

# Erzsébetváros



Erzsébetváros Önkormányzatának havonta megjelenő, ingyenes lapja

2018/10.

2018. november 15.

# 7



Prof. dr. Bagdy Emőke életét a körülötte lévő világ jobbá tételének szenteli. Író, egyetemi tanár, pszichoterapeuta, klinikai szakpszichológus. Az utóbbi 42 évben 1600 tudományos előadást tartott, 12 szakkönyv, 200 tanulmány, megszámlálhatatlan recenzió szerzője, 24 könyv szerkesztője, 104 szakkönyv fejezetírója. A közönség Erzsébetvárosban tartott előadásán is megtapasztalhatta mérhetetlen emberségét, kedvességét, segíteni vágyását.

## 2



### Aktuális

Aktualitások,  
friss információk  
Erzsébetváros  
életéből



## 18

### Sport

ERWIN  
Focikupa

## 21



### Életmód

Különleges  
adventi dekorációk  
otthonra



## 22

### Ízes élet

Főszerepben  
a méz

## Egyéves a Mozgáscentrum



Egy évvel ezelőtt, 2017 novemberében nyitotta meg kapuit a Bischitz Johanna Integrált Humán Szolgáltató Központ legújabb létesítménye, a Mozgáscentrum, melynek elsődleges célja, hogy a VII. kerület lakosainak nyújtson lehetőséget az aktív életmódra, testmozgásra. Éppen ezért a gyermekeknek, a fiatal felnőtteknek és az aktívan dolgozó korosztálynak a délutáni időpontokban igénybe vehető foglalkozásokkal, az idősebb korosztályt külön megszólító, délelőtt és kora délután elérhető mozgásformákkal igyekszik kielégíteni az igényeket. Váradosoknak biztosított a kismama torna, mely lehetőségről a védőnői szolgáltatón keresztül értesülhetnek. Mindezek mellett a kerületi oktatási intézmények diákjai rendszeresen igénybe veszik a Mozgáscentrum tornatermeit.

Az önkormányzat támogatásával a VII. kerületi Go Active Health Clubban a kerületi nyugdíjasok márciustól térítésmentesen vehetnek részt vízitorna-foglalkozásokon, mely ugyancsak a Mozgáscentrum programja.



A létesítmény emellett szorosan együttműködik a Humán Szolgáltató Egészségfejlesztési Pontjával, az erzsébetvárosi lakosok testi és lelki jólléte érdekében. Ezen együttműködés eredményeképpen rendezték meg idén a 33 háziorvosi körzethez igazodva a Helyi Egészség Pont elnevezésű rendezvénysorozatot, melynek forgalmas közterületek, közintézmények, kerületi lakóházak adtak otthont. A további programok között szerepel a havi rendszerességgel megrendezett Családi Napok, valamint a Prevenió A-Z-ig – Esély az egészségre kétnapos rendezvény a Klauzál Téri Vásárcsarnokban. Programjaik, rendezvényeik továbbra is ingyenesen látogathatók, melyre szeretettel várják a kerület lakosait.

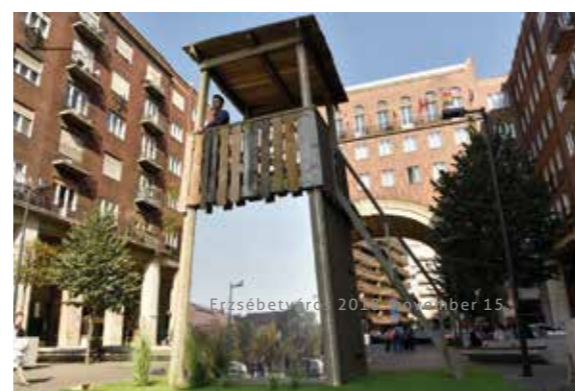
**Elérhetőségeink:** Mozgáscentrum  
1071 Budapest, Lövölde tér 7. (bejár a Király utca felől), telefon: +36/1-321-0635

[www.mozgascentrum@bjhuman.hu](mailto:www.mozgascentrum@bjhuman.hu)

## Különleges installáció a kerületben

Október 5. és 13. között Márkus Sándor „Les” installációját csodálhatták meg a Madách téren a járókelők. „Szeretném kirántani az embereket a város kreálta túlszűfoltsgából, és néhány percre egy nagyon nyugalmas helyre exportálni őket, ahol lehetőségük nyílik magát a várost, az embereket és saját magukat is kicsit kívülről vizsgálni. Megnézni egy, az élet által írt random történetet, aminek a hangulatát a zenéken keresztül egy dj irányítja” – mondta el az alkotás kapcsán Márkus Sándor színészművész, bábszínész, látványtervező.

Az installáció kívülről egy hagyományos vadászlesre emlékeztetett, azzal a különbséggel, hogy a talpatat tükrökkel fedték be, így tulajdonképpen egy 2,5 méteres tükrökocka tetején helyezkedett el maga a lesállás. A kockát borító anyag nem sima tükrök voltak, hanem reflexiós üveg (detektív tükrök), amelyet a rendőrségi



Erzsébetváros, 2018. október 15.

# A gyors segítség életmentő lehet

## Interjú Vattamány Zsolt polgármesterrel

**Az egészségtudatos életmód, a betegségek megelőzésének népszerűsítésére mindig nagy hangsúlyt fektettek az önkormányzatnál. Most is egy hasonló program megvalósításán dolgoznak, mesélne erről?**

Úgy gondolom, hogy fontos kellő figyelmet fordítani a prevencióra és a betegségek hatékony kezelésére, de épp olyan lényeges, hogy baj esetén azonnali segítséget tudjunk nyújtani embertársainknak. Magyarországon sajnos a szív- és érrendszeri betegség a korai halálozás egyik legjellemzőbb válfaja. Évente több tízezer ember hal meg hirtelen szívmegeállás következtében, ezek nagy hányada a tapasztalatok szerint megelőzhető lenne, ha időben megkezdődne az újraélesztés. Ezen okból kifolyólag Erzsébetváros önkormányzata hamarosan elindítja defibrillátor-programját, melynek keretében több kerületi helyszínen mindenki számára elérhetőek lesznek az életmentő készülékek, amelyek elektródákkal a beteghez csatlakoztatva képesek a szívritmus elemzésére, kommunikálnak az elsősegélynyújtóval, baj esetén figyelmeztetnek az elektrosokk szükségességére, és nekünk, életmentőknek csak enge-

délyeznünk kell egy gomb megnyomásával az életmentő áramütést.

**Hová tervezik kihelyezni a készülékeket?**

Olyan központi elhelyezkedésű közintézményekbe, orvosi rendelőkbe, hotelekbe, iskolákba, idősok otthonába szeretnénk kihelyezni a készülékeket, ahová a nap nagyobb részében be lehet jutni, vagy non-stop nyitvatartással üzemelnek. Nagy öröm számomra, hogy a megkezdett intézmények készséggel fogadták felhívásunkat, és csatlakozni szeretnének hozzánk. A program megvalósulása érdekében jelenleg is folyamatban van első ütemben 15 db újraélesztő készülék és a hozzájuk tartozó szekrény megvásárlása.

**Hogyan lehet majd megtalálni ezeket az újraélesztő pontokat?**

Egy térkép segítségével, melyen jelöljük majd azokat a helyszíneket, ahová már telepítettük a defibrillátorokat. A térképet széles körben terjesztjük majd a kerület minden pontján, de online formában is elérhető lesz, így bárki percekben belül tájékozódhat okostelefonjával is a legközelebbi helyszínről. Ezenkívül életmentő tanfolyamokat is szeretnénk indítani az érintett intézmények dolgozóinak, hogy



szakszerűen, a mentők kiérkezése előtt megkezdhesék az alapszintű újraélesztést. Bízom benne, hogy sikerül felhívni a figyelmet arra, hogy sokszor a legkisebbnek tűnő segítség is életet menthet.



Erzsébetváros 2018. november 15.

## Péch Gézara emlékezett a Péterfy kórház Emléktáblával őrzik emlékét

1956 októberében Budapest akkori legmodernebb kórháza, a Péterfy kiemelt szerepet vállalt a sérültek mentésében és ellátásában. A „forradalom kórháza” október 18-án tartott ünnepi megemlékezésén Péch (Eckhardt) Géza, a Péterfy kórház forradalmi mentőszolgálat mártírhalált halt önkéntesének emlékére avattak emléktáblát. Az aulában található bronz dombormű Kozma Péter szobrászművész alkotása.

## A Dobsulis diákok Felvidéken A magyar irodalom és történelem nagyjai nyomában

A 2018/2019-es tanévet egy nem mindennapos felvidéki tanulmányi kirándulással kezdték a Dobsuli hetedik osztályos diákjai. A Határta-  
lanul pályázat támogatásának köszönhetően idén is meglátogathattunk olyan határon túli területeket, városokat, ahol irodalmi, történelmi nagyjaink hétköznapijait éltek évszázadokkal ezelőtt.

Négynapos utazásunk célja volt, hogy tanulóink megismerhessék azokat a történelmi és irodalmi helyszíneket, amelyekkel a tanév során vagy eddigi tanulmányaik alatt találkozhattak. Utunk során a külhoni magyar diákok életébe is betekintést nyertek a gyerekek egy rimaszombati iskolalátogatás alkalmával. Állomásainkon az előre felkészült

tanulócsoportok idegenvezetést tartottak társaiknak, az utazás alatt Mikszáth novellákkal ismerkedhettek tanulóink. Utazásunk első állomása az UNESCO világörökségi listáján szereplő kisváros, Selmecbánya, mely egykoron a Magyar Királyság ezüst- és aranybányászatának központja volt. A városnézés során megtekintettük az óvárat és a gótikus Szent Katalin-templomot. Körömbányán, a híres pénzverdében tanulóink a pénzverés folyamatát egy üvegablakon keresztül tanulmányozhatták. Rimaszombaton Tompa Mihály és Petőfi Sándor szobrát tekinthették meg, majd a füleki várat ostromolhatták meg diákjaink. Állomásaink között szerepelt még Lőcse, az UNESCO világörökségeinek



listáján szereplő szepesi vár, valamint Kassa. A csoportok egy iskolagyűlés keretében, fényképes prezentációval számolnak majd be élményeikről.

Egy tartalmas, sok felejthetetlen élményt nyújtó kirándulást tudhatunk magunk mögött.

*Harangozó Hajnalka*



## Ünnepi megemlékezés az alsóerdősori iskolában

Az Alsóerdősori Bárdos Lajos Általános Iskola és Gimnázium az idei tanévben a 9.a osztály lelkes diákjainak előadásával emlékezett meg 1956. október 23-a eseményeiről. A műsort magyartanárunk, Juhász Milán állította össze és tanította be. Többek között elhangzott Nagy Imre rádióbeszéde, valamint részletek Nagy István Indul a pesti tüntetés, Szabó László Dezső Október 23., Varga Zsolt Pesti srácok és Illyés Gyula Egy mondat a zsarnokságról című versekből. A színes, mozgalmas és tartalmas előadás méltó emléket állított a nemzeti ünnep áldozatainak és hőseinek.



## Vidéki program az időseknek

Erzsebetváros önkormányzatának támogatásával a Bischitz Johanna Integrált Humán Szolgáltató Központ minden évben kiemelkedő figyelmet szentel az Erzsebetvárosban élő időskorú lakosoknak. Az előző évekhez hasonlóan idén is többállomásos rendezvénysorozattal próbálták színesíteni időseink mindennapjait.

Az Idősek programsorozat hetedik állomásaként novem-

ber 6-án 300 fő vehetett részt a csemői Tamás Tanyán megrendezett, disznóvágással egybekötött disznótoros lakomán. Érkezéskor a 21 hektárnyi földterületen igazi vidéki hangulat fogadta a VII. kerületi időseket, az érdeklődők megnézheték a disznóvágást, az igazán bátrak pedig még a feldolgozási folyamatba is becsatlakozhattak. A résztvevőket dr. Vető Marietta alpolgármester



asszony köszöntötte. A bőséges, hagyományos disznótoros reggelit és ebédet egy kellemes lemozogni. Vendégeink között értékes tombolanyereménye-

ket sorsoltunk ki, volt Nótatót és zenefelismerő játék, valamint a résztvevők megtekinthették a tanya állatparkját, és lehetőségük volt kóstoló vásárlására is.



