

Terézváros

Megjelenik havonta kétszer • 2021. november 24.
Közéleti, kulturális és életmódmagazin

„Ez az én utam”

**Király Melinda lett idén
Terézváros Szociális Segítője**

6

EGY FILMBŐL VALÓK VAGYUNK

A speciális filmszemlén a fogyatékkal
élők adnak az épeknek

18

REGGELI PIZSAMAPARTI

Spanyol finomságok
a Szondi–Csengery-sarokról

22

Terézváros



Önkormányzati fogadóórák

NÉV	A FOGADÓÓRA HELYSZÍNE	A FOGADÓÓRA IDŐPONTJA
 Soproni Tamás polgármester	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V. em.	Előzetes időpont-egyeztetés a 06 (1) 351-7967-es számon
 dr. Belezna Zsuzsanna alpolgármester	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V. em.	Minden hónap első kedd 16.00–18.00 Női és családügyi fogadóóra/tanácsadás: Minden hónap első hétfő 16.00–18.00. Előzetes időpont-egyeztetés a 06 (1) 351-7966-os számon
 Temesvári Szilvia alpolgármester	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V. em.	Minden hónap első hétfő 16.00–18.00. Előzetes időpont-egyeztetés a 06 (1) 342-0905/2106-os számon A főkertésszel közös zöldfogadóóra: minden hónap 2. hétfő 15.00–18.00
 Györfy Máté alpolgármester, 9. sz. egyéni választókerület	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V. em.	Minden hónap első hétfő 15.00–17.00. Előzetes időpont-egyeztetés a 06 (1) 351-7966-os számon
 Miyazaki Jun alpolgármester, 5. sz. egyéni választókerület	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V. em.	Minden hónap első hétfő 16.00–18.00, Előzetes időpont-egyeztetés a 06 (1) 351-8938-as számon
 dr. Mogyorósi Sándor jegyző	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., V/508	Előzetes időpont-egyeztetés a 06 (1) 351-7965-ös számon

Választókerületek képviselői

NÉV / VÁLASZTÓKERÜLET	A FOGADÓÓRA HELYSZÍNE	A FOGADÓÓRA IDŐPONTJA
 Heltai László 1. sz. egyéni választókerület	LMP-iroda, V. kerület, Kálmán Imre u. 24.	Hétfőn 18.00 vagy előzetes egyeztetés alapján a 06 (30) 751-8925-ös számon
 Németh Helga Anna 2. sz. egyéni választókerület	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3.	Minden hónap utolsó szerda 17.00–18.00 Előzetes egyeztetés a 06 (30) 608-3687-es számon
 Szilágyi Erika 3. sz. egyéni választókerület	Polgármesteri Hivatal helyisége, Andrassy út 79.	Minden hónap utolsó hétfő 17.00–18.00, Előzetes időpont-egyeztetés a 06 (70) 665-1307-es számon
 Kecskés Balázs 4. sz. egyéni választókerület	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., földszint 3.	Minden hónap első szerda 15.00–17.00, Telefon: 06 (30) 768-5099
 Szász Károly 6. sz. egyéni választókerület	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3., földszint 3.	Minden hónap első csütörtök 15.00–17.00, Telefon: 06 (70) 476-3783
 Sajószegi Péter 7. sz. egyéni választókerület	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3.	Minden hónap első szerda 15.00–17.00, Telefon: 06 (70) 476-3792
 Bálint György 8. sz. egyéni választókerület	Polgármesteri Hivatal, Eötvös u. 3.	Csütörtök 17.00–19.00 vagy előzetes egyeztetés alapján a 06 (70) 314-5888-as számon
 Gaár Iván Zsolt 10. sz. egyéni választókerület	Polgármesteri Hivatal helyisége, Andrassy út 79.	Minden hónap első hétfő 17.00–19.00, Telefon: 06 (20) 936-6613

Listán megválasztott képviselők

NÉV	A FOGADÓÓRA HELYSZÍNE	A FOGADÓÓRA IDŐPONTJA
 dr. Bundula Csaba	Fidesz-iroda, Jókai u. 10., fsz.	Hétfő, szerda: 12.00–18.00, péntek 11.00–14.00 – előzetes egyeztetés szükséges a 06 (20) 956-0506-os számon
 Lindmayer Viktor	Fidesz-iroda, Jókai u. 10., fsz.	Hétfő, szerda: 12.00–18.00, péntek 11.00–14.00 – előzetes egyeztetés szükséges a 06 (20) 935-6487-es számon
 Óvári Gyula	Fidesz-iroda, Jókai u. 10., fsz.	Hétfő, szerda: 12.00–18.00, péntek 11.00–14.00 – előzetes egyeztetés szükséges a 06 (30) 194-7994-es számon
 Simonffy Márta	Fidesz-iroda, Jókai u. 10., fsz.	Hétfő, szerda: 12.00–18.00, péntek 11.00–14.00 – előzetes egyeztetés szükséges a 06 (20) 476-3806-os számon

Országgyűlési képviselő

 dr. Oláh Lajos	Fogadóórát tart a Teréz krt. 46. szám alatti irodájában bejelentkezés alapján, amelyet a 06 (30) 709-1102-es telefonszámon vagy a drolahlajos@dkp.hu e-mail-címen lehet megtenni.
---	---

Közérdekű

Foglalkoztatást Elősegítő Nonprofit Kft.

Vezető: Kárpáti Zoltán, 06 (1) 332-3962

Hunyadi téri Vásárcsarnok és termelői piac

Piacfelügyelő: Mészáros László

1067 Budapest, Hunyadi tér 4., 06 (1) 342-5593

Terézvárosi Család- és Gyermekegészségügyi Központ

Intézményvezető: Imre Ibolya Hedvig

1068 Budapest, Király utca 82., 06 (1) 344-6060

Terézvárosi Egészségügyi Szolgálat

Vezető: dr. Czermann Imre

1074 Budapest, Csengery utca 25., 06 (1) 321-2200

Terézvárosi Értelmi Fogyatékosok Napközi Otthona

Intézményvezető: Kecskés Andrea

Bp. VI., Podmaniczky u. 18., 06 (1) 311-2230

Terézvárosi Gondozó Szolgálat

Vezető: Kelemen Krisztina

1061 Budapest, Király utca 38., 06 (1) 413-6601

Terézvárosi Parkolási Rendszer 06 (80) 466-466

Vagyonkezelő Nonprofit Zrt.

Vezető: dr. Bodnár Zoltán

1064 Budapest, Rózsa utca 81–83., 06 (1) 301-6700

Budapest Főváros Kormányhivatala VI. kerületi Hivatala

Hatósági Osztály és hivatalvezetés

1063 Budapest, Szinyei Merse utca 4.

E-mail: hatosag@06kh.bfkh.gov.hu, telefon: 06 (1) 473-2714

Ügyfélfogadás: Előzetes időpont-egyeztetés alapján.

Nyitvatartás:

hétfő: 12.30–16.30, szerda: 8–16.30, péntek: 8–12

VI. kerületi Kormányablak

1062 Budapest, Andrássy út 55.

1062 Budapest, Teréz körút 55. (Nyugati pályaudvar)

Ügyfélfogadás: Előzetes időpont-egyeztetés alapján.

Nyitvatartás: hétfő: 8–18, kedd, csütörtök: 8–16,

szerda: 11–19, péntek: 8–14

Országos Telefonos Ügyfélszolgálat

Kormányablakokban, okmányirodákban történő

ügyintézéshez időpontot foglalhat telefonon keresztül

(ügyfélkapu nélkül is). Az ügyfélszolgálat felvilágosítást

ad a kormányablakokban, az okmányirodákban és a

kormányhivatalok ügyfélszolgálati irodáiban intézhető

ügyekkel kapcsolatban. Segítenek a megfelelő ügytípus

megtalálásában, az ügyintézés helyszínének

és időpontjának kiválasztásában, az ügyintézéshez

szükséges okmányok és iratok meghatározásában.

Telefon: 1818, e-mail: 1818@1818.hu

Terézvárosi Polgármesteri Hivatal

1067 Budapest, Eötvös utca 3.

Központi telefonszámok: 06 (1) 342-0905, 06 (1) 342-0906,

06 (1) 342-0907, 06 (1) 342-0908, 06 (1) 342-0909.

Ingyenes zöldszám: +36 (80) 201-138

Ügyfélfogadás: hétfő 13.30–18.00, szerda 8.00–16.30,

péntek 8.00–11.30

Ügyfélszolgálat

1067 Budapest, Eötvös utca 4., Telefon: 06 (1) 351-8939

Hétfő: 8.00–18.00, kedd: 8.00–16.00, szerda: 8.00–16.30,

csütörtök: 8.00–16.00 péntek: 8.00–13.30

Az önkormányzat bizottságai

Humán bizottság

Németh Helga Anna elnök, Szász Károly alelnök,

Budai Orsolya, Bökönyi Anikó, Greskovics Borbála,

Hegyi András, Óvári Gyula, Sajószegi Péter,

Simonffy Márta, Szilágyi Erika, Takács Gergely

Pénzügyi és jogi bizottság

Kecskés Balázs elnök, Németh Helga Anna alelnök,

Falvai Csaba, Gaár Iván, Klein Kálmán Sándor,

Lindmayer Viktor, Molnár Gergely, Óvári Gyula, Soós Andrea

Tulajdonosi bizottság

Heltai László alelnök,

dr. Bundula Csaba, Czuppon Zoltán Zsolt, Fülöp Gergő,

Kecskés Balázs, Kovács Máté, Lindmayer Viktor,

Nyíri Gábor, Sajószegi Péter, Tóth Viktor

Környezetvédelmi bizottság

Heltai László elnök,

dr. Bundula Csaba, Csontos Gyöngyi, Konta Cintia Dóra,

Matokanovic Lída, Sajószegi Péter, Simonffy Márta,

Szász Károly, Turcsek Lászlóné, Varga Máté

Gravitáció

Egészen messziről indult mostani számunk két történetének egy-egy szereplője, de mindketten Terézvárosba, Terézváros segítségével érkeztek meg – életrajzilag, emberileg vagy éppen földrajzilag is jelentős távot megtéve.

A hetedik alkalommal zajlott Speciális Filmszemle szervezője, Fábíán Gábor a szállodaipar pörgéséből szállt ki, hogy a Zsirai Szociális Otthonban foglalkozzon középsúlyos értelmi fogyatékos emberekkel. Ők aztán olyan inspirációt, energiát adtak neki, amelyből előbb egy filmszemle, majd egy egyesület nőtt ki, így adva terepet, eszközt, lehetőséget arra, hogy fogyatékkal élő embereket mutassanak meg mások, vagy épp ők maguk mutassák meg önmagukat – a film segítségével.

De emberekkel foglalkozik immár Luis Garcia Prado is, aki a kontinens másik végéről vetődött a Nyugati pályaudvar árnyékába. Az eredetileg könyvkiadással foglalkozó spanyol férfinak régi álma volt, hogy Budapesten éljen, és ezt az adódó alkalommal meg is lépte. Az persze már terven felül volt, hogy a párja által létrehozott Szondi utcai reggeliző-kávézót átveszi, de ha így alakult, örömmel szokott bele a szerepbe.

Meglepő fordulatok, érdekes életutak, amelyek eredője Budapest ezen szeglete lett. Gravitációs erő hatott, valami vonzotta ezeket az embereket és még sokakat ebbe a sokszínű, befogadó olvasztótégelybe. Óvják, védjék ezt az ékszerdobozt, mert különleges lehet, ha ilyen hatással van az emberekre!

Csepregi Botond

8



A telefonunkon a köröndi platán története

Tanulhatunk és segíthetünk is a BP Fatár segítségével

Gyűjtse ön is a használt olajat!

Egyszerű és környezetkímélő megoldást kínál az önkormányzat



9

Így tisztul a kép Terézvárosban

Képeken a kerületi köztisztasági erőfeszítések



14

20



Másfél évszázadnyi művészet

Ünnepel az idén 150 éves Magyar Képzőművészeti Egyetem

Címlapon a Terézváros Szociális Segítője emlékérem idei kitüntetettje és az Idősek klubja tagjai; ülő sor (balról jobbra): Gulyás Judit, Király Melinda, Rónai Katalin; (háttul): Leba József és Imre Lajos

Terézváros Közéleti, Kulturális és Életmódmagazin

KIADÓ: Budapest Főváros VI. kerület Terézváros Önkormányzata **FELELŐS SZERKESZTŐ:** Csepregi Botond **A LAP MUNKATÁRSAI:** Csejtei Orsolya, Dobi Ágnes, Gajdács Emese **TÖRDELÉS:** Formula Stúdió **FOTÓ:** Képszerkesztőség Kft. **CÍMLAPPOTÓ:** Dimény András/Képszerkesztőség **SZERKESZTŐSÉG CÍME:** 1067 Budapest, Eötvös utca 3. **E-MAIL:** sajto@terezvaros.hu **NYOMTATÁS:** Mediaworks Hungary Zrt. **FELELŐS VEZETŐ:** Szabady Balázs nyomda üzemeltető igazgató **TERJESZTÉS:** DP-M Lapterjesztő Kft. **A HIRDETÉSEK FELADHATÓK A SAJTÓIRODÁN:** 06 (1) 342-0905, 2451-es mellék, sajto@terezvaros.hu **APRÓHIRDETÉSEK FELVÉTELE:** apro@terezvaros.hu, 06 (1) 342-0905, 4036-os mellék

Terézváros



Indul a Tiszta utca, rendes ház program

Az önkormányzat kiemelt feladatának tartja a kerület tisztán tartását, a most startoló programmal a lakóközösségeket kívánja ebbe aktívabb módon bevonni. A Tiszta utca, rendes ház pályázat arra ösztönzi a társasházakat, hogy a jogszabályokban előírt kötelező takarítási feladataikon túl vállaljanak és tegyenek többet közvetlen környezetük tisztaságáért. A programban részt vevő lakóközösségek védnökségbe veszik azt a közterületet, ahol takarítási kötelezettségük van, és a kötelező feladatokon túl egyéb munkák elvégzését, például graffitik eltávolítását, a házfalak és a ház előtti oszlopok matricamentesítését, környezetkimélő szerekkel való fertőtlenítést vagy a nagynyomású járdamosást is vállalják. Az általuk gondozott területeket a Terézvárosi Foglalkoztatást Elősegítő Nonprofit Kft. ellenőrzi, pontozza, az eredményről pedig havonta tájékoztatja a résztvevőket. A pályázatokat személyesen és elektronikusan december 15-ig lehet benyújtani, a programban az első 50 érvényesen pályázó vehet részt. Az együttműködés 2022. január 21-től május 21-ig tart, ezalatt ellenőrzik és pontozzák a takarítást. A közterületek tisztaságáért legtöbbet tevő társasházak vagy lakószövetkezetek pénzbeli díjazást kapnak, a legjobban szereplő ház jutalma 1 millió forint. A részletek, a benyújtáshoz szükséges dokumentumok az önkormányzat honlapján találhatók.



SZELEKTÍV GYŰJTÉS a Hunyadi téri vásárcsarnokban

A csarnok Szófia utcai bejáratánál használatlag-gyűjtőt, üvegyűjtőt és komposztgyűjtőt találnak.

A komposztgyűjtőbe minden szombaton 7 és 13 óra között lehet elhelyezni a hulladékot, a többi gyűjtő a piac nyitvatartási idejében használható.

Köszönjük, hogy szelektíven gyűjtik a hulladékot, és vigyáznak ezzel környezetükre.

Terézváros önkormányzata



Dr. Kecskés Tamás egy korábbi VI. kerületi ünnepségen

Kérdemelt kitüntetés

A Fővárosi Közgyűlés Dr. Barna Sándor Emlékérmét – A Fővárosi Közbiztonságáért díjat adományozott dr. Kecskés Tamásnak, a VI. kerületi Rendőrkapitányság vezetőjének Budapest napja alkalmából. A rendőr ezredes nyolc évvel ezelőtt vette át a kerületi rendőrkapitányság munkájának irányítását, az azóta eltelt esztendőben folyamatosan csökken a bűncselekmények száma, látványosan javulnak a nyomozás eredményességi mutatói. A rend őrei a nap 24 órájában fokozott járőrszolgálatot teljesítenek, nemcsak a kiemelt helyszíneken, de a városrész minden pontján jelen vannak. A rendőrkapitány nevéhez köthető egy merőben új, szolgáltató jellegű, az itt élők és a kerületben vendégeskedő turisták biztonságára összpontosító szemlélet meghonosítása is. Az indoklás szerint a Terézvárosban a 2010-es évek elejére kicsúcsosodó „túlturizmus” által okozott közbiztonsági problémák hathatós és példászerű megoldásáért ítélték oda számára az elismerést.

