

I. évf. 7. szám | 2016. szeptember

pont

újbudai
kulturális
magazin

INTERJÚ
**A Puszi egy új
önkifejezési
mód nekem**
JORDÁN ADÉL

METSZÉSPONT

HAJDU SZABOLCS
A film mint műalkotás

PROGRAM

KULTIVITAMIN
Szezonnyitó Újbudán

ÉKSZERdesignMARKET

B32 GALÉRIA ÉS KULTÚRTÉRBEN

1111 BUDAPEST, BARTÓK BÉLA ÚT 32.

**2016. SZEPTEMBER 24-ÉN,
SZOMBATON**

11.00-18.00

ÉKSZER DESIGN MARKET
A B32 GALÉRIA ÉS KULTÚRTÉRBEN

16.00

OLTAI KATA MŰVÉSZETTÖRTÉNÉSZ
BARTHA ÁGNES ÖTVÖSMŰVÉSSZEL
BESZÉLGET

ÉKSZER DESIGN MARKET:

ABAFFY KLÁRA | ARTKORES

| BARTHA ÁGNES |

CSURKA ESZTER | CZOK ILDI

| GERA NOÉMI | HUBER KINGA |

JERMAKOV KATALIN

| KERÉKGYÁRTÓ SZILVIA

| KIRÁLY FANNI

| KONFEKCIÓ | REMÉNYI ÉVA

| RMX | SIMON VIKTÓRIA

| VÉSSEY PANNI

BARTHA ÁGNES

ÉKSZERKIÁLLÍTÁSA

A B32 TREZOR GALÉRIÁJÁBAN





Főszerkesztő:
Hőnyi Gyula

Szerkesztőség:
**1113 Budapest,
Zsombolyai utca 5.**

Telefon: **381-1307**

e-mail:
pontmagazin@ujbuda.hu

Kiadja a **KözPont Újbudai,
Kulturális, Pedagógiai
és Média Kft.**

Ügyvezető igazgató:
Hőnyi Gyula

Megjelenik
10 000 példányban

Szerkesztő: **Kapin Viktória**

Újságírók:

**Bolla György, Farkas Róbert,
Járomi Zsuzsanna,
Kátai Artúr, Kelemen Angelika,
Kovács Gabriella,
Tapody-Németh Katalin,
Tóth Kata**

Korrektor: **Paola Fernández**

Tervezőszerkesztő: **KOY**

Címlapfotó:
Buza Virág

Marketingvezető:
Kelemen Angelika
pontmarketing@ujbuda.hu

Hirdetés:
Szobonya Tímea

Szerkesztőségi titkár:
Somosi Tamara

Nyomtatás:
Országos Médiakezelő Kft.,
Felelős vezető:
Szilágyi Anita
ügyvezető igazgató

*Az újságban megjelent
hirdetmények és hirdetések
tartalmáért a szerkesztőség
nem vállal felelősséget.*

BEKÖSZÖNŐ

Az idei biztosan emlékezetes nyár marad sokak számára. Ausztria–Magyarország 0-2, még a lányom is belekőnnyezett a gólörömbbe, pedig addig azt sem tudta, ki a Király. Nem is indulhatott volna jobban a nyár. Majd hármat rúgni az Európa-bajnoknak... valóságos gyönyör volt, akkora, hogy a belgáktól négyet kapni már nem is fáj. Közben belobbant a vakáció, elindult a fesztiválszezon, és a beltérből mindenki a szabadba rohant. Majd jött az olimpia, ami megkoronázta a nyári történeteket a nyolc arannyal és a pontszerző tábla 12. helyével. Ami a két esemény között történt, az az előzőekhez képest szinte feledhető volt. (Rihana teljesen.)



Szeptemberben ugyan lesz még néhány szabadtéri kiülős rendezvény, de este már jólesik egy forró krémleves vagy egy testes vörösbor... csak hogy átmelegítsen. Úgyhogy a magam részéről viszhahoztam a hosszú nadrágot és a beltéri programokat böngésem.

Lassan, de biztosan beindul a színházi szezon, nyitnak a kiállítások, a kézművespiacok és új programmal telnek meg a múzeumok. A turisták a belvárosba tartanak, a kulturális eseményeken kisebb lesz a „nyomás”, nem kell sorban állni, bolyongó hollandokat kerülgetni, kisebb vagyont sem kell költeni a belépőjegyekre.

A mi közösségi házaink programkínálata is színesedett, van, ahol megújult környezet várja a látogatókat, és van, ahol bővül a szolgáltatás. Érdemes figyelemmel követni minket a közösségi oldalakon és a weben is. Minden közösségi házunk külön készül az iskolakezdésre, és az újbudai önkormányzat is tematikus szeptemberi rendezvényekkel várja a helyieket.

A szeptember jó, mert véget ér a „nyaralás para”, a gyerek megy iskolába, újra megtelik étellel az iroda, és van kinek mutogatni az elkészült fotókat. Jó azért is, mert szeptemberben egyetlen olyan sportesemény sincs, amely miatt érdemes a tévé előtt maradni. Hacsak valaki nem Mezőkövesd- vagy Pápa-szurkoló, hiszen a két csapat biztosan erőteljes mérkőzést játszik majd a magyar NB I-ben sok góllal.

És a szeptember azért is különleges, mert a Pont magazin szerkesztője, Kapin Viki, kimondta a boldogító igent. Ezúton kívánok sok boldogságot nekik az egész stáb nevében!

HŐNYI GYULA



- metszéspon
- 6.....**KÖZÖSSÉGI HÁZAK**
ajánlója
- 8.....**JORDÁN ADÉL**
A Puszi egy új önkifejezési
mód nekem
- 14.....**REFLEXIÓK** fesztiválja
- 16.....**IRÁNYTŰ**
- 19.....**HAJDU SZABOLCS**
A film mint műalkotás
- 22.....**MIX**
- 26.....Magasból épülő **VÁROS**

- forráspont
- 30.....**SZERELEM**
első látásra?
- 32.....**KULTIVITAMIN**
szezonnitő Újbudán
- 34.....**MESÉRE** fel!
- nézőpont
- 36.....Újra hódítanak
A MAGYAR RUHÁK
- 37.....Szeptemberben is irány
GÖRÖGORSZÁG!

- 38.....Mi kell a **FUTÁSHOZ?**
- 41.....**KÉNYELMES CIPŐT**
mindenekelőtt

- csúcspont
- 42.....**RECEPT:** Rózsaszínre sült
kacsamell édesburgonya-
nudlival és vörösboros
szőlőraguval

- 43.....Érik a **SZŐLŐ**

- powerpoint
- 44.....**STARTUPSULI**
indul Újbudán
- 46.....**BOB**, a gyerekek legjobb
barátja

- fénypont
- 48.....**KÖNNYŰBULVÁR**
- 50.....**PONT** a Szigeten



Kelenvölgyi EZERJÓ

2016. OKTÓBER 1. 10.00–20.00

Kelenvölgyi Községi Ház

1116 Budapest, Kardhegy u. 2.

Jó szokás szerint október nem indulhat Ezerjó Fesztivál nélkül Kelenvölgyben. Az egykori szőlőtermő, bortermelő vidék jeles múltját idézi ez a rendezvény, szüreti felvonulással, néptáncosokkal és zenekarokkal, boros étkekkel, borkóstolással. Örökbe lehet fogadni szőlővesszőket is rögtön helyben – csak aztán jó nevelést kapjanak! A gyerekeket népi játszótér és mesejáték várja, amit jobbnál jobb koncertek követnek, és közben a főzni vágyó helyi csapatok is megmutathatják tudásukat.

MEDITERRÁNIA – Gedeon Péter építész grafikai kiállítása

2016. szeptember 2. 18 óra | Őrmezei Községi Ház | 1112 Budapest, Cirmos u. 8.

Gedeon Péter 25 esztendei építészeti gyakorlat után 1995-ben kezdte el építészeti tervei és műszaki rajzai mellett a számára izgalmas épületeket egy kissé másképp lerajzolni, saját fotói alapján. Rendhagyó grafikái olyanok, mintha egy mesekönyv lapjairól lépnének elő a házak és velük együtt épített környezetük. Jelenlegi kiállításán a mediterrán világba kalauzolja el a nézőket. Gedeon Péter hosszú évekkel ezelőtt szeretett bele a végtelen kék vizekbe, és ez a szerelem azóta is tart. Megtekinthető 2016. szeptember 27-éig a Kő-Tár-Lat Galériában.



TÓTH VERA, A HAPPY GANG ÉS az Irigy Hónaljmirigy Őrmező Ünnepe

2016. Szeptember 10–11-én | Menyecske utca, Költők parkja

Idén 16. alkalommal rendezik meg Őrmező Ünnepe. A szombat esti koncertkínálata minden igényt igyekszik kielégíteni: Tóth Vera és a Budapest Jazz Orchestra mősora után a buli hangulatot a Happy Gang fellépése fokozza, hogy végül egy örületes retró utcabálba torkolhasson a fesztivál. A vasárnapi műsor a Magyar Dal Napja jegyében zajlik: fellép Kiss Barna és a Villon Trió, a NEMADOMFEL és a Budapesti Show Kórus, egy tehetséges fiatal zenekar, a Half Note City, zárásként pedig az Irigy Hónaljmirigy zenei paródiái szórakoztatják a közönséget.

ITT ÉLEK KÖZTETEK – képregény

2016. Szeptember 21. 18 ÓRA | Albertfalvi Községi Ház | 1116 Budapest, Gyékényes u. 45–47.

2015 tavaszán Merza Gábor Budapesten című kiállításával avatták fel az Albertfalvi Községi Házban a Kályha Galériát. Az a tárlat bemutatta a kiállító életének meghatározó színtereit, ahol él, dolgozik, játszik, szeret, kocsmazik... azaz alkot. Most pedig megláthatjuk azokat, akik mindebben a társai évtizedek óta, állandóan vagy időszakosan, esetleg csak egy koccintásra, akik ihletet, barátságot, szerelmet, vagy éppen semmit sem adtak. A tárlat címe beszédes: a képek regényes formában arról szólnak, hogy alkotójuk köztetek él és lát benneteket, de ti látjátok-e őt?



Etele HELYTÖRTÉNETI KÖR

2016. Szeptember 27. 18 ÓRA

Albertfalvi Községi Ház

1116 Budapest, Gyékényes u. 45–47.

Az újjáalakulni készülő Etele Helytörténeti Kör izgalmas beszélgetésre várja azokat, akik érdeklődnek a XI. kerület és városrészeinek múltja iránt. Aktív együttlétre, helytörténeti kérdések felvetésére, közös akciókra és kutatásokra készülnek – segítve az egymásra találást és közös múltjuk, egyedi és lokális történeteik felderítését. Örömmel fogadják azokat is, akik csak egy-egy téma iránt érdeklődnek, és szívesen tartanának előadást, helytörténeti sétát, vagy vennének részt kiadványok szerkesztésében, írásában. További összejövetelek: minden hónap utolsó keddjén!



„A Mi Gazdagrétünk” FOTÓKIÁLLÍTÁS A RÉT GALÉRIÁBAN

2016. Szeptember 23. 18 ÓRA

Gazdagréti Községi Ház | 1118 Budapest, Törökugrató u. 9.

A Gazdagréti Községi Házban tavasszal fotótanfolyam indult Fojt Dániel fotóművész vezetésével. Fojt Dánielt elsősorban portrék és a hétköznapiakból merített pillanatképek inspirálják, a nagyvárosok utcaképei. A gazdagréti fotószakkör tagjai a neves művész rendhagyó látásmódját, egyedülálló absztrakt technikai tudását is megismerhették a tanfolyamon. A szeptemberi tárlaton a szakkör résztvevői által készített gazdagréti képek tekinthetők meg. A bemutatók saját szemszögükből láttatják Gazdagrét szépségeit, és azt, hogy miért is annyira jó itt élni.



Legendásan jó édesanyáddal a kapcsolatokat. Változott valamit, amióta te is anyuka lettél?

Sokat szelődült a viszonyunk. Már nem vagyok olyan számonkérő, mint korábban. Ugyanakkor úgy vélem, az ember sokat „csendesül” a szülei felé az idő múlásával, és ezt nem befolyásolja az anyaság. A miénk speciális szakma, esténként a színészek zöme nincs otthon, ahogyan édesanyám sem volt, de nem is hiányoltam, hiszen én is szinte minden estémet a színházban töltöttem.

Kisfiadat, Andort is viszed magaddal?

Nem, Andor sokkal kevesebbet van velünk a színházban. Anno belém lett nevelve, hogy mikor kell csendben lenni, mikor lehet mozogni stb. Persze Andor is tudja a rendet, de nincs ott napi szinten.

Azért színész leszel?

Ő azt mondja, igen, színész leszel a Katona József Színházban.

És szerinted?

Megvan rá az esély, de így, hatévesen ezt még nem lehet kijelenteni. Művészi vénája van, az biztos.

Hogy érzed, előnyt jelentett a pályád elején, hogy gyermekként annyi időt töltöttél a színházban?

Mindenképpen sokat segített, hogy olyan nagy színészek közelében voltam, mint például Lukáts Andor, Koltai Róbert, Pogány Judit, Molnár Piroska, de anyukám, apukám is ott játszottak. A kaposvári színház legendás volt a társulatáról, az összetartásról. Én pedig ültem a nézőtérben vagy takarásban, és figyeltem, milyen alázattal kezdik századszor is a jelenetet, aztán pedig azt hallgattam a büfében, hogy miről beszélgetnek. Azt gondolom, fantasztikus gyerekkorom volt, nekem ez volt a természetes. Nem véletlen, hogy kilencévesen már azt írtam a naplómba, hogy „csopi” leszek Kaposváron. A csopi csoportos szereplőt jelent, akinek kisebb szerepei vannak csoportban a színpadon. Aztán persze az exhibicionista közlési vágy erősödött bennem, de nem a csillogás miatt. Szerettem a társulati létet, szeretnék hatással lenni a nézőkre.

Szüleid nem presszionáltak, hogy színész legyél?

Egyáltalán nem, de anyukám azért óvatosan figyelt engem. Négyéves voltam, mikor

metzéspon

nyaraltunk, és mi, gyerekek készítettünk egy színielőadást. Én is szerepeltem benne, a főhős öreganyját alakítottam, akinek nagyjából annyi szerepe volt, hogy elájult. Én ezt meg is tettem, miközben jól beütöttem a fejemet. Nem sírtam, meg sem mertem mozdulni, mert azt már akkor is tudtam, nem szabad kizökkenni a szerepből. Anyukám azt mondta, ő már akkor látta, hogy van tehetségem.

A mai napig megnéz téged a színházban, és viszont?

Érdekes, mert ő nem akarja tudni, ki mikor megy megnézni őt, én azonban szeretem tudni, hogy ki ül a nézőtérben.

A szüleid már jó ideje nem élnek együtt, de a nagyszüleid hosszú ideje házasok, ha jól tudom...

Igen, a szüleim 16 éves koromban mentek szét. És a nagyszüleim? Hát ők egy igazi „fehér holló” pár: 70 év házasság, öt gyerek, 26 unoka... Sajnos a nagypapám idén elhunyt, de nagyon tevékeny élete volt, ezt édesapám örökölte tőle. A nagymamám fizikálisan már nincs jól, de sokat és sokan látogatjuk őt a családból, ez erőt ad neki. Hetven év után

A PUSZI EGY ÚJ önkifejezési mód nekem

JORDÁN ADÉL GYAKORLATILAG A KAPOSVÁRI SZÍNHÁZBAN NÖTT FEL, EGÉSZEN 17 ÉVES KORÁIG NEM IS GONDOLT BELE, HOGY LÉTEZIK EGY MÁSIK „VILÁG” IS. SZÜLEI, LÁZÁR KATI ÉS JORDÁN TAMÁS SZÍNÉSZEK, ÉS BÁR NEM VOLT RAJTA NYOMÁS AMIATT, HOGY NEKI IS EZT A SZAKMÁT KELL VÁLASZTANIA, MÁR KISGYERMEKKÉNT FIGYELTÉK KÉPESSÉGEIT. ADÉL BIZONYÍTOTT: UGYANOLYAN JÓL HOZZA A BUTA NŐCSKÉT, MINT A DÍVÁT. NOHA ELŐBBIBŐL MÁR NAGYON ELEGE VAN.
JÁROMI ZSUZSANNA INTERJÚJA

JORDÁN ADÉL

elveszíteni az embernek a párját, elmondhatatlan és feldolgozhatatlan fájdalom.

A nagyszüleid itt, a kerületben éltek, jól ismered Újbudát?

A Budafoki utat és környékét mindenképpen, hiszen ott éltek nagymamáék. Édesapám még arról mesélt, hogy amikor ő gyerek volt, a Budafokin fociztak, és nagyjából óránként ment el egy autó. Nekem a nagy karácsonyi összejöveletek maradtak meg igazán, olyankor vagy 50 ember összegyűlt a lakásban. Fontos és gyönyörű ünnep volt egy olyan vallásos családban, amilyen a nagyszüleimé. Én egy vastag törzsű családfán ülök, ami nagyon jó alap, biztonságot és önbizalmat ad. Andor nevelésénél a saját szülői példámot követem: igyekszem lavírozni a színház, illetve a család között, és kihozni belőle a legjobbat.

Sikerül?

Úgy hiszem, igen. Amikor Tomival nem dolgozunk (Keresztes Tamás színész, Adél férje – a szerk.), minden energiánkat Andorra fordítjuk, hogy együtt legyünk. Viszonylag tervezhető munkáink vannak, így beosztjuk, ki mikor tud vele lenni. Idén nyáron például tudtuk, Tominak sok munkája lesz, így én vállaltam kevesebbet, hogy Andorral legyek. Voltunk Balatonon, több hosszú hétvégét töltöttünk vidéken együtt. Nagyon jó kis nyár volt!

Most viszont újra munka. Ráadásul február óta a színházat mellett énekelni is elkezdte a Jordán Adél és a Puszi együttesben...

Igen, ez egy új világ, új felfedezés nekem, amit nagyon élvezek. Teljesen más előadási mód, mint amikor hónapokig valaki bőrbe bújok a színházban. A bulizós, táncolós önmagamot adhatom. Nagyon várom már az októberi B32-es fellépésünket is! Mindig nagyon jó a hangulat a koncerteken.

Ahogy a Furgon a tengerparton című dalhoz készült videoklipben is?