## TÁJÉKOZTATÁS

### Karácsonyi ajándécsomag 60 év feletti lakosok részére

Örömmel tájékoztatjuk Önöket, hogy Budapest Főváros VII. Kerület Erzsebetváros Önkormányzata a karácsony közeledtével immár harmadik alkalommal tartós élelmiszerekből álló csomaggal ajándékozza meg a 60 év feletti, VII. kerületi állandó lakcímmel rendelkező lakosokat, kifejezve az idősebb korosztály iránti tiszteletét és megbecsülését.

A csomagokat a Magyar Posta fogja kézbesíteni **2018. november 15. és december 23. között**, hétfőtől szombatig az arra jogosultaknak.

A postai kézbesítés sikertelensége esetén a csomagok **2019. január 4-ig** átvehetőek lesznek a **1087 Budapest, Verseny utca 3. szám alatti, a Budapesti Csomag Üzem 1. számú bázis letéti munkahelyén munkanapokon 8.00–19.30 óra között**.

Amennyiben így sem tudta átvenni ajándékát (például tartós távollét esetén), **2019. január 8-tól január 31-ig**

még személyesen vagy meghatalmazott útján is átveheti azt a Polgármesteri Hivatal **Klauzál téri ügyfélszolgálatán** ügyfélfogadási időben. Ugyanitt vagy a lenti elérhetőségek valamelyikén jelezheti, ha Ön jogosult (betöltötte 60. életévét és VII. kerületi lakcímkártyával rendelkezik), de valamilyen oknál fogva mégsem részesült az önkormányzat karácsonyi ajándékában.

**Klauzál téri ügyfélszolgálat - ügyfélfogadási idő:**

Hétfő	8.00–12.00 13.00–18.00
Kedd	8.00–12.00 13.00–16.00
Szerda	8.00–12.00 13.00–18.00
Csütörtök	8.00–12.00 13.00–16.00
Péntek	8.00–12.00

Telefonszám: +36 1 269-8060/201 mellék  
E-mail: info@erzsebetvaros.hu



**Boldog karácsonyi ünnepeket kívánunk!**  
**Erzsebetváros Önkormányzata**



ERZSEBET TERV

## Várja a Honvédelmi Szövetség!

A Honvédelmi Szövetség civil honvédelmi információs délutánt tartott, hogy bemutassák, kik ők, mivel foglalkoznak, és hogy miért érdemes csatlakozni hozzájuk. A negyedszázados múlttal rendelkező egyesület célja, hogy erősítse a haza védelmének társadalmi támogatottságát, az állampolgárok hazafias szellemiségét, honvédelmi célú rendelkezésre állását. „Mint Honvédelmi Szövetség nem vagyunk nyugdíjasok bajtársi egyesülete, nem vagyunk múltba merengő, sörözgető, koszorúzó nosztalgiaklub. Mi – ha szerény mértékben is – tevékenységében követjük, támogatjuk a Magyar Honvédséget, ehhez az együttműködéshez várjuk sorainkba a még aktív, cselekvőképes honfitársainkat, de természetesen szívesen látjuk azokat az idősebb honfitársainkat is, akik még tudnak tenni egy közösségért, átadni másokat is érdeklő katonai szakmai tudásukat, honvédelmi szellemiségüket, hazaszeretetüket, szolgálatkészségüket” – szögezi le a Honvédelmi Szövetség. És hogy konkrétan mivel foglalkoznak? Többek között kapcsolatot tartanak honvédségi és rendvédelmi szervezetekkel, törvényi és hadtudományi kutatómunkát

végeznek, oktatnak, katonai elméleti és gyakorlati ismeretterjesztést, továbbképzést tartanak, katonai jellegű sport- és kulturális tevékenységet végeznek, kiveszik részüket a szociális gondoskodásból és karitatív tevékenységek-ből, ellátják a szövetségi tagok érdekeinek képviselését és védelmét, valamint ápolják a katonai hagyományokat. A szövetség várja az érdeklődők jelentkezését, akik szeretnék a felsorolt nemes célokért dolgozni, és közben egy jó csapathoz tartozni. A belépési kérelmi lap megtalálható honlapjukon, a [www.tkoe.hu](http://www.tkoe.hu) oldalon.



Fotó: Nyári Gyula



## Arany Medál-díj: tizedik alkalommal is a közönség dönt Küldje el Ön is javaslatát!

Idén decemberben tizedik alkalommal hirdetik ki az Arany Medál-díj nyertesait, hat kategóriában. A kizárólag a közönség szavazatai alapján odaítélt elismerést olyan színművészek rendezők és írók kaphatják, akik az idei évben közreműködtek hazai film vagy színdarab létrejöttében, vagy önálló kötetet publikáltak.

A következő kategóriákban lehet szavazni:

- Az év írója
- Az év színésze
- Az év színésznője
- Az év rendezője
- A legígéretesebb fiatal tehetség
- Életműdíj

A voksolás e-mailen keresztül történik, az [aranymedaldij@gmail.com](mailto:aranymedaldij@gmail.com) címre kell küldeni a díjra érdemesnek tartott művész nevét, október 30. és november 30. között. Minden e-mail számít, és kizárólag az e-mailek számítanak. Nincs lista a jelöltekről, minden olyan színészre, íróra és rendezőre lehet szavazni, aki az idei



A tavalyi Arany Medál-díj elismert művészei

naptári évben művészi produktumot alkotott. A jubileumi év számvetésre készített minket: az utóbbi években több tízezer szavazat alapján kerültek ki a díjazott nevek. Reméljük, ez idén sem lesz más-

képpen – hacsak nem üdvözölhetünk még több szavazót az Arany Medál-díj felfelé ívelő történetében.

Mészáros Márton  
alapító, kulturális újságíró

## ERZSÉBETVÁROS KÁRTYA

### ELFOGADÓHELYEK

#### Vitaminpont

Kedvezmény: 10%

Cím: 1088 Budapest, Rákóczi út 25.  
Telefon: +36 1 318 9091  
Web: [www.vitaminpontok.hu](http://www.vitaminpontok.hu)



#### Paskál Dentál Fogászat

Kedvezmény: 15%  
Cím: 1148 Budapest Vezér u.149/C Fszl.1.  
39-es kapucsengő  
Telefon: +36 70 551 1154  
Web: [www.paskaldental.hu](http://www.paskaldental.hu)



#### Aranyhal Étterem

Kedvezmény: 15%, a kedvezmény étlappos helyszíni fogyasztásra érvényes  
Cím: 1145 Budapest, Thököly út 121.  
Telefon: +36 70 338 8086  
Web: [www.aranyhalletterem.hu](http://www.aranyhalletterem.hu)



#### Zugló Szépe Szépségszalon

Kedvezmény: 10%  
Cím: 1142 Budapest, Kassai tér 12.  
Telefon: +36 70 612 5081  
Web: [www.zugloszepe.hu](http://www.zugloszepe.hu)



#### Lemezuckó CD-LP Bolt

Kedvezmény: 5%, a kedvezmény bakelit lemez vásárlásra vonatkozik  
Cím: 1077 Budapest, Király u. 67.  
Telefon: +36 1 351 1218  
Web: [www.lemezucko.hu](http://www.lemezucko.hu)



#### Duna Relax&Event Hotel\*\*\*\*

Kedvezmény: 10%  
Cím: 2300 Ráckeve, Dömsödi út 1/a.  
Telefon: +36 24 523 230  
Web: [www.wellnesshotel.hu](http://www.wellnesshotel.hu)



A képek illusztrációk.

További elfogadóhelyek: [www.erszebetvaroskartya.hu/elfogadohelyek](http://www.erszebetvaroskartya.hu/elfogadohelyek)

## Tisztelt Erzsébetvárosiak!

Örömmel tájékoztatjuk Önöket, hogy az Erzsébetváros Kártya program keretében a karácsonyi ünnepek közeledtével ismét fenyőakciót szervez az önkormányzat.

**Az Erzsébetváros Kártyával rendelkezők 1 darab körülbelül 1 méter magasságú fenyőfát vehetnek át a készlet erejéig, 2018. december 17–19. között a Klauzál téri piacon felállított pultoknál, a megadott időszakokban.**

Az átvétel pontos helye:

**Klauzál Téri Vásárcsarnok (a csarnok Klauzál tér felőli bejáratánál)  
1072 Budapest, Klauzál tér 11.**

Az átvételi időszak:

**2018. december 17–19. között (hétfőtől szerdáig), 14.00–18.00-ig.**

Felhívjuk szíves figyelmüket, hogy az akció a készlet erejéig érvényes, és kizárólag a +Discount logóval ellátott Erzsébetváros Kártya bemutatásával vehető igénybe! A fenyőfák méretei, formái eltérőek lehetnek, melyekért reklamációt nem áll módunkban elfogadni. Megértésüket ezúton is köszönjük!

Amennyiben még nem rendelkezik városkártyával és részt kíván venni az akcióban, úgy kártyaigénylését legkésőbb 2018. december 5., 18.00-ig szükséges benyújtania elektronikusan ([www.erszebetvaroskartya.hu](http://www.erszebetvaroskartya.hu)) vagy a Polgármesteri Hivatal valamelyik ügyfélszolgálatán.

*Kellemes karácsonyi ünnepeket kívánunk!*

## Sétafesztivál Budapesten

„Sétál a Budapest” címmel október 12. és 14. között első alkalommal tartották meg a sétafesztivált Budapesten, a Magyar Zsidó Kulturális Egyesület szervezésében. Az október derekán megrendezett háromnapos eseményt – amely során a résztvevők közelebbről megismerhették a főváros épített örökségét – hagyományteremtő szándékkal szervezte az idén 30 esztendőes egyesület.

Az eseményt a Király utcai K11 Művészeti és Kulturális Központban a Cabaret Mendrano koncertjével indították el. Az ingyenes csoportos tematikus sétákhoz regisztrációt követően nappali és éjszakai időpontokban is csatlakozhattak az érdeklődők. Egyes alkalmakra kifejezetten diákokat vártak a szervezők. A változatos helyszínek között épületek, kávéházak, de temető és metró is szerepelt: a sétálóknak lehetőségük nyílt szakavatott vezetés mellett bejárni a várost az Andrassy úttól a Duna-korzón át a Várkertbazárig, ismereteket gyűjtve Budapest gazdag kultúrtörténetéből. A programpontok között szerepelt a világörökségi panoráma bemutatása, múzeumpedagógiai foglalkozás, de csatlakozhattak a résztvevők többek között

a Színészmúzeum bejárásához, vagy megismerhették a népszerű bauhaus stílus fővárosi példáit. A kulturális örökség átfogó bemutatását célzó program olyan aktuális elemeket is tartalmazott, mint az október 23-i évforduló eseményeire való emlékezés, a nevezetes helyszínek felkeresésével

és bemutatásával. Az esemény zárásakor a szervezők szakmai konzultáció keretében értékelték a programot, majd a látogatói visszajelzések alapján díjazták a legjobb sétátatókat és sétaútvonalakat.



10.wp.com



Fotó: mixonline.hu

## Hétpróba jutalomkirándulás

# Bécsben jártak a Baross sulis diákjai



A Hétpróba kerületi versenysorozat idei versenyszámain 250 erzsébetvárosi diák vett részt. Idén is állatkerti vetélkedővel vette kezdetét az iskolák közötti verseny. A Wesselényi17 rendhagyó fizikaórána adott helyet az Elektrotechnikai Múlt Megőrzéséért Alapítvány irányításával. Az épületben helyet kapott egy szabadulószoza is, ahonnan a diákok egy Harry Potter-film történetéből összeállított feladatsor megoldásával juthattak ki. Az általános és helytörténeti témájú műveltségi vetélkedőt és a sportversenyt a K11-ben rendezték meg.

Az összesített eredménytáblázat alapján az alsó tagozatosok versenyében az Erzsébetvárosi Kéttannyelvű Általános Iskola, Szakiskola és Szakközépiskola Dob utca diákjai, míg a felsősök közül a Baross Gábor Általános Iskola tanulói bizonyultak a legjobbaknak. Az alsós diákok egy balatoni nyaraláson, a felső tagozatosok pedig egy bécsi kiránduláson vehettek részt, amely során megtekinthették az UNESCO világörökség részét képező schönbrunni kastélyt, annak gyönyörűen parkosított kertjét és az állatkertet, mely most nyerte el ötödik alkalommal az Európa legjobb állatkertje címet.