Összefogás a közbiztonságért

Terézvárosi kezdeményezésre a közelmúltban első alkalommal ülték össze négy belvárosi kerület közbiztonságért felelős munkatársai. A találkozó ötletgazdája Tőreki Milán, a Terézvárosi Közrendjéért és Közbiztonságáért Közalapítvány (TEKA) kuratóriumának elnöke volt, aki szerint a belvárosi kerületeket több, a kerülethatárokon túlnyúló kihívás éri, és ezekkel közösen kell megküzdeni. A kerekasztal-beszélgetésen az V. kerületet Mátyus Bálint önkormányzati képviselő, közbiztonsági tanácsnok, a VI. kerületet Tőreki Milán mellett dr. Belezna Zsuzsanna alpolgármester, dr. Bodó Krisztina, a városüzemeltetési főosztály vezetője és Gaár Iván Zsolt közbiztonsági tanácsnok képviselte, míg a VII. kerületből Sedlák Tibor, az Erzsébetvárosi Rendészeti Igazgatóság vezetője, a VIII.-ból pedig Bajusz Ferenc közterület-felügyeleti ügyosztályvezető és dr. Papp András, a Józsefvárosi Közbiztonságáért Közalapítvány kuratóriumának elnöke vett részt. Az egyeztetésen a résztvevők elhatározták, hogy félévente látványos, közös akciókat terveznek, amelyek növelik az itt élők biztonságérzetét.



Terítéken a mobilitási terv

Online fórumon mutatták be a terézvárosi lakosoknak az újszerű, környezetbarát közlekedési módokra koncentrált közlekedésfejlesztési programot, a kerület képviselő-testületi elfogadás előtt álló mobilitási tervét. Györffy Máté alpolgármester hangsúlyozta, az önkormányzat célja, hogy használhatóbb közterületekkel sokkal élhetőbbé tegyék a városrészt. Ennek jegyében tavasszal készült el a városfejlesztési koncepció, most pedig a mobilitási terv van soron. Utóbbi egyrészt egy hosszú távú stratégia, másrészt pedig egy olyan rövid távú intézkedési terv, amelynek célja a terézvárosi lakosság életkörülményeinek javítása, a fenntartható mobilitás – az, hogy egy városban hogyan, miért, mennyit mozgunk – elősegítése, a környezeti ártalmak csökkentése – foglalta össze röviden az általuk elkészített dokumentum alap gondolatát dr. Macsinka Klára, a Mobil City Mérnöki Tanácsadó Bt. ügyvezetője. A kitűzött célok eléréséhez fontos a kerületbe érkező célforgalom, a gépjárműforgalom sebességének, valamint az utakkal burkolt felületeknek a csökkentése, illetve a zöldfelületek növelése, a gyalogosok számára biztonságos, széles felületek létrehozása és a kerékpárok, rollerek tárolására szolgáló



FOTÓ: ADRIÁN ZOLTÁN/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

mikromobilitási pontok létesítése. A parkolóhelyek számának növelése helyett a kizárólagos lakossági parkolóhelyek (ez Belső-Terézvárosban meg is történt), rakodópontok kijelölését, az oktatási intézményeknél reggelente a rövid idejű várakozást lehetőségének biztosítását javasolják. A forgalomcsillapítás érdekében legfeljebb 30 km/órás sebességet megengedő Tempo30 zónák kijelölése is indokolt, akárcsak a közterületek „újrafelosztása” olyan módon, hogy a gyalogosok által használt területek és a zöldfelületek aránya növekedjen. Ezek a lépések a 2021–2023 közötti feladatok sorában szerepelnek. A terv bemutatása után az online fórum résztvevői mondták el véleményüket.

Folytatódott a körzetbejárások sora

A Bajcsy-Zsilinszky út, Király utca, Liszt Ferenc tér, valamint az Andrássy út, Lázár utca közé eső utcákat érintette a legutóbbi körzetbejárás, amely során egy-egy környéket vesz közelebbről szemügyre az önkormányzat vezetése. A terézvárosi 3-as választókerületben Soproni Tamás polgármester a belső-terézvárosi terület képviselőjével, Szilágyi Erikával, valamint a polgármesteri hivatal és a rendőrség munkatársaival közösen vette számba a teendőket, terveket és az ott élők számára kényelmetlenségeket okozó problémákat. Szilágyi Erika hangsúlyozta, a bulinegyedhez legközelebb eső részekben a legtöbb gond a köztisztasággal és a zajterheléssel van. A kerület tisztaságáért felelős önkormányzati cég vezetője, Kárpáti Zoltán abbéli reményének adott hangot, hogy a jövőben kevesebb panasz érkezik, ugyanis egy ideje kiemelt figyelmet fordítanak a környék tisztán tartására. A teraszok, vendéglátóhelyek és a lakók együttélésének problémái kapcsán dr. Bodó Krisztina, a Városüzemeltetési Főosztály vezetője elmondta, az önkormányzat csupán nyilvántartásba veszi az üzleteket, éttermeket, ezek indulását megakadályozni nem tudja. Malinás László alezredes, a VI. kerületi Rendőrkapitányság rendészeti osztályvezetője jelezte: hamarosan már két körzeti megbízott felel a terület közbiztonságáért. A közterületek megújítása is terítékre került, a Paulay Ede utca Liszt Ferenc térhez eső szakaszának felújítása után a Bajcsy-Zsilinszky út felőli szakasz is sorra kerül és vé-

gül az utca középső része kap új arculatot, valamint a Káldy Gyula utca átalakítása is szerepel a tervekben. „Hasznos áttekinteni így is a közterületeink állapotát, mert végig tudjuk venni, mik a már felmerült, megoldandó ügyek, szemet szűrnak kisebb, frissen keletkezett problémák és szóba kerülnek nagyobb feladatok is” – összegezte Soproni Tamás a közel kétórás bejárás tapasztalatait.

A híroldalakat összeállította: Dobi Ágnes



FOTÓ: HARTYÁNYI NORBERT/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

Kárpáti Zoltán, a Terézvárosi Foglalkoztatást Elősegítő Nonprofit Kft. ügyvezető igazgatója, Soproni Tamás polgármester és Szilágyi Erika képviselő

ADVENT TERÉZVÁROSBAN

November 28-án 17 órára téged is várunk az első adventi gyertya meggyújtására a Hunyadi téri zenepavilonhoz.

Köszöntőt mond Horváth Zoltán kanonok, esperes.

Az advent kezdetét a Bajza Utcai Általános Iskola kórusának műsora köszönti.

Szeretettel várunk mindenkit:



Terézváros
önkormányzata



FOTÓ: DIMÉNY ANDRÁS/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

„Ez az én utam”

A járvány kitörésekor nem otthon maradt, hanem beköltözött a munkahelyére, és átvette kollégái feladatait – nem meglepő ez az elkötelezettség, hiszen már 13-14 évesen tudta, hogy a segítő szakmában szeretne dolgozni. Bemutatjuk Király Melindát, a Terézváros Szociális Segítője emlékérem díjazottját, a Tegosz Idősek klubjának vezetőjét.

Gajdács Emese

Színes bútorok, vidámságot tükröző, mintás kiegészítők között ülünk, velünk szemben pedig egy egész falat beborító, cseresznyevirágzást idéző fácska vonzza a tekintetet. „Ez a falfestés korábban egy lombját hullató, őszi fát ábrázolt, de aztán közösen úgy gondoltuk, legyen inkább tavaszi, virágzó növény, és adjon helyet a levelei között a klubtagok kis portréképeinek. Fogtuk magunkat, átfestettük a fát, most mindenki megcsodálja, aki erre jár” – mesél a minket körülvevő dekorációról Király Melinda, aki vallja, hogy a környezet komolyan befolyásolja a hangulatunkat. Ezért is fordít nagy gondot arra, hogy az idősek esztétikus, szép helyen töltsék az idejüket. A Benczúr utcában járunk, a Terézvárosi Gondozó Szolgálat (Tegosz) Idősek klubjában – a nappali ellátást

nyújtó intézmény sok hatodik kerületi szépkorú számára maga a társaság, az értelmes időtöltés, a támasz, néhányuknak szinte a család. Rendezvényeiken a kívülállók is meggyőződhetnek arról, hogy meleg légkör, összetartó, jó csapat várja az új tagokat. A hely lelke, motorja a klubvezető, Király Melinda – a Terézváros Szociális Segítője emlékérem idei kitüntetettje.

Korán eldőlt

„A segítő hivatás szeretetét otthonról hoztam, édesanyám is idősek klubjában dolgozott. Egészen kisgyerekkoromtól kezdve mentem vele a munkahelyére, ahol a nénikkel, bácsikkal éreztem jól magam, szerettem őket és ők is engem. Már 13-14 éves koromban határozottan tudtam, hogy olyan munkát akarok végezni, ahol segíthetek az embereken – idézi fel Király Melinda. – Anyukám elfogadta ezt, ám ahhoz ragaszkodott, hogy érettségizzek le és legyen egy szakmám, ezért jártam kereskedelmi iskolába. Már ekkor is önkénteskedtem, súlyosan sérült emberek között, egy bentlakásos intézményben. A diplomámat általános szociális munkás szakon szereztem meg.”

Első munkahelyén mentálhigiénés munkatársként halmozottan sérült gyermekek, illetve felnőttek gondozásával és fejlesztésével foglalkozott nyolc éven át, de a terápiás célú lovagoltatás és a hitélet is a munkája része

volt, illetve egy idő után vezetői feladatokat is ellátott. Az Idősek klubjához 2015-ben érkezett, terápiás munkatársként kezdett, majd a klub helyettes vezetője, később vezetője lett. Legfontosabb feladatának azt tartja, hogy az idős emberek számára olyan foglalkozásokat szervezzenek a kollégáival együtt, amelyek a szabadidő hasznos eltöltése mellett élményt is adnak, sőt segítik a testi, szellemi egészség megőrzését.

Figyelnek egymásra

„Nagyon sok vetélkedőt, fejtörőt szervezünk, rejtvényt is fejthetnek a klubtagok, emellett sok témában tartunk ismeretterjesztő

”

Legfontosabb feladatának azt tartja, hogy az idős emberek számára olyan foglalkozásokat szervezzenek a kollégáival együtt, amelyek a szabadidő hasznos eltöltése mellett élményt is adnak, sőt segítik a testi, szellemi egészség megőrzését.

FOTÓ: BERCZ VALTER/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

Melinda mosolya

A Terézváros Szociális Segítője elismerésre a helyi lakosok is javaslatot tehettek, a nyugdíjasklub egyik tagja, Egerszegi Árpádné Gabika pedig élt is ezzel a lehetőséggel. „Amikor megtudtam, hogy mi is ajánlhatunk valakit a díjra, azonnal cselekedtem, mert ha valaki, akkor Melinda megérdemli ezt. 2016-ban halt meg a férjem, én lelkileg elég rossz állapotban kerestem fel az orvosom javaslatára a Benczúr utcai klubot. Elsőként Melinda fogadott a hatalmas mosolyával, ami sohasem fogy el az arcáról – azonnal tudtam, hogy jó helyen vagyok. Az a szeretet és törődés segített leküzdeni a depressziót, amit Melindától és a kolléganőitől kaptam és kapok” – mondta Egerszegi Árpádné.

előadásokat kolléganőimmel, amelyeket igyekszünk érdekessé, látványossá tenni. A testmozgásra is van lehetőség nálunk, gyógytornázni, pingpongozni szoktak a tagok, de a játék sem maradhat el. Rendszeresen hívunk külső előadókat: novemberben például a kerületi rendőrkapitányság munkatársa tartott bűnmegelőzési előadást, egy dietetikus a téli vitaminpótlásról beszélt és volt nálunk az a terápiás amerikai minilovacska, amelyet mindig nagy örömmel fogadnak az idősek – sorolta a programokat Melinda. – A klubtagok között többen magányosan élnek, ők nálunk találnak társaságra, innen számíthatnak segítségre, mi pedig igyekszünk folyamatosan figyelni rájuk és támogatást nyújtani nekik. A szervezett programok mellett nagyon nagy a szerepe az egyéni foglalkozásoknak, beszélgetéseknek, terápiáknak is.”

Az a külső szemlélőnek is gyorsan kiderül, hogy a Benczúr utcai klubban sikerült jó közösséget kialakítani, és ezt Melinda is megerősíti: az idősek nagyon figyelnek egymásra, segítik egymást. Így volt ez a járvány alatti karanténidőszakban is – amíg a klub nem

tudta fogadni a tagokat, ők addig is tartották a kapcsolatot telefonon egymással. Aki könnyebben mozgott, meglátogatta a többieket, és az ablakon keresztül beszélgettek. Melinda is egyfajta karanténba szorult: csak ő nem az otthonába vonult vissza, hanem a járvány kirobbanásakor hetekre beköltözött a Benczúr utcai intézménybe. Innen koordinálta a munkát, átvette a feladatokat a veszélyeztetett munkatársaktól és napi 24 órában segítette a magukra maradt klubtagokat.

„Nekem az a vezetői hitvallásom, hogy az ember a saját példájával járjon elől. Egyértelmű volt, hogy úgy szervezzük át a munkarendet, hogy a vidékieknek ne kelljen bejárniuk, inkább én költöztem be és végeztem egy ideig 3-4 ember feladatait. Huszonnégy órás ügyeletben voltam, előfordult, hogy éjszaka mentem ki egy riasztásra egy jelzőrendszeres ellátotthoz, de sokszor este 10-kor még a klubtagjainkat istápoltam telefonon keresztül. Napközben az egész kerület szociális étkeztetését innen, a mi konyhánkról bonyolítottuk. Nyolc hónapig volt zárva a klub, ezalatt igyekeztünk tartani a lelket az idősekben, naponta hívtuk őket, csomagokat vittünk nekik, újságot, rejtvényt szereztünk.”

Karmolásból ölelés

Melindának a mindennapi munka rezdülései, a mások segítségének apró sikerei adják az energiát a kitartáshoz. „Az első munkahelyemen volt egy súlyos autista fiú, aki eleinte megharapott, megkarmolt. Másfél-két évnyi, sok türelmet igénylő foglalkozás után egy szép napon belefeküdt az ölembe és átölelt, annyira megbízott bennem. Ezek az apró csodák adnak erőt, boldogságot. A mostani munkámban az jelent számomra eredményt, ha egy klubtag rosszkedvűen jön be és délután már vidáman távozik, vagy sikerül összehoznunk egy jó beszélgetést. Azért vagyok, hogy másoknak segítsek. Ez nekem annyit ad, annyira feltölt, hogy igazán boldog vagyok, kitölti az életemet. Ez az én utam, nem is tudnék mást csinálni.”

Helyi érték

Akik összetartják társadalmunkat

A közösségek, a társadalom megbecsülésének kifejezéseként ünneplik világszerte november 12-én a szociális munka napját, ami az ágazatban dolgozók számára munkaszüneti nap. Így a kerület vezetése már egy nappal korábban megünnevelte a segítők az Eötvös10 színháztermében. „Önök azok, akik a legjobban tudják, megnyit jelent egy kis figyelmesség, egy jó szó, egy nem várt segítség egy idős, beteg, szegény, fogyatékkal élő vagy más módon kiszolgáltatott embernek. Önök azok, akik összetartják ezt a társadalmat, mert segítők nélkül végleg és teljesen talajt vesztenének a legkiszolgáltatottabb emberek” – köszöntötte a megjelenteket Soproni Tamás polgármester.