Hát az egy isteni forgatás volt! Az Ódry Árpád Művészotthonban forgattunk, és a rendező, Faur Anna kitalálta, hogy táncoljanak a lakók. De kellett egy fiatalabb pár, így hívtuk a szüleimet, akik az összes többi résztvevővel – köztük velem – nagyon élvezték a forgatást. Még el is sírták magukat. Nekem boldogság az, hogy énekelhetek. Én nem roksztár akarok lenni, hanem egy igaz, őszinte ember, aki önmagát adja a színpadon és örömet okoz másoknak.

Annyira más ez az arcod, mint a korábbi sikerfilmjeidben látott buta nőcske!

Igazán örülök, hogy ezt említet, mert nekem már nagyon elegendem van a buta női vonalból. Tudom, hogy nagyrészt ennek köszönhetem az ismertségemet, de már kinőttem ezt a fajta szerepkört, és bátran tudok nemet mondani

egy-egy megkeresésre. Így a színházi szerepeimre tudok koncentrálni.

Amikor kolléganőt látsz többgyermekes anyá szerepében, vagy téged találnak meg hasonló felkéréssel, nem gondolkodsz el azon, hogy szívesen vállalnál még egy gyereket?

A mi életünkbe most nem fér bele egy kisbaba. Még amikor Andor kicsi volt sem tudtam volna elképzelni, hogy egy másik babánk is legyen. Szerintem könnyebb velük, ha az egyikük már nagyobb. De ki tudja, mit hoz a jövő, ellene nem vagyunk, az biztos. (nevet)

Anno, amikor várandós voltál, az otthoni szülés mellett kampányoltál, többnyire biciklivel jársz, és több fórumon is elmondtad már, mennyire szereted a természetet. Megrögzött környezetvédő vagy?

Megrögzöttnek nem mondanám magam, de nagyon figyelek, az tény. Édesanyám adta át a természet szeretetét, régen sokat kirándultunk, ölelgettük a fákat. A biciklizés egyrészt nagyon egészséges, óvja a környezetet, ráadásul praktikus, hiszen nem kell parkolót keresni, nem idegeskedik az ember a dugóban. Mindig megbánom, amikor kocsiba ülök. Ha nem Andort viszem valahová időre, akkor biciklizem, még esőben is. És van gyerekülésem is! Emellett

sokat sportolok, tavaly augusztus óta pedig vegán vagyok. Megmondom őszintén, sokkal jobb így szeretni az állatokat, hogy nem eszem meg őket.

A családot is kedveli a szigorúan növényi alapú étrendet?

Andor elég finnyás, nagyjából öt-fajta ételt eszik meg. Kiskorában tejérzékeny lett, így neki sok mindent már azóta növényi alapanyagokkal készítek. Tomira sem erőltetem az efféle élelmeket, de egyre inkább favorizálja ezeket. Az ő anyukája csodálatos nő, és amióta Budapestre költözött, el vagyunk kényeztetve. Nagyon sokat segít, arany életünk van. Ő szokott a fiúknak magyaros ételt is készíteni, míg én csinálom a sajátomat. De sokszor a vegán hamarabb elfogy, mint a húsos (nevet)

És ezzel ilyen bomba formában tarthatja magát az ember?

Hiszek abban, ha valaki fogyni szeretne vagy egészségesen élni, azt csak életmódváltással lehet. Én szerencsés alkat vagyok, de sokat teszek azért, hogy ilyen maradjak: hetente legalább háromszor futok, úszom vagy jógázom. Ha van időm, többször is. Nagyon odafigyelek arra, mit eszem, és arra is, milyen szépségápolási készítményeket használok: a hajamat például a barátnőm által készített szappannal mosom, de a bőrömre is csak hidegen sajtolt olajakat kenek.



B32

szeptember 28. – október 1.
FÜGGETLEN SZÍNHÁZI
FESZTIVÁL
reFLACT 2016

SZÍNHÁZI ELŐADÁSOK

szeptember 28. 19.00

Metanoia Artopédia:
JÉG-DOKTRÍNÁK

rendező: PEROVICS ZOLTÁN

szeptember 29. 11.00

Janne Teller–Tandem Csoport: **SEMMI**

rendező: PÁLFFY TIBOR

szeptember 30. 19.00

Munkacím költöző madarakkal zárt

facebook-csoport: **NEM – DE HOGY NEM?**

rendező: KÁRPÁTI PÁL

október 1. 14.00*

Benedek Albert–KoMod–AppArt: **PROFIL**

rendező: KOVÁCS HENRIETTA

október 1. 16.00

Kompánia Társulat:
PENELOPÉ RETROSPEKTÍV

rendező: LUKÁCS LÁSZLÓ

WORKSHOP

szeptember 29. 18.00

Színházi-irodalmi **WORKSHOP**
KÁRPÁTI PÉTERREL

KONCERT

október 1. 20.30

JORDÁN ADÉL ÉS A PUSZI koncert

*A Profil című előadás helyszíne: Karinthy Szalon,
1111 Budapest, Karinthy Frigyes út 22.

A színházi előadások regisztrációs jeggyel
látogathatók, melynek ára: 500 Ft.

Jordán Adél és a Puszi koncert: 1000 Ft

A koncertre bármelyik előadásra szóló jeggyel
ingyenesen lehet belépni, ez esetben előzetes
regisztrációt kérünk e-mailben, telefonon
vagy a helyszínen.

B32 GALÉRIA ÉS KULTÚRTÉR
1111 BUDAPEST, BARTÓK BÉLA ÚT 32.
Telefon: (36-1) 787 0039
E-mail: b32@ujbuda.hu
PONTMAGAZIN.HU/B32
WWW.FACEBOOK.COM/B32KULTURTER



V. KELENVÖLGYI EZERJÓ FESZTIVÁL

2016. október 1. szombat

Egy nap ami a szőlőről
és a borról szól

10:00 órától **hagyományörző szüreti
felvonulás**, majd a **boros étkek főzőversenye**
közös ünnepélyes tűzgyújtása.

Vásári komédia, népi játszóház, kézműves
foglalkozás, szőlővesszők örökbefogadása,
kirakodóvásár, zene és tánc kifulladásig
kicsiknek és nagyoknak!

18.00 órától

FERENCZI GYÖRGY ÉS A RACKAJAM koncert

A programokon való részvétel ingyenes!

A rendezvény fővédnökei:

Dr. Hoffmann Tamás Újbuda polgármestere
és **Szabolcs Attila** országgyűlési képviselő

A rendezvény védnöke:
Wendlerné dr. Pirigyi Katalin
önkormányzati képviselő

KELENVÖLGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1116 Budapest, Kardhegy utca 2.

Telefon: 1/424-5363

E-mail: kkh@ujbuda.hu

Megközelíthető az 58-as, 150-es 250-es,
251-es és 251/A autóbusszokkal

B32 szeptember

15. csütörtök 18.00

ÜVEGPLEXI VÁLTOZATOK

BARTHA ÁGNES

ÖTVÖSMŰVÉSZ

KIÁLLÍTÁS-MEGNYITÓJA

A tárlat 2016. október 7-éig
látogatható minden hétköznap
10–18 óra között a Trezor
Galériában.

16. péntek

ÉKSZERKIÁLLÍTÁS

**ELEVEN
ŐSZ 2016.**
SZEPTEMBER 16-18.

Bartha Ágnes
üvegplexi
ékszerkiállítása
ezen a napon 21
óraig látogatható.

22. csütörtök 18.00

MIRE ÉPÜL A MŰVÉSZET?

Kerekasztal-
beszélgetés

Kondor Attila

kiállítása

kapcsán, az Ars Sacra Fesztivál
programjaként. Közreműködők:
Lovas Ilona képzőművész,
Gulyás Gábor filozófus, Kondor
Attila festőművész és Sulyok
Miklós művészettörténész



24. szombat

MINI DESIGN MARKET – ÉKSZEREK

11.00–18.00 Design vásár

16.00 Művészeti beszélgetés
Bartha Ágnes ötvösművésszel
Kérdező: Oltai Kata művészet-
történész A Design Hét
Budapest
programja!



10. szombat 14.30

HAHÓ, MESÉS SEPTEMBER, AVAGY KÉSZÜLJÜNK EGYÜTT A SULÍRA!

14.30 Maszmók Afrikában –
rendhagyó földrajzóra
a Picaro Társulattal

15.30 Papírszínház, Mesesarok
Géva Csilla meseíróval,
kézműves foglalkozás, könyv- és
csokivásár. A belépés ingyenes!
A mesejátékokra előzetes regisztrációt
kérünk e-mailben vagy telefonon.

13. kedd 19.00

BÁCSKAI JULI PSZICHOSZÍNHÁZA BEMUTATJA:

A NAGY EGO. Én szeretlek
téged. Én is. Magamat!
Színészek: Kovács Patrícia és
Haumann Máté, közbehegedül:
Bóna János
Jegyár: 2500 Ft, diák és
nyugdíjas kedvezményes
jegyár: 2000 Ft.

14. szerda 18.00

MAGASBÓL ÉPÜLŐ VÁROS

KONDOR ATTILA

FESTŐMŰVÉSZ

KIÁLLÍTÁS-MEGNYITÓJA

A tárlat 2016. október 7-éig
látogatható minden hétköznap
10–18 óra között a B32
Galériában.



Jegyek kaphatók az InterTicket országos jegyirodai hálózatában, a B32 Galéria és Kultúrtér jegypénztárában,
valamint interneten a jegy.hu oldalon. **Jegyrendelés és információ: 06 1 787 0039 • b32@ujbuda.hu**
Jegypénztár nyitva tartás: hétköznap 14 és 18 óra között, valamint a műsorkezdés előtti egy órában.

B32 GALÉRIA ÉS KULTÚRTÉR • 1111 BUDAPEST, BARTÓK BÉLA ÚT 32.
B32KULTURTER.HU | WWW.FACEBOOK.COM/B32KULTURTER

szeptember 28. – október 1.

reFLACT 2016

Független színházi fesztivál
szeptember 28. – október 1.
Versenypogram
szeptember 29. 18.00
Színházi – irodalmi workshop
Kárpáti Péterrel. Jegyár: 500 Ft
október 1. 20.30

JORDÁN ADÉL ÉS A PUSZI KONCERT

Jegyár: 1000 Ft. A fesztivál
előadásaira váltott jegyekkel
a belépés ingyenes! Részletes
műsor: b32kulturter.hu

Állandó programok:

SPIN-OFF KLUB

A vállalkozásbarát
egyetemisták helye
minden hétfőn 18 órától
részletek: www.spinoffklub.com

RINGATÓ

– vedd ölbe, ringasd, énekelj!
Örömmel zenélés, zenével
nevelés minden pénteken
9.00–9.30, 9.45–10.15,
10.30–11.00 között.

KARINTHY SZALON

1111 Bp., Karinthy Frigyes út 22.
Telefon: 06 1 209 3706
karinthyszalon@ujbuda.hu

21. szerda 18 óra

BÍRÓ SÁNDOR

festőművész
kiállítás-megnyitója

A kiállítások minden
hétköznap 11 és 18 óra között
látogathatók.

REFLEXIÓK fesztiválja

Az előadások a világ történéseire reflektálnak – sajátos és egyetemes problémákat jelen idejűvé téve. Mindegyikük saját nyelvén szól a fiatalabb generációhoz, kreativitással kisajátítva a teret és az időt, amihez csak alkalomra (legyen ez a fesztivál), helyre (legyen ez a B32) és közönségre (vagyis Önre és Rád) van szükség. A fesztivál különlegessége, hogy a programban több olyan produkció is helyet kapott, amelyet most láthat először a budapesti publikum.

PENELOPÉ RETROSPEKTÍV

A Kompánia Társulat előadása Penelopé szem- szögéből vizsgálja az Odüsszeia történetét. Annak a 12 szolgálólánynak a síron túli vádját eleveníti fel, akiket Odüsszeusz hazatérésekor egyszerűen felakasztatott mint a ház árulóit. Penelopét nem hagyja nyugodni a lányok halála. A retrospektív kiállítás ezeknek a „rém-álomképeknek” a tárlata, a képzőművészet, a színház és a koncert mezsgyéjén, a különböző női létezési formákat és a túlélés stratégiáit kutatva. Az alkotók az előadást Reyhaneh Dzsabbari emlékének ajánlják, akit 2014-ben végeztek ki Iránban, mert önvédelemből leszúrta az öt szexuálisan bántalmazó kormánytisztviselőt.



Fotó: Lukács Máté

SEPTEMBER 28. ÉS OKTÓBER 1. KÖZÖTT ELSŐ ALKALOMMAL RENDEZIK MEG A REFLACT FÜGGETLEN SZÍNHÁZI FESZTIVÁLT A B32-BEN. A NÉGYNAPOS SZÍNHÁZI ESEMÉNYEN ÖT KORTÁRS SZÍNHÁZI FORMÁCIÓ MUTATKOZIK BE.



Fotó: Lukács Máté

NEM – DE HOGY NEM?

A már nevében is egyedi Munkacím költöző madarakkal zárt facebook-csoport alkotóműhely drámájában szintén a nők ellen irányuló erőszak a téma. A darabban internetes blogokon, fórumokon olvasható beszámolókból, illetve saját írások segítségével mutatják meg az agresszió rengeteg, gyakran rejtett, alig észrevehető arcát, zenés színházi formába öntve. Az előadást hat tehetséges fiatal színész játssza, akik a Kaposvári Egyetem idén diplomázó hallgatói. A bemutató az ő aktív, alkotó részvételükkel nyerte el végleges formáját.

JÉG-DOKTRÍNÁK – VARIÁCIÓK A NÁCI RETORIKÁRA

A szegedi Metanoia Artopédia színház előadása kifejezetten azzal a szándékkal jött létre, hogy érzékennyé tegye a mai fiatal generációkat a náci



Fotó: Tóth Balázs Zoltán

metszéspont

gyűlöletbeszéd veszélyeire, illetve megtanítsa felismerni annak elemeit a mai közbeszédben. Az előadás a Holokauszt esztétikai reprezentációjának szokatlanabb módját választja azáltal, hogy az áldozatok perspektívája helyett az elkövetőkre koncentrál. Azt a nyelvi propagandát állítja fókuszba, amely képes volt tömegmérétekben mételezni a hétköznapi emberek tudatát is, és gyilkosokká vagy a gyilkosok kollaboránsaivá tenni őket.

SEMMI

A tizenéves Pierre Anthon ráébred, hogy az életben semminek sincs értelme. Osztálytársai lázas gyűjtésbe kezdenek, hogy bebizonyítsák az



ellenkezőjét, saját életüknek is értelmet adva ezzel. Az élet értelmének keresése, az igazi értékek és a szabadság fogalmaival való találkozás erőteljes és nem veszélytelen témáját dolgozza fel a Tandem Csoport, Janne Teller nagy sikerű ifjúsági regényéből készült komplex tantermi projektje.

PROFIL

Szintén kamaszokról szól a KoMod Színház és az AppArt Társulat „Frankenstein” és „Harcosok klubja” parafrázisa, melynek főszereplője egy hétköznapi srác, aki 13. születésnapjára megkapja élete első okostelefonját szüleitől. Azonnal regisztrál a Facebookra, és ezzel belép egy olyan virtuális világba, ami könnyen manipulálható. Idővel azonban a manipuláció által kialakított profilszemélyisége kicsúszik a valóságból, önmaga ellen fordul, és átveszi az irányítást hősünk élete felett.

LÁRKAS RÓBERT

JUNIOR KI MIT TUD? 2016

6-20
éves korig

MOST MUTASD MEG MIBEN VAGY TEHETSÉGES!

A Gazdagréti Községi Ház meghirdeti Újbuda tehetséges fiataljai részére az első kerületi Junior Ki Mit Tud versenyt.

Az alábbi kategóriákban várjuk a kerület ifjancainak jelentkezését:

ELŐADÓMŰVÉSZET

I. Ének

II. Hangszeres zene

III. Vers és próza

IV. Tánc/Sport

ALKOTÓMŰVÉSZET

I. Film/video

II. Fotó/Festmény/Grafika

III. Graffiti terv pályázat

IV. Egyéb alkotóművészet

A kategóriák részletes leírását, tudnivalókat és a jelentkezési lapot megtaláljátok az alábbi oldalakon:

www.pontmagazin.hu

www.ujbuda.hu

vagy a Gazdagréti Községi Ház Facebook oldalán.

Jelentkezési határidő:

2016. szeptember 30.

A kategóriák döntőit október – november folyamán tartjuk, a legjobbakat értékes nyeremények és bemutatkozási lehetőség várja!

A jelentkezési lapokat postai úton vagy személyesen várjuk az alábbi címen:

GAZDAGRÉTI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1118 Budapest, Törökugrató u. 9.
Tel: (06-1) 246 5253
email: gkh@ujbuda.hu
www.pontmagazin.hu/gazdagret



ÚJBUDA
Válad épül

**JELENTKEZZ, HISZEN TE IS LEHETSZ
A LEGJOBB VALAMIBEN!**

Pszicho? SZÍNHÁZ!



„Nem a te életedet boncolgatjuk, de beletrafálhatunk. Nem a miénket teregetjük, de nagyon ott leszünk!” Ezt a mottót tűzte zászlajára Bácskai Júlia kapcsolat- és hangulatjavító vándor pszichoszínháza, amely szeptember 13-án 19.00 órakor a B32-ben kezdi meg új évadját. Az est közreműködői Kovács Patrícia és Haumann Máté lesznek, akik „A Nagy Ego. Én szeretlek téged. Én is. Magamat!” témát boncolgatják majd. Miért pszicho? Miért színház? Mert mindenkinek ismerős témák elevenednek meg, szerelem, vágy, féltékenység, párkapcsolati harcok, generációk vitája, szenvedélybetegségek és egyéb passziók – humorral, iróniával előadva. A módszer egyszerű: a pszichológus kitálja a tematikát, a situációkat és a karaktereket, ezek alapján két színész improvizál és játszik. Az igen eredeti színházi műfajt 16 évvel ezelőtt teremtette meg Bácskai Júlia szabadszóműves. A témák és a színészek estéről estére változnak, így ez az előadás is egyedi, egyszeri és megismételhetetlen lesz.