A park több mint 700 állatfajnak ad otthont, és ez a szám évről évre nő. Van miből választaniuk a látogatóknak, hiszen 1700 négyzetméteres lett az új, kültéri rész, a víz alatti világban pedig a jegesmedve életébe kaphatunk betekintést. A diákok abszolút kedvencei természetesen a nagyvadak voltak, de a gyűrűsfarkú majmoknál és pingvineknél is szívesen időztek. Egy egész nap kevés volt ahhoz, hogy a gyerekek minden épületet és zegzugot bejárjanak.

Az ebédet követően az állatkert szomszédságában található kastélyban és annak kertjében folytatták a kirándulást a tanulók. A Habsburgok hajdani nyári rezidenciája volt ez a kastély, mely pompás császári dísztermekkel és egy parkkal várja a látogatókat. Itt lakott Mária Terézia, Ferenc József császár, Erzsébet császárné és a császári család számos más tagja is. A schönbrunni kastélyban összesen 1441 rokokó stílusban berendezett helyiség található, ezek közül összesen 45 látogatható. A kastély tükörtermében annak idején a hatéves csodagyerek, Mozart kápráztatta el közönségét nagyszerű



szerzeményeivel. A kör alakú kínai társalgóban tartotta Mária Terézia titkos megbeszéléseit kancellárjával, Kaunitz herceggel, a Vieux-Lacque szobában pedig többek között Napóleon is tanácskozott. A schönbrunni kastélyparkban lenyűgöző kutak, szobrok, emlékművek, fák és virágok között élvezhették a gyerekek a csodás őszi napot.

Az iskola és a diákok köszönetüket fejezték ki Erzsébetváros önkormányzatának, hogy támogatta a kirándulást.



## Hogyan dolgozik a restaurátor?

A Róth Miksa Emlékház (VII. ker., Nefelejcs u. 26.) szenzációs új üvegfestmény-párral gazdagodott, és fontos műtárgyainak restaurálása révén valósággal megújult az elmúlt hónapokban.

A november 21-én 16.00 órakor kezdődő program látogatói nem csupán legelsőként csodálhatják meg a gyönyörű, Tiffany üvegből készített ablakokat, de azt is megtudhatják, hogy mit és hogyan kellett restaurálni rajtuk, hogy újra olyanok legyenek, mint száz évvel ezelőtt. S ha már restaurálás, akkor megismerkedhetnek a Deák mauzóleum Róth-mozaikjainak eredeti tervfestményeivel is – amiket ugyancsak restaurálni kellett –, a mauzóleum díszjeinek hányattatott sorsával, és Róth Miksa szerepével az eredeti alkotások megőrzésében.

Igazi szenzációként bemutatják majd azt is, hogyan újították fel a Róth ebédlő szecessziós bársony-csipke asztalterítójét. Történetét az ország talán legismertebb textil restaurátorától lehet meghallgatni, aki elmeséli, hogyan restaurálták Róth Miksa Párizsból hozott, több mint száz éves művész-szőnyegét.

A program során Pintér Erzsébet és Juhász Judit restaurátorok szakmai titkaikról fognak beszélni, Fényi Tibor igazgató pedig a Róth Miksa üvegfestmény előkerülésének és beazonosításának történetét osztja meg a látogatókkal.

A program ingyenes, azonban korlátozott férőhely miatt a Róth Miksa Emlékház Facebook oldalán regisztrálni szükséges.



*Kedves Gyerekek!*  
*Szeretettel várunk Benneteket az erzsébetvárosi karácsonyfa ünnepi fényeinek felkapcsolására 2018. december 3-án (hétfőn) 15.30-kor az önkormányzat épülete elé. (Erzsébet krt. 6.)*

*Ünnepi műsorunk: „Panov apó karácsonya” című bábeloadás a Kisvirág Kreatív Művészeti csoport előadásában.*



## Legyen Budapest kerékpárosbarát!

Együttműködési megállapodást kötött a fővárosi önkormányzat és a Magyar Kerékpárosklub, a dokumentumot Tarlós István főpolgármester és Kürti Gábor, a szervezet elnöke írta alá. Az együttműködés kiemelt célja, hogy teljesüljenek a fővárosi önkormányzat Balázs Mór-tervében és a Budapest 2030 hosszú távú városfejlesztési koncepciójában kitűzött forgalmi részarányok, továbbá, hogy Budapest egyre élhetőbbé, közúthálózata és közterületei pedig egyre inkább kerékpárosbaráttá váljanak, ami a kerékpárral nem közlekedő városlakók érdekét is szolgálja. Tarlós István a megállapodás aláírását megelőzően azt hangsúlyozta: Budapest közlekedését egy komplex egységnek tekinti, és meg kell találni egy olyan helyes egyensúlyt, amely lehetővé teszi az autós és a kerékpáros közösség együttélését – adta hírül a távirati iroda.

Kürti Gábor arról beszélt: a kerékpárosklubnak jó a kapcsolata a fővárossal, és a megállapodással az a fő céljuk, hogy a kerékpáros közlekedés Budapesten 2030-ra elérje a 10 százalékos forgalmi részarányt.

Révész Máriusz, az aktív Magyarországért felelős kormánybiztos elmondta, hogy csak európai uniós forrásokból mintegy 10 milliárd forintot fordítanak majd fővárosi kerékpáros fejlesztésekre az elkövetkező években.



Fotó: MTI

## A legjobb grafikusok

Három grafikai pályázat és kiállítás találkozott először egy helyen a tervezőgrafikai szakma egyik legrangosabb rendezvénysorozatán, a 11. Graphifest keretében, a VII. kerületi Teszlában. A tárlaton – amely november 20-ig látogatható, az Arany Rajzszőg Társaság (ART) 16. Arany Rajzszőg pályázatának, a Magyar Tervezőgrafikusok és Tipográfusok Társasága (MATT) „Lubalin 100” 11. tematikus tipográfiai pályázatának legjobb alkotásait mutatják be, emellett Budapesten először mutatkozik be a Vilyan Bogyólé 2018 borcímkép pályázatára beküldött grafikai anyag is.



Vörös Botond – az év pályakezdő tervezőgrafikusa (Forrás: mmonline.hu)

A kiállítás megnyitóján kiosztották az idei díjakat is: Pinczehelyi Sándor grafikus kapta az idei Arany Rajzszőg életműdíját, míg posztumusz életműdíjjal jutalmazták Nagy András munkásságát. Az év pályakezdő tervezőgrafikusa Vörös Botond lett, míg az Arany Rajzszőg szuverén tervezőgrafikai díjat Kiss József Gergely, a kulturális díjat pedig Kárpáti Tibor érdemelte ki. Idén az utóbbi évek tervezőgrafikai teljesítményéért járó Arany Rajzszőg-díjat Vidák Zsolt, a magyar tervezőgrafikáért járó elismerést Lőrincz Attila kapta.



Forrás: kreatív.hu

# Péterfysek lettek az „Ápolói hivatás mesterei”

A Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara országos szakmai vetélkedőjének döntőjét a fővárost képviselő Péterfys csapat nyerte. Az október 12-én, a Lurdy házban megtartott versenyen 20 négyfős csapat indult a megyéket és a fővárost képviselve, akik a területi elő- és középdöntők legjobbjaként mérték össze szakmai tudásukat.



Az elméleti és gyakorlati feladatokból álló ápolási versenyen a Péterfy Kórház-Rendelőintézet Országos Traumatológiai Intézet csapata, a „Békák” állhattak a dobogó legfelső fokára. A megmérettetésen részt vevő Péterfys csapat tagjai Szűcs Tímea osztályvezető ápoló (szeptikus osztály), Szabó Noémi ápoló (szeptikus osztály), Vargék Anikó osztályvezető ápoló (idegsebészeti osztály) és Fehér Mónika osztályvezető ápoló (postoperatív-posttraumás rehabilitációs osztály) voltak, akik egy éven keresztül viselhetik az „Ápolói hivatás mesterei” címet.

Október 25-én a Péterfy nagytermében házi ünnepség keretében köszöntötték a nyertes csapat tagjait, ahol kiemelkedő teljesítményükért a kórház nevében mondott köszönetet dr. Sásdi Antal főigazgató és Bakos András ápolási igazgató.

Az önkormányzat hosszú ideje kiválóan működik együtt a Péterfy Sándor utcai kórházzal, amely Erzsébetváros és a környező kerületek meghatározó egészségügyi intézménye. „Büszkék vagyunk arra, hogy ilyen kiváló orvosok, ápolók és egészségügyi dolgozók tevékenykednek a kerület kórházában,

és egy ilyen országos versenyen is az elismerő első helyezést érték el. A kerület vezetése megbecsülésnek jeleként és áldozatos munkájuk elismeréseként polgármesteri dicséretben és pénzjutalomban szeretné részesíteni a győztes csapatot. Gratulálunk a kórháznak és a nyerteseknek is!” – mondta el Vattamány Zsolt polgármester.

A Péterfy Kórház-Rendelőintézet Országos Traumatológiai Intézet szakdolgozóinak kiváló munkáját már több éve igyekszik havi rendszerességgel támogatni a választókerület önkormányzati képviselője, Nagy Andrea is, aki az idők folyamán szép számú támogatói csoportot szervezett kezdeményezése mellé. A képviselő és társai a Péterfys ünnepségen adták át ajándékaikat a győzteseknek, rövid beszédben hangsúlyozva, mennyire fontos az ápolás mint hivatás szakmai elismertetése, de ugyanennyire fontos, hogy az ápolók érezzék, hogy a társadalom is értékeli munkájukat. Az országos verseny nyertesei a támogatóktól névre szóló kupát és rekreációs célú felajánlasként egy-egy kétnapos wellness hétvégére szóló ajándékot vehettek át, amit havonta a legjobb szakdolgozók kapnak meg a támogatói körtől.

## Sissi Őszi Tánchét a hetes szám bővületében

A hetes szám bővületében rendezik meg november 17. és 24. között a hetedik Sissi Őszi Tánchetet, röviden SÖT7-et, a 7. kerületi Bethlen Téri Színházban, ahol hét estén át hét különböző társulat, együttes táncprodukcióit láthatja a közönség.

A hagyományosan Erzsébet-nap köré szervezett SÖT7 idén is a vidéki táncműhelyeket állítja középpontba; az egri, a miskolci és a kecskeméti társulat mellett jelen lesz a Fóti Népművészeti Szakgimnázium, a hetedik kerületi Bihari János Táncgyűttes és a kerület testvérvárosából, Gyergyószentmiklósról érkező Figura Stúdió Színház is, akik Erdély hetedik magyar nyelvű színházának társulata. Az egyhetes programban a házigazda – a szintén hetedik kerületi székhelyű – Közép-Európa Táncszínház előadása is szerepel.

A fesztivált Eifert János Mester és tanítványai című fotókiállítás nyitja november 17-én. A SÖT7-hez több kísérőprogram is csatlakozik, köztük a G.A.P., vagyis a Gangaray Artistic Program fiatal táncosainak utcai táncperformanszai november 10-én, amellyel a fesztivált és a tánc műfaját kívánják népszerűsíteni.

A fesztivál fővédnöke Vattamány Zsolt, Erzsébetváros polgármestere.

A SÖT7 teljes és részletes programja a [www.bethlenszinhaz.hu](http://www.bethlenszinhaz.hu) oldalon olvasható.



# Egymás oltalmában

## Interjú Bagdy Emőke klinikai pszichiáterrel

Az önazonosság szerepe a lelki egészségben címmel tartott előadást tartott prof. dr. Bagdy Emőke, a népszerű pszichiáter a K11-ben. Lapunknak adott interjújában azt is elárulta, hogy ő hogyan tud boldog lenni, illetve mit tegyünk, hogy „ne pusztuljunk bele a saját életünkbe”.



### Rendkívül sok területen dolgozott, hogyan választotta őket?

Nem én választottam, a feladataim választottak engem. Közülük életem egyik legfontosabb alkotásának tartom, hogy bevezettem a hivatásgonдозást az egyetemeken. A debreceni egyetemen munkatársaimmal együtt kidolgoztunk egy olyan modellt, aminek az alapjait mesteremtől, Mérei Ferencről hoztam, és aminek a lényege, hogy a pszichológus személyisége munkaeszköz, ezért őt saját lehetőségeivel megismertette, saját lelke rendbetételével kell elindítani a pályán. Az önismeret persze egy személyes, privát lelki munka, de hogy a személyiségét valaki hogyan működtesse a kommunikációban, hogyan hasson valaki másra, ehhez milyen eszköztudás van, mi a személyiségének a hatósugara, az megtanulható. Otthon sajnos nem sajátítjuk el a finom, érzékeny kommunikációt, ezért például fontos lenne, hogy az iskola ne csak ismeretátadó hely legyen, hanem léleknevelő is. Az érzelmi és szociális intelligenciára legalább akkora hangsúlyt kellene helyezni, mint az értelmire.