Immár hagyomány, hogy ezen a napon adják át a Terézváros Szociális Segítője díjat. Az idén Király Melinda, a Benczúr utcai Idősek klubja vezetője (portrécikkünk főszereplője) Soproni Tamás polgármestertől és Miyazaki Jun humánügyekért felelős alpolgármestertől vehette át a rangos elismerést. Ezen az alkalmon köszöntötték Havas Pálmát is, aki tavaly a járvány miatt nem tudta átvenni az elismerést. Az azóta már a Kamaraerdei Idősek Otthonát vezető szakember közel hét éven keresztül dolgozott a Terézvárosi Gondozó Szolgálat vezetőjeként. Az alkalmon részt vettek a Terézvárosi Gondozó Szolgálat, a Terézéno, a Terézvárosi Család- és Gyermejkölési Központ és a Terézvárosi Egyesített Bölcsődék munkatársai is.

GE

FOTÓ: KARANCSI RUDOLF/
KÉPSZERKESZTŐSÉG



Miyazaki Jun, Havas Pálma, Király Melinda és Soproni Tamás

FOTÓ: ANCSIN GÁBOR/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

A kerület legidősebb fája a Kodály köröndön

A telefonunkon a köröndi platán története

Ha már az utcán is folyton a telefonunkat nyomkodjuk, legalább tegyük értelmesen és hasznosan: egy applikáció abban segít, hogy megtudjuk, milyen fa mellett megyünk el épp. És még a fák életben maradásához is hozzájárulhatunk.

Dobi Ágnes

Akinek nem evidens, ha elsétál egy terebélyes, boltozatos koronájú, középszürke kérgű, 6–12 cm hosszú, fűrészszélű, tojásdad alakú, színi oldalán középzöld, reszelősen szőrös levelekkel borított fa mellett, hogy az csakis egy nyugati ostorfa lehet, annak jó szolgálatot tesz a Főkert által kifejlesztett telefonos applikáció. Terézváros is csatlakozott a BP Fatárhoz, így az okostelefonra ingyenesen letölthető applikációból vagy az adatbázis honlapon változatából a kerületben élő köztéri fák, zöldterületek növényei, sőt, a parkok, játszótérek berendezései is megismerhetők.

Az út elején

A Fővárosi Önkormányzat támogatásával megvalósított fejlesztés távlati célja, hogy a különböző kerületi nyilvántartások összedolgozásával és megjelenítésével létrejöjjön egy egységes adatbázis. Ebből minden fontos információ elérhető lesz a főváros és a kerületi önkormányzatok tulajdonában, kezelésében és a magánterületeken található, összesen körülbelül egymillió fáról – tudtuk meg Rigó

Istvántól, Terézváros főkertészétől. „Ez óriási munka. Ahhoz, hogy bekerüljenek a rendszerbe, egyesével fel kell mérni a fákat, ugyanis minden egyednek önálló adatlapja van, amin a magyar és latin nevén, a »lakcíme« koordinátáin és fotóin túl a méretei – a magassága, törzs- és koronaátmérője, többnyire az értéke – is szerepel.”

Jelenleg ott tart a folyamat, hogy közel 8 millió négyzetméternyi zöldterület és több mint 136 ezer fa adatlapja érhető el, 100 nevezetesebbnek a rövid története is olvasható az adatbázisban. Ami Terézvárost illeti, Rigó István tájékoztatása szerint a közterületen lévő fák mindegyike már kereshető a Fatárban – a közintézmények udvarán és a magánterületeken lévőek még nem, fakataszterük frissítése folyamatban van.

Nem csak fák tárháza

Bár Fatár a neve, az alkalmazással fakataszteren kívül a helyi védettségű területek és a parkok adatai is elérhetők. „Mielőtt az ember egy ismeretlen játszótérre vinné a gyerekét, a Fatárban érdemes megnézni, hogy milyen játékok vannak ott. Ha a szabadban szeretnénk eltölteni pár kellemes órát, akkor tájékozódhatunk, hogy a kinézett parkban milyen a növényzet, vannak-e ott szökőkutak, emlékművek, milyen a burkolat és találunk-e olyan alkalmatosságot, ahol egy uzsonnát kényelmesen elfogyaszthatunk. Ha pedig egy kis testmozgásra vágyunk, akkor feltérképezhetjük, hogy ahová készülünk, ott milyen sportpályák, sporteszközök vannak” – sorolta Rigó István az alkalmazás nyújtotta lehetőségeket.

Az adatbázisnak nemcsak a járókelők, de a tervezéssel, faápolással, kivitelezéssel foglalkozó szakemberek is hasznát veszik. És maguk a növények is haszonélvezői lehetnek, ugyanis a Fatár egyfajta jelzőrendszerként is funkcionál.

Ki mit profitál

„Ha valaki egy adott fával kapcsolatban bármilyen rendellenességet tapasztal, akkor az adatlapján található hibabejelentés felíratra kattintva jelezni tudja. A bejelentés automatikusan ahhoz a szervezethez érkezik, amelyikhez tartozik. Ezzel a lehetőséggel a parkberendezések, játszótéri eszközök esetében is élhetünk” – mondta a főkertész.

„Terézvárosban nagyjából hat lakosra jut egy fa, az önkormányzat mindent megtesz azért, hogy megóvja őket. Fontos, hogyha bármilyen bajuk van, minél előbb megkapják a szükséges ellátást, ezt segíthetik a bejelentők is. A kerület fái nemcsak eszmei, környezeti, de forintosítható, milliárdos nagyságrendű értékük is van. Terézváros legöregebb fája, a köröndi másfél évszázados platán egymaga több mint 10 millió forintot ér. Jó tudni, hogy Magyarországon a fa értéke azt az összeget jeleníti meg, amennyit az adott fa lombkoronájának pótlására a faiskolában az azonos fajtajú facsemetékre költeni kellene.”

A BP Fatár a <https://infogardenweb.hu/bp-fatar/> linken érhető el, a BP Fatár alkalmazás ingyenesen letölthető mobiltelefonra, tabletre az iOS App Store és a Google Play áruházban.

Gyűjtse ön is a használt olajat!

A vasárnapi rántott húsos menü után mit csinál a sütőolajjal? Leszűri? A vécébe vagy a szemétkébe önti? Gyűjtögeti? A kérdés – onnan nézve, hogy milyen mérvű az ipari szennyezés – banálisnak tűnhet, hiszen mit árthat a vizeinknek az a néhány deci lefolyóban landoló olaj a több ezer tonnányi veszélyes hulladékhoz képest. Csakhogy egyetlen csepp használt sütőolaj ezer liter élővizet is elszennyezhet és jelentős károkat okozhat a csatornarendszerben is.

Csejtei Orsolya

Fordítva is igaz, „minden csepp olaj, ami nem a lefolyóba vagy a kukába kerül, védi a természetet, egész pontosan nem pusztítja tovább” – mondja Temesvári Szilvia zöldügyekért felelős alpolgármester, akinek sok egyéb mellett az is szívügye, hogy a háztartásokban keletkező használt olaj ne szennyezőanyagként kerüljön be a körforgásba, hanem inkább hasznosuljon újra. „Már egyetlen csepp is hatalmas környezeti károkat okoz. Ha viszont okosan gyűjtjük, bioüzemanyagként hasznosul” – állítja az alpolgármester.

Ennek érdekében Terézváros önkormányzata támogatja a társasházak használt-sütőolaj-gyűjtését: a lakóközösségek ingyen igényelhetnek gyűjtőedényt, egy 60–240 literes hordót, az önkormányzaton keresztül a Biofilter Zrt.-től – a letéti díjat a hivatal állja. A lehetőség már egy éve adott, Terézvárosban eddig hat társasház élt vele. „A lakóknak ez nem-hogy pénzébe, fáradságába sem kerül, hiszen csak a ház kapualjában lévő gyűjtőhordóig kell elvinni a lehűtött sütőolajat – ennyit az ember simán megtehet, amikor amúgy is viszi le a szemetet” – buzdít a tudatosabb hétköznapi életre Temesvári Szilvia.

60 liter olaj nem került a lefolyóba

A Vörösmarty utca 43. szám alatti társasház igazi úttörőként vágott bele bő egy éve az olajgyűjtésbe. „Ugyan csak 4-5 család használja a hordót – meséli Jankó Zsuzsanna közös képviselő –, de egy év alatt így is 60 liter használt olajtól sikerült megkímélni a csatornarendszert. Mivel mi egy olyan ház vagyunk, ahol sok az iroda és a külföldi tulajdonos, a 28 lakásból csak 10-et lagnak stabilan. Ehhez képest az 50 százalékos használati arány nem is olyan rossz” – mondja.

Sokan azért nem vágnak bele, mert azt gondolják, túl sok macerával jár az igénylés és a hordó tárolása, de Zsuzsanna szerint ennél egyszerűbb, hasznosabb és olcsóbb lehetőség kevés adódik egy társasház életében. „Írtam az önkormányzatnak egy e-mailt, cserébe kaptam egy két perc alatt kitölthető nyomtatványt, amin olyan praktikus adatokat kellett megadni,

hogy mi a ház címe és hogy hány literes gyűjtőedényt szeretnénk. Közgyűlés elé sem vittem a dolgot, csak »körbekiabáltam«, hogy van egy ilyen lehetőség, majd saját hatáskörben döntöttem mint intézőbizottsági elnök. Senkinek nem volt ellenvetése, hiszen anyagilag nem terheli a házat, viszont jót teszünk vele.

A hordó egy-két héten belül meg is érkezett, mi pedig egy év alatt töltöttük meg. Miután hívtam a Biofiltert, hogy megtelt, két nap múlva már cserélték is. Nincs vele semmi macera, egyedül arra kell ügyelni, hogy ne kerüljön az olajba egyéb szennyeződések, például cigicikk.”

100 százalékban hasznosul

Miután a konyhai felhasználást követően az önkormányzattól igényelt hordóban, gyűjtőedényekben elhelyezett használt olajat a Biofilter Zrt. begyűjti – a teli hordókat üres hordókra cseréli –, az átvett sütőolaj a cég hasznosítást végző üzemébe kerül. „Itt az általunk egyedileg kidolgozott hasznosítási folyamatban feldolgozzuk, majd a kész terméket, vagyis a tisztított használt növényi olajat értékesít-

A Biofilter Zrt. tavaly

50 társasházi begyűjtő pontról szállított el használt sütőolajat – ennek mennyisége közel 4200 kg volt. Tavaly összesen (egyéb helyeken, benzinkutaknál, de például a Hunyadi téri piacon is leadható olaj) 610 tonnányit gyűjtöttek be a lakosságtól.



FOTÓ: BERECS VALTER / KEPSZERKESZTŐSÉG

Jankó Zsuzsanna havi gyakorisággal tölti a hordót használt olajjal

jük biodízelüzemeknek, ahol üzemanyagot állítanak elő belőle – magyarázza Véh Mónika, a Biofilter cég környezetvédelmi és minőségügyi menedzsere. – A kész biodízelt a dízelüzemanyaghoz keverik jogszabályban meghatározott mértékben – 2020-ban és 2021-ben ez a bekeverési arány 8,2 százalék. A használt sütőolaj feldolgozása, tisztítása során keletkező hulladékot, az úgynevezett tisztítási maradékot biogázüzemekben hasznosítják újra, és elektromos, valamint hőenergiát termelnek belőle.” Mindez azt jelenti, hogy Biofilterhez került használt sütőolaj 100 százalékban hasznosul.

Az olajgyűjtő programhoz csatlakozni kívánó társasházak közös képviselői a lapos. peter@terezvaros.hu e-mail-címen kérhetnek jelentkezési lapot, ugyanitt a szolgáltatással kapcsolatban felmerülő kérdéseikre is választ kapnak.

Karácsonyi teraszcsinosító az Eötvös10-ben!



Igazi karácsonyi, téli hangulatot varázsolnának az Eötvös10 munkatársai a kulturális központ teraszának ablakaira – tervük megvalósításában a terézvárosiak együttműködésére is számítanak. Arra kérik az itt élőket, tervezzenek, és előre készítsék el ünnepi mintájú sablonjaikat, amelyekkel november 28-án, vasárnap 10 és 12 óra között az Eötvös10 teraszán mindenki megalkothatja a maga ablakdíszét. Nincs másra szükség, csak ötletekre és kreativitásra. Festéket, hőspray-t és dekorfilcet az E10 biztosít az alkotáshoz, az aláfestő zenét Juhász László szolgáltatja, a kezek melegen tartásáról – forró itallal – pedig szintűgy az Eötvös10 munkatársai gondoskodnak. A nagy november végi ablakdekorálásra családok, csapatok vagy egyéni résztvevők jelentkezését várják november 24-ig a kontha.nelli@eotvos10.hu e-mail-címen. Minden résztvevő karácsonyi meglepetésben részesül!

Mindenki felé nyitott a Skót Misszió

A kerületben működő református Skót Missziónál járt nemrég Temesvári Szilvia, Terézváros egyházi ügyekért is felelős alpolgármestere: látogatásának célja a jó kapcsolat megerősítése, a tartalmas együttműködés további lehetőségeinek feltárása volt. A találkozón az alpolgármester kifejtette, az önkormányzat arra törekszik, hogy a kerületben tevékenykedő egyházakkal elindítson egyfajta együtt gondolkodást, lehetőségei szerint segítse a közösségeket és közelebb hozza egymáshoz a különböző felekezeteket. Ezt szolgálja az egyházi kerekasztal is, ahol lehetőség lesz a tapasztalatcserére, egymás megismerésére. Aaron Stevens és Sztojka Szabina, a gyülekezet két lelkésze felidézte a több mint 100 esztendeje a Vörösmarty utca 51.-ben található Skót Misszió történetét. Kiemelték, hogy e falak között dolgozott Jane Haining, aki a második világháborúban részt vett a zsidómentésben, majd a rábízottakat el nem hagyva, Auschwitzban halt meg. Szavaik szerint a skót és a magyar református egyházhoz egyszerre tartozó gyülekezet rendkívül nyitott mindenki felé. „Ez a nyitottság, a befogadás a mi örökségünk. Részünkről ez nem a ma divatos politikai korrektség, hanem hitbéli meggyőződés” – szögezték le.



Sztojka Szabina, Temesvári Szilvia és Aaron Stevens

Legyen ön a választások tisztaságának egyik óre!



Tavasszal országgyűlési képviselőket választ az ország, és ennek során független, kizárólag a törvénynek alárendelt szervként a voksolás lebonyolítását a szavazatszámoló bizottságok végzik majd. Az eredmény megállapításán túl feladataik közé tartozik a választás tisztaságának, törvényességének biztosítása, a pártatlanság érvényesítése. A bizottságnak minden, a VI. kerületben lakcímmel rendelkező, a központi névjegyzékben szereplő, az országgyűlési képviselők választásán jelöltként indulni jogosult választópolgár tagja lehet. Az új tagokat és pótagokat legkésőbb a szavazás előtti 20. napon kell megválasztani. A jelentkezéssel kapcsolatban felmerülő minden kérdésre készséggel válaszolnak a szervezési főosztály munkatársai a 06 (1) 815-2112-es, 06 (1) 815-2103-as telefonszámon vagy a szervezes@terezvaros.hu e-mail-címen. A jelentkezési lap a www.terezvaros.hu oldalon vagy személyesen a hivatal Eötvös u. 4. szám alatti ügyfélszolgálati irodájában szerezhető be, kitöltve itt le is adható, vagy a Helyi Választási Iroda (HVI) címére (1067 Budapest, Eötvös u. 3.) lehet postázni. A HVI január 31-ig várja azoknak a jelentkezését, akik a kerületben állandó lakóhellyel rendelkeznek és szívesen részt vennének a munkában.