Nick Cave AND THE BAD SEEDS

Egyik kedvenc csapatunk jelentkezik új koronggal szeptember 9-én: a most már évtizedek óta alkotó, ausztrál gyökerű együttes három év után jött ki ismét nagylemezzel, a címe Skeleton Tree. Ezt talán kopár fának lehetne fordítani, de nem lepődnénk meg, ha az albumra kerülő nyolc dal szövegéből más értelmezés bukkanna



fel, hiszen Nick Cave egész munkásságát átszövi az élet és halál kérdéseinek boncolgatása művészi dalszövegekben. A lemezt egy film is kíséri, melyet Andrew Dominik rendező vegyes technikával forgatott – 2D, 3D, színes és fekete-fehér képek is keverednek benne –, részben a lemez készítését követve. Az 1983-ban alakult csapat 16. albumát nagyrészt Brightonban készítette, hiszen mostanság ott él és alkot Cave, de a nemzetközi társaságot elsősorban nem a helyszín, hanem a muzsika fogja össze – jellemző, hogy Cave másik projektjében, a Grindermanban is csupa Bad Seeds-tag zenél.

Ars Sacra Fesztivál A BMK-BAN



A Budapesti Művelődési Központ (BMK, Etele út 55/A) is csatlakozik a tizedszerre megrendezendő Ars Sacra Fesztivál programjaihoz. Ars Architectura – Három földrész templomai címmel Farkas Imre építészmérnök, egyben megrögzött világutazó fotográfus kiállításával indul a program, szeptember 19-én 17 órakor. A már diákkorában – filmre és diára is – rengeteget fotózó Farkas kedvenc témája az építészet, melyet szinte mértani pontosságú képeken örökít meg. A megnyitó után, 18 órától a templomépítészet fotográfiai megközelítéséről szóló előadást hallgathatnak az érdeklődők Rabb Pétertől. Másnap, 20-án Zelinka Tamás zenetanár tart bemutatót világhírű zeneszerzők egyházzenei műveiről, majd Ludmann Mihály művészettörténész szakrális építészetéről szóló előadásával zárul a sorozat szerdán, 21-én. A fotókiállítás szeptember 19. és 24. között tekinthető meg a BMK Reflex Tükörfal Galériában, és mindegyik esemény ingyenesen látogatható.

Borbély Mihály 60

Ismét fontos évfordulót ünnepelhetünk a Fonó Budai Zeneházban (Sztregova utca 3.), hiszen Borbély Mihály Kossuth- és Liszt Ferenc-díjas fúvószenész 60. születésnapja alkalmából ünnepi koncert lesz barátokkal és zenésztársakkal, szeptember 16-án este 8 órától. A dzsessz- és a kortárs zene területén egyaránt otthonosan mozgó szaxofonos születésnapja alkalmából színpadra lépő zenekar erre a nagy közös koncertre áll össze Borbély pályatársaiból. A sokoldalú fúvós a nép- és a világzene, a dzsessz- és a kortárs muzsikában is otthonosan mozog, hiszen nemcsak alapító tagja a Vujicsics



együttesnek, de emellett számtalan más formáció tagjaként vagy vezetőjeként (Borbély Műhely, Quartet B, Balkán Jazz Project, Borbély-Dresch Quartet, Binder-Borbély duó, Eastern Boundary Quartet, László Attila Quintet, Oláh Kálmán Szeptett), illetve szólistaként is fellép.

A Gellért-hegy TITKA



Fábian Janka Kiből lesz a boszorkány? című e-novel-lájának folytatása egy kicsit Újbudához is kötődik, hiszen a két évvel Sárosi Kata kivégzése után játszódó történetben a főhős, Sárosi Felícia családjának nincs maradása Esztergomban. Budára költöznek, ott próbálnak új életet kezdeni. Kis budai pékségük hamar sikeres lesz, és úgy tűnik, Sárosiékra ismét rámosolyog a szerencse. Felícia a helyi mendemondákból értesül, hogy a hírhedt és titokzatos Gellért-hegyen egy valódi boszorkány lakik. A lány meg is találja Borcsa nénét, és később titokban feljár hozzá, hogy kitanulja a kuruzslás veszélyes mesteriségét. Ám közben sehogyan sem tudja kivenni a fejéből Karvaly Gábort, az esztergomi főbíró fiát. Egy nap megkéri a boszorkányt, hogy valamilyen szerelmi varázslással segítsen neki magához édesgetni az ifjút... Mágia, bűbáj, boszorkányság: Sárosi Felícia kalandos és fordulatos életének újabb epizódját ismerhetjük meg, méghozzá kizárólag e-könyvben.

Hét füstölő PUSKACSÓ

Hollywood nem tud leszokni a remake-készítésről, de ezúttal egy olyan forgatókönyvhöz nyúltak, amit akár minden húsz évben újra lehetne forgatni: ismét jön A hét mesterlövész. Az alpmű, a japán Kurosava örökbeccsű munkája, a Hét szamuráj 1954-ben készült, de már az első, saját jogán is felejthetetlen amerikai változat is 56 éves, szóval itt volt az



ideje, hogy valakinek legyen mersze hozzányúlni. A történet nem sokat változott – most is egy vadnyugati kisváros keresi megmentőit egy sanyargató banda ellen –, a szereposztás azonban 2016-hoz híven valamivel színesebb, a vezéralak például Denzel Washington lett, és indián is akad a hét harcos között. Az előzetes szerint persze sok lövöldözésre, sőt, robbantásokra is számíthatunk, ám ha a látványhoz a színészek is hozzá tudnak tenni, akár még az is lehet, hogy remekül szórakozunk Antoine Fuqua rendező (Kiképzés, Brooklyn mélyén) filmjén.

TITOKZATOS textilvilág

A Polgármesteri Hivatalban (Zsombolyai utca 5.) található Újbuda Galériában különleges kiállítás tekinthető meg október 7-éig: a Huszti Kinga iparművész nemezmunkáiból összeállított tárlat. A könyvrestaurálással, népi játszóház vezetéssel és nyomdászattal is foglalkozó művésznő 2007-ben kapta meg Újbuda különdíját a Kézművesség kiállításán, pedig csak 2001-ben ismerkedett

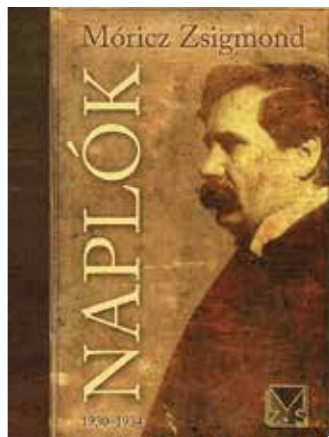


Fotó: Oláh Gergely Máté

meg a nemezelés ősi technikáival. A még az önálló szalont vezető varrónő nagymamájától tanuló, „a kevesebb több” elvre alapvetésként tekintő iparművész munkái finomságokkal, vékony anyagokkal és meseszerű mintáikkal keltenek feltűnést a nemezművészet világában. Újabban sokat kísérletezik a „nuno” technikával: más anyagokat is együtt gyúr a gyapjával, így azok sajátosságai is erősítik a műveket. A tárlatot szeptember 7-én 18 órakor Kondor Katalin újságíró nyitja meg, Havay Viktória énekesnő közreműködésével.

Móricz MÓRICZRÓL

Móricz Zsigmond egyike legismertebb íróinknak, de mivel szerencsésen termékeny szerzőről van



szó, talán nincs senki, akinek ne lehetne új szöveget mutatni tőle. Az Alexandra gondozásában megjelent új Naplók kötetből, amely az 1930–1934 közötti időszakot öleli fel, megismerhetjük a Nyugat történetének egy szakaszát, Móricz szervező, közösségi képviselőre törekvő társszerkesztői ambícióit, miközben a szemünk előtt formálódik morálját, szabadságát óvó és helyenként szélsőséges érzelmeket mutató írói arcképe is. A Nyugatot Móricz 1933 februárjában, a szerkesztőségéből való kilépésével támogató közösségként is elveszíti. Ez a trauma 1934-re az életművével kapcsolatos értéktételekben és az irányvesztés érzésében is megnyilvánul, a magánéleti gondok mellett a Naplók harmadik kötetében egyre nagyobb hangsúllyal fogalmazódnak meg az írással kapcsolatos problémák is.

Rozsdalovag ÉS FRÁNYA FRIDA

Szeptemberben végre ismét élet költözik a kőszínházak színpadára is, jönnek az első őszi premierek. A Karinthy Színházban például új történettel folytatódnak Rozsda Lovag, a vasvitéz kalandjai. Ebben a mesében már az elején váratlan látogató érkezik a korábbi ismerős Páncélvárba: Fránya Frida, a boszorkány. Rozsda Lovag régi bajtársára, Koksza, a sárkánygyerekekre fáj a foga, aki ezt megsejtve kereket old. Innen aztán hihetetlen kalandok sora vár rá, hiszen kalózzokkal, rablókkal, sőt, egy csapat cápával is találkozik. Szélvész várkisaszszony sem ül tétlenül, útra kel, hogy megküzdjön Fránya Fridával,



és megmentse barátait. A Bozsik Yvette rendezésben színpadra állított, öt éves kortól ajánlott családi musicalben sok a tánc és az ének, élő zene és játékos ötletek szórakoztatják a gyerekeket és szüleiket egyaránt. Az előadás szeptemberben háromszor is megtekinthető a Karinthyban: 9-én, 10-én és 18-án.

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: BOLLA GYÖRGY

A FILM mint műalkotás

HAJDU SZABOLCS ELFOGLALT: LEGÚJABB FILMJE, AZ ERNELLÁÉK FARKASÉKNÁL DÍJAT NYERT A KARLOVY VARY-I FILMFESTIVÁLON, ÍGY RENGETEG MEGKERESÉST KAP. KÖZBEN AZONBAN ÚJ SZÍNELŐADÁSSAL KÉSZÜL, AMELYNEK EGYIK BEMUTATÓJA ÉPPEN A B32-BEN LESZ. ERRŐL ÉS PERSZE FRISSEN DÍJNYERTES FILMJÉRŐL IS BESZÉLGETTÜNK. BOLLA GYÖRGY INTERJÚJA

Fotó: Láng Péter

Az Ernelláék Farkaséknál elkészült színházban, majd filmen is. Melyik változatot érzed kifejezőbbnek?

Mind a kettőt. Igazából nem vetődik fel a kérdés, hogy a kettőt egymás mellé tegyük, mert más a nyelv. Ez olyan, mintha azt mondanám, hogy alkonyat a téma, és ezt megfesti egy festő, egy zeneszerző pedig darabot ír róla. Mind a kettő lehet jó a maga területén. És én úgy érzem, hogy most a színházból és a filmből is kihoztuk a maximumot. Szerintem nagyon emberek, ettől működőképesek, de tele vannak nagyon markáns személyiségjegyekkel, amelyeket vagy hibának tekint valaki, és ettől nem szereti, vagy pont ezek miatt válik szerethetővé.

Egy korábbi interjúban azt mondtad, a filmjeiddel nem jutsz el száz százalékgig oda, ahová szerettél volna. Ez akkor most sikerült?

Régebben volt egy úgymond teljesítményorientáltság munkáinkban, hogy esztétikailag jussunk el valamilyen minőségig vagy a téma kifejezésében egyfajta pontosságig. Ezekben én folyamatosan hiányokat éreztem. Ennél a filmnél és ennél a színházi előadásnál az esztétika és a tartalom egyben van. Egy jó jelenséggé érzékelem azt, ami most velünk megtörténik. Nem csak azt, hogy a mű díjakat kap, elsősorban nem csak azt. Hanem hogy például szeretjük játszani, élvezzük újra és újra visszanézni, szeretjük benne a másik embert. Újra és újra el tudunk gondolkozni a cselekményben feltett kérdéseken. Van egyfajta jó viszonyunk az anyaggal, ami az előző filmeknél egy kicsit néha disszonáns volt.

A film olyan kérdéseket feszeget, amelyek téged mint családost embert személyesen is érintenek. Lehet, hogy az idő múlásával új gondolatokat találsz a témában, amelyeket már nem tudsz felhasználni, hiszen a film kész?

Igen, ez nagyon jó felvetés, ez pontosan az a gondolatmenet, amelyen mi most továbbmegyünk. Ez a film egy lépés, amit követni fog egy következő lépés. Nem

lehet figyelmen kívül hagyni azt, hova jutottunk e problémák körüljárása közben. Nem hiszem, hogy revideálni kellene, amit ebben megfogalmaztunk, mert a filmjeim mindig bizonyos emberi életszakaszokhoz kötődnek. És nem is akarnám felülbírálni a kettő vagy tíz évvel ezelőtti önmagamot, mert már nem tudok azzal a fejjel gondolkodni. Amikor 30 éves voltam, és a Fehér tenyeret csináltuk, akkor úgy gondoltunk. Ha ma állnék neki, akkor más szemszögből nézném meg. De abban a pillanatban az volt a leghitelesebb, amit ki tudtam hozni magamból. Nagy szavakkal: mindig valahogy az életről próbálunk beszélni, csak nagyon-nagyon kicsi, apró helyzeteken keresztül, amelyek hétköznapi helyzetek. Most ennek látom értelmét. Most már talán jobban ki tudom magamat fejezni dialógusokon keresztül is, vagy szituációk egymás után sorba rakásával. Nem félek annyira attól, hogy a hétköznapi élet unalomba fullad.

A színház ebből a szempontból más? Hiszen az együtt tud élni környezetével, és fejlődni tud vele.

Nem más, a színház is ugyanaz, csupán kisebb a határfoka a nézőszám miatt. Ennyi az egész. Itthon, a Maladype Színházban 45 embernek játszunk az Ernelláék Farkaséknál előadást, Karlovy Varyban pedig, a világpremierén, 1200 ember nézte a filmet. Az egyik egy magyar, budapesti közönség, a másik egy nagy nemzetközi közönség, és ugyanúgy reagált mindkettő.

Gyakorlott rendezőként vannak szokások, szabályok, amelyeket minden munkánál használsz?

Semmiféle szabályt nem követek. Még azokat sem veszem komolyan, amelyeket én magamnak állítok fel. Még a vágásnál sem: soha nem azt csináljuk, hogy felrakjuk a filmet nagyjából. Úgy állok neki, hogy szeretném kitapintani az egésznek a lelkét. Azt az első pillanatban igyekszem megérezni, hol dobog a szíve. Ezt akarom először látni, és elkezdem visszafelé kisugároztatni. Mint amikor bedobsz egy kavicsot a tóba, és

ERNELLÁÉK
FARKASÉKNÁL,
közönségtalálkozóval
egybekötött filmvetítés,
október 22., 19 óra
B32 Galéria és
Kultúrtér

metszéspont

az köröket generál maga körül. Tulajdonképpen azt keresem, hogy hol a csobbanás a filmben, mindent az fog meghatározni. De volt olyan, hogy ez sem működött, hanem valami más kezdte el meghatározni a dolgot. Például a zene. Vagy éppen a zene nélküliség. Például az Ernelláék esetében ez történt. Ki kellett belőle venni minden zenét.

Filmjeid egytől egyig szerzői alkotások, tehát az egész a te kezed nyomát viseli. El tudod képzelni, hogy egy alkalmazott helyzetbe lépjél, tehát hogy csak színész vagy csak rendező legyél egy projektben?

Rendezőként kizártnak tartom. Színészként bármikor. Színészként alkatrészként fogom fel magam a rendezői univerzumban. Rendezőként viszont akkor kezdek működésbe lépni, ha működésbe lép bennem a szerző. Ez a kérdés egyébként sokszor felmerült már, és éppen ezért nem tartom magam professzionális rendezőnek. A profi rendező elmegy egy színházba, fog egy színdarabot, és azt valamilyen értelmezésben színpadra állítja. Én nem. Én egy történetet fogok elmesélni. És a rendező, aki szintén én vagyok, megpróbálja ezt technikailag lebonyolítani. Ugyanez van a filmnél is. Volt már olyan, hogy

nem a saját írásomból indultam el, de annyira átváriáltam, hogy már a sajátom lett. Ez valami olyasmi, mintha Pintér Béla rendezne egy előadást valahol, valaki másnak az írásából.

Tartasz történeteket a fiókban, hogy majd egyszer előkerülnek, vagy azt dolgozod fel, ami az adott pillanatban érdekel?

Egyszerre a kettő. Mostanában jutottam el abba az egyensúlyi állapotba, hogy nagyjából tudjuk követni az alkotói bioritmust. Tehát nem az történik, ami az elmúlt több tíz esztendőben, hogy hosszú ideig különböző pályázatokra várunk, és a filmek költségvetését próbáljuk összekalapálni. Túl sok minden ment kárba a pénzhány miatt. Nem voltak persze passzívak, megcsináltunk sok filmet, de az energiáinkból akár kétszer ennyit is megcsinálhattunk volna.

Ez azt jelenti, hogy az Ernelláékhoz hasonló kicsi stáb méretben és költségvetésben gondolkodsz a következő két évben is?

Igen, de ha ügyesek vagyunk, akkor közben fel tud nőni egy nagyobb méretű projekt is. Csak nem várákozással telik az idő, hanem aktív munkával.

bővebben:
pontmagazin.hu



ŐSZTŐL ÚJRA FMH!

Helyszín: Fővárosi Művelődési Ház | Cím: 1119 Budapest, Fehérvári út 47. | Tel.: 203-3868 | Időpont: 2016 szeptember 13-ától, keddenként 17.00–19.00 között



Szeptembertől újra várja vendégeit a TEMI Fővárosi Művelődési Ház színes programkínálatával.

A ház kiemelt és talán legkedveltebb programja a Muzsikás táncház, amely először szeptember 13-ától látogatható, majd az év további részében minden kedden délután 5-től 7-ig várja közönségét. A Kossuth- és Prima Primissima díjas Muzsikás együttes jóvoltából magyar népdalokat, népi mondókákat és játékokat tanulhatnak a résztvevők. A '70-es években a Muzsikás együttesel vezetett be közösen a táncházklub formát, a Muzsikás-klubot, amely aztán országosan elterjedt mintájává vált a városi táncházaknak.