### Önt mennyiben segítette a családi háttere?

Egy nagyon erős családi kötelékben vallási nevelésben részesültem, hívő vagyok mind a mai napig, ezt én tovább vittem, a gyerekeim is hitéletben nevelkedtek.

### Az ön számára hogyan kapcsolódik össze a pszichológia az istenhittel?

A pszichológiának van egy tudományos szabályrendszer szerinti birodalma, amiben én mindig a pszichológia által képviselt tudományos ismeretek tolmácsolója voltam. Ugyanakkor megvan az

a fajta hitem, ami a privát életemet áthatja. Én nem a hitéleti összefüggések keretébe helyezve értelmezem a hozzám forduló baját, hanem az ő szemüvegükön keresztül próbálom látni a világot.

### A valóság objektív, de ahogyan látjuk, az szubjektív.

A kapcsolatokban tulajdonképpen egyik félnek sincs „igaza”. Én nem tudnék konfliktusokat kezelni, ha nem volnék azon az állásponton, hogy tiszteletben tartom a te véleményedet, azzal az alapvető céllal, hogy közelítsünk úgy egymáshoz, hogy együtt tudjunk működni. Lehet, hogy az együttműködésben oda jutunk, hogy nem tudjuk elfogadni, amit a másik gondol a világról, de attól még szerethetjük vagy tisztelhetjük egymást. Szabadságban áll, hogy te mint felnőtt ember azt higgy, amit, és azt csináld, amit, mert azért te vagy a felelős. Én felelős vagyok önmagamért és a szeretteimért, azokért, akik iránt elköteleződtem, azért a kis körért, ami rám van bízva, amit választottam.

### Mennyire képesek megőrizni az emberek az objektív látásmódot?

Ez a kultúra, amiben élünk, nagyon emberellenes. Az ember alapvetően társas lény. A legszörnyűbb félelem az emberben a szeparáció: hogy egyszer egyedül maradok, meghalok, elhagy vagy elveszítem, akit szeretek. Ezért el kell fogadnunk, hogy mi akkor élünk jól, ha együtt vagyunk, és segítségére vagyunk egymásnak. Ahogy a méhen belül sem vagyunk egyedül, mindig helyes, ha van valaki, akihez tartozunk, és aki hozzánk tartozik. Tehát kell, hogy legyenek alapvetően jó



kapcsolataink. Mindig legyen valakink, aki számára fontosak vagyunk. Ezt egy Angyal András nevű pszichológus úgy fogalmazta meg, hogy „szükségeltési szükséglet”, vagyis hogy érezzem azt, hogy énram valakinek olyan nagy szüksége van, hogy ha én nem volnék, ő károsodna vagy meghalna. Akkor vagyok, akármibe kerül is, de vagyok, lennem kell. A legnagyobb éltető erő a másikért élni. Ez a kultúra azonban abban embertelen és életellenes, hogy azt sulykolja, hogy csak neked legyen jó, mert megérdemled, csak saját magaddal törődj, gazdagodj, legyen minél több tulajdonod, anyagi értékeid. A boldogságpszichológia elég keményen szembeállít ennek a hamisságával, mert kiderítette, hogy a boldogságérzés szempontjából az anyagi javaknak csupán 10% részesedésük van.

### A boldogságérzésnek legfontosabb összetevője a minél jobban őrzött, ápoltság, jó személyes kap-

csolatok, a közösség, valahova tartozás, és annak a szemléletmódnak az elsajátítása, ami által az ember képes használni legértékesebb képességét, nevezetesen a hitet.

Nem vallási értelemben, noha úgy is lehet. Az ember jövőre irányuló lény. Elképzeléseket, vágyakat, törekvéseket tud megfogalmazni, s mindezt ugyan mi más működteti benne, mint a hit? Ezért a hit mint általános emberi képesség az, ami megtartja az emberi lényt, de ez a képesség rettentő módon károsíthatja. Az érzelmi agyunk, ami arra van teremtve, hogy a szájalom, irgalom, szeretet, kötődés fontos érzelmi és kapcsolati képességeit művelje, el van sorvasztva. A kapcsolatainkban is felhasználók, elhasználók, kihasználók és eldobók vagyunk.

### Ön szerint mik azok az alapproblémák, amelyekkel minden embernek elkerülhetetlenül meg kell ma küzdenie, és ehhez milyen stratégiákat ajánlana?

Receptkönyvet nem tudok adni, de elmondom, a ma emberének mi a problémája. A kapcsolatoknak az a fajta kulturálatlansága, ami abból következik, hogy minden, ami rítus, szokás, hagyomány volt, leapadt. A világ nagyon gyorsan változik, állandóan új helyzetekhez kell igazodni, a bizonytalanságot növelő faktorok száma növekszik. Ezt tudomásul kell vennünk, és muszáj edzettségre szert tennünk. A stresszekkel való megküzdést szintén meg kell tanulnunk, hogy ne pusztuljunk bele a saját életünkbe. Nem remélhetjük, hogy a családi fészek jól szocializál arra, hogy a mindennapi életbe kulturáltan tudjunk bekapcsolódni, márpedig ezt meg kell tanulnunk. Ebben segít a pszichológia. A felnőtteknek szóló üzenetem, hogy tanulj meg az együttműködő kommunikációt. Tanuld meg, hogyan kezeld a vitákat az életedben, tanulj meg az asszertív kommunikációt, a személyi-

ségedet védő, hozzád méltó önértékelést. Általánosságban pedig mindent a kezdeteknél, a gyerekek nevelésben érdemes kezdeni. A gyerek mindenre megtanítható, és érzelmi agyának csiszolása mellett az érzelmi agyát és a kapcsolati intelligenciáját is fejleszteni kell. A boldogság iskolája pontosan ezt célozza: hogy a gyerek érző, finom lelkű, boldogságra is hivatott felnőtt emberi lényé tudjon alakulni, aki tudja, mikor, mit, hogyan csináljon, úgy, hogy a szíve és érzelmei elég nagy jelentőséggel kapjanak helyet az életvezetésében.

### Hogyan tudná leírni a boldogságot?

A boldogság az elegendő pozitív élmény az életünkben, és egyfajta biztonság. Az elegendő pozitív élmény megéléséhez pedig hozzátartozik az előre tekintő, optimista látásmód, hogy képesek legyünk a velünk történetek hasznát és pozitív oldalát szemlélteni.

### Sok szó esik mostanában önmagunk szeretésének fontosságáról. Ön mit gondol erről?

Önbecsülésről beszélnek szívesebben. Aki szereti a másikat, az gondoskodik róla, törődik vele. Ha én szeretem saját magam, akkor olyanokat teszek, ami nekem jó. Ha ápolom az egészségemet, figyelek a fizikumomra, a táplálkozásomra, a saját karbantartásomra, az az önszeretet egészséges módja. Felelősséget vállalok a saját léteért, az egészségemért is, s amint én ezt magammal meg tudom tenni, akkor tudom másnak is megadni. Mindent magunknál kell kezdeni.

### Tudna-e egy olyan segítő mondatot ajánlani az olvasóknak, amit felidézve erőt meríthetnek a mindennapi nehézségeik közepette?

A Simone Weil francia filozófusnőtől vett mondat nagyon szeretem: „Tanuljunk meg vágyakozni az után, ami a miénk.” Míg nem becsüljük azt, ami a miénk, és nem értékeljük, hogy hú, de jó, hogy ez nekem van! Jaj, de jó! Amíg ezt nem tudjuk megtenni, addig folyton az úr, a hiány, a szükségletek kiabálnak bennünk. De annyi mindenünk van. Vegyük számba, hogy mi minden kincsel rendelkezünk!

# Megemlékezés a hősök tiszteletére

Az 1956-os forradalom és szabadságharc a 20. századi magyar történelem egyik legmeghatározóbb eseménye volt, a nemzet diktatúra elleni forradalma és a szovjet megszállás ellen folytatott szabadságharca. Október 19-én Erzsébetváros is megemlékezett a 61 évvel ezelőtti eseményekről.

Tápay Károly és dr. Oláh Vilmos kitüntetettek



„A szabadságharc a budapesti diákok békés tüntetésével kezdődött 1956. október 23-án, és a fegyveres felkelők ellenállásának felmorzsolásával fejeződött be Csepelen, november 11-én. Ma azok emléke előtt tisztelünk, akik azért áldozták fel karrierjüket, szabadságukat, sőt életüket is, hogy megteremtsenek egy szabad, független, demokratikus országot. A harcokban közel 3000-en estek el. A forradalom következményeként majd negyedmilió magyar hagyta el az országot, nyugatra menekülve. 1989. október 23. óta ez a jeles nap kettős nemzeti ünnep Magyarországon: az 1956-os forradalom kitörésének napja és a harmadik magyar köztársaság kikiáltásának napja, melyet 1990-ben iktattak nemzeti ünnepeink sorába” – hangzott a Rózsák terei megemlékezés kezdete. Az ünnepi műsorban közreműködött Bíró Kriszta Jászai-díjas színművésznő, aki Vas István Pesti Elégia című versét szavalta, és Csuja Imre Jászai-díjas Érdemes és Kiváló művész, aki Vörösmarty Szózat című művét adta elő.

Az ünnepi műsort az Erzsébetvárosi Kéttannyelvű Iskola színi tagozatos növendékei állították össze, és közreműködtek benne a Spinto Operatársulat előadóművészei is. Ünnepi köszöntő beszédet mondott Vattamány Zsolt polgármester.

## Átadták az Erzsébetváros '56 kitüntetéseket

Erzsébetváros önkormányzatának képviselő-testülete a 2016-os évben megalapította az Erzsébetváros '56 díjat, hogy az 1956-os forradalom és szabadságharc résztvevői és hősei az őket megillető elismerésben részesülhessenek. A kitüntetéseket Vattamány Zsolt, a kerület polgár-



Csuja Imre szavalta a Szózatot

mestere adta át a Rózsák terei megemlékezésen. Díjazták idén dr. Oláh Vilmost, aki az 1956-os forradalom és szabadságharc idején a Péterfy Sándor Utcai Kórház sebész orvosaként dolgozott. Tápay Károlyt szintén elismeréssel jutalmazták az 1956-os forradalom és szabadságharc során vállalt tevékenysége és életútja alapján.

Az ünnepi műsor végén a résztvevők elhelyezték a megemlékezés virágait R. Törley Mária alkotása előtt, melyen a zászlóba vésvé olvasható Márai Sándor 1956 karácsonyára írt versének alábbi sora:

„Angyal, vidd meg a hírt az égből,  
Mindig új élet lesz a vérből.”



Elsőként a Politikai Foglyok Szövetségének VII. Kerületi Alapszervezete nevében Kiss Imre elnök és Hermány Miklós elnökhelyettes koszorúzott.



Az erzsébetvárosi FIDESZ nevében dr. Bajkai István országgyűlési képviselő és választókerületi elnök, valamint Benedek Zsolt alelnök, Veres Zoltán képviselő és Kelemen Tamás helyezte el koszorút.



A Jobbik szervezete nevében Juhász Szabolcs önkormányzati képviselő és Tóth Gyula, a Jobbik kerületi elnöke helyezte el a tisztelet koszorúját a Rózsák terei emlékmű lábánál.

Történelmi múltunk előtt tisztelegve Nagy Andrea képviselő a Péterfy Kórház-Rendelőintézet Országos Traumatológiai Intézet központi megemlékezésén helyezte el koszorúját. A Forradalom Kórházának hagyományosan nagyszabású rendezvényén idén újabb emléktáblát avattak Péch Géza emlékét megőrzendő, tisztelettel ápolva az intézmény '56-os emlékezetét, múltját.



Vattamány Zsolt polgármester és dr. Vető Marietta alpolgármester Erzsébetváros önkormányzatának nevében emlékezett.



Az önkormányzat központi megemlékezésén közösen hajtottak fejet az '56-os emlékmű előtt ellenzéki pártok kerületi képviselői, helyi vezetői, valamint Erzsébetváros országgyűlési képviselője. Képünkön az MSZP képviselőjében Devosa Gábor kerületi képviselő, a kerület országgyűlési képviselője, dr. Oláh Lajos (DK), a Szövetség az Európai Erzsébetvárosért frakció képviselője, Szűcs Balázs és az erzsébetvárosi DK szervezet nevében Borka-Szász Tamás.