Keleti Éva képei hazaértek

A nemrég Terézvárosért Díjjal kitüntetett Keleti Éva Kossuth-, Balázs Béla- és Prima Primissima díjas művész ikonikus képeit felvonultató életmű-kiállítás nyílt az Eötvös10-ben. A tárlatot megnyitó Nádasdy Ádám nyelvész, író, költő, műfordító körbemutatva a falakon sorakozó művészportrékon hangsúlyozta, Keleti Éva sohasem csinált személytelen képet, mindig a fotóin szereplők egyéniségét igyekezett megjeleníteni. A méltatást követően megszólaló fotóművész arról beszélt, 1936 óta lakik a kerületben, úgy érzi, képei végre hazaértek. „A »hatkerület« nekem mindent jelent: a gyerekkorom, az iskolám, a szüleim, nagyszüleim és utódaim élete is ide kötődik. Boldog vagyok, hogy élek, hogy el tudtam jönni és ilyen szeretettel fogadtak” – fogalmazott Keleti Éva, aki az 50-es évektől fotózta a hazai színházi, zenei és irodalmi élet, valamint a táncos szakma színe-javát. Hozzátette, 1949-től 25 éven keresztül az MTI-ben dolgozott, képei oda is hazaérkeztek. Répászky Lipót, az MTVA archívum vezetőjének szavai szerint a gondjaikra bízott, 70 éves felölelő életmű felbecsülhetetlen értékű, komoly felelősségnek és kötelességnek tartja, hogy az alkotások újabb 70 év múlva is elérhetők, élvezhe-



tők legyenek. Az Eötvös10 emeleti galériájában a kiállítás december 31-ig minden nap 10 és 18 óra között díjtalanul tekinthető meg.

FOTÓ: KARANCSI RUDOLF/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

Az oldalakat összeállította: Dobi Ágnes

VERSELJENEK VELÜNK!

Rövid lírai költeményeket, prózaverseket vár a kerületben élőktől és az itt dolgozóktól a Terézváros magazin. A szerkesztőségébe elküldött alkotásokból válogatást közlünk decemberi, ünnepi számunkban.

Formai és tartalmi megkötés nincs, de **a Terézvárosról, a karácsonyról, az adventről vagy az ünnepekről szóló művek előnyt élveznek** a válogatás során.

Terjedelem: maximum 2000 karakter (szóközökkel).

A címmel, névvel és elérhetőséggel ellátott verseiket leadhatják személyesen a Terézváros magazin szerkesztőségében (Eötvös utca 5.) a nyitott órák idején (hétfő: 11-14 óra, csütörtök: 13-17 óra), vagy elküldhetik e-mailen a **csepregi.botond@terezvaros.hu** címre.

**Beküldési határidő:
december 13. (hétfő) 16 óra**



Terézváros





FOTÓ: BEREZ VALTER/KÉPSZERKESZTŐSÉG

Miyazaki Jun alpolgármester és Oláh Lajos országgyűlési képviselő

A kulcsszó: bizalom

„A járvány negyedik hullámában tartunk, és a most »uralkodó« delta-variáns, ha nem is okoz súlyosabb tüneteket, mint az eddigi változatok, sokkal gyorsabban terjed. A helyzet leküzdéséhez két dologra lenne szükség. Egyrészt láthatjuk, hogy a védőoltás fontos, de önmagában nem elegendő a koronavírus ellen, kellenek más intézkedések is. A másik elsődleges dolog a bizalom lenne” – állítja Oláh Lajos, Terézváros országgyűlési képviselője. A DK politikusa szerint ehhez képest az történt, hogy a kormánypárt kongresszusára csak védettségi igazolással, oltási papírokkal lehetett bejutni, miközben osztályokat utaztattak és hajtottak be minden nélkül vadászati kiállításra és propagandafilme a mozikba.

„A kormánynak csak az volt a fontos, hogy biztonságban legyenek a pártkongresszuson résztvevők, de hetekig, hónapokig nem érdekelt a magyar gyerekek sorsa. A parlamentben is maszkban ültek a fideszes képviselők, de mégsem voltak képesek azt mondani az embereknek, hogy hordjanak maszkot, a józan ész nem, csak a tragikus adatok bírták erre rá őket. Hogyan lehetne így kialakítani a bizalmat?”

Oláh Lajos parlamenti felszólalásban is világossá tette: hatalmas problémát lát abban is, hogy a kormány visszatartja a járvány adatait; azt, hogy nem lehet megtudni, egyes településeken mennyien fertőződtek meg, mennyien kerültek kórházba, vagy éppen azt, a betegek, kórházban kezeltek között mennyien vannak az oltottak, az oltatlanok, az egyes oltásokra vetítve milyenek az adatok. A kormány titkolózik, miközben Romániában, Dunaszerdahelyen, de Ausztriától Finnorszáig nem okozott gondot, hogy a politikusokat vagy a médiát beengedték a Covid-osztályokra. „Magam is kérvényeztem ezt, de nem kaptam rá engedélyt. Pedig az adatok nyilvánossága, az állapotok bemutatása segítené, hogy minél többen beoltassák magukat. Követeljük, hogy a kormány hozza nyilvánosságra az összes járvánnyal kapcsolatos adatot, engedjék be a médiát az egészségügybe, hogy az emberek reális képet tudjanak alkotni a járványról!” – zárta gondolatait a DK parlamenti képviselője.

Emlékeztetni az átélt borzalmakra

Holokauszt-túlélők beszélnek a vészorszakról azon a filmen, amelyet Oláh Lajos és Miyazaki Jun, Terézváros humán ügyekért felelős alpolgármestere vitt el nemrég két kerületi iskolába.

„Még évekkel ezelőtt fogalmazódott meg bennünk a gondolat Ujvári-Kövré Mónika VII. kerületi alpolgármesterrel, hogy rendhagyó történelemórákat szervezzünk a kerületi iskolásoknak, ahol holokauszt-túlélők személyesen beszélnek a diákoknak arról, milyen borzalmakat kellett elszenvedniük a múltban. Az ott elhangzottak mély benyomást tettek az órákon részt vevő diákokra. A Tomi háborúja című film ötlete is akkor vetődött fel bennünk, hogy a következő években a lehető legtöbb embernek tudják elmondani történetüket.”

A képviselő kezdeményezésére Erzsébetváros önkormányzata támogatásával született meg a dokumentumfilm, amelynek díszbemutatóját augusztus végén tartották. „A bemutatóra meghívtuk a rendhagyó történelemórákat tartó túlélőket, Sommer Katalint és Pisszer Györgyné Bori Nénit, valamint a filmben szereplő túlélőket, Solti Erzsébetet és Nádudvari Zoltánt, ám a közelmúltban elhunyt Kárpáti György sajnos már nem lehetett jelen ezen az eseményen. A bemutatóra eljött Frölich Róbert főrabbi, aki maga is megszólal a Tomi háborújában.”

A filmet már eljuttatták a VII. kerület összes iskolájába, valamint hozzáférhetővé tették az ország oktatási intézményei számára. Nemrég pedig egy-egy pendrive-val érkezett Oláh Lajos és Miyazaki Jun a terézvárosi Bajza utcai Általános Iskolába, valamint az Erkel Ferenc Általános Iskolába, és a Tomi háborúját vitték magukkal. „Sajnos idővel az utolsó túlélők is távoznak közülünk, ezért fontos, hogy a történetüket, a történelem személyes, tragikus oldalát a jövő generációinak is be tudjuk mutatni. Ezt a célt szolgálja ez az alkotás, amely valamennyi terézvárosi iskolába is eljut” – összegzett Oláh Lajos.

Az oldalt összeállította: Csepregi Botond

Az őstermelői piac maradjon őstermelői piac!

Számba kell venni a Hunyadi téri piac előnyeit, hátrányait, és megoldásokat kell találni arra, hogyan lehetne mind a vásárlóközösség, mind az őstermelők figyelmét jobban fókuszálni az árusítókra – ennek érdekében lépéseket sürget Lindmayer Viktor, a Fidesz–KDNP frakcióvezetője.

„A Hunyadi téri őstermelői piac mindig is egy fogalom volt, nemcsak kerület-, hanem fővárosszerte. Sokan jönnek vásárolni, sőt csak úgy »piacolni«: a friss, hazai, egészséges zöldségek, gyümölcsök, kész termékek vásárlása mellett keresik azt a régi, beszélgetős hangulatot, ami a mi őstermelői piacunkra is jellemző. Sajnos az elmúlt időszakban sok panasz érkezett, hogy olyan eladók is árusítanak itt, akiknek papíron van őstermelői igazolványuk, de a valóságban a nagybani piacon szerzik be a portékájukat, és úgy árusítják, mint saját terméküket – jelentette ki Lindmayer Viktor, a Fidesz–KDNP frakcióvezetője, aki szerint cselekvésre van szükség. – Kérdéseket intéztem Soproni Tamáshoz a témában, amelyekre a Terézvárosi Vagyonkezelő Zrt. vezérigazgatója válaszolt. Válaszai azonban sok sebből véreztek, ezért belső vizsgálatokat kezdeményeztem a témában. Illetve fogunk továbbra is kezdeményezni, ha szükséges.”

árusíthatnak, a piacos napok mindegyikén, a teljes nyitvatartási idő alatt. Hozzunk létre egy munkabizottságot, amely számba veszi a piac előnyeit és hátrányait, és ez alapján javaslatokat tesz a testületnek, hogy hogyan lehetne mind a vásárlóközösség, mind az őstermelők figyelmét jobban fókuszálni a piacunkra.”

Lindmayer Viktor elmondta, kénytelen volt ezeket a javaslatokat megtenni, mert „nemrég részt vettem egy egyeztetésen, ahol a vagyonkezelő munkatársai és a városvezetés egyik tagja egyetértően és helyeslően támogatott egy olyan módosítást, hogy az őstermelői piacon egyéni vállalkozók is árusíthassanak. Ez számunkra, akik folyamatosan egyeztetünk a vásárlókkal, valamint az ős- és kistermelőkkel elfogadhatatlan, ezért mindenféleképpen meg fogjuk védeni az őstermelői piacot” – zárta gondolatait a frakcióvezető.

Ráirányítani a figyelmet

A frakcióvezető szerint a reális kép megismeréséhez fontos pontosan ismerni a múltat és a jelent. Képviselőtársaival azonban alapvetően a jövőre szeretnének koncentrálni, ezért a következő testületi ülésre több, a jövőt érintő határozati javaslatot terjesztettek be. „A legfontosabb, hogy a képviselő-testület nyilvánítsa ki, hogy a Hunyadi téri piac őstermelői részén csak őstermelők és kistermelők

Nehéz ellenőrizni

„Országos, sőt mondhatjuk, világjelenség az, hogy az őstermelőknek nincs utánpótlásuk. Ez egyrészt generációs, másrészt életmódbeli váltást jelez – a fiatalok számára ez ma már nem vonzó életpálya. Sajnos valóban előfordul, hogy miután elhunyt egy gazda, üresen marad a standja a piacon. Ráadásul az őstermelők hétközben a legtrikább esetben tudnak jelen lenni a piacon, hiszen akkor foglalkoznak a földdel, a jószággal és csak hétvégén kereskednek” – reagált a felvetésre Temesvári Szilvia, Terézváros zöldügyekért is felelős alpolgármestere, aki szerint az önkormányzat arra törekszik, hogy Hunyadi téri piacon egészséges, minőségi élelmiszerek közül válogathassanak a vásárlók.

„Folyamatosan keressük a megoldást. Az egyik lehetőség, hogy rendeletmódosítással lehetővé tesszük, hogy szövetkezetek is kitelepülhessenek a piacra. Ez költséghatékony megoldás az egyéni őstermelők számára. Problémát okoz viszont, hogy mi csak azt ellenőrizhetjük, hogy valakinek van-e őstermelői igazolványa, a piacfelügyeletnek sem jogosultsága, sem kapacitása nincs az őstermelői igazolvány behatóbb vizsgálatára, például az azon feltüntetett termények tételes ellenőrzésére minden alkalommal, minden őstermelőnél. Arra is érdemes gondolni, hogy az őstermelők főleg idényjellegű zöldséget, gyümölcsöt hoznak a piacra, így ha nagyobb választékot (narancsot, banánt is) szeretnénk itt látni, a kereskedőknek is lehetőséget kell biztosítani a Hunyadi téren” – mondta el az alpolgármester.

FOTÓ: ADRIÁN ZOLTÁN/
KÉPSZERKESZTŐSÉG



Így tisztul a kép Terézvárosban

A kerület vezetése az elmúlt két évben jó néhány erőfeszítést tett annak érdekében, hogy tisztábbak legyenek Terézváros közterületei. A köztisztaságért felelős önkormányzati társaság munkatársai immár az év 365 napján az utcán vannak, és a Terézvárosi Foglalkoztatást Elősegítő Nonprofit Kft. működési költségét az önkormányzat a 2019-es 306 millió forintról 2021-re a közel kétszeresére, 530 millióra emelte. Az a szemlélet jellemzi a köztisztasággal foglalkozást, hogy az itt élőket nem érdekli, az adott területen kinek a hatásköre a takarítás, úgy kell dolgozni, hogy ebből minél kevesebbet érezzenek meg a terézvárosiak. Az önkormányzat, a köztisztaságért felelős cég, valamint a területért felelős alpolgármester, dr. Belezna Zsuzsanna erőfeszítéseiről már többször volt szó lapunkban, azonban a szavak helyett fontosabb, mit látnak ebből a kerület lakói. Képes összeállításunkból most ebből szeretnénk többet mutatni.



FOTÓ: BEREZ VALTER/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

Az Anker közben dolgozik egy munkagép – az önkormányzat elindította a hétfégi nagytakarítás-sorozatát, ennek keretében egy-egy közterület kap kiemelt tisztítást. Az akció során megemelt létszámmal, pluszgépekkel folyik a takarítás. „Az időjárás és a kapacitás függvényében igyekszünk minden hétfégre kiválasztani egy »gócpont« területet. Ha a kerületben élőknek van javaslata ilyen utcára, közterületre, kérem, jelezzék a kiemelésben is megadott elérhetőségeinken” – mondta a nagytakarítás kapcsán dr. Belezna Zsuzsanna.



FOTÓ: ADRIÁN ZOLTÁN/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

Az új kukák már messziről kitűnnek a többi közül: kék színűek és Terézváros-matricával is el vannak látva, így jól meg lehet különböztetni ezeket a főváros által használt zöld és narancssárga daraboktól. Üritésüket és tisztításukat is a terézvárosi köztisztasági cég végzi. Az új edények akkorák, mint a korábban használtak és azért jelentek meg a kerület utcáin, mert az FKF Zrt. nyáron a kormányzati megszorítások miatt 150 szemetest szerelt le Terézvárosban.



FOTÓ: ADRIÁN ZOLTÁN/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

„A legnagyobb problémának a kutyaürülék mennyiségét látom, nincs az az erőforrás, hogy ezt egy önkormányzat egyedül megoldja, mert nem a mi erőforrásainkon múlik a javulás. Nevelnünk kell azokat a kutyasókat, akik képtelenek felszedni az állat után a végterméket” – mondta Soproni Tamás polgármester a vele készített októberi interjúban, hozzátéve, hogy ettől függetlenül az önkormányzat nem tétlenkedik, az idén új kutypiszokgyűjtőket szereltek fel. Terézvárosban jelenleg nyolcvan ilyen edény található az utcákon, ezek többségét cserélték, használatuk a spirális kialakítás miatt egyszerűbb.

FOTÓ: BEREZ VALTER/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

A köztisztaság terézvárosi megközelítésére az a jellemző, hogy nem az a fontos, meddig terjed a kerület illetékessége; sok útszakasz van fővárosi kezelésben, azonban az itt élőket nem az foglalkoztatja, kinek lenne a feladata a takarítás, hanem az, hogy rend van-e. A köztisztasági cég munkatársai immár a fővárosi tulajdonban, kezelésben lévő közterületek takarításába is becsatlakoznak, így jelen vannak a Teréz körúton, az Andrásy úton, az Oktogonon és a Nyugati téren is. „A legutóbbi hétvégén a körzetemhez tartozó Oktogon került sorra, így jómagam is besegítettem a munkatársainknak.

Lakók vagy ingázók, autósok, gyalogosok, bringások, itt dolgozók, mindannyian ugyanazt a levegőt szívjuk – erről Kecskés Balázs, (fenti képünkön balról a második) a 4-es választókerület képviselője beszélt. – A DK terézvárosi képviselőcsoportjának kiemelten fontos, hogy gondozott környezetben éljünk, ezért indította el kezdeményezésünkre az önkormányzat a Tiszta utca, rendes ház programot, illetve ezért tartjuk fontosnak, hogy rendszeresen személyesen is részt vegyünk az utcák takarításában. Közös víziónk, hogy tiszta és rendezett Terézvárosban éljünk.”