Nyitótánc ház – Muzsikál: TÜKRÖS ÉS TOKOS

Helyszín: Fonó Budai Zeneház
Cím: 1116 Budapest, Sztregova utca 3.
Tel.: 206-5300; www.fono.hu
Időpont: 2016. szeptember 14. 20.00

A „szerdai Fonó tánc ház” mindenkor elnevezésétől függetlenül fogalommal nemesedett. Ezt a hírnevet első sorban azzal érdemelte ki, hogy a program egyik legfontosabb hitvallása a folyamatos kapcsolattartás a táncházak és az adatközlők, népi hagyományörzők között. Nem túlzás azt állítani, hogy az elmúlt tizenhét évben a fellelhető énekes-táncos-zenészek közül mindenki megfordult a Fonóban, a Rábaköztől Moldváiig. Az idén 21. évfordulóját ünneplő Sztregova utcai zeneház ezúttal is hatalmas mulatsággal, tánc házzal nyitja meg az évadot, muzsikál a Tükrös és a Tokos.



A dzsungel könyve – MU TERMINÁL ÉVADNYITÓ EST, 2016

Helyszín: MU Színház Színházterem
Cím: 1117 Budapest, Körösy József utca 17. | Tel.: 209-4015; www.mu.hu
Időpont: 2016. szeptember 23., 24.



„Lassan két éve, hogy TerMini néven létrejött a MU Terminál gyermek tánctagozata. Ez idő alatt folyamatosan alakult ki az igény, hogy olyan produkciókat hozzunk létre, amelyeket a gyerekek mutatnak be színpadon.

A dzsungel könyvében nem lép fel a felnőtt-társulat, energiájukat a gyerekekkel végzett művészi munka kötötte le. Az eredeti művet mint szabad asszociációs, inspirációs kiindulási pontot használták. Produkciójuk ötvözi mindazt, amit a gyerekek év közben tanulnak műhelyükben, így a táncon és a színészmesterségen van a hangsúly.” (Fejes Ádám)

Konzervnyitó AKCIÓCSOPORT

Helyszín: Szkéné Színház | Cím: 1111 Budapest, Műegyetem rkp. 3. K épület, II. emelet
Tel.: 06/20/384-6049; www.szkeneszinhaz.hu
Időpont: 2016. szeptember 30. 19.00

Dés András, a Konzervnyitó Akciócsoport vezetője közel negyven interaktív zenés beszélgetés után idén ismét útjára indítja a sorozatot. A négy részből álló széria címe: magyar. Napjaink aktuális, sokak által feszegetett kérdése, hogy hol kezdődik és hol végződik a magyarság fogalma. Mit jelent magyarnak lenni, lehet-e valaki jó vagy rossz magyar, ki honnan indulna el és hova érkezne, ha definiálnia kellene a magyar szót? Az est házigazdái az adott témára komponálnak zenét, improvizációkkal reagálnak az est történéseire és beszélgetőtársaként is közreműködnek.



ÚJ ARCULATTAL NYIT a Hadik

A Hadik Kávéház szeptember havi programja
Cím: 1111 Budapest, Bartók Béla út 36.
Tel.: 279 0290 www.hadikkavehaz.com

Szeptemberben új arculattal nyit meg a nagymúltú Hadik. Különleges sörkínálattal, új étlappal, de a megszokott irodalmi programokkal várja az ősz. Szeptember 7-én Esterházy Péterre fognak emlékezni, 14-én pedig az Újbudai Bohémokat idézik meg a Hadik Irodalmi Szalonban. Dzsesszkoncertek, irodalmi reggelik, kreatív írás-est és a már megszokott Vadász szezon névre keresztelt slam poetry bajnokság is lesz majd a programok között. Várnak mindenkit sok szeretettel.



Újbudai BABSZEM TÁNCÉGYÜTTES

babszeminfo@gmail.com
www.facebook.com/ujbudaibabszem

Az Újbudai Babszem Táncegyüttes csoportjai szeptembertől is várják az érdeklődőket:

Kezes-lábas: 1 éves kortól az anyukákkal közös foglalkozás, hétfőnként 9.30-tól.

Harmatocskas csoport:
3 éves kortól kedden és csütörtökön 16–17 óráig.

Kéknefelejcs csoport:
7 éves kortól kedden és csütörtökön 17–18 óráig.

Berkenye csoport: 10 éves kortól szerdánként 17–18.30 óráig.

Kisgarabonciás csoport: 11 éves kortól hétfőn és szerdán 16.30–18 óráig.

Garabonciás csoport: 14 éves kortól hétfőn és szerdán 18–20 óráig.

A próbákat a Fonó Budai Zeneházban és a Szent Imre Gimnáziumban tartják.



A 35. ÉVAD a Karinthyban

Helyszín: Karinthy Színház
Cím: 1115 Budapest, Bartók Béla út 130.
Tel.: 783-5030, www.karinthyszinhaz.hu

A Karinthy Színház a már hagyományosnak tekinthető, szeptember 1-jei évadnyitó gálájával nyitotta meg 35. évadát, amellyel egy mozgalmas esztendő vette kezdetét, többek között olyan előadásokkal, mint a Bozsik Yvette rendezésében bemutatott Rozsda lovag és Fránya Frida (szeptember 10.), vagy éppen a Dobó Kata, Dunai Tamás és Hajdu Steve főszereplésével játszott Szajré (szeptember 24.). Már nyáron gőzerővel készültek a Színházak éjszakájára (szeptember 17.), illetve tavalyi nagysikerű előadásai újbóli műsorra tűzésére.



KULTURÁLIS Montázs

Helyszín: Montázs Art Café

Cím: 1119 Budapest, Vahot utca 14/B

Tel.: 06/30/783-8125; www.montazsartcafe.hu

Finom kávé, jó beszél-
getések, társasági élet,
kultúra – mindennapi
szükségletek, amelyek
életre hívták a Montázs



Art Cafét. Rendszeres koncertekkel, kiállításokkal
és egyéb programokkal, műhelyekkel szeretnék
gazdagítani a kerületben élők mindennapjait.

Nyitott és barátságos találkozóhelyként mű-
ködnek, művészek és művészetkedvelők, külön-
böző hátterű, kultúrájú és hitű emberek számára
jelentenek kapcsolódási pontot. Az itt élő közösség
színes montázsának aktív résztvevőjeként várnak
mindenkit szeretettel és minőségi választékkal.

TÖRTÉNETEK A LÁDÁBÓL
AVAGY
DOBOZMESÉK
MINDENKINEK

www.bartokbelaboulevard.hu
f /bartokbelaboulevard

ELEVEN
ŐSZ 2016.
SZEPTEMBER 16-18.

MIX metszéspont

A BUDAPESTI MŰVELŐDÉSI KÖZPONT szeptember havi programja

Helyszín: Budapesti Művelődési Központ

Cím: 1119 Budapest, Etele út 55/A | Tel.: 371-2760

09. 06. 18.00 Etka jóga. 09. 08. 18.00 Tájcsi. 09. 09.
16.00 Fiók Rajztúdió. 09. 13. 16.30 Gyermekekről
csoportfoglalkozás. 09. 19. 17.00 X. Ars Sacra
Fesztivál: Farkas Imre
fotográfus kiállítása – Ars
Architectura címmel.
09. 19. 18.00 X. Ars Sacra
Fesztivál: Előadás a szak-
rális épületek fotózásáról.
09. 20. 18.00 X. Ars Sacra Fesztivál: Zelinka Tamás
zenetanár előadása – Ars Sacra a zenés színpadi
művekben címmel. 09. 21. 18.00 X. Ars Sacra
Fesztivál: Ludmann Mihály művészettörténész
előadása – Szakralitás az építészetben címmel. 09.
24. 10.00 Budapesti Amatőr Alkotók Stúdiója II.



„KAZÁRON, VIZSLÁSON sok szoknya van a lányon”

BOCSI ÉVA KÉZMŰVES REMEKDÍJAS NÉPI
IPARMŰVÉSZ BABAKÉSZÍTŐ MUNKÁI

Helyszín: Kiss Áron Magyar Játék Társaság

Cím: 1114 Budapest Orly utca 2/B

Időpont: 2016. szeptember 29-éig, kedd, csütörtök,
szombat, valamint a Kulturális Örökség Napja része-
ként szeptember 18-án, vasárnap 11–17 óráig

Tel.: 06/30/658-8886

Bocsi Éva szülőfaluja, Vizslás és a
szomszédos Kazár község színes
és változatos viseleteit örökölte
meg saját tervezésű és készítésű
textilbabáin. Az alkotó tárlatvezetést
tart szeptember 18-án, vasárnap, valamint
szeptember 24-én, szombaton 11 és 14 órákor az
Ars Sacra program részeként.



2016. szeptember 21.,
szerda 18 óra

Bíró Sándor

festőművész RUST című
kiállítás-megnyitója
a Karinthy Szalonban
az Ars Sacra Fesztivál
keretében.

A kiállítást Sulyok Miklós
művészettörténész
nyitja meg



Bíró Sándornál az archaizáló, megkopott
faktúráképzés összekapcsolódik a
természetben megfigyelhető organikus
felületek asszociációival is.

Munkáiban az idő alakította
pusztulásformák esztétikai értékeire hívja
fel a figyelmet. Az enyészet teremtményei:
a penészfoltok, a rozsdamarta felületek,
a pergő vakolatok hiányai által rajzolt
formák, mint idő horzsolta sebek
tűnnek elő, de festői faktúráik
a bomlásnak indult felületek
lírai megjelenései.

Mindenen túl képei rámutatnak arra is,
hogy a rombolásként látott és felfogott
felületi hatások egyben keletkező
mikroorganizmusok életterei.
Ezáltal alkotásai a keletkezés
és az elmúlás követei.
Szeifert Judit



1111 Budapest,
Karinthy Frigyes út 22.



1117 BUDAPEST, NEUMANN JÁNOS UTCA 4.

09.15. BIKINI

09.16. PADDY AND THE RATS

09.17. TANKCSAPDA

09.24. II. MULATÓS ÉS RETRO FESZTIVÁL



1117 BUDAPEST, PRIELLE KORNELIA UTCA 4.

09.27. EQUILIBRIUM /DE/

09.30. DR.ROCK

10.01. MAGNA CUM LAUDE

10.04. LORDI

10.07. FIRKIN 8 - BIRTHDAY SHOW

10.08. JUNKIES

10.13. KAMELOT /USA/

10.14. KISS FOREVER BAND - HOLLYWOOD ROSE

10.15. DUB FX /AUS/

10.19. YELLOW CLAW /NED/

10.23. KEEP WISEMAN ALIVE X

10.25. INQUISITION /CO/ | ROTTING CHRIST /GR/

10.26. SUICIDAL ANGELS /GR/ | SKULL FIST /CAN/

10.30. MOBY DICK

WWW.BARBANEGRA.HU

Magasból épülő VÁROS



Tavaly kiállításod volt a Kiscelli Múzeumban Ontogenezis – Részesülni a létben címmel. A tárlaton különleges festményfilmeket láthattok a közönség. A B32-ben nyíló kiállításra is hasonló munkákkal készülsz?

A Kiscelli templom grandiózus terének három pontján felállított vásznapra vetítették a három animációt, ezek összesen tizennégy perc alatt peregték le. Az animációkon kívül a projekt során készült festményeket és rajzokat állítottam ki a múzeum szoborcsarnokában.

A festészet és az animáció együtt alkotott egyetlen installációt. A filmek lelassították és „megcsön-desítették” a látogatókat. Nagyon örömteli volt látnom, ahogy az idejüket a tárlatnak szentelték. A kortárs művészet

KONDOR ATTILA MŰVÉSZETE EGYSZERRE MEDITÁCIÓ, SPIRITUÁLIS GYAKORLAT, VAGY ÉPP UTAZÁS ÖNMAGUNKBA. FESTMÉNYEIN, MOZGÓ KÉPEIN AZ ÉPÍTETT KÖRNYEZET TÁRGYAI, ELEMEI JELENNEK MEG, EMBEREKET SZINTE SOHA NEM LÁTUNK.

számomra fontos, kezdetektől motiváló gyakorlata a reagálás a kiállítás helyszínére. A B32-be is ilyen „helyspecifikus” munkákkal készülök, a kiállítótér hosszúka az, amivel szerintem lehet valamit kezdeni. Ezért amolyan háromcsatornás animációt gondoltam el, amelyek egymás mellett



Az Ars Sacra Fesztiválhoz kapcsolódva szeptember 22-én 18 órakor a B32 Galéria és Kultúrtérben Kondor Attila egy beszélgetésben vesz részt Lovas Ilona képzőművésszel, Gulyás Gábor esztéta, filozófussal, a Szentendrei Múzeumi Centrum igazgatójával. A moderátor Sulyok Miklós művészettörténész lesz. Szeptember 14-én Magasból épülő város címen nyílik Kondor Attila kiállítása a B32 Galéria és Kultúrtérben.

futva összekapcsolódnak egyetlen, extrém széles vásznú vetítéssé, vagy szét tudnak válni önálló, független, párhuzamos történetekké. A mozgóképeket néhány nagyméretű, a kiállításra készített festménnyel ellenpontosom.



forráspont



Művészeted spirituális gyakorlatként, egyfajta meditációként is felfogható. Nem véletlen, hogy idén az Ars Sacra Fesztiválhoz (Szakrális Művészetek Hete és Nyitott Templomok Napja) kapcsolódva szeptember 22-én egy beszélgetésben is részt veszel. Mit jelent számodra a szakralitás, és ez hogyan jelenik meg a képeiden?

Szakrális művészetben általában a különféle vallások teológiai és rituális elemeinek művészi ábrázolásait értik. Létezik azonban a szentnek ennél elemibb formája is. A rómaiak a numen szót használták az Istenség személy és világ fölötti arculatára, amelyet közvetlenül nem pillanthat meg senki, de bizonyos terek közvetítőként, hídként szolgálhatnak. Mindenki tudja, hogy voltak és szerencsére még vannak szent hegyek, folyók, erdők. Úgy tűnhet, a keresztény vallásos hagyomány inkább az épített szent helyeket ismeri, de e tradícióban is utalhatunk a Sínai és a Tábor-hegyre, a Jordán-folyóra mint tipikusan numinózus helyekre. Miért tekintik szentnek ezeket? Nem rendelte el semmilyen intézmény a tiszteletüket; egyszerűen arról van szó, hogy a meditatív figyelem felismeri a fel-emelő erőt, amely áthatja őket. Igen, a művészet szellemi gyakorlat, ha jól végzik, meditációhoz vezet, ami a lét feltétlen forrásával való találkozás. A művészetben tehát azt a módszert látom, amely képes mind az alkotóban, mind a nézőben előkészíteni, kifinomítani és megerősíteni az ehhez szükséges figyelmet.

Egy interjúban azt nyilatkoztad, hogy leginkább a képeid létrejöttét megelőző elmélyült pillanat érdekel. Ezt szeretted megélni újra és újra a festészetben. Hogyan lehet ezt a szinte nem megfogható momentumot rögzíteni?

Az elmélyülés folyamatai érdekelnek, még pedig azért, mert ez egyetemes érvényű, egyaránt fontos a művésznek és a mű befogadójának. Három éve dolgozom a vizuális alkotói metódusokat tematizáló festményanimációs projekten, A figyelem útjain. A kortárs városi táj és a reneszánsz–barokk kertek mitológiai gondolkodással teli világa közötti utazás ez. Ezek az archetipikus motívumok rengeteg lehetőséget kínálnak arra, hogy az alkotás szerkezetét feltárva a lét szerkezetéről is gondolkodjunk. A kiállítótérben installált festményfilm áttetszőbbé teszi az alkotói-gondolkodói folyamatot; ezzel lehetőséget adunk a nézőnek, hogy a kép születésének „történet nélküli történetével” újra felfedezze a látás kalandját.

KOVÁCS GABRIELLA

mOmKULT

SZEPT
OKT

HEGYVIDÉKI ŐSZ

SZEPT
KÖZEPE

90.9 jazzy

JAZZY FESZTIVÁL

SZEPT
VÉGE

Ars Sacra
Fesztivál

ARS SACRA FESZTIVÁL

MOMKULT.HU

2016.
SZEPTEMBERI
PROGRAMOK

KELENVÖLGYI

KÖZÖSSÉGI HÁZ ÉS KÖNYVTÁR

KÖZÖSSÉGI HÁZ • 1116 BUDAPEST, KARDHEGY UTCA 2.
1/424-5363 • KKH@UJBUDA.HU
PONTMAGAZIN.HU/KELENVOLGY

KÖNYVTÁR • 1116 BUDAPEST, BAZSALIKOM UTCA 24.
1/228-7340 • NYITVA: H, CS: 13.00-19.00,
K, P: 10.00-16.00 (SZERDÁNKÉNT ZÁRVA)

4. vasárnap 9.00–13.00 AUTÓMODELL BÖRZE

A Kelenvölgyi Autómodell gyűjtők klubja évente több alkalommal tart börzét a Kelenvölgyi Közösségi házban! Van itt minden ami az autómódellekkel kapcsolatos: modellek, kiegészítők, tanácsadás, csere és vásárlás. Asztalfoglalás: Berta János 06/20-389-0442

9. péntek 17.00 MAGYARORSZÁG TEXTILIPARA A KÖZÉPKORTÓL NAPJAINKIG

A kiállítás szeptember 28-ig megtekinthető munkanapokon 10 és 17 óra között a programok függvényében. A megtekintés ingyenes!

16. péntek 18.00 JAZZ – EST

Bathó Lajos és barátai trió koncertje. A klasszikus jazz kedvelőinek! Az inspiráló szerzők és muzikusok közül néhány: Keith Jarrett, Miles Davis, Charlie Parker, T. Monk, és J. S. Bach. Belépő: 600 Ft

17. szombat 10.00–14.00 GYÓGYÍTÓ KREATIVITÁS – CSALÁDI EGÉSZSÉGNAP

Gyógyhatású ékszerek, ásványok, testi és lelki egészségőrzők, ezotéria, tarot, idősjóga és még „Sok van mi csodálatos...” A programon való részvétel ingyenes!

KELENVÖLGYI DRÁMAMŰHELY

Szeretettel hívjuk azokat az általános iskolás gyermekeket, akik szeretnek játszani (óvodások, ifjúsági tagok is jelezhetik érdeklődésüket).

Mert...
Játszani Jó!
Olyan foglalkozássorozatot tervezünk, amely a báb- és drámapedagógia eszközeivel segíti a gyermekek tehetséggondozását. Érdeklődni Hajduné Lovas Zsuzsánál lehet a bappedzsuza@freemail.hu e-mail címen, illetve a 20/471-59-38-as telefonszámon, valamint a Kelenvölgyi Közösségi Házban.

