísz tárgyakat, porcelánt, szobrokat, zongorát, írógépet, varrógépet, csipkét, könyveket, szőrmét, bizsukat, borostyánt, hanglemezeket, kitüntetéset, régi pénzt, teljes hagyatékot díjtalan kiszállással. Első vevőként legmagasabb árat fizetek.
Tel.: 06-30-308-9148

Készpénzért vásárolok bútorokat, dísz tárgyakat, festményeket, órákat, csillárokat, kitüntetéset, hangszereket, bizsukat, rez-, bronz tárgyakat, szőnyeget, díszes ruhákat, teljes hagyatékot. Tel.: 06-30-943-5583

APRÓHIRDETÉSEK FELVÉTELE:

VI., Eötvös utca 3.,
recepció,
hivatali nyitvatartási
időben.



MEGHÍVÓ

TERÉZVÁROS ÖNKORMÁNYZATA ÉS
A MAGYAR KÉPZŐMŰVÉSZEK ÉS IPARMŰVÉSZEK
SZÖVETSÉGE

Tisztelettel meghívja önt és kedves hozzátartozóját **2018. június 15-én,**
pénteken 20 órától a Zeneakadémia előtti nagyszabású szabadtéri
hangversenyére.

Köszöntőt mond:
Hassay Zsófia, Terézváros polgármestere

Program:
Bogányi Gergely
Kossuth-díjas és Liszt Ferenc-díjas zongoraművész
Csajkovszkij-estje

Gábor Éva Mária, Gutema Dávid és Pál Gábor képzőművész videoinstallációi

(Kérjük szépen, hogy a székeket 19.50-ig foglalják el!)