A Terézvárosi Foglalkoztatást
Elősegítő Nonprofit Kft. ügyvezető
igazgatója, Kárpáti Zoltán minden
hétfőn 15.00–17.00 között személyesen
várja a lakosok megjegyzéseit
és panaszait az alábbi telefonszámon:

06 (1) 332 3962.

Korábban kifejezetten elhanyagolt része volt a kerületnek a Bajza–Bulcsú-alagút, amit a helyiek csak horroralagútként emlegettek. 2019 után nemcsak a megújításának a koordinálását, hanem a takarítását is a kezébe vette a VI. kerület.

A bonyolult tulajdoni és fenntartói viszonyokkal terhelt aluljáró jelenleg felújítás alatt áll, állandó tisztántartását az átadás után is biztosítja Terézváros.

FOTÓ: BEREZ VALTER/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

Az oldalakat összeállította: Csepregi Botond

A **terezvaros@koztisztasag.hu**-ra elküldött konkrét észrevételekre
többször rögtön, este fél 10 után pedig legfeljebb 8 órával késéssel ténylegesen megoldást keres a köztisztasági cég.



Terézvárosi díszpolgárok a fővárosi kitüntetettek között

A Fővárosi Önkormányzat november 17-én – azaz Budapest napján, Pest, Buda és Óbuda egyesítése évfordulóján – adta át kitüntetéseit azoknak, akik a város életében jelentős, meghatározó szerepet töltenek be, kiemelkedő teljesítményükkel pedig dicsőséget szereztek ennek a közösségnek. Ekkor adják át a díszpolgári címeket is. Az idei kitüntetettek között van két olyan kiemelkedő személyiség, akiket Terézváros is díszpolgárai között tudhat. Az ötszörös olimpiai bajnok tornász, Keleti Ágnes, a Nemzet Sportolója a tornasportban nyújtott egyedülálló teljesítményéért, oktatói és edzői tevékenységéért, töretlen lendülete, kivételes életműve előtti főhajtásként kapta meg a főváros elismerését. Bodrogi Gyula, a Nemzet Színésze Budapest kulturális életében betöltött kiemelkedő szerepe, a színházi és filmvilágot gazdagító alakításai, páratlan életműve miatt vehette át a címet.



Újra karácsonyi vásár a Vörösmarty téren

Egy év kihagyás után ismét lesznek adventi vásárok Budapesten, köztük november 19-től már nyitva is a legismertebb és legkedveltebb Vörösmarty téri, amelyet a főváros cége szervez. „Szakítva a korábbi hagyományokkal, a Budapest Brand csapata az idén egy igazi családbarát karácsonyi vásárt rendez, hiszen az a célunk, hogy mindenki jól érezze magát, aki kilátogat a Vörösmarty tere. Ezt az ünnepi hangulaton kívül az ételek árának mérséklésével szeretnénk elérni, ezért is írtuk ki úgy a pályázatot, hogy annak feltétele volt az 1500 forintos ételkínálat is” – mondta Faix Csaba, a Budapest Brand Zrt. vezérigazgatója. A Vörösmarty téren december 31-ig (a kézműveseknél 29-éig) tart a vásár, hétköznapokon 10–21, hétvégeken 10–22 óráig, ünnepnapokon rövidített időben (a kézművesek mindig egy órával korábban zárnak, mint ételt kínáló „ízművesek”). A látogatáshoz védettségi igazolványra van szükség.

Ingyenes vizsgálatokkal a daganatos betegségek ellen

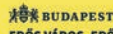
Az államilag finanszírozott kapacitások kimerítése után az egészségügyi szolgáltatók nem tudnak újabb betegeket fogadni, így alakulnak ki a várólisták azoknál a vizsgálatoknál is, amelyek különösen fontosak lennének a daganatos betegségek időbeni felismeréséhez. Ezért döntött úgy a főváros, hogy 2 milliárd forintot különít el a CT- és MR-várólista csökkentési programjára, ezzel jelentős mértékben növelhető a diagnosztikai vizsgálatok száma. Így több mint 30 ezer CT- és majdnem 10 ezer MR-vizsgálat válik elérhetővé – a budapestiek számára ingyenesen. A vizsgálatok a főváros különböző pontjain 10 szolgáltatónál érhetők el meghatározott beutalási rend szerint. Fontos szempont volt, hogy a beutaltak lakóhelyükhöz közel jussanak a vizsgálathoz, az időpontfoglalástól számított 7 napon belül. A vizsgálat szakorvosi beutaláshoz kötött, minden esetben a beutaló szakorvosnak kell időpontot egyeztetni a szolgáltatóval, a bejelentkezési telefonszámok egyikén. (A szolgáltatók listája és tudnivalók a ctmr.budapest.hu oldalon érhetők el.)

INGYENES FŐVÁROSI CT- ÉS MR-PROGRAM

A Fővárosi Önkormányzat 7 napon belül CT- vagy MR-vizsgálattal segít minden budapesti lakosnak, amennyiben felmerül daganatos betegség gyanúja vagy daganatos betegséggel kezelés alatt áll.

EGYEZTESSEN ORVOSÁVAL ÉS ÉLJEN A LEHETŐSÉGGEL! AZ IDŐBEN TÖRTÉNŐ FELISMERÉS ÉLETEKET MENTHET.





BUDAPEST
ERŐS VÁROS, ERŐS KÖZÖSSÉG

További információ: ctmr.budapest.hu

Veszélyes fákat vágunk ki. A Főkert december 31-ig kiszáradt és balesetveszélyessé vált fákat vág ki a kerület több pontján, hogy biztonságos környezetet teremtsen az arra közlekedők számára. A kivágásokat természetesen beható vizsgálatok előzték meg, ezek eredményei (a Fadiagnosztikai adatlapok) elérhetők a fokert.hu oldalon. A munkálatok érintik az Andrásy utat, a Podmaniczky és a Bajza utcát, valamint a Váci út Westend előtti szakaszát. A kivágott fákat jövő ősszel pótolják.

KEDVEZMÉNYES BÉRLET PARKOLÓHÁZAKBAN A TERÉZVÁROSI AKNAK



Októbertől a terézvárosi állandó lakcímmel rendelkező lakosok parkolóházi bérletet igényelhetnek, amennyiben nem váltják ki a lakossági parkolási engedélyüket vagy lemondanak arról.

Az önkormányzat összesen 6 parkolóházzal állapodott meg, ezekben bérelhetnek helyet kedvezményes áron a kerület lakosai.

BÉRLETEK HAVI ÁRA	első autóra	második autóra	nagycsaládosoknak, illetve nyugdíjasoknak
WESTEND PARKOLÓHÁZ VI. Váci út 1-3.	15 000 Ft	17 500 Ft	10 000 Ft
CARE PARK OPERA VI. Zichy Jenő u. 9.	25 000 Ft	40 000 Ft	20 000 Ft
CARE PARK SZÉKELY VI. Székely Mihály u. 3.	25 000 Ft	40 000 Ft	20 000 Ft
CARE PARK KERTÉSZ VII. Kertész u. 28.	20 000 Ft	30 000 Ft	15 000 Ft
HARD ROCK HOTEL VI. Nagymező u. 38.	25 000 Ft	40 000 Ft	20 000 Ft
CENTRAL PASSAGE VI. Paulay Ede u. 4.	25 000 Ft	40 000 Ft	20 000 Ft

A megállapodás megkötésekor egyszeri 1920 forintos eljárási díjat kell megfizetni.

IGÉNYLÉS:

- személyesen – a **Polgármesteri Hivatal ügyfélszolgálatán (Eötvös u. 4.)**
- online – **parkolas.terezvaros.hu**

További részletek a **www.terezvaros.hu** oldalon vagy az ügyfélszolgálatunkon!

Terézváros





Tanuljuk tőlük az életet

FOTÓ: ADRIÁN ZOLTÁN/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

Amatőr filmesként vágott bele a filmszemleszervezésbe 12 évvel ezelőtt Fábíán Gábor – kezdetben a munkahelyén, Zsirán, ahol középsúlyos fogyatékos emberekkel foglalkozott. Miután felmondott, álmódott egy nagyot és megalapította a Magyar Speciális Mozgóképek Egyesületét. A Speciális Filmszemlét 7 évvel ezelőtt Terézvárosba hozta és integrálttá tette – ezzel, ahogy mondja, kiszabadult a szellem a palackból.

Csejtei Orsolya

– *Hogy került a fogyatékkal élő emberek közelébe?*

– A Zsirai Szociális Otthonból 2008-ban felkértek, hogy készítsék róluk egy kisfilmet – bár mindig is nagyon érdekelt a filmezés, akkoriban még a szállodaiparban dolgoztam. Ahogy beleláttam az életükbe, annyira megtetszett, hogy jelentkeztem egy álláshirdetésükre – a szocioterápiás csoport élére kerestek foglalkozásvezetőt. A felvételi beszélgetésen kérdezték, hogy ha bármit tehetnék, korlátok nélkül, mit valósítanék meg, mire én azonnal rávágtam, hogy biztos, hogy kamerát adnék a kezükbe és csinálnék egy filmszemlét. Felvették, és egy évre rá meg is valósítottuk az első fesztiválunkat,

amelyre belső körökből ugyan, de már nagyjából 20 film érkezett fogyatékkal élőkől. Nagyon nagy élmény volt számomra együtt lenni ezekkel a középsúlyos állapotú emberekkel. A vendéglátás pörgés után igazi áldásként, adományként éltem meg. Olyan erős inspirációk értek ott, amelyekből számtalan film született.

– *Hogy lett a zsirai miniszemléből mára 50 országot felsorakoztató nemzetközi rendezvény?*

– Miután eljöttem az otthonból, úgy volt, hogy viszik tovább a szemlét, de aztán erre nem került sor. Egyet szerveztek meg nélkülem. Nekem viszont szívügyem volt, így 2014-ben megalapítottam a Magyar Speciális Mozgóképek Egyesületet (MSMKE). Azzal, hogy civil szervezet lettünk, hozzá tudunk jutni pályázati pénzekhez,

kiszabadult a szellem a palackból. Legfőbb célunk természetesen a filmszemle megrendezése volt, de hamar beláttuk, hogy önmagában ez nem elég, kellenek képzések, alkotótáborok, konferenciák – szép lassan sok-sok rendezvény megjelent mellettünk. Most már jó pár állandó programunk is van – mind azért, hogy támogassunk egyes fogyatékkal élő közösségeket, szakmai segítséget nyújtsunk számukra. 2015-ben már Kárpát-medencei integrált seregszemlét hirdettünk és a speciális mellett megjelent a profi kategória is. Ebben a formában Terézváros és az Eötvös10 lett a filmszemle új otthona – 40-50 alkotással indulunk, az idén pedig már több mint 200 nevezés érkezett. Ez számomra is megdöbbentő.

– *A rendezvény záródélutánján Töröcsik Marira emlékezve levetítették Makk Károly Szerelem című filmjét. Hogyan kötődött az idén elhunyt színészlegenda a szemléhez?*

– Ő volt az első néhány, már MSMKE fesztivál fővédnöke, 2015-ben személyesen is jelen volt. Épp azon az egyetlen zsirai szemlén találkoztunk először,

amit már nem én szerveztem. Meghívottként ültem a sötét teremben, megérkezett a művésznő, felment a színpadra, hatalmas ováció, és az első kérdése az volt: „kinek jutott ez eszébe”. Hirtelen minden szem rám szegeződött – érdekes, kissé zavarba ejtő élmény volt. Aztán a beszélgetés végén azt kérte, szeretné megszórítani annak az emberek a kezét, aki a szemlét kitalálta. Ez a kézfogás egy életre meghatározó, örök élmény lett számomra. Írtam egy könyvet – Álmodtam egyet – Őt évem a speciális filmezésben –, és amikor megjelent, küldtem neki egyet köszönetképp. Nem adtam meg elérhetőséget, nem volt semmi hátsó szándékom. Aztán egyszer csak szóltak Zsiráról, hogy a művésznő keres, csak nem tudja a számom. Megint tollat ragadtam, elküldtem neki. Pénteken adtam postára a levelet és hétfőn már hívott is. Onnantól rendszeresen beszélünk, felkarolta a speciális szemle ügyét. Ő szerezte például a zsűribé Janisch Attila filmrendezőt, aki évekig volt a stábunk tagja.

– *A Szerelem című film nem a legkönnyedebb műfaj, a szemle kö-*

zönsége pedig nagy számban fogyatékkal élők közül áll – értik, szeretik az efféle komoly hangvételt?

– Nehéz téma, ez igaz, de amit Darvas Lili és Töröcsik Mari együtt játszanak benne, az egyszerre komikus és vicces. Tartottak tőle a segítők is, hogy a sérült csoportok hogyan fogadják majd ezt a filmet, de jól vették. Nevetgéltek rajta, ahol vicces volt, és sokan könnyekig hatódtak a végén. Öt évig csináltam mozi Zsirán, tudom, hogy mennyire mindenevők. Kim Ki Duktól a Halálos fegyverig mindent vetítettem nekik, és imádták. Az egyesületnek van amúgy egy állandó speciális mozifilmklub programja Szombathelyen – ennek a lényege, hogy a fogyatékkal élők számára lehetővé tesszük az igazi, hamisítatlan moziélményt. A legtöbbjük sem anyagilag, sem családiról nincs olyan helyzetben – sok helyen nincs is család, bentlakásos otthonokban élnek –, hogy megtehesse, hogy vesz 3000-ért kólát meg kukoricát, és beül egy péntek délutáni vetítésre valamelyik multiplexbe. Célunk, hogy a filmkészítés teljes skáláját lefedjük a fogyatékkal élők számára és ebbe a mozizás is beletartozik. Lett egy filmarchívumunk, egy alkotótáborunk Tiszaligeten és egy kis szemlének Kisújszálláson – mindennek a csúcán pedig a most már nemzetközi Speciális Szemle az Eötvös10-ben, amit Terézváros önkormányzata a kezdetektől támogat.

– Van a mostani versenyfilmek közül kedvence?

– Nagyon szeretem az egyik Nagydíjjal kitüntetett alkotást, az egyiptomi Rawhya menedékét. Egy 60 év körüli anyáról szól, aki három felnőtt speciális igényű fiával él egy kis faluban, nagyjából középkori viszonyok között. Anynyi mosolyt és örömet látni egy olyan terhelt sorsban, mint az övék, hogy az lenyűgöző. Itt valódi boldogságot kap a néző, nem pózt. Mostanra kezd átfordulni bennem az a szemlélet, amivel a fogyatékkal élők felé közelítenek az ép emberek: nem mi vagyunk értük. Amit ők csinálnak, vagy pusztán amilyenek, arra nekünk legalább annyira szükségünk van. Mi tanulhatjuk tőlük az életet.

Speciális Filmszemle hetedszer

Az idén először a világ minden tájáról – összesen 50 országból – érkeztek alkotások a Magyar Speciális Független Filmszemlére, amely így egy csapásra nemzetközi fesztivállá avanszált. A 230 nevezés közül 87 alkotást válogatott be a versenyprogramba az előzsűri, amelyek közül 22-t díjaztak is az E10 színháztermében megtartott díjátadón.

„Szép életem volt eddig, nagyon szeret engem a Jóisten” – mondja földöntúli mosollyal az arcán, hihető őszinteséggel a lány, aki alig hall, alig lát, alig mozog, ráadásul évek óta lélegeztetőgép tartja életben. „Jobb nekem velük, mint nélkülkük, megvidámítják a napjaimat” – meséli Rawhya, az egyedülálló 60-as anyja, aki egy egyiptomi kis faluban, sziklakakában, földön ülve, élve neveli három fogyatékos felnőtt fiát – boldogan. Egészséges nézőpontból tragikus sorsok, rettenetes életkörülmények és sok-sok fájdalom elevenedik meg azokon a képkockákon, amelyeket fogyatékkal élőkről készítettek profi független filmesek, a legtöbbjük mégis olyan boldogságot és életigenlést sugároz, amit bármelyik ép ember megirigyelhetne.