A csoport 10 fő jelentkezése esetén indul el!
A foglalkozássorozat 12 alkalmas (szeptember végétől december elejéig tartó időszak). Tervezett időpont szerdánként 18.15-től. Időtartam: 1 óra
Helyszín: Kelenvölgyi Közösségi Ház, 1116 Budapest, Kardhegy utca 2.

A foglalkozásokat Hajduné Lovas Zsuzsa vezeti.



2016.
SZEPTEMBERI
PROGRAMOK

GAZDAGRÉTI

KÖZÖSSÉGI HÁZ

1118 BUDAPEST, TÖRÖKUGRATÓ U. 9.
TEL: (06-1) 246-5253 • E-MAIL: GKH@UJBUDA.HU
PONTMAGAZIN.HU/GAZDAGRET

Augusztus 25–Szeptember 19. ELMENT A NYÁR INDIÁBA

A nyitvatartási időben Pintér László festőművész kiállítása tekinthető meg a Rét Galériában. A művész az alábbi gondolatot fűzi képeihez: „ha elmúlik a Nyár, azért itt maradt valami emlék róla; és az ember már csak olyan, hogy a téli hideg sötétben is a Nyár emlékét őrzi a szívében”

Szeptember 1., csütörtök 19.00–21.30 VMM ÖNVÉDELEM

Új tanfolyam indul a Közösségi Házban. A VMM Önvédelem reális utcai önvédelmet oktat gyerekeknek és felnőtteknek egyaránt. Semmi abrakadabra, csak a lényeg. Az edzések kedden és csütörtökön látogathatók. Gyerekeknek 19.00-20.00-ig, felnőtteknek 20.00–21.30-ig. A tanfolyamról bővebb felvilágosítás a Közösségi Ház elérhetőségein kérhető. Várunk mindenkit szeretettel az edzéseken!

5. hétfő, 19.00–20.30 JÓGA TANFOLYAM INDUL

Sokak kérésére szeptembertől Jóga tanfolyamokat indítunk hétfői és szerdai napokon 19.00–20.30 óra között. A tanfolyamot Kovalik Orsolya ajurvédikus, jóga terapeuta, hatha jógaoktató tartja. Az órákon a testgyakorlatok mellett a relaxáció is fontos szerepet kap. Kényelmes öltözetben várunk minden jógazni vágyót. Bővebb információ a Közösségi Ház elérhetőségein kérhető.

6. kedd, 17.00–19.00 D2 HIP HOP TÁNCNTANFOLYAM

Hip Hop táncntanfolyam 5–18 éves gyerekek részére a Közösségi Házban. Az órák kedden és csütörtökön 17.00–19.00 között indulnak korosztályos csoportbontásban. A tanfolyamot Tánczos Barbi vezeti. Beiratkozni a Közösségi Ház irodájában lehet a jelzett napokon. A tanfolyam díja 5 000 Ft/hó, testvéreknek kedvezményesen 4 500 Ft/hó

9. péntek,19.00–21.00 TÁNCISKOLÁK ÉJSZAKÁJA

7. éve ünneplik Magyarországon a tánciskolák éjszakáját, melyen a legjobb helyek nyitva állnak az érdeklődők számára és bepillantást nyerhetünk a tánc sokszínű világába, sőt magunkat is próbára tehetjük a parketten. Ez alkalomból a Goldance tánciskola nyitja meg kapuit a Közösségi Házban. A program ingyenes!
A Goldance szeptember 16-tól várja táncosait most induló pénteki és vasárnapi óráin ugyanezen a helyszínen.

14. szerda, 11.45–12.30 ANGOL KEZDŐ NYELVTANFOLYAM

Szeptember újra indul az Angol nyelvtanfolyam teljesen kezdőknek. Az órákat Gárdos Éva nyelvtanár tartja szerdánként. A tanfolyam díja 800 Ft/alkalom, nyugdíjasoknak 600 Ft/alkalom, a tanfolyam 15 alkalmas. A korlátozott létszám miatt előre jelentkezés szükséges! Jelentkezni a Közösségi Ház elérhetőségein lehet.

23. péntek, 18.00 „A MI GAZDAGRÉTÜNK”

Fotókiállítás megnyitó. A Gazdagréti Közösségi Házban tavasszal indult fotótanfolyam, Fojt Dániel világdíjas fotóművész vezetésével. A megnyitó alkalmával olyan képeket csodálhatunk meg, melyeket a szakkör résztvevői készítettek. Saját szemszögükből, itt élőként mutatják be Gazdagrét szépségeit és azt amiért annyira jó itt élni. A kiállítás október 13-ig lesz megtekinthető a Rét Galériában.



2016.
SZEPTEMBERI
PROGRAMOK

ALBERTFALVI

KÖZÖSSÉGI HÁZ

1116 BUDAPEST, GYÉKÉNYES U. 45–47.
AKH@UJBUDA.HU TEL: 2046788
PONTMAGAZIN.HU/ALBERTFALVA

1. csütörtök 10.00 A HÓNAP ALKOTÓJA: KOZMA CECÍLIA

Feketén-fehéren – fotókiállítás. Kozma Cecília a 60+ és az APS Fotókör tagja. Minden érdekli: tájak, érdekes épület- és utcarészletek, geometriai formák, színek vagy hangulatok megörökítése egyaránt. A tárlat szeptember 30-ig látható.

13. kedd 18.00 ZSOLTI BÁCSI KONYHÁJA

zsoltibacsikonyhaja.blog.hu
A klub keretében ételeket kóstolunk és konyhai praktikákat osztunk meg egymással. A grillezés rejtelmiei!
Részvételi díj: 300 Ft/fő

14. szerda 18.30 NŐI SAROK

Nőket érintő témák, nemcsak nőknek. Hogyan meríthetünk erőt régi korok meséiből 21. századi nőként megosztott szerepeinkben?
Vendég: Kerekes Valéria mesélés kutató, egyetemi oktató

21. szerda 18.00 ITT ÉLEK KÖZTETEK

Alcím és műfaj: képregény
Merza Gábor fotókiállításának megnyitója
A tavalyi „Budapesten” című fotókiállítás folytatásában a helyszínek után megpillantjuk a szereplőket is, akik a kiállító művész életét meghatározzák. A kiállítás címe beszélő: a képek regényes formában arról szólnak, hogy köztetek élek és látlak benneteket, de Ti láttok-e engem?
A tárlat október 18-ig látható.

24. szombat 10.00 A VILÁGGÁ MENT CSACSI ÉS BARI

Az Ákom-Bákom Bábcsoprt zenés előadása
Mi van a kerítésen túl? Virágzó mező, sötét erdő, ravasz róka...
Belépő: 600 Ft/fő

27. kedd 18.00 ETELE HELYTÖRTÉNETI KÖR

Évnyitó összejövetel
Az Etele Helytörténeti Kör várja mindazokat, akik érdeklődnek a XI. kerület, illetve az azt alkotó városrészek múltja iránt, s aktívan bekapcsolódnának a helytörténeti beszélgetésekbe, akciókba és kutatásokba, ezzel is segítve az Etele Helytörténeti Gyűjtemény munkáját.

30. szombat 18.00 CSAK A SZÉPRE EMLÉKEZEM

Az AKH Opera- és Dalstúdiójának ünnepi koncertje az Idősek Világnapja alkalmából. Belépő: 300 Ft/fő

A régi és újonnan induló tanfolyamainkról a honlapunkon tájékozódhatnak: pontmagazin.hu/albertfalva



2016.
SZEPTEMBERI
PROGRAMOK

ÖRMEZEI

KÖZÖSSÉGI HÁZ

1112 BUDAPEST, CIRMOS U. 8.
TEL.: +36-1/309-0007, E-MAIL: OKH@UJBUDA.HU
PONTMAGAZIN.HU/ORMEZO
GPS: LAT 47.4635226 LNG 19.0164273

2. péntek 16 óra ÚJBUDAI BOTLAZOZÓK TÁNCHÁZ

Közreműködik a Cavinton Néptáncgyűttes, a Vadrózsák Néptáncsoprt senior csoportja. Belépő: 300 Ft

2. péntek 18 óra MEDITERRÁNIA – GEDEON PÉTER ÉPÍTÉSZ GRAFIKAI KIÁLLÍTÁSA

Gedeon Péter 25 esztendei építész gyakorlatot követően csak 1995-ben jutott el odáig, hogy a szakmai tevékenységét jelentő építészeti tervek, műszaki rajzok mellett – saját fotói alapján – teljesen szubjektív alapon a szemében olyannyira dekoratívnak tűnő épületeket egy kissé másképp rajzolja le. Jelenlegi kiállításán a Mediterránium világába kalauzol el bennünket: igen röpké bepillantás ez e végtelenül ősi és mérhetetlenül gazdag történelmi-kulturális múlttal rendelkező, óriási területre. Köszöntőt mond: Készerű András, az ŐKH szakmai referense. A kiállítást megnyitja: Kemény János fotós, költő. Közreműködik: Kövér Mari, a Tarka Színpad tagja. Megtekinthető: 2016. szeptember 27-ig.

10–11. szombat-vasárnap ŐRMEZŐ ÜNNEPE 2016

Költők parkja. Idén az “Űrmező 40” jegyében kerül megrendezésre ŐRMEZŐ ÜNNEPE, „A világ első számú űrmezei szabadtéri fesztiválja”. A jubileumnak köszönhetően idén kettő naposra bővül az esemény: a szombat a Retró, a vasárnap pedig a Magyar Dal Napja lesz, és a megszokotthoz híven az összes korosztály számára kínálnak izgalmas programokat. Csak néhány név közreműködőinkből a teljesség igénye nélkül: Majorka Színház, Holdfű Színház, Kárász Eszter és az Eszter-lánc Mesezenekar, Vitéz László Bábjáték-automata, Paprika Jancsi Csúszlázdája, Vadrózsák Néptáncgyűttes, Chameleon Jazz Band, Tóth Vera és a Budapest Jazz Orchestra, CselesCsávók, Happy Gang, Harmadik Figyelmeztetés Színészenekar, Kiss Barna és a Villon Trió, NemAdomFel zenekar, Budapest Show Kórus, Half Note City, Irigy Hónaljmirigy... Kísérőprogramjainkban megtalálható kézműves foglalkozás, gyertyaöntés, arcfestés, lufihajtogatás, kirakodóvásár, valamint a Kenderkőc Népi Játsszóház és Street Workout-bemutató is. Részletes program a plakátokon!

24. szombat 19 óra NOSZTALGIA TÁNCST BAKACSI BÉLÁVAL

Jegyek korlátozott számban, elővételben is kaphatók!
Asztalfoglalás, jegyvásárlás hétfőtől péntekig, 10-18 óráig! Érdeklődni: 1/309-0007, 1/310-0644, E-mail: ormezei.k@gmail-com. Belépődíj: 1 000 Ft

GYERMEK ÉS FELNŐTT TANFOLYAMOK

Bélavári Balettiskola
Vezeti: Bélavári Panni balettmesternő (mobil: 20/411-1041). Foglalkozások: hétfő 16–17 óráig, szerdán 15.30–16.30 óráig kezdő, hétfő 17–18 óráig, szerdán 16.30–17.30 óráig haladó. Tandíj: 1 000 Ft/alkalom, illetve 8 000 Ft/hó. Jelenkezni folyamatosan a helyszínen is lehet!

Szenior megelőző rekreációs (tartásjavító) torna

Vezeti: Nádai Krisztina gyógytornász. Foglalkozások: hétfő, péntek: 8.30–9.30, szerda: 9–10 óráig. Tandíj: 1 300 Ft/alk., Bérlet: 11 000 Ft/hó

Kondicionáló torna: Vezeti: Nádai Krisztina gyógytornász. Foglalkozások: hétfő 18–19 óráig, szerda 18–19 óráig. Tandíj: 1 400 Ft/alk.

RINGATÓ Vezeti: Venczel Mónika. E-mail: venczelmonika@freemail.hu Tel: 06 70/382-0026, www.ringatato.hu. Foglalkozások: hétfőnként 15.00–15.30. Részvételi díj: 800 Ft/alkalom

Callanetics Vezeti: Tauzin Csilla (06-20-546-1286) Foglalkozások: kedd, csütörtök 9–10 óráig, kedd 19–20 óráig, pénteken 16–18 óráig. Tandíj: 1 200 Ft/alk.

Hastánc Vezeti: Petróczi Hédi Órák: szerda 13.30–14.30 óráig. Érdeklődni a 30/661-7659-as telefonszámon lehet.



SZERELEM első látásra?

SÉTÁLUNK EGYET! – SZÁMOS ROMÁNC KEZDŐDIK EZZEL A MONDATTAL. A MŰVÉSZETEKEL VALÓ ELSŐ TALÁLKOZÁS IS REJTHET MAGÁBAN OLYAN TAPASZTALATOKAT, MINT EGY KAPCSOLAT...

Lehet, hogy egy első randiból nem lesz semmi, de az is előfordulhat, hogy egy életre elkötelezzük magunkat. A képzőművészet és a vizuális kultúra megismerését biztosító Resident Art Budapest által szervezett sétákon az újbudai kortárs alkotásokba zúghatunk bele. A Kortárs Találkozások program sétáján Schneller János művészettörténész, a Resident Art Budapest atyja kalauzolt végig minket a Bartók Béla úton



lévő műtermek egyikébe, majd galériákba, ahol festményekkel, installációkkal és alkotóikkal ismerkedhettünk meg.

A XI. kerületben élő művésztörténéssel a Gellért téri Cseh Tamás-szobornál találkoztunk, majd a Lágymányosi utca egyik lépcsőházi bejáratához mentünk. A szuterénben új világba csöppentünk: a kollektív műteremben Mátyási Péter, Szabó Attila, Varga Zsolt és Nagy Benjámin állványai, pasztellkrétái és műveik sorakoztak. Péter a falon lógó, „még meleg” művéről, a komlói kohót ábrázoló pasztell alkotásáról mesélt. Adódik a kérdés, mi ihlet egy fiatal művészt arra, hogy ilyen témához nyúljon.

– Mindig is tetszettek a nagy ipari épületek, lenyűgöz a monumentalitásuk, és egy pár évvel ezelőtti kiállításom kapcsán ismerkedtem meg a Becher házaspár munkásságával, mely egy idei sorozatomon is visszaköszön. Ez tulajdonképpen tiszteletadás a házaspár munkássága előtt, szomorú apropóját Hilla Becher tavalyi halála adta. A sorozat darabjain az '50-es évek erőltetett iparosítása során épített gyárak elemei láthatók, legtöbbször építés közben – mondta Péter. Egy másik készülő összeállításából családi ereklyéknek minősülő, például szülei násztűjéről származó diafilmek kvázi felnagyított mását mutatta meg. A Bulgáriában található



SZEPTEMBERI SÉTÁK

2016. szeptember 16-án és 23-án pénteken, találkozó 15 órakor a Cseh Tamás szobornál.



egykori római fürdő látképének kellős közepére geometriai formát rajzolt. – Az oda nem illő elem a platóni filozófia szerint a víz jele, így kötődik a háttérhez, ám egyben idegen testként is hat, kibillent a nézőt a megszkott képértelmezési rutinjából – magyarázta a művész.

Schneller János Varga Zsolt műveit is megmutatta. A házakat ábrázoló, síkra rajzolt „alkatrészekből” álló kreálmányokat pár méteres távolságból megtekintve épülethomlokzatok mélységét és terét érzékelhető művekre csodálkozhattunk rá. A tervrajzszerű alkotások a síkgeometria és a térhatás játékát használják ki, amikor a frontális látásmód képes érzékelésünket megtéveszteni, a lapos magassá és mélylé, az élettelen élettel-

livé válik. Nagy Benjámin Isten gyűjteménye című installációját látva ismét elállt a lélegzetünk. Képzelnünk el egy lepkegyűjtő dobozt, amelyben a felszúrt pillangók helyett parafából formált lezuhant repülőgépeket láthatunk. Egyszerre elgondolkodtató és humorral teli. Végül Szabó Attila festményei kerültek sorra, az életszerű alkotásokon Attila többnyire fotók alapján rögzíti élményeit, benyomásait.

Ezt követően a Faur Zsófia Galériában találtuk magunkat, ahol betekintést nyertünk a képzőművészet piaci hátterébe: hogyan lehet egy fiatal művészből elismert alkotó, mi szükséges ahhoz, hogy a művész állandó mecénásra tegyen szert, vagy éppen folyamatosan ugyanazon a helyen lehessen időről időre egy-egy tárlata. Végül a séta végállomásához, a Godot Galériába értünk. A Kaucsek Bálint és Kozák Gábor kiállítóterem szeptemberi programjának főszereplője a hazai művészeti szcéná egyik botrányhősnőjeként is emlegetett Nagy Kriszta x-T, aki nemcsak képzőművészeti projekteiről, de Tereskova néven az underground zenei élet egyik meghatározó alakjaként is ismerős lehet.

bővebben:
pontmagazin.hu

TÓTH KATA



Fotók: Nagy Mihály

A Resident Art Budapest folyamatosan bővíti a sétákhoz tematikusan passzoló kiállítótermek sorát, így ősztől a B32 Galéria és Kultúrtér, valamint a Karinthy Szalon is bekerül az újbudai Kortárs Találkozások kínálatába. A két és fél, háromórás séták legfeljebb másfél-két kilométeresek. A csoportok létszáma legfeljebb 10–12 fő. Schneller János az eddigieken fiatalokkal, idősebbekkel, párokkal, baráti társaságokkal, hozzáértő és érdeklődő látogatókkal is találkozott.

M4
Bisztró

Jó étvágyat!

NAPI MENÜ 895FT

1119 BUDAPEST,
ANDOR UTCA 47-49.

WWW.M4BISZTRO.HU

KULTIVITAMIN szezonyító Újbudán

A XI. KERÜLETBEN NEM ÁLL MEG AZ ÉLET A NYÁRI FESZTIVÁLSZEZON VÉGÉVEL. FILM-, SZÍNHÁZ- ÉS KONCERTPROGRAMOT, ISKOLÁS, SPORTOS ÉS DIZÁJNFESTIVÁLT IS KÍNÁL A KERÜLET SZEPTEMBERBEN.