Az LMP helyi szervezetének nevében a párt kerületi képviselője, Moldován László helyezte el a megemlékezés virágait az Angyal szobornál.

A szabadságharc helyszínének és kerületi hőseinek emléket állító megkoszorúzott tábla az Erzsébet körút 6. szám alatt.





# Szemelvények a VII. kerületi Munkás és Katonatanács jegyzőkönyveiből 1919

*Az I. világháború vége a Központi Hatalmak vereségét és benne az Osztrák–Magyar Monarchia hadseregének összeomlását hozta. Az 1918. november 3-án Piavében kötött fegyverszüneti megállapodással a tényleges harcok megszűntek, ám Magyarország lakossága számára a békére még közel két évet várni kellett. Az I. világháború elhúzódó harcainak mélyreható következményei miatt a hátország elégedetlensége egyre erősödött. A Wekerle-kormány lemondása után az elégedetlen pártok megalakították a Magyar Nemzeti Tanácsot, és a háború befejezését követelték.*

Mivel az uralkodó nem támogatta a tanács követeléseit, tiltakozások, majd véres utcai zavargás robbant ki. Pár nap alatt – éppen száz éve –, 1918. október 31-én győzött Magyarországon az öszirózsás forradalom, s megalakult gróf Károlyi Mihály koalíciós kormánya. Károlyi köztársaságához kötődnek az első földosztások, az új választójogi törvény beiktatása, de a véres vidéki atrocitások sora, a gyorsuló infláció és a katonaság leszerelése is. Az első köztársaság végül a külpolitikai helyzetbe bukott bele. A békeszerződés feltételeit Károlyi elfogadhatatlannak ítélte, a kormánya lemondott, 1919. március 21-én pedig a Kun Béla vezette Magyarországi Tanácsköztársaság jutott hatalomra. Az új rendszer vezetői a népbiztosok lettek, akik a főváros vezetését is átalakították. Rendelkezésük szerint a városháza minden ügyosztályát és a kerületi elöljáróságok irányítását is politikai biztosok segítségére támaszkodó új megbízottak vették át. Április első napjaiban az elöljáróságok vezetését kommunista munkások kapták meg.

A Tanácsköztársaság VII. kerületi irodája a Szocialista Párt Dohány u. 76. szám alatti irodájában működött. A „dicsőséges 133 nap” alatt öt alkalommal ültek össze.

Az első tanácskozást 1919. április 10-én tartották, ahol a megjelent 280 munkás elnökül – közfelkiáltással – Biermann Istvánt választotta meg. Az ülésen határoztak a kerületi 20-as Intéző Bizottság tagjairól, a 6 tagú lakásbizottságról, akiknek a lakások kiutalásán kellett dolgozniuk, valamint 99 tagot delegáltak a Központi 500-as Bizottságba is.

Április 16-án a román királyi hadsereg megtámadta Magyarországot. Az ellenséges támadásra a Tanácsköztársaság védekező háborúról döntött április 19-én. A határozat szerint a munkásság fele fegyveres szolgálatot vállal, hogy megvédje a proletárdiktatúra vívmányait. A következő ülésre a román támadást követően, április 20-án került sor, és így a megbeszélést a háborús készülődés határozta meg. Az elnök élénk agitációt fejtett ki a Vörös Hadseregbe való belépés érdekében. Döntöttek a házbizalmiak összehívásáról, akiknek feladatuk szabták meg, hogy a házakban összeírás készítsenek a frontra induló személyekről. A toborzás miatt a munkásoknak az üzemekben, a kisüzemi alkalmazottak számára a szakszervezetekben alakítottak ki sorozó bizottságokat. Egyhónapos toborzás eredményeként a kerületben több mint 4000-en jelentkeztek vörös katonának, akik közül 2000-en azonnal elindultak a frontra, 1000-en a kiképzésre vártak, míg 1000-en a harctéri szolgálatra alkalmatlannak bizonyultak. A „burzsoázia” tagjait front mögötti kényszermunkán akarták alkalmazni. Felmerült Budapest megerősítése és védelme érdekében a sáncsás terve is.

A kerületi munkástanács harmadik ülésére május 12-én került sor. A megbeszélésen az Intéző Bizottság egyhónapos munkájáról adott jelentést. Elmondták, hogy első lépésként a folyamatban lévő – haszontalan, felesleges – ügyiratok ezreit egyszerűen félretették. Az általuk vezetett hivatal egyszerűsítette az ügyintézését, és 24–48 óras elintézésre redukálták azt. Átszervezték az ügyosztályokat, a munkásság segítése érdekében



1919. május 1-jei felvonulás a Rákóczi úton. Fotó: Fortepan

létrehozták a Felvilágosító és Tanácsadó Irodát, amelyet naponta 5–600 személy keresett fel. Új Bírósági Ügyosztályt alakítottak, amely mindenféle (kihágási, magánjog, házassági) vitás ügyek elintézésére vállalkozott. Az új Népjóléti Ügyosztály a segélyek kiosztását végezte, az Élelmezési Ügyosztály a lakosság ellátásáért felelt, míg a Háznyilvántartási Ügyosztály a házkommunizálással és a lakbérékkel kapcsolatos ügyeket intézte. A lakásbizottság április 24. és május 1. között lakásokat rekvirált, és 1000 lakáskezesőt helyezett el. Ezek közül 700-at „jó” helyekre helyeztek el, de 300 személy esetében hibákat követtek el. A közellátás további fejletlen állapotait mutatja, hogy – a jelentés szerint – súlyos problémákat okoztak a Vörös Őrség tagjai, akik a piacokról az élelmet elrabolták, és maguk között

osztották szét, vagy haszonnal adták tovább azt.

A negyedik ülést 1919. június 5-én tartották. A lakáskérdés kezelése továbbra is az egyik legsürgetőbb feladat volt. Az egyik javaslat kidolgozója a használaton kívüli üzlethelyiségekbe is lakóhelyre szorulókat költöztetett volna. A közellátás megoldhatatlan feladatai között akadt sikeres is, a Damjanich u. 42. szám alatti telken játékokkal ellátott játszóteret adtak át, ahol napközi otthont is működtettek. A gyerekek reggelit, uzsonnát és vacsorát is kaptak.

Az ötödik ülésre július 11-én került sor. A jegyzőkönyv szerint a város problémáin a tisztviselők továbbra sem tudtak úrrá lenni. A katonaság ellátása miatt a lakosságnak már évek óta nem

jutott cipő, és a hivatal előtt órákon át sorban álló elégedetlen lakosokat több alkalommal is a Vörös Őrségnek kellett szétválasztania. De további problémákat jelentettek Budapest – és Erzsébetváros – felújításra szoruló házai, mivel a világháború alatt a szakemberek a hadseregbe bevonultak, az épületek állaga pedig időközben teljesen leromlott. Az ülésen a segélyre jogosultak számának további emelkedéséről számoltak be, de a megoldatlan problémák további sora várt a hivatalnokokra.

A Tanácsköztársaság rövid időszakának vége után és a román megszállást váltó Horthy Miklós Nemzeti Hadseregének bevonulásával Erzsébetváros történetében is új fejezet kezdődött.

Perczel Olivér

# ERWIN Focikupa

Az idei évben, október 12-én, először rendezték meg a VASAS Sportpályán az első Erzsébetvárosi focitornát, mely a kerület kabalaállata után az ERWIN elnevezést kapták. A kerületi iskolák összesen 24 csapatot neveztek, 7-14 éves korig, 4 korosztályban zajlottak a mérkőzések.

Az önkormányzat az Egészség- és Sportthét elnevezésű rendezvény-sorozatát kibővítve rendezte meg a focikupát, melyből a Családi Futó- és Gyaloglónaphoz hasonlóan hagyományt kíván teremteni. Az egészséges életmódra nevelés elengedhetetlen eleme olyan mozgásos programokat biztosítani az ifjúság számára, melyet nagy örömmel végeznek, és szórakozásként élik meg minden percét. A futball azonkívül, hogy a világ talán legnépszerűbb sportága, a csapatjáték örömeivel tanítja meg a gyerekeket az együtt, egymásért való küzdelem fontosságára, amit nemcsak a sportpályán, de az életben is hasznosíthatnak.

A focikupán a VASAS Kubala Akadémia játékosmegfigyelői is jelen voltak. A tehetség-felismerést végző szakemberek figyelték a gyerekek játékát, a meccseken nyújtott teljesítményét. A kiemelkedő játékosokat felkeresték, és a további lehetőségekről adtak felvilágosítást.

Az eredményhirdetés is tartogatott meglepetést: Vattamány Zsolt polgármester két nemzetközi FIFA játékvezetővel együtt adta át az érmeket és a kupákat. A gyerekeknek lehetőségük nyílt találkozni Kassai Viktorral és Vad II. Istvánnal, akik közvetlenségükkel nagy élményt szereztek a versenyzőknek. A napjainkban nagy népszerűségnek örvendő játékkonzol



sorsolása az egész torna alatt lázban tartotta a gyerekeket.

A mérkőzéseken az összes csapat nagy erőbedobással, odaadással és lelkesedéssel küzdött, így kialakultak korosztályonként a végső eredmények:

**7-8 éves korosztály 1. helyezett csapata: Julianna 2.** (Budapest-Fasori Református Kollégium Julianna Általános Iskolája)

**9-10 éves korosztály 1. helyezett csapata: Dobucca 2.** (Erzsébetvárosi Kéttannyelvű Általános Iskola, Dob utca)

**11-12 éves korosztály 1. helyezett csapata: Drum Street** (Erzsébetvárosi Kéttannyelvű Általános Iskola, Dob utca)

**13-14 éves korosztály 1. helyezett csapata: Julianna 6.** (Budapest-Fasori Református Kollégium Julianna Általános Iskolája)

Gratulálunk a győzteseknek!

Az első ERWIN Focikupa népszerűsége okán jövőre, remélhetőleg, még több csapat képviselteti majd magát, és újabb nagyszerű mérkőzéseknek lehetünk szemtanúi.



## Izrael alapítására emlékeztek a Csányi 5 kiállításmegnyitóján

November 8-án tartották meg az Erzsébetvárosi Zsidó Történeti Tár – azaz a Csányi 5 – megújult állandó kiállításának megnyitóját.

Az esemény egyúttal nagyszerű alkalmat kínált arra, hogy a fennállásának 70. évét idén ünneplő Izraelt is köszöntsék a szervezők.

A kiállítást Vattamány Zsolt polgármester nyitotta meg, aki beszédében felidézte a zsidó állam létrejöttének történelmi eseményét, valamint hangsúlyozta a történeti tár szerepének fontosságát a helyi örökség megőrzésében.



A kerületi zsidó kulturális és történelmi hagyomány ápolására létrehozott intézmény rendszeresen ad otthont a témához kapcsolódó filmkluboknak, könyvbemutatóknak, beszélgetések-

nek, zenei és gasztronómiai rendezvényeknek. Emellett a most megnyitól állandó kiállítás az erzsébetvárosi zsidóság történetének olyan jellegzetes aspektusait igyekszik bemutatni, amelyek autentikus képet festenek a városi zsidó lakosság életformájáról, fizikai körülményeiről, szociális és kulturális háttéréről. Az épületben korhűen berendezett helyiségek eltérő társadalmi státuszú zsidó családok lakásvizonyaiába engednek bepillantást: használati tárgyak, munkaeszközök, a mindennapi élet kellékei teszik érdekessé az egyedi tematikájú tárlatot, amelyben a látogatók megtekinthetik többek között a „Mesterségek szobáját”, és tájékozódhatnak a múlt század első felében tipikus zsidó foglalkozásnak számító szakmákról, különös tekintettel a fotográfia mesterségére. A szoba emléket állít a tragikus sorsú Kis Pál fotóművésznek (1890–1945), aki híres napfényműtermét 1917-ben nyitotta meg a Király utca 51. szám alatt. Az 1920-as, '30-as években népszerű és többszörösen díjazott fotóművész nevéhez többek között egyedi fotográfiai technika kidolgozása is fűződik. A vallástörténeti áttekintést adó rabbiszoba a hitélet sajátosságai mellett immár bemutatja a neológia és ortodoxia különválását is, amely meghatározó mérföldkönek számított a hazai zsidóság történetében.