Azok a speciális igényű alkotók pedig, akik maguk küzdenek nehézségekkel, olyan mérvű szárnyalást élnek meg a film segítségével, amire egy egészséges ember csak a legvadabb álmaiban gondol. Ráadásul a legtöbbször humorral és önjelöléssel fűszerezve, szerénységgel megtámogatva – pont úgy, ahogy Lacika, Tibor, Marika, Annamária, azaz a Bánhalmai Filmes Csoport, a speciális kategória nagydíjsai fogadják a sikert. „Milyen érzés – kértem –, másodszor legyőzni mindenkit? – Jó – feleli Lacika. – Nagyon jó! Kitalálni is nagyon jó volt” – mondja, majd csak néz. A mosolya fülig ér. A társait karolja, nézi őket – egymásra büszkének. A csapat a gyurmaanimációra specializálódott – tavaly egy süni és egy kutya, az idén egy lány és egy fiú végtelenül egyszerű, ám annál beszédesebb találkozását álmódta gyurmafilmre. Tóthné Nagy Ágnes, a segítők örömkönyveivel küszködik: „Hihetetlen, még mindig meglepő, hogy nyertünk, pedig minden évben szép eredményeket érünk el. Az a legörömtelibb, hogy évről évre egyre önállóbbak, hogy alkalmazzák, amit megtanulnak. Az idén már teljesen önállóan készítették el a versenyfilmjüket.” Fél évet dolgoztak rajta, és ahogy a zsűri is említette az értékelésben, speciális, de profi munka született.

A díjátadón Miyazaki Jun humán ügyekért felelős alpolgármester is arra hívta fel a figyelmet, hogy ez a filmszemle valójában „...nem egy speciális program, hanem olyan profi művészeti fesztivál, amelyre minőségi műveket küldenek be a résztvevők. A rajzok és filmek egyszerre közvetítik azt az üzenetet, hogy egy fogyatékkal élő ember is tud olyan értéket teremteni a művészetben, a munkában és a mindennapi életben, mint bármelyik ép társa. Alkotásaik saját jogon tekinthetők önálló produkcióknak.” Az alpolgármester két díjat is átadott: a szemle Együtt közösségi nagy-

díjat nyújtotta át speciális kategóriában a Virus-irtók című film alkotóinak, azaz a Mozgásjavító Filmműhely két diákjának, valamint ő gratulált elsőként a szemle speciális Nagydíját kiérdemlő Bánhalmai Filmes Csoportnak.

CSO



FOTÓ: ADRIÁN ZOLTÁN / KÉPSZERKESZTŐSÉG

Nagydíjak független (fogyatékkal élőkről készített filmek) és speciális (fogyatékkal élő alkotók által készített filmek) kategóriákban

Az ELTE Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Kar és a Gyógypedagógiai Fejlesztésért Alapítvány a Virusirtók című film alkotóit az Egymástól tanulunk díjjal jutalmazta, míg a fogyatékoság legméltóbb ábrázolásáért járó Méltóságdíjat a Nem volt igazi szerelem című alkotás készítőinek adta.

Az Együtt közösségi nagydíjban független (profik) kategóriában egy brit mű, a Tom Lightfoot titkos élete részesült, amelyet egy angol Down-közösség, az Arty Party színészei készítettek, a speciális kategóriát pedig, ahogy korábban is írtuk, a Virusirtók nyerte.

Arcaink nagydíjban függetlenként a Vaidehi című indiai film, spéci kategóriában pedig az Időtlen című hazai alkotás részesült.

Aranyszárny nagydíjat a Fél lélegzet című alkotás rendezői változata kapott, speciális kategóriában pedig az animációt élőszereplős játékkal vegyítő Pandémia bizonyult a legjobbnak.

A szemle abszolút Nagydíját (nagy kezdőbetűvel) a profik közül ketten is kiérdemelték: az indiai Igaz szívek, valamint az egyiptomi Rawhya menedéke megosztva nyerte a Magyar Speciális Filmszemlét. A spéci kategória győztese pedig a tavalyi első helyezett Bánhalmai Filmes Csoport lett, akik az idén ismét egy kedves gyurmaanimációs filmmel neveztek.



Másfél évszázadnyi művészet

Az idén 150 éves a Magyar Képzőművészeti Egyetem, amely 1871-ben Országos Magyar Királyi Mintarajztanoda és Rajztanárképezde néven egy pesti bérház bérelt lakásában kezdte meg működését, majd 1877-ben az Andrássy útra költözött. A jubileumi évforduló alkalmából novemberben – MKE150 néven – nagyszabású programsorozat kezdődött. Az esemény fő attrakciói között kiállítások, a Képzőművészeti Egyetem felújított tereinek, valamint frissen restaurált Lotz-freskóinak átadása is szerepel.

Kerek évfordulója van az idén a képzőművészeti oktatás – európai mintára való – akadémiai magasságokba emelésének is: 160 éve, vagyis 1861-ben alakult meg ugyanis az Országos Magyar Képzőművészeti Társulat, amelynek elvi célja a következő volt: „a hazai képzőművészetnek minden ágát tökélyre segíteni, a műizlést nemesíteni s a műszereteket terjeszteni”. A gyakorlatban mindez egy művészi tanintézet felállításában öltött volna testet, de mivel anyagi források híján a társulatnak a pártfogók – gazdag arisztokraták, főpapok, jómódú nagypolgárok, de maga a belga királynő is – támogatására volt muszáj hagyatkozniuk, az akadémia létrehozására vonatkozó tervek az 1860-as években még meghíúsultak. Felállt viszont egy szakmai bizottság, tagjai közt többek között Orlay-Petrich Somával, Than Mórral és Kelety Gusztávval – utóbbi Eötvös József kultuszminiszter megbízásából útnak is indult Európába, hogy a képzőművészeti akadémiák és iparművészeti intézetek munkáját tanulmányozza.

Kelety a teljes akadémiai képzés beindítását nem tartotta megvalósíthatónak a korabeli magyar viszonyok között, javaslatot tett viszont egy a tanárképzést is magában foglaló, alapképzést nyújtó intézményre, amelyet az akadémia szó megkerülésével mintarajztanodának nevezett el. Egy olyan intézményt képzelt el, ahol a művészi pályára készülő fiatalok jól felszerelt műtermekben, kiváló mesterek irányítása alatt tanulhatnak.

Az Országos Magyar Képzőművészeti Társulat sürgetésére 1871. május 6-án megalakult a Magyar Képzőművészeti Egyetem jogelődje, vagyis az Országos Magyar Királyi Mintarajztanoda és Rajztanárké-

pezde. Az új intézmény 1871 októberében az akkor még terézvárosi Rumbach Sebestyén utca 6. szám alatt, bérelt lakásban kezdte meg a működését.

Tanításra nem alkalmas

A tanári kar tagjai közé tartozott az akkor 37 éves Kelety Gusztáv igazgató és „akadémiai képiró” mellett Székely Bertalan „történelmi festész”, aki alakrajzolást és festészetet, Izsó Miklós „akadémiai szobrász”, aki mintázást és Schulek Frigyes „akadémiai építész”, aki az építészeti és ékítményi tantárgyat tanította. Az intézménynek kezdetben 53 növendéke volt, a „művészeti ipar” valamely ágát művelő iparosok számára szervezett ingyenes esti tanfolyamot 24-en látogatták az első évben. Ahogy azonban nőtt a hallgatók létszáma, egyre több lakást volt kénytelen kibérelni az iskola, amelynek a lakbérre egyrészt pár év alatt az egekbe kúszott, másrészt ezek a helyiségek nem igazán feleltek meg a művészi oktatás követelményeinek. A súlyos szobormintákat nem tudták felszállítani az emeleti termekbe, a nedves falú helyiségek nem kaptak elég természetes fényt. Öt év működés után a Mintarajztanodának kifizethető és a képzési igényeknek megfelelő épület után kellett néznie.

Közdakozásból épült

A társulat választmánya 1872 tavaszán Pest város közgyűléséhez fordult azzal a kéréssel, hogy a leendő sugárút (az Andrássy út) tervezése alkalmával

egy 800 négyszögöles telek elővételi jogát engedje át az általuk vázolt nemes és közhasznú célra. A közgyűlés helyt adott a Magyar Országos Képzőművészeti Társulat kérelmének, majd hosszas alkudozások után 1874-ben a leendő sugárút déli oldalán, az Oktogonon túl a 78-as, a 80-as és 151-es számú telkeket 55 ezer forintos jutányos áron neki eladta. A társulat külön iskolaépületet és kiállítóteret szeretett volna – az utóbbira kiírt nemzetközi tervpályázatot Láng Adolf nyerte. Az elegáns, a veronai Palazzo Bevilacqua mintájára épült reneszánsz palotába az állam egy forintot sem adott, a homlokzatán a mai napig olvasható, hogy egy az egyben közadakozásból jött létre 1877-re.

Hadikórház is volt

A Mintarajztanoda – 1897-től Mintarajziskola, 1908-tól pedig Országos Magyar Királyi Képzőművészeti Főiskola – és a vele szomszédos Műcsarnok története összefonódik: az iskola tanárai a Műcsarnok kiállító művészei voltak, itt rendezték meg 1897-ben első fővárosi kiállításukat. Aztán amikor a milleniumi ünnepségekhez kapcsolódva 1896-ban felépült a kiállítási palotának szánt mai Műcsarnok a Városligetben, a Régi Műcsarnokra keresztelt Andrássy úti épület egyetemi funkciókat kapott.

1908-ban az addig az Epreskertben működő mesteriskolákat és a női festőiskolát a mintarajziskolához csatolták, és az egész komplexumot Magyar Királyi Képzőművészeti Főiskolára keresztelték. Az első világháború alatt a hallgatók nagy része a frontra került, az épületben hadikórházat rendeztek be. A menzát hadbavonultak ellátatlan gyermekeinek az étkeztetésére használták. A tanítás fűtetlen bérelt helyiségekben, a legnagyobb anyagi nehézségek között, három hónapos kurzusokban folyt. Az 1919/1920-as tanév megindulásakor teljes zűrzavar uralkodott a főiskolán. A hadikórház helyébe karhatalmi alakulatok telepedtek be. 1920-ban a kormányzat Lyka Károly művészeti író bízta meg az intézmény újbóli megszervezésével. Javaslatára 1921-ben összenyitották a két szomszédos épületet, az egykori kiállítószárnyban többek között a Barcsay kiállítóterem, a rektori, valamint a tanulmányi hivatal kapott helyet. A Régi Műcsarnok egykori díszes mennyezetű terme, amely a Képzőművészeti Társulat Választmányára számára épült, ma a Magyar Képzőművészeti Egyetem Tanácssterme. A második világháború is megtépázta, de lényegében azóta hasonló konstrukcióban működik – 2000 óta Magyar Képzőművészeti Egyetem néven.

Falközeli élmények

Az elmúlt néhány évtizedben többször is felújítottak, rekonstruáltak az épületen ezt-azt – legutóbb a tetőszerkezet és a beázások által károsított Lotz-freskók, valamint a belső terek újultak, illetve folyamatosan újulnak meg.



A hely szelleme



Az intézmény megalapításának 150. évfordulója apropóján Erős István, az MKE új rektora egy afféle állandó „tárlatvezetésre” hívja az érdeklődőket. Célja, hogy a Képzőművészeti Egyetem a jövőben ne egy megközelíthetetlen, szürke vár legyen a kortárs magyar képzőművészet szívében, hanem egy nyitott, pezsgő, modern művészeti központ. Ahogy Winston Churchill mondta: „Minél távolabbra tekintünk hátra, annál messzebbre látunk előre.”

A jubileumi tanév tényleges épületsétákkal is csalogat, amelynek során a kíváncsi érdeklődők előtt is megnyílnak az egyetem kapui – a művészeti időkapukon keresztülhaladva hagyományos és modern, olykor meghökkentő hallgatói és oktatói alkotásokban gyönyörködhetünk. Egész évben test-, vagyis falközeli csodálhatók meg az Andrássy úti főépület impozáns terei, részesei lehetünk az alkotás misztikus folyamatának, különleges sétaszínház során barangolhatunk a varázslatos Epreskert szobrai között.

CSO

Jubileumi kiállítások

A november elején kezdődött MKE150 programsorozat a Modellállítás: az emberi test képi konstrukciói című kiállítással indult. A november 6-án nyílt tárlat különböző korokban mutatja be az emberi test ábrázolását, rávilágítva az aktuális társadalmi problémákra. A kiállításon a nagy elődök – Székely Bertalan, Barcsay Jenő, Bortnyik Sándor, Kondor Béla, Major János – alkotásai mellett kortárs alkotók – Lakner László, Birkás Ákos, Dallos Ádám, Czene Márta, Keresztesi Zsófia, Györffy László, Kristóf Krisztián – művei is szerepelnek.

Decemberben nyílik az És mégis mozi a föld! IMXXX – Intermédia retrospektív. A mozgóképes anyagokra, installációkra, interaktív művekre koncentráló tárlat a 90-es évektől zajló szakadatlan technológiai átalakulást reprezentálja.

A cikk elején sorolt előzményeket is bemutató A régi-új Műcsarnok című kiállítást 2022 februárjától láthatja a közönség, amely a Magyar Képzőművészeti Egyetem ikonikus főépületének kalandos építéstörténetét, impozáns díszítését mutatja be, középpontban a frissen restaurált Lotz-freskókkal. A tárlat a Barcsay Terem mellett az egész egyetemi főépületet birtokba veszi, amely anno otthont adott a Nagy Endre kabarénak, a Nagybányai művészeknek és az Új Magyar Képtárnak is. A kiállítás Ferenczy Károly, Lotz Károly, Majláth György, Róth Zsigmond, Scholz Róbert munkái mellett kortárs művekkel is reflektál az épület múltjára és jelenére.



Reggeli pizsamaparti

Betoppanásunkkor épp egy spanyol kávémarca hazai képviselője búcsúzkodik – lehet, hogy hamarosan az ő kávéját is kóstolni lehet a Szondi utca és a Csengery utca találkozásánál megbúvó csöpp reggelizőhelyen. A tulajdonos, Luis Garcia Prado épp ebédel – vagy reggelizik (?) –, és büszkén mondja: különlegesen jó a kávéjuk.



FOTÓK: BEREZ VALTER/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

„Nem vagyunk újhullámos, folyton új trendekkel kísérletező kávézó, csak van egy ragyogó kávégépünk, és tudjuk, hogy kell használni” – avat be a nem is annyira titokba, mint inkább hitvallásba a decens spanyol úriember, akinek egyébként több évtizede jól működő könyvkiadója van Spanyolországban. A vállalkozást öt éve Terézvárosból menedzseli, ez ma már könnyen megoldható.

Budapest, a régi álom

Luis Garcia Prado orosz származású párjával kötözött Budapestre öt évvel ezelőtt, a helyet, a 3 Pajamas Breakfast Clubot is együtt nyitották 2017 májusában. Kezdetben orosz és spanyol kulináris vonalat képviseltek, ebből mára jobbra a spanyol fogások maradtak, ahogyan a helyet is ma már egyedül viszi Luis, a párja pedig visszaköltözött Spanyolországba.

Mivel üzleti útjai során sűrűn megfordult nálunk, Luisnak régi álma volt a magyar fővárosban élni – amikor a csillagok együttállása kedvező volt, meg is ragadta a lehetőséget. A reggeliző koncepciójának kitalálása és megvalósítása orosz párját dicséri, Luis csak befektetőként, támogató partnerként vett részt benne, de ha már így alakult, boldogan vette át az irányítást.

„Nem vagyunk profik vagy szakmabeliek, a személyzet csupa fiatal, diákok, akik kedvességet és vidámságot hoznak a hely életébe, amiért a vendégek elnézik a lassabb sebességet, a becsúszó bakikat” – magyarázza Luis, akinek a szintén di-

ákkorúnak ható, de szakmabeli Judit, egy „profi” vendéglátós menedzser segíti a munkáját a mindennapokban.