2016. SZEPTEMBER 10.
**VÁLASSZ SPORTOT
ÚJBUDÁN! – LÁGYMÁNYOSI-
ÖBÖL (HENGERMALOM UTCAI
BEJÁRAT)**

Szeptember elején ismét sportkedvelőktől lesz hangos a Kopaszi-gát, hiszen hatodszorra rendezik meg a kerületi sport-



ágválasztót, a Válassz Sportot Újbudán! elnevezésű programot. A színpadi bemutatókon túl több mint félszáz sportágban próbálhatják ki magukat az érdeklődők, a birkózástól kezdve a víváson keresztül egészen a triatlonig.

2016. SZEPTEMBER 10.
**HAHÓ MESÉS SZEPTEMBER,
AVAGY KÉSZÜLJÜNK EGYÜTT
A SULIRA – B32 GALÉRIA ÉS
KULTÚRTÉR**

Tovább folytatódik a B32 kifejezetten gyerekeknek szóló tematikus rendezvénye, ezúttal az iskolakezdésről szól. A kisdíjakok rendhagyó földrajzóra keretében Afrikába kirándulhatnak, lesz meseolvasás, könyvvásár, ismét kitárja kapuit a papírszínház, valamint egyedi, újrhasznosított füzeteket is készíthetnek a bátrabbak.

2016. SZEPTEMBER 10–11.
**ŐRMEZŐ ÜNNEPE
– KÖLTÖK PARKJA**

Immár 16. alkalommal rendezik meg a Költők parkjában Őrmező Ünnepe. Idén az „Őrmező 40” címke fémjelzi az eseményt, hiszen az Őrmezői lakótelep a 40. születésnapját ünnepli – ennek öröme a megszokottól eltérő módon kétnaposra bővül az esemény.

2016. SZEPTEMBER 16–18.
**ELEVEN ŐSZ
– LENGYEL TEMATIKA
A DIZÁJN JEGYÉBEN**

A KULT 11 Egyesület egy percre sem áll le: ismét benépesül a Bartók Béla Boulevard (BBB) őszi dizájnprogramjuk alkalmából. A képzőművészeti attrakciókon felül egyéb kulturális és gasztro-nómiai programokat is kínálnak a BBB üzletei és galériái. Lesz 1 művész 1 költő licitálás és tárlatvezetés, művészetpedagógiai rendezvény, illetve dizájn vásár a tavaszi portugál után most a lengyel tematika jegyében.

2016. SZEPTEMBER 14.
ÉS SZEPTEMBER 22.
**KONDOR ATTILA KIÁLLÍTÁSA,
ARS SACRA FESZTIVÁL
– B32 GALÉRIA ÉS KULTÚRTÉR**



Minden év szeptemberének harmadik hétvégéjén rendezik meg az Ars Sacra Fesztivált, ennek részeként nyílik meg Kondor Attila festő Magasból épülő város című tárlata a B32-ben. Szeptember 22-én 18 órától a kiállításához kapcsolódó Mire épül a művészet? című kerekasztal-beszélgetésre is várják az érdeklődőket, melyet Sulyok Miklós művészettörténész moderál. További részt vevők: Lovas Ilona képzőművész,

Gulyás Gábor filozófus, esztéta, a Ferenczy Múzeum igazgatója és Kondor Attila képzőművész.

2016. SZEPTEMBER 17.
**ŐSZKÖSZÖNTŐ FESZTIVÁL
– BIKÁS PARK**

A május végi gyereknap után ismét a legkisebbekkel népesül be a Bikás park, egész napos móka, jókedv és kacagás várja a családokat. A Színházak Éjszakája alkalmából a Karinthy Színház közreműködésével kellék- és jelmezkiállítás, illetve rendhagyó flashmobbal is készülnek a szervezők, melynek részeként ezer lufit engednek fel Újbuda égére.

2016. SZEPTEMBER 24.
**MINI DESIGN MARKET
(DESIGN HÉT BUDAPEST)
– B32 GALÉRIA ÉS KULTÚRTÉR**

A Design Hét Budapest Újbudára is betette a lábát: szeptember végén ehhez kapcsolódva rendezik a B32 őszi dizájn vásárát, főszerepben az ékszerekkel. A Trezor Galériában Barta Ágnes ötvösművész kiállítása lesz látható, akivel délután Olta Kata művészettörténész, a Konfekció nevű üzlet tulajdonosa beszélget. Természetesen most is kiállítók hada érkezik a Gárdonyi terre: ott lesz az ArtKores, Bartha Ágnes, Csurka Eszter és még sokan mások.

2016. OKTÓBER 1.
**KELENFÖLDI EZERJÓ
– KELENVÖLGYI
KÖZÖSSÉGI HÁZ**

A hagyományok szerint Kelenvölgyben az október nem

indulhat az Ezerjő Fesztivál nélkül. Az egykori szőlőtermő, bortermelő vidék jeles múltját idézi ez a rendezvény, szüreti felvonulással, néptáncosokkal és zenekarokkal, boros étkekkel, borkóstolással. A gyerekeket népi játszótér és mesejáték várja, amit aztán jobbnál jobb koncertek követnek, miközben a főzni vágyó helyi csapatok is megmutathatják tudásuk legjavát.

2016. OKTÓBER 8.
**SZÉPSÉG- ÉS EGÉSZSÉGNAP
ALBERTFALVÁN
– ALBERTFALVI
KÖZÖSSÉGI HÁZ**

Gazdagrét után Albertfalván folytatódik a Szépség- és egészségnap, ahol masszázsigyák, smink és testápolás, fodrász, egészséges ételek, finom illatok és mozgás várja a testet, míg a lélek számára egy kis mágia, egy kis asztrológia, vagy éppen a megfoghatatlan, mégis nagyon fontos lelki táplálék kerül terítékre.

2016. OKTÓBER 14.–
NOVEMBER 6.
**KOKAS 90 – MAGYAR
FESTÉSZET NAPJA
– B32 GALÉRIA ÉS KULTÚRTÉR**

Október 14-én nyílik meg a Kossuth- és Munkácsy-díjas festőművész, Kokas Ignác emlékkiállításának 90. évfordulója alkalmából. A tárlathoz kapcsolódóan levetítenek egy, a művész életéről szóló filmet is, amit

kerekasztal-beszélgetés követ majd. Mindezt a 2002-ben a kerületből indult, immár országos programmá vált Magyar Festészet Napja alkalmából.

2016. OKTÓBER 22., 19 ÓRA
**ERNELLÁÉK FARKASÉKNÁL,
CAFÉ BUDAPEST FESZTIVÁL
– B32 GALÉRIA ÉS KULTÚRTÉR**

Közönségtalálkozóval egybekötve vetítik a B32-ben Hajdú Szabolcs Karlovy Varyban Kristályglóbuszt nyert Ernelláék Farkaséknál című filmjét. A film az egymástól eltávolodott rokonok újratalálkozásakor felszínre törő konfliktusok sorát mutatja be: Eszter nővére, Ernella családjával egy év után hazatér Skóciából, és Eszterék kénytelenek befogadni őket, nem várt érzelmekkel



szembesülve. A Bergmant idéző kamaradráma finom rajzolatú portré a mai Magyarország hétköznapijairól.

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: TAPODY-NÉMETH KATALIN

MESÉRE fel!

KEREKES VALÉRIA MESEKUTATÓ ÉS DR. KÁDÁR ANNAMÁRIA PSZICHOLÓGUS HOSSZÚ ÉVEK ÓTA ISMERI EGYMÁST, SOK MINDEN KÖZÖS BENNÜK. A LEGFONTOSABB: MINDKETTEN HISZNEK A MESE MINDENT ÁTHATÓ EREJÉBEN, ÉS EZT IGYEKEZNEK MÁSOKNAK IS ÁTADNI. ŐSZTÓL ÉPPEN ALBERTFALVÁN.

KÁDÁR ANNAMÁRIA – A MESE AZ ÉLETSZERETÉS ÉS AZ ÉLETIGENLÉS HIMNUSZA

Az érzelmi intelligencia (EQ) a képességek azon fajtája, ami a magunk és mások érzelmeinek érzékelésével, kezelésével és pozitív befolyáso-



lásával kapcsolatos. – Az EQ fejlesztésében a mese kiemelt szerepet tölt be, hiszen a gyermek lelkivilágát megtestesítve segít szétválasztani egymásnak ellentmondó érzéseket – mondta

metszéspont

dr. Kádár Annamária pszichológus, az albertfalvi mesealkalmak trénera. A mese által megtanulható, hogy minden érzés a személyiség része, és az is, hogy ezek irányíthatók. A mesékben lévő képek rendkívül sokrétűek, így más és más módon értelmezhetjük az adott lelki szükségletnek megfelelően. Ez nem racionális módon készíti fel a felnőtt létre, hanem mágikus, irracionális módon: ha egy gyermek gyakran hallgat egy mesét, akkor a rossz veresége csökkenti a tudattalan félelmeit. A hős, akivel azonosul, épp azokat a problémákat tudja megoldani, amelyekkel a gyermek is küzd, ezáltal mintát ad az érzelmi fejlődésre. Mint a pszichológus mondja: felnőttkori életvitelünk szempontjából szintén fontos, hogy gyerekként milyen mesehősökkel azonosulunk, kiknek a sorsát érezzük sajátunknak, hogy nyertes vagy vesztes sorskönyvet alakítunk ki magunknak. A mese az életszeretés és életigenlés himnusza, ami arról biztosít bennünket, hogy ne adjuk fel, ha nehézségeink vannak, bátran szálljunk szembe az akadályokkal, és a megpróbáltatásokat fejlődési feladatként fogjuk fel.

KEREKES VALÉRIA – A MESÉLÉS MINDEN KOROSZTÁLY SZÁMÁRA ÖNGYÓGYÍTÓ FOLYAMAT

Miért épp a mese?

A mese mindannyiunk alapvető létszükséglete. Évezredek óta ez az egyetlen eszköz, amivel ki tudjuk fejezni a legbelsőbb vágyainkat, élményeinket. A meséket és a mesélést sajnos még napjainkban is tévesen sok esetben a gyermekkorhoz kötjük, pedig minden korosztály számára fontos, mert öngyógyító folyamat. Ezt az érzést szeretnénk újra feléleszteni.

Mi alapján választhatunk jól meséket?

Ahogy az egészséges életmódnak, úgy a meseolvasásnak, -mondásnak is tudatosabbnak kellene lennie. A gyerekeknek négy-öt éves korukra alakul ki a „mesei kettős tudatuk”, vagyis ekkor tudják megkülönböztetni a mesék hőseinek szerepét saját életük történéseitől. Addig ez összeolvad, ráadásul a legtöbb esetben komoly vizuális élménnyel is



Fotó: Láng Péter

Az albertfalvi mesés programokról bővebben: pontmagazin.hu

társul, ezért nőtt az elmúlt évtizedekben olyan radikálisan a szorongásos kisgyermek száma: mert már egyéves kora előtt szembesül azzal az élménnyel, amire négy-öt éves korára érik csak meg.

Mi az, amivel biztosan nem foghatunk mellé?

Elsősorban a mesélés alapját kellene megérteni: az mi, miért jó nekem és a gyermekeknek. A népmeséssel kevésbé foghatunk mellé, ha figyelünk arra, hogy adott életkorban a megfelelő típusú mesét meséljük a gyerekeknek. Ezen kívül jó, ha megismeri az anyanyelvén született, a saját kultúrájához tartozó meséket, hiszen ennek a szimbólumait tudja leginkább értelmezni. Ez nem azt jelenti, hogy más népek meséivel nem kell megismertetni, de nekünk is más érzés meghallgatni a csillagszemű juhászt, mint egy eszkimó népmesét.

Egyetemen tanítasz, mégis sokan mesekutatóként tartanak számon.

Mit is csinálsz pontosan?

Egy közeli barátnőm, kolléganőm szerint nem is mese-, hanem meséléskutató vagyok. A mesekutatás leginkább a mesék eredetét, vizsgálja. Én magát a folyamatot. Egy mese hatása nagymértékben függ attól, hogy a mesélőnek milyen a viszonya az adott történethez. Ha én jól érzem magam egy történetben és valamiért megérint, akkor az átforgatódik egy olyan érzelmi többletté, amit már úgy tudok átadni a mese hallgatójának, hogy az abban lévő, számomra fontos érzelmi fókusz is átmenjen.

Mi ez a viszony?

Gondoljunk a nagyszülőkre, főként a nagypapák háborús történeteire, amelyeket időről időre elmesélnek. Ezeknek nagyon erős az érzelmi kötődésük, és ez adódik át, nem is az adott történet tartalma. Az életünk különböző eseményeinek elmesélése is erre épül: szeretnénk átadni hallgatóinknak a hozzájuk kapcsolódó érzelmeinket. Szeretnénk, ha minél pontosabban átéreznék, átelnék, amit mondani, kifejezni szeretnénk. Ez a cél itt is.

LÁPODY-NÉMETH KATALIN

Újra hódítanak A MAGYAR RUHÁK

VALAHOL MINDEN NŐ RUHATERVEZŐNEK INDUL. AMIKOR ELŐSZÖR RAJZOLJA LE A KIRÁLY-LÁNYT HOSSZÚ BÁLI RUHÁBAN, TÜLLÖS ÉS SZIVÁRVÁNSZÍNŰ ABRONCSSZOKNYÁBAN, A SZÍVE MÉLYÉRŐL TÖR FEL A SZÉP RUHÁK IRÁNTI VÁGY. EZ AZ ÉRZÉS AZONBAN EGY IDŐ UTÁN ÁTÉRTÉKELŐDIK, ÉS A FIGYELEM INKÁBB A MEGFELELŐ DARABOK BESZERZÉSÉRE, NEM PEDIG ELŐÁLLÍTÁSÁRA IRÁNYUL.



Molnár Zsuzsa ruhatervező esetében viszont ez a vágy soha nem lankadt. Egész kicsi korától kezdve ruhákat varrt,

kötött, horgolt és tervezett. Először a babáinak, majd a családnak és a barátoknak is. Számos iskolát elvégzett, hogy megfelelően képezze magát, de sokáig nem volt elég önbizalma ahhoz, hogy a világnak is megmutassa tehetségét és kreativitását. Már a harmincas évei felé közeledett, amikor barátai unszolására végre belevágott az álmai megvalósításába, és esküvői ruhákat kezdett tervezni. A sikert mi sem bizonyítja jobban, hogy azóta már a negyedik márkáját dobja piacra, az esküvői ruhák mellett a konfekciók, az alkalmi és a molettmodellei is egyre nagyobb népszerűségnek örvendenek.

– Az, hogy szeretik a ruháimat, valószínűleg annak is köszönhető, hogy én nem rugaszkodom el a valóságtól. Ismerem az emberek hibáit, tudom, mit szeretnének kiemelni és eltakarni, így a kollekcióm tervezésénél is ezeket vettem alapul. Tapasztalatom szerint egyre keresettebbek a minőségi és megbízható magyar termékek a rosszabb



minőségű tucatárak helyett. Ezek a ruhák olyan praktikus és elegáns darabok, amelyeket úgy variálhatnak a kiegészítőkkel, hogy az egyszerre alkalmas a hétköznapiakra és ünnepekre is – fogalmaz Molnár Zsuzsa, aki egyszerű szabású darabjaival vívta ki a hölgyek elismerését.

Bár az elmúlt évtizedben a használt ruhák és a kínai áruk hódítottak a piacon, a tendencia egyre inkább tolódik a minőségi magyar gyártású termékek felé. A szakember szerint ennek elsősorban az lehet az oka, hogy a vásárlók rájöttek, nem mindegy, hogy egy szettet két-három alkalommal viselhetnek, vagy akár évekig is.

(X)

Szeptemberben is IRÁNY GÖRÖGORSZÁG!

BÁR AZ ŐSZ BEKÖSZÖNTÉVEL A LEGTÖBBEN ÚJRA TELJES HÉVVEL VETIK BELE MAGUKAT A MUNKÁBA, AKADNAK OLYANOK IS, AKIK INKÁBB ERRE A HÓNAPRA IDŐZÍTIK AZ ÉVES PIHENÉST. A FŐSZEZON UTÁN JOVAL KEDVEZŐBB ÁRON TALÁLUNK NYARALÓKAT, RÁADÁSUL, HA JÓL VÁLASZTUNK ÚTI CÉLT, AKKOR UGYANOLYAN RAGYOGÓ NAPSÜTÉS FOGAD MAJD MINKET, MINT NYÁR KÖZEPÉN.

Görögország minden szempontból tökéletes választás lehet. Az Égei-tenger partján fekvő olimposzi Riviérán egymást érik a gyönyörű turistapadicsomok, nem könnyű választani közülük. De egyéb szempontok miatt is érdemes jól körüljárni, alaposan átgondolni, hol töltjük el a nyár utolsó szabad hetét. Mindenképpen ajánlott a strandok jó minőségét mutató „kék zászlóval” jelzett part-



szakaszokat célba venni, így a fürdőzés biztosan nem okoz majd számunkra csalódást. A Kék Zászló program egy olyan minőségbiztosítási rendszer, mely a strandok és kikötők vizének tisztaságát hivatott jelezni. Kritériumrendszere magában foglal különböző a vízminőséggel, a környezetvédelmi edukációval és információnyújtással, a környezetvédelmi intézkedésekkel, valamint a biztonsággal és kiszolgálással kapcsolatos feltételeket. Azon

strandok és kikötők kapják meg a minősítést, melyek megfelelnek ezeknek a kritériumoknak.

Görögországban többek között az Istenek lakhelye, az Olimposz-hegy lábánál elhelyezkedő Platamon és Neoi Pori partszakaszát is „kék zászlóra” érdemesítették. Mivel ezen a partszakaszon még szeptemberben és október elején is igen nyárias az idő, bátran ajánlják a családoso



is. Az üdülőrészeken ilyenkor már kevesebben vannak, így a tumultus is kisebb. De hiába utószezon, a fakultatív programok attól még ugyanúgy indulnak, a boltok, tavernák, hangulatos bárók ugyanúgy várják a turistákat. A helyben szervezett programokon, városlátogatásokon kellemesebb ilyenkor részt venni, hiszen nincs akkora hőség, mint nyár derekán. Az olimposzi Riviéra lassan mélyülő homokos tengerpartja mind a kisgyermekes családoknak, mind az aktív kikapcsolódást keresőknek kitűnő választás.