A történelmi megközelítéshez szorosan kapcsolódik Izrael állam alapításának kerek évfordulója, amelynek tiszteletére a MAZSIHISZ szervezésében nemrégiben ültettek el 35-35 fát a budapesti Szent István parkban, illetve Izraelben, a két ország eredményes együttműködésének élő jelképeként. Az egyetemes történelmi megközelítést kiegészítve az évfordulón az Erzsébetvárosi Zsidó Történeti Tár a világon elszórta élő zsidóság múltjának helytörténeti vonatkozásaira igyekszik felhívni a figyelmet, azt üzenve, hogy a nagypolitikai események és szereplők mellett a múlt szemléletéhez megkerülhetetlen szempontot jelentenek a kiállítás által is bemutatni kívánt hétköznapi életek.





## Késsel rabolt

A BRFK nyomozói rövid időn belül elfogták azt férfit, aki felfegyverkezve követett el rablást.

Egy járókelőtől kért pénzt a VII. kerületi Huszár utcában 2018. október 14-én 9 óra 45 perckor a 20 éves budapesti N. V. Ábrahám. Amikor a férfi közölte, hogy nem tud neki pénzt adni, az elkövető kabátja zsebéből elővett egy kést, és megfenyegette a sértettet, aki ettől megijedt, és beszaladt egy közeli üzletbe segítséget kérni, a tettes pedig elfutott.

A bejelentést követően a józsefvárosi rendőrök a kábítószert befolyásoltsága alatt álló elkövetőt 10 óra 7 perckor – fél órán belül – elfogták Budapest VIII. kerületében, a Blaha Lujza téren.

A bevezetett nyomozati cselekmények és a széleskörű adatgyűjtés alapján a rendőrök megállapították, hogy a férfi október 4-én délután Erzsébetvárosban, a Bethlen Gábor utca és a Péterffy Sándor utca kereszteződésében egy másik férfit is leszólított, tőle szintén pénzt követelt. Amikor a sértett közölte, hogy kevés pénz van nála, az elkövető a férfi óráját is elvette.

A rendőrök N. V. Ábrahámot előállították a BRFK VII. Kerületi Rendőrkapitányságára, ahol felfegyverkezve elkövetett rablás és kábítószert birtoklása bűntette miatt gyanúsítottként hallgatták ki, és – őrizetbe vétele mellett – kezdeményezték letartóztatását.



## Közbiztonsági elérhetőségek

Számos összehangolt intézkedéssel igyekszik a kerület vezetése megteremteni a Belső-Erzsébetvárosban élők nyugalmát a turisztikai szezonban, így folyamatosan együttműködik a rendvédelmi szervekkel, és segíti munkájukat. Kérjük a lakosságot, hogy zavaró zajhatások, rendbontás, rongálás észlelése vagy közbiztonsági problémák esetén tegyenek bejelentést az illetékes rendvédelmi szerv elérhetőségein.

### BRFK VII. Kerületi Rendőrkapitányság

Cím: 1076 Budapest, Dózsa György út 18-24.  
Telefon: +36 (1) 461-8100  
e-mail: 07rk@budapest.police.hu

### Erzsébetvárosi Rendészeti Igazgatóság

Általános bejelentéseket az ERI központi számán tehetnek: +36 (1) 461-9040 telefonszámon, valamint közvetlenül a +36 (30) 494-9174 telefonszámon a civil járőrszolgálat diszpécserénél.

### Erzsébetvárosi Polgárőr Egyesület

A polgárőrség szükség esetén a +36 (30) 621-1500 telefonszámon elérhető a lakosság számára. Hívható: hétfőtől–vasárnapig, 08.00–20.00 óra között. A turisztikai szezonban Erzsébetváros Rendészeti Igazgatósága belső-erzsébetvárosi irodájában (Király utca 21., bejárat a Kazinczy utca felől) lehetőség van személyesen bejelentést tenni. e-mail: info@erzsebetvarosipolgorseg.hu

# Különleges adventi dekorációk otthonra

Idén december 2-ára esik advent első vasárnapja. Az adventi időszakban az Úr eljövételére várakozunk, és hagyományaink szerint adventi koszorúkat helyezünk ki négy gyertyával otthonunkban, melyek közül minden vasárnap meggyújtunk egyet karácsonyig. A dekorációt készíthetjük saját kezűleg, és ötletes megoldásokkal modern adventi „koszorúk” is díszíthetik a lakást.

## Hagyományos koszorú készítése

A tradicionális adventi koszorú alapja készülhet szalmából, vesszőből, fenyőből, hungarocellból, textilből. Számos koszorúalap közül válogathatunk attól függően, hogy milyen stílusban szeretnénk alkotni.

Az adventi koszorú díszeknek elengedhetetlen kelléke a négy gyertya. Hagyományosan három lila és egy rózsaszín gyertyát gyújtunk meg az adventi várakozás során, de aki inkább csak dekorációs céllal készíti a koszorút, nyugodtan használhat az otthona színeivel harmonizáló gyertyákat is. Sokan a karácsonyi dekorációhoz igazítják az adventi koszorú színeit is. A gyertyákat rögzíthetjük gyertyatüskékkel – ez a legpraktikusabb megoldás –, de akár dróttal, ragasztóval is.



## Modern ünnepi dekorációk

Ha letisztult, modern lakásban élünk, és szeretnénk az ünnepi dekorációt is ehhez igazítani, akkor akár pillanatok alatt készíthetünk otthonra egyedi adventi asztaldíszeket. Ezek a különleges megoldások ugyanúgy meghitté varázsolhatják a várakozás időszakát. Jó készülődést kívánunk!



### Hozzávalók / 4 adag

250 g zabpehely (apró szemű)  
20 g lenmag (darálva)  
2 közepes banán (érett)  
0,8 dl napraforgó olaj  
100 g aszalt gyümölcs (áfonya)  
100 g dió (durvára vágva)  
1 közepes alma (reszelve)  
1 tk fahéj  
2 ek méz  
1 db tojás



## Reggeli Házi müzliszelet

### Elkészítés

Előmelegítjük a sütőt 180 fokra. Egy nagy keverőtálba tesszük a zabpehelyt, az őrölt lenmagot, az aszalt áfonyát, a diót, a reszelt almát, a fahéjat és a banánokat összetörve.

A tojást kissé felferjük, hozzáadjuk az olajat és a mézet, összekeverjük, majd hozzáadjuk a fentiekhez.

A masszát sütőpapírral bélelt (vagy olajjal kikent) tepsibe simítjuk. Készre sütjük, ha kihűlt, szeleteljük.

# Főszerepben a méz

Az őszi-téli hónapokban előszeretettel fogyasztjuk a mézet, amely remek immunerősítő. Sokan csak a teát ízesítik vele, de most megmutatjuk, hogy akár minden étkezéshez is fogyasztathatjuk változatosan ezt az alapanyagot

## Ebéd

### Mézes-narancsos csirkecomb

#### Elkészítés

A megtisztított combok mindkét oldalát sózzuk, borsozzuk, és kiolajozott tepsibe tesszük. A mézet keverjük ki egy narancs kifacsart levélével, és locsoljuk meg a combokat a felével. Tegyük hozzá a fokhagymagerezdeket, takarjuk le alufóliával, majd rakjuk hűtőbe kb. 1 órára pácolódni. Előmelegített, 180 °C-os sütőben pároljuk letakarva kb. fél óráig, ezután vegyük le a fóliát, kenegessük át a combokat a mézes narancslével, tegyük hozzá a narancsgerezdeket és az aszalt szilvát.

Sütés közben párszor kenegessük meg a maradék mézes narancslével, és süssük szép pirosra.



### Hozzávalók / 4 adag

4 db csirkecomb  
1 fej fokhagyma  
1 narancsból nyert narancslé  
2 ek méz  
só ízlés szerint  
bors ízlés szerint  
10 dkg aszalt szilva (ízlés szerint)  
1 db narancs



### Hozzávalók

1 fej zöldsaláta  
20 dkg sajt (füstölt sajt vagy kéksajt)  
1 nagyobb körte  
1 evőkanál méz  
3 evőkanál olívaolaj  
1 evőkanál citromlé  
2 marék dió  
só  
bors



## Vacsora

### Mézes-diós sajtsaláta

#### Elkészítés

A sajtot kis kockákra vágjuk, a megtisztított, félbe vágott körtét enyhén megpirítjuk serpenyőben, a megmosott és apróra vágott salátával és a dióval összekeverjük.

A mézet, az olívaolajat és a citromlevet összekeverjük egy pohárban, sózzuk, borsozzuk, majd a salátára locsoljuk, összeforgatjuk.

## Ülésezett a VII. kerületi Helyi Védelmi Bizottság

2018. október 18-én összeült Budapest Főváros Kormányhivatala VII. kerületi Hivatalának Helyi Védelmi Bizottsága (HVB).

A HVB ülésen megjelent tagok:

**Dr. Pók Tibor Józsefné** hivatalvezető, HVB elnök

**Dr. Herczeg Kinga** HVB titkár, BFKH VII. kerületi hivatalvezető-helyettes

**Szarka Csaba** ezredes, Budapest Főváros Kormányhivatala Védelmi Titkárságának titkára  
**Csintalan Pál** r. alezredes, Budapest Főváros VII. Kerület rendőrkapitánya

**Bársony Róbert** t. alezredes, HVB honvédelmi elnökhelyettes

**Jurás-Pálinkás Gábor** tü. százados Belvárosi Katasztrófavédelmi Örs örsparancsnoka

**Szerencse Csaba**, a Polgármesteri Kabinet városüzemeltetési és közrendvédelmi referense

**Kolozsvári Viktória**, a BFKH VII. kerületi hivatalának hatósági szakügyintézője

A HVB ülésen dr. Pók Tiborné hivatalvezető, HVB elnök által előterjesztett napirendi pontokat a Helyi Védelmi Bizottság tagjai egyhangúan megszavazták.

A honvédelmi elnökhelyettes ismertette a toborzás aktuális helyzetét a fővárosban, a katasztrófavédelmi elnökhelyettes tájékoztatót tartott a téli rendkívüli időjárásra történő felkészülésről.

Budapest Főváros Kormányhivatala Védelmi Titkárságának titkára ismertette a BFVB komplex honvédelmi gyakorlatát, valamint beszámolót tartott a „réteges védelem” honvédelmi kommunikációs gyakorlatról.

## Lomtalanítás Erzsébetvárosban

Az FKF Nonprofit Zártkörűen Működő Részvénytársaság nyilvánosságra hozta Budapest Főváros VII. Kerület Erzsébetváros területén zajló 2018. évi lomtalanítás időpontját.

A lomtalanítás időpontja (lomok elszállításának időpontja):

**2018. november 24.–2018. november 25.**

A lomok kihelyezésének módja:

- A lomokat a lakóházak előtti, az FKF Zrt. járműveivel jól megközelíthető közterületre szükséges kihelyezni.
- A lomok kihelyezése az úttesten nem lehetséges, mert akadályozhatja a forgalmat, illetve balesetet okozhat.

A veszélyes hulladékok díjmentes átvételének helyszíne és időpontja:

**Budapest, VII. kerület, Rózsák tere 4–5. melletti közterületen 2018. november 24–25. napokon 10.00 és 16.00 óra között**

A veszélyes hulladékot kizárólag a fenti időpontokban ideiglenesen felállított gyűjtőponton lehet leadni!

Kérjük, hogy Budapest közterületi rendjének és tisztaságának megóvása érdekében csak az FKF Zrt.

hivatalos tájékoztató levelében megjelölt időponttól készítsék ki a lomokat!

**Kérjük, ne helyezzenek ki:**

- a háztartásokban naponta képződő hulladékot;
- ipari, mezőgazdasági, szolgáltatási tevékenység következtében keletkezett hulladékot;
- veszélyes hulladékot;
- építési törmelékot;
- gumiabroncsot;
- zöldhulladékot (ág, nyesedék, lomb, fű);
- szénport, hamut;
- földet;
- elkülönítetten gyűjtött üveg-, papír-, műanyag- és fémhulladékot;

Kérjük, hogy az újrahasznosítható csomagolási hulladékokat (fehér üveg, színes üveg, papír, műanyag, fémdoboz, italos kartondoboz) ne a lomokkal együtt helyezték ki!

Erre a célra használják az ingatlan szelektív gyűjtőtartályait, a hulladékgyűjtő-szigeteket, illetve a lakossági hulladékudvarokat!

Az FKF Zrt. a lomtalanítást követően elvégzi az úttest takarítását, ugyanakkor az ingatlan előtti járda, illetve terület takarítása az ingatlanhasználó feladata.