Nincs titok

A legnépszerűbb fogások közé spanyol klasszikusok tartoznak, így a tradicionális krumplis omlett, a tortilla de patatas, valamint a pan tumaca, vagyis az olívaolajjal, friss paradicsommal és serrano sonkával készülő toastszendvics. „A tojásos ételek nagyon mennek, ezzel lehet sok energiát gyűjteni egy fárasztónak ígérkező nap kezdetén” – mutat rá Luis, aki felhívja a figyelmet arra is: a házi készítésű sütemények kihagyhatatlanok. Ahogy a kávékészítésben, ebben sincs különösebb titok: a konyharész egy az egyben belátható, szinte minden mozdulatra a vendégtérrel egybeérő pulton kerül sor. Az erősen addiktív banánkenyér, a répatorta, a gluténmentes brownie mindennap frissen kerül ki a kemenceszerű sütőből, és napirutin-szerűen jönnek érte a környéken lakók, valamint a közelben dolgozók.

„A mi konyhánk nem sznob, tényleg olyan, mint egy otthoni főzőhelyiség, a sütemények sem csicsásak – pragmatikus konyhát viszünk” – magyarázza Luis Garcia Prado, aki – korábbi párjával együtt – azt is elmondhatja magáról, hogy életet hozott Terézváros e részére. Most már ez a Szondi utcai sarok is kezd benépesülni, szemben kis pizzázó nyílt, Külső-Terézváros ezen szegletében is meg lehet találni a gasztronómia apró oázisait.

Persze az utóbbi két év nem volt könnyű, és akkor még alulfoglalmazunk. Luis azonban nem adta fel, amikor csak lehetett, nyitva tartotta a 3 Pajamast, és boldogan fogadták a reggelire vagy korai ebédre, brunchra betérő vendégeket.

BK

”

Nem vagyunk profik vagy szakmabeliek, a személyzet csupa fiatal, diákok, akik kedvességet és vidámságot hoznak a hely életébe, amiért a vendégek elnézik a lassabb sebességet, a becsúszó bakikat.

KÖNYV

Merényletek vér nélkül

Hamarosan szezonja lesz nálunk a karaktergyilkosságoknak, így hasznos lehet a válságkommunikációs szakember, Böhm Kornél új könyve. A szerző gyorsan világhossá teszi, ez is olyan eszköz, ami gyakorlatilag egykorú az emberiséggel, és bár nincs elfogadott meghatározása, a „jellemre vonatkozó megsemmisítő célzatú általánosítás” elég jó leírás. Jó tudni azt is, a karaktergyilkosságoknak – amelyet a tükörfordítás helyett Kálmán László nyomán hívhatnánk inkább „hírnévmerénylet”-nek – nemcsak politikusok esnek áldozatul, hanem jelen van a gazdasági életben, a munkahelyeken, sőt, a családban is. A nagyon sok történelmi példával – mára már klasszikus az az amerikai republikánus szenátorjelölt elleni lejárató kampány, amely egy ironikus szövegekkel teletűzdelt lemezborítóra épült – fűszerezett könyvből megismerhetjük a karaktergyilkosságok típusait – a démonizálástól (ilyen a Soros György körüli hisztéria) a nevetségesség tételig és félremagyarázásig –, azt, hogy a témaválasztással mit lehet támadni az áldozaton (a „kézenfekvő” múltbeli tettektől a mentális állapotig) és az is kiderül, mindezt milyen változatos eszközzel lehet végrehajtani. A szakember nemcsak elemzi a karaktergyilkosságokat – amelyek akkor lehetnek sikeresek, ha hihető üzenetekkel a megtámadott fél valamilyen központi tulajdonságát támadják –, hanem arról is szól, hogyan lehet ezek ellen hatékonyan védekezni. Böhm Kornél kimondott szándéka, hogy ne erkölcsi ítéletet mondjon tárgya felett, hanem kommunikációs szempontból közelítse a jelenséget; így ha az olvasmányos, mégis alapos mű végére értünk, nekünk kell döntenünk: használati útmutatóként forgatjuk-e vagy hagyjuk, hogy a szemünket nyissa fel.

(Karaktergyilkosság, HVG Könyvek)

CSB

FILM

A kedvenc karácsonyi filmünk

Sokat elárul valakiről, mi a kedvenc karácsonyi filmje: az Igazából szerelem érzékeny, álmódzó típusra vall, míg a Drágán add az életed kicsit sérült, de igazi küzdő személyiséget rejt. A két film címéből és egy látszólag össze nem illő párból csomagolták össze a Netflix idei legjobb romantikus vígjátékát: a Love Hard már az ünnepekre



hangolja a nézőket. A nagy szerelembe esés helyett nagy pofára esés várja Natalie-t (Nina Dobrev), aki ötezer kilométert utazik át az Államokon, hogy találkozzon a randioldalon megismert kedves, okos, dögös Josh-sal, akiről persze kiderül, hogy hamisította a profilját. Na de Natalie lelkiismerete sem teljesen tiszta, hiszen bár a szerelem reményében keresi meg a fiút (Jimmy O. Yang), a főnökének is meg akar felelni, aki csak egy újabb katasztrófális netrandis sztorit akar kipróbálni belőle népszerű rovatába. A két jómadár végül üzletet köt, Josh felajánlja, hogy összehozza a lányt azzal a tényleg dögös sráccal, Taggel, akiről a profilt mintázták. A hódítási akció közben mégiscsak ők habarodnak egymásba, de már a valódi énjük, túlzott elvárások és szemérmetlen lódítások nélkül, a háttérben egy közös karácsonnyal Josh kicsit fura, ám alapvetően cuki és roppant szórakoztató családja körében. A forgatókönyv a tipikus műfaji elemekből építkezik, sőt, ezeket parodizálja, több utalással a két alap karácsonyi filmre. A szöveg eredeti, a remek egysorosokból már jó néhány mém született, a színészek szerethetők és a helyzetkomikumok is pompásan működnek – a karácsonyi karaokejelenet már most klasszikussá vált, és maradandó élmény az ajtó előtt állva, kartonpapírra írt üzenetekkel tett szerelmi vallomás remake-je is.

(A szerelem illata, Netflix)

BO



DOKUMENTUMFILM

Tina, a túlélő

A most 81 éves Tina Turner őszinte, mellbevágó, inspiráló életrajzi dokumentumfilmben meséli el, hogyan vált a gyapottföldeken született kislánnyól az R'n'B és a rock 'n' roll ma élő legnagyobb állócsillagává, és szabadult meg a zsarnoki férje, Ike Turner okozta traumáktól a buddhizmus segítségével. Az elképesztő öserőt és pozitív energiát sugárzó szupersztár 14 éven keresztül megdöbbszent és elkeserítő szörnyűségeken ment át: férje rendszeresen megerőszakolta és vállával verte hurkásra, akkor is, mikor várandós volt a gyermekükkel. Ike megbocsáthatatlan dolgokat tett, a film azonban arról szól, hogyan lehet ezt túlélni és feldolgozni. Nem volt elég a történet nyilvános felvállalása, az életében egy újabb fejezetet kellett nyitni, amit a szólókarrierje elindítása jelentett. Önálló művészként, saját jogán lett világszerte sikeres, végre férje árnyéka is eltűnt mögüle. A nevét, amit Ike adott neki, és ami az élete, a sorsa fölötti uralkodásának jelképe lett, azonban már nem változtatta meg, hiszen ez is a részévé vált, éppúgy, mint a bántalmazó kapcsolat. Tina – lélekben még egy szeretetehes, elhagyott kislány – elhitte magáról, hogy csak áldozat lehet. Ettől a tudattól kellett megszabadulnia, és érzelmileg felnőni, hogy el tudja hagyni a férjét. A teljes gyógyulásban egy új szerelem is segített: a német zenei producer Erwin Bachkal több mint 35 éve élnek boldogan. Buddhista hite vezette rá Tinát arra, hogy ez nem jöhetett volna létre, ha előtte nincs szenvedés, ami az élet természetes velejárója, és nincs elengedés, valamint megbocsátás, ami már tanult folyamat. Erwin négy éve az egyik veséjét is az énekesnőnek adományozta, ami már több, mint szerelem: egymás részévé váltak, testben és lélekben egyaránt.

(Tina Turner, Pannónia Entertainment)

Bálint Orsolya

AZ ORVOS VÁLASZOL

Milyen ellátást kaphatunk a TESZ fogászatán?

Közhiedelem, hogy az alapellátásban dolgozó fogorvosok csak „fogat húznak”. Pedig a Terézvárosi Egészségügyi Szolgálatnál is épp olyan széles körű és színvonalas ellátást kapnak a betegek, mint a magánklinikákon.

Minden alapellátásban dolgozó kollégám nevében kijelenthetem, hogy a legjobb szakmai tudásunk szerint végezzük munkánkat – ennek csupán töredéke a foghúzás. Az tény, hogy limitáltak a rendelkezésünkre álló anyagi források, amelyekből a korszerű anyagokat és eszközöket beszerezhetjük, de ezzel kapcsolatban megteszünk minden tőlünk telhetőt.

Érdemes a foghúzástól és a fájdalmas kezeléstől való félelmeket hátrahagyva időnként meglátogatni a körzeti fogorvosunkat, hiszen életkortól függetlenül igénybe vehető jó néhány olyan fogászati ellátás, amely az egészségünket és a jó közérzetünket szolgálja.

Elérhető a sürgősségi ellátás, szűrővizsgálat (meghatározott gyakorisággal, 18 év felett évente egyszer), szakorvosi beutaló alapján góckutatás és más alapbetegségekhez kapcsolódó fog-, valamint szájbetegségek kezelése, fogmegtartó kezelések (esztétikus és amalgámtömés fogaként és fogfelszínenként, gyökértömés fogaként évente egyszer, gyökérkezelés), fogsebészeti ellátás, fogköeltávolítás és az ínyelváltozások kezelése.

Ami a fogpótlásokat illeti: a 18 és 62 év közöttiek esetén a kivehető és rögzített fogpótlások elvégzésére a betegek teljes térítési díjat fizetnek, a technikai költségekhez központi ártámogatás jár. A 62 év felettieknek a kive-



hető és rögzített fogpótlások fogorvosi munkája térítésmentes, az ő esetükben csak a fogtechnikai költségeket kell fizetni.

Szeretném hangsúlyozni, hogy a TESZ épületében található, alapellátást végző fogorvosi rendelők teljesen különálló szervezeti egységek. Minden fogorvos saját praxisában (rendelőjében) önállóan, saját felelősségére, saját eszközeivel dolgozik, természetesen egy alapellátási kötelezettséget vállalva. Ezen túl a fogorvosi rendelőktől teljesen függetlenül működik a szájsebészeti szakellátás és a gyerekfogászat, valamint a fogszabályozás a Teréz körúton.

Dr. Opra Erzsébet fogász szakorvos

AZ ÁLLATORVOS VÁLASZOL

Miként védhetjük kisállatainkat a hidegtől?

Háziállataink vadon élő ősei az évszakok változására jobban szigetelő téli szőrzet növesztésével reagáltak – kedvenceink egy részét viszont nekünk kell védenünk az időjárás viszontagságaitól.

Nagy divat most már kisállataink öltöztetése, amit a cicák jellemzően rosszul tűnnek, de esetükben kevésbé is van erre szükség. A lakásban tartott macskáknál nincs olyan hőmérséklet-változás, ami indokolná a ruhát, a kijáró egyedeknél pedig egyrészt kialakul a megfelelő téli bunda, másrészt – melegkedvelő állatok lévén – a hideg, nyirkos időben jóval kevesebb időt töltenek a szabadban.

Ellenben az alapvetően lakásban tartott kutyák kint komolyan fázni és akár megfázni is képesek. Őket az időjárás viszontagságaitól a hőmérséklethez illő, szükség szerint vízálló ruhával érdemes a séták során védenünk. Amennyiben azt tapasztaljuk, hogy kedvencünk a szabadban remeg, próbálja magát picire összehúzni, fontoljuk meg, hogy valamilyen ruhát adjunk rá. Esősebb, nyirkosabb időjárásnál a nagyobb bundájú ebek számára is célszerű lehet egy esőkabát, ezzel saját lakásunkat is kíméljük a nedves kutyaszőrtől.



FOTÓ: ADRIÁN ZOLTÁN/
KÉPSZERKESZTŐSÉG

A kutya ruháját rendszeres használat esetén időről időre érdemes alaposan kimosni, mivel az állat – a miénknél általában zsírosabb – bőréről a bélésben megtapadó anyagokban könnyen elszaporodhatnak a mikrobák, és ez bőrgombáság kialakulásához is vezethet. A kutyacipőre városi körülmények között nem a hideg, inkább az útszóró só elleni védelemként lehet szükség.

Tudni kell, hogy a hűvösebb, nyirkosabb időjárás kedvez a baktériumok szaporodásának, ilyenkor megnő a hasmenéses megbetegedések száma és a légúti gyulladásos beteg-

ségek is sűrűsödnek. A kutyaközösségekben járványszerűen terjedni is képes kennelkőhögés ellen vakcinával lehet védekezni – ezt kérjék az állatorvosuktól!

Az ellenálló képességet jobban igénybe vevő időjárás jellemzően nem használ állataink krónikus betegségeinek. A hideg idő, a frontátvonulások érzékenyen érintik az ízületi problémákkal, gerincbántalmakkal élő háziállatokat, míg a szív- és légzőszervi betegek számára a nyirkos hideg, illetve a Budapesten is gyakori szmog jelent megpróbáltatást.

Dr. Kósa Zita kerületi állatorvos

Díjtalan korcsolyapályák Terézvárosban

A tél beköszöntével november 27-től ismét korcsolyapályává alakul a Hunyadi téri sportpálya, és a lakcímkártyával rendelkező kerületiek a Westend Tetőkertjén kialakított jégpályát is díjtalanul használhatják.

A Hunyadi téren a terézvárosi önkormányzat megbízásából az idén az Eötvös10 üzemelteti a korcsolyapályát, amely a korábbiaktól eltérően nem vizes-jeges, hanem szintetikus pálya lesz. Ennek megfelelően nem javasolt rajta saját korcsolya használata – a helyszínen 60 pár lábbeli kölcsönzésére lesz lehetőség, különböző méreteken és díjtalanul.

A terézvárosiak számára a Westend tetőkertjén november közepén megnyílt Winter Wonderland is ingyenesen látogatható – itt december három hétvégéjén az Eötvös10 által szervezett családi programok fokozzák a hangulatot és garantálnak önfeledt kikapcsolódást.

A korcsolyapályákat a kerületi lakosok mindkét helyszínen lakcímkártyával ingyen használhatják – a Hunyadi téri november 27. és január 30. között, hétköznap 15 órától 20 óráig, valamint hétvégén és a téli szünetben 10 órától 20 óráig, a Westend tetőkertjén lévő pedig november 15. és január 31. között, naponta 12 órától – a karbantartási időt kivéve – 20, illetve 22 óráig várja a sportolni, kikapcsolódni vágyókat.

CSO

Jótekönykodjon a TündérPakkal!

Az Eötvös10-nek szívügye mások megsegítése, ezért december 4-én és 5-én, illetve 11-én és 18-án a TündérPakk Alapítvány segítségével igyekeznek – remélhetőleg az önök támogatásával – megkönnyíteni a rászoruló családok számára a megterhelő téli időszakot. A Westend Tetőkertjén az Eötvös10 programjai alatt a TündérPakk lelkes önkéntesei várják az adományokat: elsősorban tartós élelmiszert és édességet, amelyeket az ország különböző szegleteiben élő nélkülöző családoknak juttatnak el.

Programok a Winter Wonderlandben

December 4., szombat

10.00 Elfeledett mézescsók. Kovácsovics Fruzsina és zenekarának gyerekkoncertje
11.00 Holcz Gábor bűvész műsora
10.00–12.00
 Mikulásra készülünk – kézműves-foglalkozás
 Manóképző – óriási szaloncukorcsúzli, fejre rakó masinéria, agancskalánd, Mikulás-kirakó, memóriajáték, szókereső
 JátechTér retro-videójáték sátor – téli játékok

December 5., vasárnap

10.00 Mozogj együtt Borlai Gerzsonnal! Avagy: hogyan dolgozzuk le a karácsonyi menüt?

December 11., szombat

10.00 A hihetetlen is valóra válhat, avagy a három kívánság.
 A BAB Társulat Óriásbabos meseelőadása
11.00 Ma én leszek a dalszerző.
 Készítsd el az idei év legnagyobb slágerét
 Szederrel és Lóccival!