(X)

ANETT TOURS UTAZÁSI IRODA

1006 Budapest, Dessewffy utca 49.
Tel.: 269-3533

e-mail: anetttours@anetttours.hu,
web: www.anetttours.hu

Szeptemberben is figyelje
akciós ajánlatainkat
weboldalunkon és
Facebook-oldalunkon!
Iratkozzon fel már most
hírlevelünkre!



Mi kell a futáshoz?

AZT MONDJÁK, A FUTÁS A LEGOLCSÓBB SPORT, MIVEL CSAK A LÁBUNK KELL HOZZÁ. DE AKKOR MÁR CIPŐRE IS SZÜKSÉG VAN, UGYE? MEG JÓ LENNE, HA KÉNYELMESEN KOCOGNÁNK. SZERETNÉNK FIGYELNI A FEJLŐDÉSÜNKET IS? NAGYON FÁRASZTÓ HŐSÉGBEN FUTNI? AMIKOR EZEK A KÉRDÉSEK FELMERÜLNEK, A KÉPZELETBELI PÉNZTÁRGÉP ELKEZD VESZETTÜL CSILINGELNI.

LÁB STORY

Nyilvánvaló, hogy a lábbeli a futás legkritikusabb pontja, ha a felszerelést nézzük. Egy rossz cipő nem csupán a futástól veheti el a kedvünket, de még komoly sérüléseket is okozhat. Sokan mondják, hogy nem szabad szilárd burkolaton futni, én ezt kicsit árnyalnám. Csak jó lábbelivel, jó futótechnikával érdemes. És a kettő együtt érvényes. Hiába a megfelelő cipő a megfelelő helyen lévő energiaelnyelő celláival, ha odacsapjuk a lábunkat, az ízületeink, porcaink olyan terhelést kapnak, amire nem lehet felkészülni. Adódik tehát a kérdés: miként válasszuk ki az alkalmas cipőt. A válasz pedig az, hogy ne mi válasszuk ki (legfel-

jebb a színét). Szakavatottabb futóboltokban már mindenhol van diagnosztika, ahol vásárlás előtt megvizsgálják a lábat. Ez általában egy talpnyomásmérésből, valamint egy futáselemzésből áll. A komolyabb helyeken ezt számítógép végzi, de vannak olyan szakemberek, akik szemmel is jó eséllyel meg tudják állapítani, milyen a lábállásunk futás közben. Semleges lábállásnál neutrális cipőt ajánlanak majd, amelyben nincs alátámasztás a talpban, pronáló lábállásnál viszont speciális cipő kell. Ilyenkor ugyanis nem függőleges a lábszár futás közben (általában bokasülyedés miatt), így akár a térd- és a csípőízület is sérülhet folyamatos, nagy terhelésnél, a lábszár tekeredése miatt ugyanis nem azokon

a részeken érintkeznek a porcok, ahol kellene. Ennek kiküszöbölésére fejlesztik azokat a lábbeliket, amelyekben különböző sűrűségű, illetve keménységű anyagokkal emelik a bokát. Ezek a részek kevésbé deformálódnak, így a hagyományos csillapító réteg (külső oldal) benyomódásakor a boka kifelé fordul, és egyenesbe hozza a lábszárat. Ezen cipők kiválasztásánál hallgatni kell a szakemberre, még akkor is, ha egy másik, de a célunknak megfelelő (mondjuk a dőlést már túlkompensáló) lábbeli színe tetszik jobban. Normális esetben nem divatbemutató a kocogás, a lábunk egészsége fontosabb (nekem is elképesztően ronda a cipőm, de legalább nagyon jó benne futni).

CSAK A MŰSZÁL

A kényelmes utcai ruhákat akkor szeretjük, ha jó sok bennük a pamut, vagy más hasonló, természetes, puha anyag. Ezek azonban sportolásnál kerülendőek, ugyanis a puhaságuk mellett van még egy alapvető tulajdonságuk: jó a nedvszívó képességük. Egy félmaraton alatt akár 1,5–2 litert is kiizzadhatunk, tehát nem mindegy, hogy ennek egy része beivódik-e a trikónkba, vagy a bőrünkön lefolyik, és közben párolog el. A jó futópóló ezért műszál: poliészter, poliamid és elasztán keverékéből készül. Ez nem szívja fel a vizet, gyorsan szárad, és kényelmes is. De mi van a hideg évszakban? Télen alöltözetet kell felvennünk, ami szorosan rátapad

a testünkre. Ennek az a lényege, hogy mielőbb elvezesse az izzadságot a bőrünkről, azaz ne legyünk nedvesek a mínuszokban. Logikusan hangzik, ugye? Képzeljük el ezt egy pamutpólóban. Brrrr.

TOVÁBBÁ...

Ugyanez igaz a zoknira is. Egy jó futóznokni sem tartja magában a nedvességet, és mivel ez a jó cipőre is igaz, futás közben gyakorlatilag kipumpáljuk a vizet a cipőből. A nadrág többféle lehet. Van aki a bő, szellőset szereti, van aki a tapadós fajtát. Egy dolog fontos: kényelmes legyen. És persze nem árt, ha van rajta zárható zseb, kulcsnak, papír

Ez volt az alapfelszerelés, de már most is látszik, ha komolyan vesszük a futást, akkor bizony költeni kell rá. A cikk a pontmagazin.hu-n folytatódik: ott jönnek azok a dolgok, amelyek nélkül meg lehet lenni, de mégis sokan sokat költenek rájuk. A futókomputerek, -övek, -kulcsok, a fülhallgatók, az energiaszeletek és zselék, a hűtőspray és rengeteg dolog, amiről lehet, hogy nem is tudunk még, amikor elkezdünk futni.

zsebkendőnek, vagy mondjuk a zacskóknak, ha kuttyával futunk. A sapka is fontos, több szempontból – nekem például azért, mert nincs hajam, így melegben leégek, hidegben fázik a fejem. Ritka, hogy nem viselek sapkát. Ha esőben futunk, a fejfedő segít abban, hogy ne folyjon a szemünkbe a víz. Hasznos akkor is, ha azt akarjuk megakadályozni, hogy az izzadság belecso-rogion a szemünkbe, de erre a fejpánt is kiválóan megfelel.

ÍKÁTALARTÚR

ŐRMEZŐ ÜNNEPE

„A VILÁG ELSŐ SZÁMÚ ŐRMEZEI SZABADTÉRI FESZTIVÁLJA!”

2016. szeptember 10-11. Újbuda, Költők Parkja
(XI. ker. Menyecske-Vöfely u. által határolt terület)

Szeptember 10. szombat
A RETRO NAPJA

NAGYSZÍNPAD

09.00 Térzene
nyitány a Weiner Leó Zeneiskola és Zeneművészeti Szakközépiskola fúvószenekarával

09.30 Főzőverseny start

10.00 Holdfű Színház
Királyos mesék - mesejáték

12.00 Chameleon Jazz Band

13.00 Művészi-, tánc-, és mozgáscsoportok

15.00 Petőfi Musical Stúdió

15.40 Vadrózsák
Néptáncsoport

16.20 Ünnepeles köszöntő

16.30 Tóth Vera és a Budapest Jazz Orchestra

18.00 CselesCsávók

19.30 Happy Gang

21.00 Retro Utcabál
a Harmadik Figyelmexzetés
Szinészenekarral
Dresscode: '80-as évek!

PARK

09.00 Meridián

09.30 Ringató

11.00-13.00 Street Workout
sportos bemutatók, ügyességi játékok

14.30 Bartha Tóni Bábszínháza
Paprika Jancsi – vásári bábjáték

20.00 Tűz-tánc
a Szivárvány Táncszínház előadása

09.30-13.00 Bográcsfőző verseny
10.00-16.00 Paprika Jancsi Csúzlizdája

Szeptember 11. vasárnap
A MAGYAR DAL NAPJA

NAGYSZÍNPAD

10.00 Majorka Színház
A király nyulai - mesejáték

11.00 Kárász Eszter és az Eszter-lánc mesezenekar

12.00 NEMADOMFEL zenekar

13.00 Kiss Barna és a Villon Trió

14.20 Budapest Show Kórus

15.30 Half Note City

17.00 Irigy Hónaljmirigy Show

PARK

10.00-18.00 „Vitéz László”
Bábjáték Automata

KÍSÉRŐPROGRAMOK MINDKÉT NAPON

Kenderkóc Népi Játsszóház
Őrmező 40 éves - „Panel-skanzen”
relikvia-kiállítás

OPEN STAGE
Kirákodóvásár, kézműves foglalkozások, arcfestés, lufihajtogatás...

ŐRMEZŐ 40 éves

ŐRMEZEI KÖZÖSSÉGI HÁZ
Cím: 1112 Budapest, Cirmos u. 8.,
Tel.: +361 / 309-0007, 310-0644
www.pontmagazin.hu/ormezo

Támogatók:

CIB BANK CITROËN ŐRMEZŐ

csúcspont

Kényelmes cipőt MINDENEKELOTT

ITT VAN AZ ŐSZ, ITT VAN ÚJRA, ÉS MEGINT FÁJ MINDENEM... NEM IS GONDOLNÁNK, HOGY KELLEMETLEN TESTI ÉRZETEINKÉRT NEM CSAK AZ IDŐJÁRÁS A FELELŐS.

Az esős időjárás kezdetekor levesszük a szandált, és zárt láb- belire váltunk. A divatos cipő nem feltétlenül kényelmes és egészséges, így akár káros hatással lehet egész szervezetünkre. „Ami a szemnek a szemüveg, az a cipő a lábnak” – vallja dr. Börzsei-Knoll Veronika, az Emineo Egészségügyi és Baleseti Központ ortopédus traumatológusa, lábsebésze.

Ha már a boltban tett pár lépés alkalmával kényelmetlennek bizonyul egy lábbeli, nem szabad megvennünk. Inkább szánjunk rá kicsivel több pénzt, de kényelmeset válasszunk.

A cipőt mindkét lábra próbáljuk fel, és az aktívabbra, azaz nagy valószínűséggel a nagyobbra is tökéletesen passzoljon. Tilos olyat választani, ami nyomja a sarkat, szoros felülről, lábunkat börtönben érezzük benne, mert ilyenkor az minden lépésnél nyomás alá kerül. Ez ahhoz vezet, hogy nem



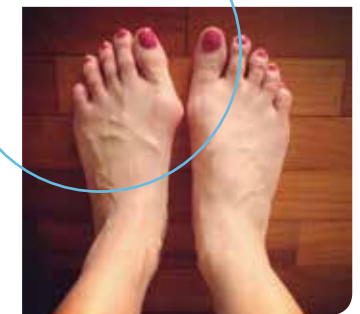
tudunk harmonikusan menni, és a kialakuló kellemetlenség, fájdalom mellett később rossz közérzetet, derék-, váll-, fejfájást, vagy akár Achilles-íngyulladást is eredményezhet.

Új szerzeményünk természetes alapanyagú legyen (bőr, parafa), a sarka legfeljebb öt centiméter magas, ne legyen magasított talpa (például platformos) – ami már egy egyszerű botlásnál is ficamhoz, bokatoréshez vezethet –, de ne legyen teljesen lapos sem. Ismerni kell a lábunkat, így tudni fogjuk, melyik modellt vagyunk képesek

egy nyolcórás munkanap alatt is kényelmesen viselni. A szűk orrú cipő bütykök (a nagyujj deformálódik), kalapácsujjak (a kicsi lábujjak kalapács/karomszerű elváltozása) és lúdtalp kialakulásához vezethet.

A kedvezőtlen folyamatok megállíthatók, ha szakemberhez fordulunk. Az ortopéd szakorvos pillanatokat képes felmérni, hogy a deformitás melyik fázisában és típusában szenvedünk, szükségünk van-e egyedi cipőbetét készíttetésére, vagy más kezelésre, akár műtetre is. Ha az ízületek, csontok már elmozdultak eredeti helyükről, az izmok már helytelen funkciót töltenek be, akkor szinte

biztos, hogy csak műtéttel lehet helyreállítani az egészséges állapotot. A gyógyulás után viszont ismét lehet sportolni, táncolni, akár – legfeljebb ötcentis – magas sarkú cipőt viselni. (X)



BALESETI ÜGYELET
A HÉT MINDEN NAPJÁN
8-20 KÖZÖTT
AMBULÁNS ÉS MŰTÉTI ELLÁTÁS

Emineo
EGÉSZSÉGÜGYI ÉS BALESETI KÖZPONT
A hirdetés felmutatója
5000 Ft
kedvezményt kap az első ellátásból.
Felhasználható: 2016. 12. 31-ig

RÓZSASZÍNRE SÜLT KACSAMELL édesburgonya-nudlival és vörösboros szőlőraguval AZ ÚJBUDAI TRÓFEA GRILL ÉTTEREM SÉFJÉNEK AJÁNLÁSÁVAL

A nudlihoz az édes burgonyát 170 fokban egy óra alatt puhára sütjük, majd megpucoljuk. Ezután pürésítjük, és összekeverjük a liszttel, sóval, tojással. A kész tésztát lisztezett deszkán kinyújtjuk, csíkokat vágunk, amelyekből nudlikat formázunk. Hűtőben fél óráig pihentetjük, és forrásban lévő vízben kifőzzük.

A raguhoz a barna cukrot karamellizáljuk világos barnára, aztán óvatosan felengedjük a vörösborral és a citromlével. Őrölt fahéjjal ízesítjük, és hozzáforraljuk a magozott szőlőket. Visszaforralás után vaníliás pudingporral mártás sűrűségűre sűrítjük.

A kacsamellet bőrét óvatosan beirdaljuk, majd sózzuk, borsozzuk és vágott friss rozmaringgal fűszerezzük. Egy serpenyőt felforrósítunk, a melleket a bőrös felükkel kezdve előpirítjuk. Amikor körben megpirult, kivesszük, és egy zsírpapírral kibélelt tepsibe tesszük. Ezután előmelegített sütőben 180 fokon tíz perc alatt pirosra sütjük. Felvágás előtt három percig pihentetjük. A serpenyőben maradt kacsaszárban a megfőtt nudlit átpirítjuk. Tálaláskor a nudlit a tányérra rendezzük, megszórjuk finomra darált, pirított dióval, mellé tesszük a felszeletelt kacsamellet és a ragut. Díszíthetjük fűszernövényekkel és ehető virágokkal. Borajánlat: Vylyan macska portugieser 2015.

Jó étvágyat kívánunk hozzá!

Hozzávalók (4 fő részére)

- négy kacsamellfilé
- só, bors, friss rozmaring ízlés szerint

A körethez:

- 70 dkg édes burgonya
- 5 dkg vaj
- 30–40 dkg liszt
- 2 tojás
- só

A raguhoz:

- 40 dkg magozott fehér és kék szőlő
- 15 dkg barna cukor
- 4 dl vörösbor (cabernet sauvignon)
- fél deci citromlé
- 1 csomag vaníliás pudingpor
- őrölt fahéj



csúcspont

Érik a szőlő

ALAPVETÉS, HOGY MINDEN ÉTELHEZ ILLIK VALAMILYEN BOR, DE AZ ŐSZ BEKÖSZÖNTÉVEL NEMCSAK A BORT, HANEM ALAPANYAGÁT, A SZŐLŐT IS FELHASZNÁLHATJUK A KONYHÁBAN. VADON FERENC, AZ ÚJBUDAI TRÓFEA GRILL SÉFJE MONDJA EL, HOGYAN.

Mire jó a szőlő a konyhában?

Több módon használhatjuk. Lehet belőle levest főzni, nyugodtan beletehetjük a vegyes gyümölcslevesbe is, de a szőlőből és a belőle préselt mustból mártásokat is készíthetünk. A görög konyha a szőlőlevelet is felhasználja, egy, a töltött káposztára hasonlító ételhez, a dolmadakiához. Természetesen a desszertekhez szintén alkalmas, mint általában a gyümölcsök. Lehet belőle pite, része egy gyümölcssalátának, vagy készíthetünk szőlős krémest is.

Engem kifejezetten zavarnak a szőlőmagok. Van erre megoldás?

Van. Létezik mag nélküli szőlő, de meglehetősen drága, ezt a mediterrán vidékeken kifejezetten mazsolaszölőnek termesztik. A másik megoldás az, ha félbevágjuk a szőlőszemet, és kiszedjük a magokat. Ez kicsit macerás ugyan, de megéri rászánni azt a kis időt.

Térjünk rá a borokra. Létezik a bor kiválasztására alapszabály?

Igen, de mint minden szabályt, ezt is fel szokták rugni. Alapból ugye fehér húshoz és halhoz fehér bort iszunk, vörös húshoz pedig vöröset. Ezen belül aztán annyi lehetőség van, hogy erre



nem lehet pár mondatban válaszolni. Ugyan nem lesz nagy segítség, amit mondok, mert ehhez sok tapasztalat kell, de igyekezzünk, hogy a bor ízének összetevői legyenek harmóniában az étel ízének összetevőivel, vagy legyenek ellentétesek, de úgy, hogy jól kiegészítsék egymást. Például desszerthez legtöbbször desszertbort ajánlanak, de mondjuk egy szintén cukorral édesített, párolt káposztás ételhez egy jó savas vörösbort is kitűnő lehet. Ezeket a párosításokat meg kell találni, érdemes kísérletezni. Arra vigyázzunk, hogy a bor ne uralkodjon az étel fölött, hanem harmóniában legyenek egymással.

Az még áll, hogy a fehérborral kezdünk, és a vörössel folytatva a desszertborral fejezzük be az étkezést?

Igen, ez az általános, de azért itt is lehetnek kivételek. Én el tudok képzelni egy testes vörösbort is egy előétel mellé, vagy akár egy desszertbort. Ezek után jöhetne egy pohár pezsgő, ami „lesegíti” az ízeket, aztán lehet folytatni a hagyományos vonalon a vacsorát. Nyilván ezt inkább egy kísérletező kedvű közönség előtt, például egy borvacsorán lehet kipróbálni.

KÁTAI ARTÚR





HÁZHOZ SZÁLLÍTÁS

Próbálja ki finomságainkat otthonában is!

ÚJ ÉTLAP

Rendelés: +36 1 481 3003, 10:00-22:00
Online rendelés: www.trofeasonline.com

STARTUPSULI indul Újbudán

INNEN BÚJNAK MAJD ELŐ
A SIKERES 21. SZÁZADI FELNŐTTEK

Hogyan jött létre a Digitális Tudás Akadémia?