# Megújult a Vakok kertje a városligetben

Megújult Magyarország első, speciálisan a vakok és gyengénlátók pihenését és kikapcsolódását szolgáló Vakok Kertje a Városligetben. Ezzel egyúttal lezárult a Liget Budapest Projekt keretében megvalósuló parkfejlesztés első üteme.

A majd egyhektáros Vakok kertje 1972-ben épült a Városligetben, így időszerű volt a korszerűsítése. A park környezetében számos, a vakokat és gyengénlátókat segítő intézmény és szervezet működik, akik aktívan használják a kertet, amely már nem felelt meg a XXI. századi akadálymentesítési követelményeknek. A Liget Budapest Projektnek köszönhetően a Vakok kertje kívül-belül teljesen megújult: akadálymentesítették a területet, modern eszközökkel látták el, a növényzetét rehabilitálták, felújították és kibővítették a speciális játékokkal felszerelt játszóterét. Az elbontott rossz állapotú faház helyett új, speciálisan a vakok igényeihez igazodó akadálymentes épület létesült, amelyben szintén akadálymentes melléképületek is helyet kaptak. A meglévő csobogók, vízdencék, valamint a játszófelületek is megújulva várják majd a kert használóit. A kiemelt növényanyagok új, jól felismerhető színű, Braille-feliratokat is tartalmazó korláttal egészültek ki, amelyek segítenek a tájékozódásban, illetve az illatos növények megismerésében. A felújítást megelőzően a Városliget Zrt. több civil szervezettel is egyeztetett, javaslataikat szinte kivétel nélkül beépítették a végleges tervekbe. A szervezetek kifejezett kérése volt, hogy a park megújítása során maradjon meg a külvilágtól elzárt módon a Vakok kertje, ahová a belépés egyszerű, chipkártyás rendszerrel legyen megoldható a jogosultak számára. A kert elkerítettségéig így megmarad, továbbra is a vakok, látássérültek számára lesz korlátlanul hozzáférhető.

„(...) egy biztonságos, modern és az akadálymentesítési követelményeknek maradéktalanul megfelelő parkrész jött létre, ahol Budapest szerzte egyedülálló lehetősége nyílik a kikapcsolódásra a vakoknak és gyengénlátóknak” – értékelte a megújítást dr. Nagy Sándor, a Magyar



Vakok és Gyengénlátók Országos Szövetségének elnöke.

A korábbi alapstruktúra megőrzése mellett a kivitelezők újjáépítették a tájékozódást és orientációt segítő, speciálisan burkolt sugár irányú utakat és körutakat, és egy új belső sétányt is kialakítottak.

A játszó- és sportrész a kert nyugati oldalára került, így az épülettől és a mellette lévő pihenő zónától távolabb telepítették a zajosabb kerti funkciókat, így például a speciális asztalitenisz, a lengőteket, a hintát és egyéb eszközöket. A játszótér színezett gumiburkolattal elkülönített részén homokozó is helyet kapott. A területen kültéri zenélő játékok is létesültek, a halmozottan sérült gyerekek számára pedig néhány speciálisan kifejlesztett játékelemet telepítettek.

A speciális parkrész tesztelése már megkezdődött, így ezt követően hamarosan megnyithatja kapuit a látássérültek előtt a kibővített készségfejlesztő játszóteret, megújult Vakok kertje.



## EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI PONT CSALÁDI NAP PROGRAMSOROZAT A KARÁCSONY JEGYÉBEN

**Időpont:** 2018. december 14. 9:00 - 14:00  
**Helyszín:** Történetek Kávézója  
**Cím:** 1074 Budapest, Dohány utca 22-24. (Bejárat a Síp utca felől)

### PROGRAMOK:

- 10:00-11:00** Ünnepváró játszótér óvodásoknak
- 11:00-11:45** Láng sárgarózsa Táncsoport bemutatója, Sláger Trió
- 11:45-12:00** Rendhagyó recept verseny eredményhirdetés
- 12:30-12:50** Az ünnep pszichológiája - előadás

### EGÉSZ NAPOS PROGRAMOK:

- Egészségügyi szűrések
- Kreatív Kuckó: Karácsonyi dekoráció készítése
- Bischitz pontok - Ismerje meg intézményünket, szolgáltatásainkat!
- Erzsébetváros kártya igénylési lehetőség

### Szeretettel várjuk Erzsébetváros lakosait!

További információk: [www.bjhuman.hu](http://www.bjhuman.hu),  
[www.facebook.com/egeszsegfejlesztesipont](https://www.facebook.com/egeszsegfejlesztesipont)

A rendezvény Budapest Főváros VII. kerület Erzsébetváros Önkormányzatának támogatásával a Bischitz Johanna Integrált Humán Szolgáltató Központ szervezésében valósul meg.

A programváltoztatás jogát fenntartjuk.

## Fecsegő Tipegők klubja

INGYENES BABA - MAMA PROGRAMOK  
A KERÜLET LAKOSAI SZÁMÁRA

2018. Decembéri programok

**DECEMBER 6. (CSÜTÖRTÖK) 15:00-16:00**  
Kismama torna  
Váróház alatti izomzat erősítő gyakorlatok elsajjáltása  
Helyszín: Mozgáscentrum, 1071 Budapest, Lövölde tér 7. (bejárat a Király utca felől)  
Előzetes bejelentkezés: +36 (1) 321 0635

**DECEMBER 13. (CSÜTÖRTÖK) 9:00-10:00**  
Életkorak megfelelő játékok  
Interaktív beszélgetés bölcsődei kisgyermek nevelők és védőnők vezetésével  
Helyszín: MASNI 1077 Budapest, Wesselényi u. 71.

A programokkal kapcsolatban érdeklődni, a Humán szolgáltató Központ Projekt irodáján lehetséges az alábbi elérhetőségeken:  
+36 (1) 283 4891 | [projektcsoport@bjhuman.hu](mailto:projektcsoport@bjhuman.hu)  
[www.bjhuman.hu](http://www.bjhuman.hu) | [www.facebook.com/masni](https://www.facebook.com/masni)

## RENDRHAGYÓ KARÁCSONYI RECEPTVERSENY

AZ EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD JEGYÉBEN  
AZ EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI PONT ÉS A MOZGÁSCENTRUM  
RECEPTVERSENYT HIRDET.

Ossza meg velünk legjobb karácsonyi sütemény receptjét, ami megfelel az alábbi szempontok valamelyikének:

- glutén mentes,
- cukor mentes,
- laktóz mentes,
- vegán.

A játéka erzsébetvárosi lakosok jelentkezését várjuk kortól és nemtől függetlenül. A beérkezett recepteket zsűri fogja értékelni és a legjobb recepteket beküldők díjazásban részesülnek.

A recepteket a [mozgascentrum@bjhuman.hu](mailto:mozgascentrum@bjhuman.hu) címre várjuk, vagy leadhatja személyesen is a Mozgáscentrumban, a Lövölde tér 7 szám alatt.

## FELHÍVÁS

### KERÜLETI NYUGDÍJASOK RÉSZÉRE!

Az „Idősek Programsorozat 2018.” keretében megrendezett november 6-i Disznótorossal egybekötött kirándulás iránti nagy érdeklődésre való tekintettel, Erzsébetváros Önkormányzata úgy döntött, hogy támogatja a kirándulás ismételt megrendezését. A második alkalom lehetőséget biztosít azon kerületi nyugdíjas korúak számára is a részvételre, akik a férőhelyek korlátozott száma miatt erről első alkalommal lemaradtak.

**A Disznótorossal egybekötött kirándulás második körös időpontja:**  
2018. November 22. (csütörtök)

Egész napos kirándulás a csemői Tamás Tanyára, ahol egy hagyományos disznóvágással és egy ezt követő disznótoros kulináris élményével gazdagodik a résztvevő.

**A BELÉPÉS DÍJTALAN, AZONBAN ELŐZETES REGISZTRÁCIÓHOZ KÖTÖTT.**

Regisztrálni, illetve bővebb tájékoztatást kérni a Humán Szolgáltató Projekt irodájának munkatársainál lehet a következő elérhetőségeken:  
Tel.: 06 1/ 283 4891, E-mail: [projektcsoport@bjhuman.hu](mailto:projektcsoport@bjhuman.hu)

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!



## KISS TIBI ÉS VASTAG GÁBOR ARANYAKKORD

VENDÉG: GÁBOR ANDOR "UFO" PERCUSSION

IDŐPONT: 2018. december 15. szombat  
19.00 óra

HELYSÍN: ERŐMŰVHÁZ  
1077 BUDAPEST, WESSELÉNYI UTCA 17.

ERŐMŰVHÁZ | www.eromuvhaz.hu  
ERŐMŰVHÁZ | Tel: 06 1 413 3550

Jegyár: 3000 Ft  
www.jegy.hu

### ERŐMŰVHÁZ ERZSEBETVÁROS 2018. november–december havi programok

Cím: 1077 Budapest, Wesselényi utca 17. • www.eromuvhaz.hu  
e-mail: titkarsag@eromuvhaz.hu • Tel.: 06 (1) 413-3550, 06 (30) 915-2059

#### NOVEMBER

Minden csütörtökön  
■ 10.00–11.30  
Senior klub 50+ jóga

Szerdánként  
■ 10.00–12.00  
Kismama klub

16. péntek (Négyzoba Galéria)  
■ 18.00–  
„Félbehagyott költemények” – a verseket felolvassa Babiczky Tibor

17. szombat  
■ 16.00–  
Francia nap  
■ 18.00–

„Padam” – Edith Piaf / Káráz Eszter együttese  
22. csütörtök  
■ 18.00–  
A Prezitól a Budapest Schoolig –  
Halácsy Péter előadása

23. péntek  
■ 18.00–  
Péterfy-Novák Éva és Péterfy Ger-  
gely irodalmi beszélgetése

#### 24. szombat

■ 10.30–15.30  
Esélyegyenlőségi napok – zene-  
terápiás előadások  
■ 17.00–  
Gálhangverseny az esélyegyen-  
lőségért

30. péntek  
■ 18.00–  
XXL Cselló – Rohmann Ditta és  
növendékei hangversenye

#### DECEMBER

13. csütörtök  
„Utazó” teaház  
Téma: Trianonról öszintén

15. szombat  
Télköszöntő  
12.00–14.00: kézműves programok  
14.00: A Babos-bábos társulat  
karácsonyi előadása  
15.00: Diablo bemutató  
16.00: A ZeneGonya zenekar gye-  
rekonzertje  
■ 19.00: Aranyakkord – Kiss Tibi és  
Vastag Gábor koncertje, közremű-  
ködik: Gábor Andor

### MŰVÉSZETI ÉS KULTURÁLIS KÖZPONT 2018. november–december havi programok

Cím: 1075 Budapest, Király utca 11.  
e-mail: k11muvkozpont@gmail.hu • Tel.: 06 (1) 788-8139

#### NOVEMBER

16. péntek  
■ 18.00–  
Florosz Szpirosz keramikus, grafikus-  
művész emlékére szervezett gyűjte-  
ményes kiállítás megnyitója

21. szerda  
■ 18.00–  
„Tér-képek” – kiállítás megnyitóját

22. csütörtök  
Esélyegyenlőségi napok  
■ 14.30–15.30: Szendrő Szabolcs hegy-  
mászó és fotográfus vetítése  
■ 17.00: A GÖRDÜLŐ Táncsoport  
interaktív show-műsora

25. vasárnap  
■ 11.00–16.00:  
„Állati” jó nap  
11.00–12.00: Az állatok és a manók  
12.00–13.00: Mitől lesz jó családtag a  
kisállatunk?  
12.00–13.00: Rajzverseny  
12.00–15.00: Arcfestés, csillámteto-  
válás, lufi-hajtogatás

13.00–14.00: Dr. Fodor Kinga állator-  
vos előadása  
14.00–15.30: Kisállatok a nagyvá-  
rosban  
15.30: A rajzverseny és a fotópályázat  
eredményhirdetése

30. péntek  
■ 20.00–22.00  
A SUNLIGHT BAND válogat a '60-as és  
'70-es évek tengerentúli soft-rock  
dalaiból

#### DECEMBER

1. szombat  
■ 19.00–20.30  
Szeder koncert

10. hétfő  
■ 16.00–  
Kerületi óvodások kiállítás megnyitója

28. péntek  
■ 20.00–22.00  
A SUNLIGHT BAND válogat a '60-as és  
'70-es évek tengerentúli soft-rock  
dalaiból

### ERZSEBETVÁROSI ZSIDÓ TÖRTÉNETI TÁR 2018. november–december havi programok

Cím: 1077 Budapest, Csányi utca 5. • www.erzsitt.hu  
e-mail: csanyi5@eromuvhaz.hu • Tel.: 06 (1) 369-3688

#### NOVEMBER

21. szerda  
■ 17.00–  
Kepes András: Istenek és emberek  
című könyvének bemutatója

22. csütörtök  
■ 17.00–  
Angel San Briz választatja – filmveti-  
tés és beszélgetés

28. szerda  
■ 17.00–  
Fűszeres Eszter – Hanukai falatok

29. csütörtök  
■ 17.00–  
Király Kinga Júlia – kóstolóval egybe-  
kötött könyvbemutató

#### DECEMBER

2. vasárnap  
■ 11.00–  
Salamon nagypapa meséi  
Szereplők: Gyabronka József, Rudolf  
Szonja eh., Kovács Máté eh.