10.00–12.00 JátechTér retro-videójáték sátor – úrbéli játékok

December 18., szombat

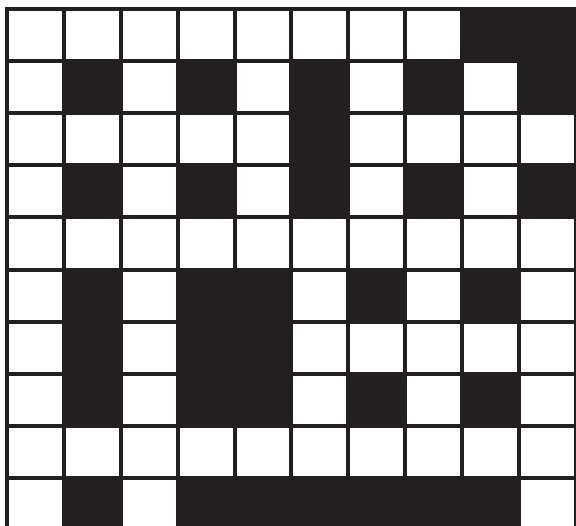
10.00 A Bea Ice Dance Team jég tánccbemutatója
10.30 Méhes Csaba pantomimetűdje
11.00 Németh Luca jég táncháza – a korcsolyádat ne hagyd otthon!
11.30 A Dancetination Táncműhely versenycsoportjának tánccbemutatója
10.00–12.00 JátechTér retro-videójáték sátor – karácsonyi játékok

A Winter Wonderland rendezvényhelyszínére a belépés mindenkinek, azaz nem csak a VI. kerületiek számára ingyenes. A jégkorcsolyapálya használatáért azonban a nem terézvárosi lakosoknak

1500 forintot kell fizetniük, és ez az összeg teljes egészében levásárolható a Westend közel 150, ajándékutalványt elfogadó üzletében. A helyszínen korcsolyakölcsönzésre is van lehetőség.



TEKERVÉNYES



BEÍRANDÓK: Írisz Rohan **10 betűs szavak:**

4 betűs szavak: Izmos **6 betűs szavak:** Humanizmus

Igaz Másik Strapa Mikroszkóp

Satu Műsor **8 betűs szavak:** Póréhgyma

5 betűs szavak: Onnan Parkosít Rohammunka

SUDOKU

			B			A				2			4	0
		F	1							B	C			
0				C						A		7		
	5	6				4		0		C		E	3	A
D	2								A	E	3			
F	6				2							D		A C
						E	3				7			9 6
9		4					B	F	5			3	1	
		A				3	F	2	7	8		4		
1	4				5	C			E					
8		3	9			D						6		7
		0										B		2
						E				0	4	7		6 F
6	B	C					A	D			1			E
7	3		D	B	0		2			5			C	
	A						D			2	8			5 3

SKANDI

*		Ceruzaelem típus James... űgynök		Egyik bolygó Románia autójele		Mende- monda Tonna		Harcokosi Körzeti megbízott regiesen		Gyümölcs izu udítóital Kálium		Egyik csillagjegy Holnap előtti nap		... Sorvino színész
Elbert Hubbard idézet 1. rész														N
*	Hegycsúcs Idézet 2. rész					N.S.N. Csüng				Szablya				
Ribonuk- leinsav Jelkombi- náció				Testfel- építés Célozgat valamire						Amper		Aladár Emese		
			Urán		Jómagam		Melegen süt Egyik napszak					Szeretne	Budapesti gyógyfürdő	Newton Argon
Liter Dunna		Kerevet	Idézet 3. rész						Röntgen	Termést betakarít				
						Nedves föld				... Russell, színész				
Igen oroszul Topik			Tao része!		... András, színész	Törökország autójele			Lóca Nem tompa				Rum része!	
				Kiló		Kölyök angolul		Ruhadarab		Dara keverve!				
Szlovénia autójele Fohász				Eke eleje! Szem. névmás			Schütz ... színész				Kötőszó		Az aljára	Keresztül
		Három szlovákul Méter				Tiltószó Jód			Zorro			Szölmizá- ciós hang Ár mással- hangzója		
*	É													

REJTVÉNYNYERTESEK A november 10-én megjelent lapszámunk rejtvényének nyertese: Tonka Zoltán. Beküldendő a színnel kiemelt sorok tartalma 2021. december 1-ig. Cím: Terézváros szerkesztősége, 1067 Budapest, Eötvös u. 3. A helyes megfejtők között 1 db 10 000 forintos Edenred utalványt sorsolunk ki. A nyereményt a 06 (70) 445-4245-ös telefonszámon történt egyeztetés után személyesen lehet átvenni a 1067 Budapest, Eötvös u. 5.-ben.

APRÓHIRDETÉS

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

VÍZSZERELÉS, csapok, szifonok, WC-tartályok, WC-csészék javítása, cseréje. Mosó-, mosogatógépek bekötése. Anyagbeszerzéssel. Tel.: 06 (30) 447-3603

Közös képviselő, társasházkezelés! Tapasztalat, referenciák! Dr. Bíró Anna, Lőrincz Péter, 06 (70) 383-5004. Iroda: Teréz körút 21.

Nerc-, róka-, mindenfajta szőrmebundát vásárolok, teljes ruhanemű-hagyatékot, kiegészítőket: 06 (20) 229-0986

Életjáradéki szerződést kötne háromgyerekes házaspár, gyermekei számára hosszú távú befektetésnek. Minden megoldás érdekel. Kérem, hívjon bizalommal. 06 (20) 916-6468

KASTÉLYOK BEREDEZÉSÉHEZ

vásárolok festményeket, ezüstöket, bronzokat, órákat, bútorokat, porcelánokat, katonai tárgyakat, hagyatékot stb. Üzlet: 06 (20) 280-0151, herendi77@gmail.com

Vállalkozásunk takarító kollégákat keres, rugalmas időbeosztással irodák, éttermek és családi házak takarítására. Nyugdíjasok jelentkezését is várjuk. Tel.: 06 (20) 961-8366

APRÓHIRDETÉSEK FELADÁSA:

Amennyiben apróhirdetést szeretne feladni a Terézváros című lapban, küldjön e-mailt az apro@terezvaros.hu e-mail címre a hirdetés szövegével, számlázási névvel és címmel, valamint a kívánt megjelenés(ek) darabszámával. Az apróhirdetések feladása jelenleg csak e-mailben, a fizetés kizárólag átutalással történhet, személyes ügyintézésre és befizetésre átmenetileg nincs lehetőség. Érdeklődni lehet telefonon a 06 (1) 342-0905, 4036-os melléken.

Ötletbörze: így legyen jobb hely Budapest!

Elindult a budapesti közösségi költségvetés második éve, amelynek keretében a főváros ismét egymilliárd forintot fordít lakossági ötletek megvalósítására. A Főpolgármesteri Hivatal Nyitott Budapest Osztályának munkatársai, tekintettel az aktuális járványhelyzetre, az idén is online ötletelést tartanak az egyes kerületekkel, az ott élőkkel. A terézvárosiak november 25-én 18 órától oszthatják meg azokat a javaslataikat, amelyekről szerintük Budapest zöldebb, igazságosabb, nyitottabb várossá válna.

Az internetes fórumon Temesvári Szilvia, Terézváros környezetvédelemért és részvételiségért felelős alpolgármestere is az ötletelők táborát erősíti. Kerpel-Fronius Gábor főpolgármester-helyettes válaszol a felmerülő kérdésekre, a főváros munkatársai pedig a közösségi költségvetés részleteiről, valamint az ötletek benyújtására szolgáló felületről, az otlet.budapest.hu működéséről adnak felvilágosítást. Az eseményhez ezen a linken lehet csatlakozni: <https://bit.ly/3qqz93R> online értekezlet

ADJ EGY JÓ ÖTLETET!
Te mit fejlesztenél Budapesten?
Küldd be az ötleted
2022. január 31-ig az
otlet.budapest.hu oldalon!

ZSEBPARKOT SZERETNÉK AZ UTCÁMBA

ÁLLATTERÁPIÁS PROGRAMOKAT OVISOKNAK ÉS IDŐSEKNEK

TESZTELÜNK VILÁGÍTÓ ÚTBURKOLATOT BIKIKLIUTAKON

KÖZÖSSÉGI KÖLTSÉGVETÉS
otlet.budapest.hu

formában, Microsoft Teamsen keresztül. Az alkalmazás letöltése NEM szükséges, egyszerűen elindítható a böngészőből. A második fővárosi közösségi költségvetés

ötletgyűjtő szakasza január 31-ig tart, aki a fórumról lemarad, az a határidő lejártáig az otlet.budapest.hu oldalon írhatja meg elképzeléseit. **DÁ**

Eötvös10 Extázis 7-től 10-ig könnyűzenei klub

Művelődési Ház
1067 Bp., Eötvös utca 10.

KONCERTEK

2021. dec. 1., szerda 20.00
Ed Is On

2021. dec. 17., péntek 20.00
Exotic Girlfriend

2022. jan. 15., szombat 20.00
Herself

A kultúra motorja
eotvos10.hu f Eotvos10

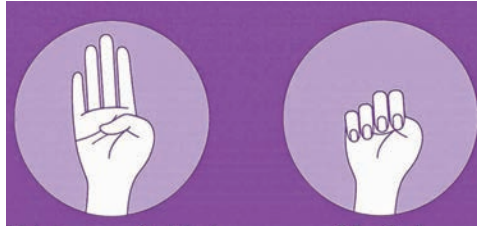
A részvétel védettségi igazolványhoz kötött!
A programváltoztatás jogát fenntartjuk

A koncert megvalósulását az NKA Hangfoglaló Könyűzene Támogató Program Kollégiuma támogatta.

MEGLEPŐDÖTT A VILÁG LEGSZEKIBB FÉRFIJA. George Clooney, Brad Pitt és Matthew McConaughey után Paul Ruddot választották az idén a People magazin olvasói a világ legszeibb férfijának. Az 52 éves amerikai színész azt mondta, nem érzi magát méltónak a címre, de vállalja a kihívást és új névjegykártyákat csináltat. Számít rá, hogy mindenki felhőrdül a hírre, és a barátai is halálra fogják szekálni, de hát ezért ők a barátai. Ő férjként és családapaként tekint magára, csak a feleségével osztotta meg azt is, amikor a People magazin e-mailben értesítette őt. Felesége először szóhoz sem jutott, majd csak annyit mondott: „Igazuk van!” „Nagyon édes volt, de hát mi mást mondhatott volna?” – mondta a magazinnak az önróniában is erős színész, aki reméli, hogy a korábbi választottak meghívják majd a szexi vacsoráikra, és több időt tölthet majd jachtkon, valamint lágy fényben merengéssel, hogy még titokzatosabbnak tűnjön.



Biocsillám gyümölcsből. A Cambridge Egyetem kutatói gyümölcsből készítettek biológiailag lebomló, vegán csillámot. Ezzel biztonságos, környezetbarát alternatívát kínálnának a kozmetikai ipar által használt, csak Európában évi 5500 tonnát kitevő műanyag és ásványi eredetű csillám helyett, ami a tengerekbe és a talajba kerülve kiszűrhetetlen szennyeződés. A biocsillám éppen úgy csillog, mint az ásványi, ráadásul a színe egy évszázad alatt sem fakul ki. A növényekből nyert cellulóz a világ legélénkebb színeiben pompázik, és a kutatók olyan strukturális színeket tudnak létrehozni belőle, mint ami a lepkeszárny vagy a pávatoll ragyogó szírványosságát is adja. A kutatás abban is forradalmi jelentőségű, hogy így ipari méretekben lehet gyártani a csillámot, ráadásul az eddigénél sokkal kisebb energiabefektetéssel – tudósított a Sky News hírcsatorna.



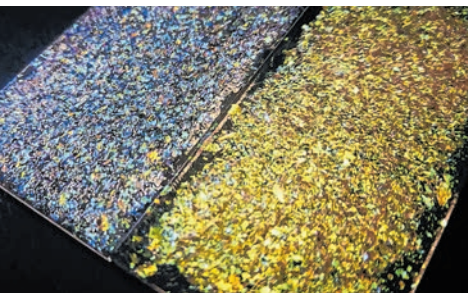
Tiktos vészjelzés mentette meg a tinit.

Titkos TikTok-integetés mentett meg egy amerikai tinédzsert egy pedofil ragadozó karmaiból – számolt be a New York Times. A kentucky autópályán egy kocsiban ülő lány a családon belüli erőszak kézjelét használta. A jelet másfél éve a Canadian Women's Foundation kezdte terjeszteni a fiatalok között népszerű közösségi oldalon, hogy a pandémia alatt veszélybe került tinik szavak nélkül, akár egy néma videóüzenetben jelezhessék, ha segítségre van szükségük. A szomszéd autó sofőrre felismerte a jelzést – ami roppant egyszerű, behajtott hüvelykujjal kell felemelt tenyérrel integetni –, és szólt a rendőröknek, akik megállították az autót, majd letartóztatták a kocsit vezető 61 éves férfit. Kiderült, hogy a lány eltűnését családja már napokkal korábban bejelentette, elrablója mobilján pedig kiskorúakról készült szexképeket találtak. A férfi már a negyedik államon keresztül vitte kocsijával a 16 éves lányt, akit talán sosem találnak meg, ha nincs a titkos vészjelzés.

Rekordot döntött a 105 éves sprinter. Világrekordot állított fel 100 méteres síkfutásban egy 105 éves amerikai nő, de Julia „Hurrikán” Hawkins elégedetlen a teljesítményével, egy perc alá akart kerülni, és csak 1,02 percre sikerült levinnie a rekordot. Nyolcvanévesen kezdte a profi sportot kerékpáros számokban, majd felhagyott ezzel, miután már nem volt kit legyőznie. „Imádkozni, és szeretem, hogy ezzel másokat is ösztönözhetek. Azt üzenem mindenkinek, maradjanak aktívak, ha egészségesen és boldogan szeretnének megöregedni” – mondta a CNN-nek a hölgy, aki immár a legidősebb ember, aki valaha a világon élt, nemhogy futott.



Életmentő lehet a korai lefekvés. Jelentősen csökkenti a szívbetegségek és a stroke kockázatát, ha minden este 10–11 óra között, azaz az „arany órában” aludni térünk – állapította meg a UK Biobank 88 ezer fős kutatása. Hat éven át okosórákkal gyűjtötték az adatokat az önkéntesektől, akik közül ezalatt háromezer főnél alakultak ki szívpanaszok – ők mind 11 óránál később tértek aludni, a legkockázatosabbnak az éjfél utáni lefekvés bizonyult. Ez volt az egyetlen közös pont, amire a kutatók felfigyeltek, sem kor, sem testsúly, sem koleszterinszint szempontjából nem találtak egyezést. „Noha ez még nem ok-okozati összefüggés, látjuk, hogy a bioritmusra és közvetetten a szív- és érrendszer egészségére komoly hatást gyakorol, hogy mikor megyünk aludni” – mondta el a BBC-nek a kutatást vezető dr. David Plans, az Exeter Egyetem professzora.



Az összeállítást készítette:
Bálint Orsolya

Földből rajzolt portrék. Negyven éve a föld a vászna Stan Herd kortárs művésznek, aki földképein inspiráló személyiségek, például az első színes bőrű űrhajósnő, Stephanie Wilson és az amerikai őslakosok portréját örökíti meg. Amikor alkot, egyszerre kertész, farmer, kőműves és tájépítész, de jó néhány segítővel is együtt dolgozik, így valódi közösségi műalkotás, amit létrehoznak. Portréi márvány, kő, gránit és virágok felhasználásával készülnek, így képmásai akár egy földrengést vagy száz évet is túlélhetnek. Eddigi legkülönlegesebb képén – amely egy kínai nőt ábrázol – két éven át dolgozott. „A legjobb munkáim egyesítik a természet és az ember különleges egységét, valamint a művészetet mint a változás előmozdítóját” – mondta el a MyModernMetnek.

