

FREE

Erzsébetvárosi közéleti-kulturális és ifjúsági magazin

HETED 7



Szávay Ági

Az elmúlt huszöt év
legsikeresebb magyar
teniszezője

>>> 8. oldal

DROG

Megelőzni
a félelmeket

>>> 16. oldal

A FACULTAS
HUMÁN GIMNÁZIUM
FELVÉTEL HIRDET
A 2016/17-ES
TANÉVRE

>>> 13. oldal

VII-ker: Damjanich utca anno...



Manapság, mikor a fővárosi közlekedés kissé nehézkessé vált a sok felújítás, útjavítás miatt, nosztalgiával gondolunk a régi időkre. De repülünk egy pillanatra még hátrébb az időgéppel.

1800-as évek vége, Damjanich utca. Az Aréna út (Dózsa György utca) sarkán az alsószedős (alsóvezetékes) villamos vágányainak lefektetése történik. Erről a képről azt hiszem, kevesen ismernék fel a helyszínt. A bal szélén látható ház első emeleti négy erkélye és a Google segít. És mi is volt az alsószedős villamosok lényege? Akkoriban nem volt szabad elcsúfítani egy utcát felsővezetékekkel. Addig viszont dolgoztak a lovak. Ami pedig halálbiztos: Fejfedő kötelező mindenkinek!

Forrás: www.ilyenisvoltbudapest.hu

Számos remek kulturális programmal köszöntött be az ősz. Itt van például egy remek kiállítás. Nicolas Schöffer, a magyar származású szobrászművész Múcsarnokbeli kiállításán a kibernetikus szobrászatról kaphatunk képet.

A hazai táncművészet egyik legkülönösebb alakja Bozsik Yvette. A Préda című előadás, melyet újra játszottak a Nemzeti Táncszínházban, a ma embere számára különösen aktuális üzenettel bír.

Szavay Ági nevét szinte mindenki ismeri az országban és a határon túl is. Azt már kevesebben tudják a kiváló teniszezőnőről, hogy a Facultas gimibe járt. Most a Heted7 hasábjain üzeni egykori iskolájába: „A játék öröm! A tenisz pedig egy csodálatos játék, amelynek örömét szeretném nagyon sokakkal megosztani.”

Az Erőművház a felújítás alatt a Királyutca 11-ben várja színvonalas programokkal a kerület apraját-nagyját. A közelgő Márton napra pedig, gesztenyével töltött libacomb receptjét ajánlom figyelmükbe.

Vajon mit tudunk a gyerekeink házon kívüli életéről? Őszinte-e a családi légkör? Mekkora veszély a drog? Foglalkoznunk kell ezekkel a megkerülhetetlen kérdésekkel és ami mögöttük van, azokkal is.

És végül egy örömhír: Art+ Cinema néven újra mozi nyitott kerületünkben, az Örökmozgó helyén.



Tóth Tibor
főszerkesztő

Programok októberben és novemberben

24. október, szombat

Station - U2 Tribute band - koncert

Old Man's Music Pub

Címünk: 1072 Budapest, Akácfa u. 13.
+36-1-322-7645 www.oldmansmusicpub.com



25. október, vasárnap

09:00 Szimplakerti Háztáji Piac

21:00 Nu Sound by Playmobil

21:00 Szimpla Jam & Poetry - Szabad a Zene!

Szimpla Kert

Címünk: 1075, Budapest Kazinczy utca 14.;
szimpla@szimpla.hu; www.szimpla.hu; +36 20 261 8669



11. november, szerda 19.00 óra
Mindent Éváról

Belvárosi Színház

Címünk: Károly krt. 3/a.
Tel: 266 7130 fax: 266 7120
pénztár nyitva tartás
hétfőtől-péntekig 10h-18h

A lelkes színházrajongó, Eva Harrington kitaratóan minden este ott várja kedvenc színésznőjét, Margót a művészbéjaronál. Egy nap szerencséje lesz, bejuthat a Paradicsomba, a nagy színpadi sztár öltözőjébe, és megismerheti a színház bennfenteseinek világát, az ünnepelt sztárt, a népszerű házi szerzőt, a rettegett kritikust, és Thália szentélyének többi szereplőjét. Röpködnek a szellemességek, fergeteges komédia kerekedik, ám ez a játék nem csak játék. Sokkal több annál.

A színdarab filmen vált örök klasszikussá: Bette Dvis főszereplésével ma is a filmtörténet egyik legemlékezetesebb alkotásaként tartják számon.