5. szerda  
■ 17.00–  
Rubin Eszter – Kalácsok hanukára

6. csütörtök  
■ 19.00–  
Bálint András Márai-estje

13. csütörtök  
■ 18.00–  
A Csányi5, a MAZSIKE és a ZSERKlub  
filmklubja

\* A belépőjegyek áráról érdeklődjön telefonon vagy személyesen!

## Néhány gondolat az erzsébetvárosi társasházi tulajdonosoknak A tél beköszöntét megelőző feladatok egy társasház életében

A társasházaknak a tél beállta előtt fontos feladatai vannak, hogy a tél beköszön-  
tével nyugodtan vegyék az akadályokat  
– hívta fel a figyelmet az Erzsébetvárosi  
Szolgáltató Kft. ügyvezetője.

Rózsa Attila első helyen említi a fel-  
készülést a téli síkosságmentesítésre.  
Nagyon sokféle környezetbarát megol-  
dás létezik, ezen anyagok beszerzésével  
már tettünk is egy nagy lépést a balese-  
tek és az anyagi károk elkerülése felé.  
Az anyagok és a síkosságmentesítési eljá-  
rások kiválasztásánál fontos szempont  
a jogszabályok és a környezetvédelmi  
előírások figyelembe vétele.

Ereszcsatorna-tisztítás is szükséges a  
lombhullás közben-után. Amennyiben  
az ereszcsatornát nem tisztítják meg a  
belehullott falevelektől, lerakódott portól,  
szennyeződésektől, a lehulló csapadékot  
nem tudja megfelelően levezetni, a plusz  
súlytól az ereszcsatorna meghajolhat,  
deformálódhat, az átbukó víz áztatja a  
homlokzatot, és sokkal nagyobb összegű



javítási munkát okozhat a társasháznak,  
mintha félfévente tisztíttatja a közös kép-  
velő.

A fűtési szezon beköszöntével érdemes  
a csótány- és rágcsálóirtást elvégeztetni.  
A különféle rovarok, rágcsálók elleni  
védekezés lényeges a társasház számára,  
és megelőzni könnyebb, elkerülhetőek a  
kellemetlenségek, mint utólag nagyobb  
irtást rendelni.

A tetőmunkálatok elvégzése még a csa-  
padékos időszak előtt szükséges. A tető  
karbantartása a téli időszakban fokozott  
odafigyelést igényel. A tető terhelése ilyen-  
kor a legmagasabb. Érdemes átnézni a  
hófogókat is, mert nagyobb havazás esetén  
jó szolgálatot tesznek: megelőzhetik a tető-  
ről lezúduló hó általi baleseteket. A kémé-  
nyek ellenőrzítése is fontos, ha még nem  
történt volna meg, bár sokkal célszerűbb  
ezt még a fűtési szezon megkezdése előtt  
megtenni.

A kertrendezés is el kell végezni az  
őszi lombhullás után, a leveleket zöld-  
hulladékos zsákokba érdemes összegyűj-  
teni, hogy az FKF Zrt. többletköltség  
nélkül elszállítsa.

## Vasárnapi családi programok a Bethlen Téri Színházban előadás után kézműves foglalkozással

december 2. 10.00  
Marica Bábszínháza  
**De hol van a Mikulás?**  
téli mese bábokkal ●●

december 9. 10.00  
Fabók Mancsi Bábszínháza  
**Ha betér az Égi Király**  
népi betlehemes játék ●●●

Jegyár: 1.600 Ft  
Jegyár 7. kerületi lakosoknak: 1.200 Ft  
6 jegyből álló bérlet: 6.000 Ft

3-5 éves korig ●  
5-7 éves korig ●  
7 éves kor felett ●

BETHLEN  
www.bethlenszinhaz.hu



## DIALIZÁLÓ ÁPOLÓT

keresünk  
a Fresenius Medical Care Dialízis Központjába  
Péterfy II. (1077 Budapest, Rottenbiller utca 13.)

Elvárások: Ápoló 54/55/felnőtt szakápolói végzettség,  
EEKH kártya, MESZK tagság

Két műszakos munkarend,  
6.00-22.00 között hétfőtől szombatig  
Nincs éjszakai műszak és nincs vasárnapi munkavégzés  
Kiemelt fizetés és egyéb juttatások  
(cafeteria, teljesítménybónusz)  
Színvonalas, kellemes munkakörnyezet, munkaruha

Jelentkezés szakmai önéletrajzzal: jobs-hu@fmc-ag.com

## Ingyenes sportolási lehetőség Erzsébetváros Önkormányzatának támogatásával

Szeptember 21-től december 21-ig minden pénteken  
19.00-tól Cross Training a Vitakid Sportegyesülettel  
a VII. kerületi Barakk Fitness Clubban.

Várunk szeretettel minden sportos,  
alapvető állóképességgel  
rendelkező érdeklődőt. Belépés  
sportruházatban, sportcipőben.



#### Információ:

E-mail: hello@vitakid.hu  
Telefon: +36 30 868 3197

Regisztráció ajánlott:

www.vitakid.hu/mozdulj-velunk-erzsebetvaros/



**SZOBAFESTÉS, MÁZOLÁS, TAPÉTÁZÁS,** bútormozgatással. Parkettacsiszolás, aljzatkiegyenlítés, PVC-, szőnyegpadló-lerakás. Minőségi, precíz munka, mérsékelt árakon. (Alapítva: 1998) Csapó György Tel.: 06 (31) 780-6430, 06 (1) 780-3732. web: www.festemesa.iwk.hu

**Kastélyok berendezéséhez vásárolok** bútorokat, festményeket, ezüstöket, porcelánokat, bronzokat, antik órákat stb., teljes hagyatékok, első vevőként legmagasabb áron. A kiszállás díjtalan. Tel.: 06 (20) 280-0151; e-mail cím: herendi77@gmail.com



**KIPUFOGÓ dobok, sportdobok készítése szerelése, javítása**  
**KIPUFOGÓK**  
 Katalizátorok garanciával.  
**MŰSZAKIVIZSGA ÁLLOMÁS**  
**1141 Bp. Fogarasi út 189.**  
**Telefon: 383-8055**  
**1039 Bp. Árpád utca 23.**  
**Telefon: 240-5603**  
<http://www.kipufogo.hu>  
 Nyitva: H-P: 8-17 óráig

**Pénzt adok! Életjáradékot kötnek** ottlakás nélkül, leinformálható vagyok. Visszahívom! Köszönöm! H.B. Tel.: 06 (20) 528-2532

**Német és orosz nyelv tanítása** vizsgáztató nyelvtanárnál minden szinten (nyelvvizsga, érettségi, társalgás és grammatika). Tel: 06 (70) 216-6859

**Non-stop ajtónyitás** kizáródás vagy kulcselvesztés esetén, hevederzár szerelés, -javítás, meglévő zárok cseréje, új zárok beépítése, rácsok, vasajtók gyártása, szerelése, bukó ajtók, ablakok javítása, betörés utáni helyreállítás. Tomka Tamás. Tel.: 06 (20) 973-7029

**Belvárosi apartmanhotel** hosszú távra keres munkatársakat, szobalány munkakörbe. 8 órás, egyműszakos munkavégzés, hétfői napok vállalásával is alkalmanként. Érdeklődni: 06 (70) 905-6889-es telefonszámon lehet.

**Ablakjavítás!** www.ajtoablakdoktor.hu 24 éve vállalom kedvező árakon ablakok, ajtók javítását, illesztését, zárok cseréjét, festését, üvegezését, szigetelését garanciával. Felmérés díjtalan! Horváth Ákos. Tel.: 06 (70) 550-0269

**Eladásra szánt, felújítandó** egy-szobás lakását megveszem. Tel.: 06 (70) 274-5371, e-mail: nemeth.laszlo6@gmail.com

**Gyógypedikűrös házhoz megy** hétvégén is. 30 év tapasztalattal, férfiaknak is. Tel.: 06 (20) 938-9031

**Kémények bételese, átépítése,** belső marása teljes körű ügyintézésel. Szabó Balázs 06 (20) 264-7752

**Erkölcsei bizonyítvánnyal** megbízható korrekt pár főzést, takarítást, ház-, lakás-karbantartást, egyedi igények szerint is vállal, idős hölgygel vagy úrral eltartási vagy életjáradéki szerződést kötne. T.: 06 (30) 171-7733

**Gyógypedikűr-manikűr** vállalak, hívásra házhoz megyek. Ingyenes kiszállítás. Tel: 06 (30) 242-9507

**Almássy tér 15. szám** alatti épületben, 125 m<sup>2</sup>-es alagsori, komfortos ingatlan eladó. Érdeklődni: 06 (30) 250-7440

**Papír- és fémpénzt, bélyeget, képeslapot, papírrégiséget,** régiségeket vásárolunk, és árverésre átveszünk. VI., Andrassy út 16. Tel.: 06 (1) 266-4154. Nyitva: H-SZ: 10-17, Cs: 10-19

**Izomletapadások, fej-, nyak-, hátfájdalmak kezelése,** teljes testmasszázs szakrendelőnkben (Csengery utca 25.) vagy az ön otthonában. Csipak Zoltán gyógymasszőr, tel.: 06 (20) 595-3057

**8-20 nm-es helyiséget,** tárolót, mosókonyhát KERESSEK! TEL: 06 (20) 342-6609

**Késpénzért vásárolnék** 25-45 m<sup>2</sup>-es lakást tulajdonostól a kerületben. Felújítandó is lehet. Tel.: 06 (70) 610-3500

**Vízszelelés, villanybojlerok vízkötenítése,** javítása, fürdőszobák, wc-k javítása, felújítása, szerelvények cseréje, felszerelése, anyagbeszerzéssel. Tel.: 06 (30) 447-3603

**Bakoslak Ingatlan** eladó és kiadó lakásokat keres igényes, képzett ügyfelei részére. Tel: 06 (20) 974-0571, bakoslak.office@gmail.com

**Könyvfelvásárlás késpénzért!** Könyvtáros diplomával húsz év szakmai tapasztalattal. Atticus Antikvárium Tel.: 06 (20) 931-3773

**Egyetemista lányomnak** eladó emeleti, felújítandó lakást keresek. Magánszemély. Tel: 06 (20) 352-2204

**Kéménybételese, szerelt kémény építés,** kondenzációs kazánok bekötése, szakvélemény ügyintézés. Tel.: 06 (30) 680-6814

**Szeretné anyagi biztonságban** élni nyugdíjas éveit? Kössön velem életjáradéki szerződést, és az egyszeri, nagyobb összeg mellett, akár havi 150 ezer forintos életjáradék összeget is fizetek önnek úgy, hogy ön lakása kizárólagos használója és hasznélvezője marad. Érd.: 06 (20) 614-2808, dr. Balázi Bence



Since 2000  
RESTAURANT  
ÉTTEREM  
TROFEA GRILL

VI. kerület, Terézváros  
**Király utca**  
30-32

Superbrands  
15 16 17 18

MB | MAGYAR BRANDS  
2x '16 '17

TOP Restaurants in Budapest  
by TripAdvisor  
for the year of 2018

[www.trofea.hu](http://www.trofea.hu)

## Az év végi családi, baráti és céges rendezvények legkiválóbb helyszíne a Király utcai Trófea Grill Étterem



Foglalja le rendezvényének időpontját már most!

Asztalfoglalás: +36 1 878 0522 | +36 20 999 8797 | trofea.kiraly@gmail.com

Étel Házhozszállítás

Telefonon és a weboldalon érkező rendelések esetén **10% kedvezményt biztosítunk az árból!**

+36 30 878 0505; +36 1 878 0505

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