Mi, akik elkezdtük, IT és telekommunikációs nagyvállalatoknál dolgoztunk, és egyszer arról beszélgettünk, hogy igazán senki sem tanítja internetbiztonságra a gyerekeket. Alapítottunk egy egyesületet, oktatási anyagokat gyártottunk, és elkezdtünk kijárni iskolákba, hogy az ismereteinket átadva segíthessük a gyerekek biztonságos internetezését. Mellénk állt a Telekom is, és azzal megsokszorozódott az elérésünk, több mint 200 iskolában voltunk, 65 ezernél is több diákkal találkoztunk. Civil kezdeményezésként viszont elértük a falat. Az állam elkezdte

felvállalni ezeket a teendőket, és minket is felkértek, hogy segítsünk kidolgozni a Digitális Gyermekvédelmi Stratégiát. Ez hatalmas siker, de emellett nagy kérdőjel is volt, hogy merre menjünk tovább.

És merre indultatok?

Hét év alatt annyit fejlődött a technológia, hogy mára nem elég a biztonságos használat, lényeges az is, hogy hasznunkra legyen. Ma már ugyanis nem versenyképes semmilyen szakma sem a mellé tett informatikai, marketing- vagy PR-tudás nélkül. Ez az úgynevezett startupfilozófia az, amit mi most megpróbálunk a tanulók mindennapjainak részévé tenni.

Ezt a fajta tudást kik adják majd át a diákjaitoknak?

Mint már említettem, az egyesületünk tagjai komoly piaci szereplőknél tevékenykednek, nem ritkán vezető pozícióban. Egyik tagunk a Microsoftnál vezető, egy másik a T-Systemsnél volt vezérigazgató-helyettes, van PR-os az OTP-ből, de gyerekpszichológus meg festőművész, sőt, jezsuita papból lett oxfordi filozófiaprofesszor is akad köztünk. Sokszor tesszük fel a kérdést: vajon az itt felhalmozott tudást fordíthatjuk-e valami olyasmire, ami nemcsak konkrétan nekünk és a munkáltatóinknak hoz hasznot, hanem a társadalomnak is. Erre pedig a válasz a StartupSuli, ahol ezt a tudást próbáljuk majd átadni.

Ha találtok valakit, akinek örült jó ötlete van, őt akár egészen a piacra lépésig tudjátok segíteni?

Most ősszel egy demó osztályt indítunk el, ahol először is a gyerekek készségeit, kreativitását vizsgáljuk meg, megnézzük, ki miben jó, és személyre szabott programot kapnak a tanulók. Mindenkinél lesz egy mentora, ő segíti

Fotó: Buza Virág



Bővebben
a Digitális Tudás
Akadémiáról: digipedia.hu,
pontmagazin.hu.

majd a hallgatót abban, hogy az álma valóra válhasson, de legalább részeredményeket elérjen. Tegyük fel, ez a mentor egy nagyvállalat igazgatója. Ő beviszi majd a céghez a diákot, megmutatja élesben az üzlet működését, ezzel segítve, hogy gyakorlati tudása legyen mire végez az iskolában, mi több, az ügyesebbeknek fel is ajánlanak majd a mentorok gyakornoki státuszokat. És válaszolva a kérdésedre, hosszú távú célunk, hogy egy részvénytársaságot alapítsunk és tegyünk be a suli mögé, majd az a cég vállalja el az ötletek a menedzselését, már kizárólag üzleti alapon.

Milyen további segítséget kapnak tőletek a StartupSuliba jelentkező gyerekek?

Ez lesz az egészben a legérdekesebb. Mi itt, a Bartók Béla út

29. alatt gyakorlatilag egy co-working irodát hozunk létre, ahová várjuk a szabadúszó kreatívokat, programozókat, grafikusokat, marketingeseket, ráadásul teljesen ingyen. Csak annyit kérünk majd tőlük, hogy ha egy gyerek odamegy hozzájuk, hogy kellene neki egy kis segítség az egyik feladathoz, mondjuk egy plakát tervezéséhez, akkor álljanak a diákok rendelkezésére. Emellett a tanulók is itt dolgoznak majd a projekteiken, de azért mindenkinek lesz egy személyre szabott terve, ami alapján haladnia kell.

Miből finanszírozzátok a StartupSulit?

Azt szoktam mondani, kiizzadjuk magunkból... Alapvetően az van, hogy szoktak tőlünk cégek különböző munkákat megrendelni, és ezekből teszünk félre

annyt, amennyiből működtetjük és fejlesztjük az egyesületet. Mi több, van olyan is, hogy a saját pénzünket is bele kell tenni néha. Jelen pillanatban ezek meglehetősen kicsi összegek, úgyhogy éppen befektetőt keresünk, aki az ügy mellé áll, mert meglátja a lehetőséget benne. Azt a lehetőséget, hogy később itt koncentráltan fog majd találni egy rakás nagyon modern gondolkodású fiatal, akik mellett, hogy valamilyen szakmával rendelkeznek, magukba szívták ezt a 21. századi üzleti filozófiát is. Egy hatalmas segítséget már kaptunk, ugyanis Újbuda Önkormányzatának pályázatán elnyertük a helyiség díjmentes használatát négy évre. Ezért óriási köszönet jár Újbudának, örülünk, hogy látják a lehetőséget ebben a projektben.



BOB, a gyerekek legjobb barátja

AZ ÚJBUDAI HALLGATÓI STARTUP PÁLYÁZAT DÖNTŐJÉN EGY KEDVES FIGURÁVAL ISMERKEDTÜNK MEG. BOB EGY TÁBLAFESTÉKKEL LEKENT EMBERKE, „AKI” AZ ISKOLÁBA KÉSZÜLŐ GYERMEKEKNEK SOKAT TUD SEGÍTENI. A FEJLESZTŐJÁTÉK TERVEZŐIT, CZIKELY ANNÁT ÉS BECKER DÓRÁT KÉRDEZTÜK.

Pontosan mi is BOB műfaja? Mit kell tudni róla?

Fő mottónk, hogy „táblagépek helyett tábla”, azaz a mai, technikai kutyúkkal körülvett világban szerintünk fontos, hogy valami természetes és kézzel fogható dolog is szolgálja a gyermekek személyiségfejlődését és szórakoztatását. Ebben a játékban nincsenek győztesek vagy vesztesek, mindenki nyer, mégpedig a játszva tanulást.

Hogyan zajlott BOB fejlesztése?

Az alapkoncepciótól elrugaszkodva sok változtatáson esett át, mire elnyerte (remélhetőleg) végleges formáját. Ilyen a mindkét oldali használhatóság, a vékonyabb, könnyebb kivitel, a beleilleszthető kréta- és kártyatároló. Sok segítséget és tanácsot kaptunk a BME GPK Gép- és Terméktervezés Tanszékétől, ismerőseinktől, és persze az óvodásoktól, akiknek nagyon hálásak vagyunk.

Honnan jött az ötlet?

Egy harmadik féléves egyetemi tárgyunk részeként kellett fejleszteni, természetes anyagból készült gyermekjátékot terveznünk. A projekt elején információkat gyűjtöttünk arról, hogy a mostani óvodásoknak mik okoznak nehézséget, milyen képességeiket kell fejleszteni.

Kiderült, hogy a finommotoros képességeik nem fejlettek eléggé, mire iskolások lesznek, pedig a betűket, számokat először rajzolni tanulják meg. Így jött az ötlet, hogy elsősorban ezt a területet szeretnénk játékkal erősíteni.

Hogyan tudja segíteni a gyerekek fejlődését?

BOB fejleszti a finommotorikát, igyekszik megszerettetni a kicsikkel a rajzolást. Emellett segíti az érzélem-, a forma- és a színfelismerést, valamint a szabálytudat fejlesztését, hozzájárul a memória, a kommunikációs készségek, a koncentráció, illetve a kreativitás fejlődéséhez.

Miként kell használni?

A játék lényeges eleme egy pakli kártya, amelynek lapjai egy-egy ruhadarabot, illetve arckifejezést jelenítenek meg. Az alapjátékhoz két játékosra van szükség, BOB köztük foglal helyet. Az alapjátékhoz két kártyát kihúzva mondatba foglalja a látottakat, hogy azt a másikuk pontosan el tudja képzelni, majd krétával fel-



powerpoint

rajzolni. Természetesen a fantáziának határt nem szabva, egyénileg is lehet alkotni BOB-ra. A figura mindkét oldalát lehet rajzfelületként használni, ezt egy dönthetős megoldással értük el.

Van-e hasonló jellegű fejlesztő eszköz a piacon?

Számtalan olyan termék van, amely a fent említett készségeket erősíti, de nem igazán találtunk a hagyományos, fából készült játékok között olyat, amely ezek összességére képes hatni.

Milyen lehetőségeitek vannak a termék népszerűsítésére?

Elsősorban a közösségi médiát hívjuk majd segítségül, ahol BOB saját oldallal fog rendelkezni. Itt minden fontos információ és érdekesség megtalálható lesz róla. Ezen kívül óvodákban és a HellóAnyu családbarát kávézó és közösségi térben tervezzük interaktív bemutatókat, ahol teljes valójában próbálhatják ki kicsik és nagyok egyaránt.

Vannak-e már érdeklődők?

Igen, jelenleg több óvoda és szülő is jelezte, hogy szívesen részt venne BOB további tesztelésében, illetve a későbbiekben meg is vásárolnák a termékünket. Igyekszünk több újbudai óvodát is felkeresni, ezek támogatják majd a további munkánkat.



Mire számítok? Mi lesz BOB és a cégek sorsa a következő néhány évben?

Nagyon izgalmas számunkra ez az egész; az is, hogy ilyen fiatalon együtt vághatunk bele egy vállalkozásba, de leginkább az, hogy értéket teremthetünk és adhatunk át a következő generációnak, a jövőnek. Harmadéves egyetemistaként mindkettőnk számára egyelőre a saját tanulmányaink állnak az első helyen, de kellő időt, energiát és lelkesedést fektetünk bele abba, amit megálmodtunk, abba, amit igazán szeretünk csinálni.

Milyen forrásokból működtek? Szükségeitek van külső tőke bevonására, vagy magatok csináljátok tovább akkor is, ha megnő a kereslet BOB iránt?

Jelenleg még csak az újbudai pályázaton nyert egymillió forintból működünk. Meglátjuk, hogyan alakul a kereslet a termékünkre, és ennek függvényében tesszük meg a következő lépéseket. Természetesen nekünk többek között az is fontos, hogy teljes mértékben részesei legyünk „gyermekünknek”, így a kezdetekben saját kezűleg fogjuk összeállítani, lefesteni, a későbbiekben pedig nyomon követjük életútját.

KÁTALARTÚR

De nehéz AZ ISKOLATÁSKA...

Gondolták volna, hogy az 1973-ban megjelent Hétfő (Hét fő) című duplalemez slágere, az Iskolatáska több szállal is kötődik Újbudához?

A többszörös eMerTon díjjal kitüntetett zeneszerző, Bergendy István 1958-ban költözött a kerületbe, amikor a Műegyetem közlekedésmérnöki karán kezdett tanulni. Testvérével, Péterrel együtt lakott a Bartók Béla úton, és a legtöbb zeneszámuk itt íródott. Ilyen volt az Iskolatáska is, amelynek főszereplője, Peti, Bergendy István unokaöccse, aki azóta már számos tévéműsort és reklámfilmet rendezett, valamint Állítsátok meg Terézanyut! címmel nagyjátékfilmet is készített. Ja, és nem mellékesen a Bethlen Gábor Általános Iskola és Újreál Gimnázium padját koptatta éveken át.



SZÜLETÉSNAPI ajándék



Fotó: TV2

Gyakorlatilag születésnapi ajándék volt Vastag Tamásnak a kislánya, aki egy héttel az énekes 25. születésnapja előtt jött a világra, június 22-én. A kis Sándor Samu 3310 grammal és 55 centiméterrel született, édesapja szerencsére éppen ott tudott lenni a kórházban, és onnan indult egy fellépésre Szlovákiába. A család a kórházból XI. kerületi otthonába vitte haza a csöppséget, akivel azóta is itt élnek. Vastag Tamást az RTL Klub X-Faktor című műsorában ismerhette meg a nagyközönség 2010-ben, ahol testvérével együtt kerültek a 12 döntős közé. Azt a tehetségkutatót végül a bátyja, Vastag Csabi nyerte, de Tamásnak is nagyon jó ugródeszka volt, hiszen 2011 májusában 3x3 címmel megjelent első önálló klipje.

Ünnep A KARINTHY CSALÁDBAN

Szeptember 1-jén ünnepelte 67. születésnapját Karinty Márton Kossuth-díjas színházi rendező, Karinty Frigyes unokája. Karinty Márton nevéhez kötődik az ország első magánszínháza, amelyet 1982-ben alapított. Az alapítás a Kaffka Margit



Fotó: Karinty Színház

Gimnázium falai közt történt, de néhány évig Budapest más kerületeiben bolyongott a társulat. Végül visszaköltöztek Kelenföldre, a direktor lokálpatriotizmusa nem engedte meg, hogy hosszabb távon más vidékeken játsszon színháza. Karinty Márton a Gellért-hegy oldalában nőtt fel, édesapja, Karinty Ferenc gyermekkorra pedig a Lágymányoshoz köthető. A művészcsalád a nagymamának, Karinty Frigyes második feleségének, Böhm Arankának köszönheti a kerületi kötődést, ő volt az, aki itt lakott, és a Bartók Béla úton élt igen gazdag társadalmi életet.

D.I.S.C.O a Bikás parkban

Nincs Magyarországon olyan ember, aki ne ismerné az Ottawant (Annette és Jean Patrick Baptiste). Ha a nevét nem is, de a dalait mindenkép-



pen. Az 1979-ben alakult banda slágereitől voltak hangosak a diszkók, majd a házibulik, és minden olyan hely, ahol zene szólt. Nem volt túl sok sikerslágerük, de az a néhány nagyot ütött. Hogy csak a legnagyobbakat említsük: D.I.S.C.O – tudták, hogy ez alapvetően nem is a szórakozóhelyről, hanem egy nőről szól? De ott a Hands Up – jelentkezz, aki nem tette fel a kezét ennek a dalnak a refrénjénél –, vagy a Crazy Music, amelynek énekelhető és táncolható dallamára ezrek örültek meg és tomboltak. És most élőben is bulizhatunk rá, hiszen az Ottawan hazánkban, sőt, a kerületben is fellép szeptember 17-én 18.30-tól az Őszköszöntő Fesztiválon a Bikás parkban.

mOmKULT



09/24

ESZTER-LÁNC
MESEZENEKAR

MOMKULT.HU

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: JÁROMI ZSUZSANNA



PONT a Szigeten

A Pont Magazin is meghívást kapott a nyár leghangosabb fesztiváljára. Az Újbudai Spin-Off Klub sátrában Hőnyi Gyula, a magazin főszerkesztője brandépítésről, ennek kapcsán pedig a Pont Magazinról is beszélt. Az új kiadvány célja, hogy a szórakozni, pihenni vagy művelődni vágyókat elvezesse azokhoz az eseményekhez, amelyek érdekesek vagy fontosak lehetnek a XI. kerületben. A Kerékgyártó Gábor által szervezett Spin-Off Klub programjai között egyébként nemcsak a hagyományos vállalkozói előadásokat lehetett meghallgatni, de kvízzjátékokba, vagy akár egy csocsópartiba is be lehetett kapcsolódni.



The logo consists of the letters 'B32' in a bold, stylized font. The '3' is smaller and positioned between the 'B' and the '2'. The entire logo is white and set against a dark green circular background.

Hahó, szeptember 10. szombat mesés szeptember!

Avagy készüljünk együtt a sulira!

Nyitás: 14 órakor

14.30

MASZMÓK AFRIKÁBAN

Kalandos földrajzóra a Picaro Társulattal (mesejáték)

15.30–18.00

PAPÍRSZÍNHÁZ

MESESAROK

Gévai Csilla meseíróval

KÉZMŰVES FOGLALKOZÁS

KÖNYVBÖRZE

Kötelező olvasmányok egy helyen

KOCKACSOKI

Kézműves csokoládék vására

A programokra a belépés ingyenes!

A mesejátékra előzetes regisztrációt kérünk e-mail címünkön vagy telefonszámunkon.

B32 GALÉRIA ÉS KULTÚRTÉR 1111 BUDAPEST, BARTÓK BÉLA ÚT 32.

Telefon: (36-1) 787 0039 E-mail: sarvari.monika@ujbuda.hu

WWW.B32KULTURTER.HU

WWW.FACEBOOK.COM/B32KULTURTER



ÚJBUDA

Veled épül

Oszkőszöntő Fesztivál

**szeptember 17.,
SZOMBAT
10–20 óráig**

a BIKÁS PARKBAN

RÉGI MESTERSÉGEK UTCÁJA

kovácsműhely • gyertyamártó
rézműves • papírmérítő

IDŐUTAZÁS A KÖZÉPKORBA

lovagátor vívásoktatással

banyatanya: füvesasszony,
jósnő, állatsimogató

kaloda és fajtékók: mocsárjáró tászigá,
golyós labirintus, gólyaláb

Újbuda a középkorban: Kána falu

**Szórakoztató, ingyenes programok,
minden korosztálynak!**

ÚJBUDÁN A VADNYUGAT!

indiánsátrak: tollas fejdísz
és bőrékszer-készítés, arcfestés

western sheriff fal • lasszózás • patkódobálás

SZÍNHÁZ AZ EGÉSZ VILÁG!

Karinthy Színház jelmez- és kellékbemutató

Jelmezpavilon: reneszánsz ruhák,
pandúr, katona-, királyi öltözetek

SZÍNPADI PROGRAMOK

CSIPET CSAPAT EGYÜTTES

KISPÁRNA ZENEKAR

ROCK AND MAGIC SE

PETŐFI MUSICAL STÚDIÓ

SZIVÁRVÁNY

TÁNCSZÍNHÁZ

AMERICANA PROJECT

ÉLŐ KONCERT

BERECZKI ZOLTÁN

LUFIFELENGEDŐ FLASHMOB

FIESTA

TAKÁCS NIKOLAS

OTTAWAN

TŰZIJÁTÉK

A rendezvény fővédnökei:

Dr. Simicskó István honvédelmi miniszter,

Újbuda országgyűlési képviselője

Dr. Hoffmann Tamás, Újbuda polgármestere