Szereplők:

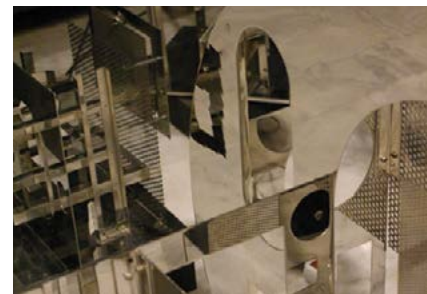
HERNÁDI JUDIT
KOVÁCS PATRÍCIA
EGRI MÁRTA
JORDÁN TAMÁS
MÉSZÁROS MÁTÉ
SZIKSZAI RÉMUSZ
MÁRTON ANDRÁS
BERCSÉNYI PÉTER RUJDER VIVIEN /
EDVI HENRIETTA
Fordította: Zöldi Gergely
Rendező: Pelsőczy Réka
Producer: Orlai Tibor



SCHÖFFER KIÁLLÍTÁS

Október 30-tól látogatható a Múcsarnokban a huszonhárom évvel ezelőtt elhunyt Nicolas Schöffler szobrász- és vizuális művész kiállítása. Először és utoljára látható hazánkban egyben az a rendkívüli gyűjtemény, amelyet a kinetikus fény-szobrairól ismertté vált Nicolas Schöffler egykori műtermében tárolt munkáiból rendez a Múcsarnok, a művész özvegye közreműködésével. A magyar származású, de Franciaországban alkotó Nicolas Schöffler egyfajta „futurisztikus-retro” hangulatot árasztó munkáiból október végén nyílik kiállítás a Múcsarnokban, ahonnan 3 hónap után az anyag külföldre kerül. A kibernetikus szobrászat újfajta látásmódot adott a városi tereknek, ahol az alkotások nem csupán megjelennek, hanem a környezetre, pl. az időjárásra, hangra, fényre más-más módon reagálnak. Mai érdekességüket éppen az azóta felgyorsult, digitális-technikai forradalommal való összevetésük adja. Ma ezek a művek egyfajta „futurisztikus-retro” hangulatot árasztanak, azzal szembeállítják korunk emberét, hogy milyenek láttuk közel fél évszázaddal ezelőtt a jövőt. Kurátorok: Rockenbauer Zoltán és Szegő György A látlat január 31-ig lesz látogatható.

Címük: Múcsarnok
1146 Budapest, Dózsa György út .



November

04. szerda 19.00

Lanford Wilson:

Gulyás Anna – Pro Progressione Makrancos

További információ: Bethlen Téri Színház
1071 Budapest, Bethlen Gábor tér 3.
+36 1 342 71 63
info@bethlenszinhaz.hu
www.facebook.hu/bethlenszinhaz
www.bethlenszinhaz.hu



fotó: Éder Vera

A mindenki által ismert Shakespeare-dráma alaphelyzetét a mai korba helyezve egészen érdekes láttelepet ad.

A két teljesen eltérő temperamentumú nő párkapcsolatának alakulását végigkövetve kérdőjeleket kap a mindenkori alaphelyzet: A naiv, simulékony hűg boldogabb lehet-e végül az érte feltétel nélkül rajongó férfi mellett, mint a megközelíthetetlenül keményedett nővér azzal az emberrel, aki minden áron a nő teljes személyiségét akarja látni?

Előadók: Asztalos Dóra, Stohl Luca, Bukta Gergő / Frigy Ádám, Krizsán Dániel
Zene: montázs, Zombola Péter
Látvány: Tibor Nagy Grosso
Koreográfus: Gulyás Anna

Az előadás támogatója az NKA.
Külön köszönet a Kulcsár Noémi Tellabornak és a Bozsik Yvette Társulatnak.

PRÉDA

BOZSIK YVETTE TÁRSULAT, MOM - NEMZETI TÁNCSZÍNHÁZ, OKTÓBER 8.



A Bozsik Yvette Társulat Préda című darabját Janus Pannonius Mars Istenhez békességért című verse ihlette. Bozsik Yvette ebben a műben a tánc kifejező lehetőségeinek határait keresve ábrázolja egy birodalom bukását, egy kultúra megsemmisülését, az emberek egymás iránti gyűlöletét, amely évszázadok óta ír ki kultúrákat az egyetemességünkből. Az előadás inspirálója a Mars istent körülvevő kultusz, a rituális áldozati szertartások formavilága, és letűnt ünnepélyessége, a római kor mítoszai és rituáléi, a közös tánc és annak isteni ereje, hite. Az előadás a közösség és az egyén, az élet és a halál viszonyát kutatja, választ keresve az emberi körforgásra. Az előadás Philippe Heritier párizsban élő svájci kortárs zeneszerző erre az alkalomra komponált zenéjére készült.

Táncolták:
Szent-Ivány Kinga
Vida Gábor
Fülöp Tímea
Vati Tamás
Valencia James
Gombai Szabolcs
Hasznos Dóra
Kalmár Attila
Samantha Kettle
Krausz Alíz
Székely Szilveszter

Vislóczki Szabolcs
 zene: Philippe Heritier
 díszlet: Vati Tamás
 fény: Pető József
 jelmez: Juristovszky Sosa
 asszisztens: Soós Erika
 koreográfus: Bozsik Yvette



Nagy jóindulattal is csak fél ház a MOM-ban. Bozsik Yvette: Préda című táncműve a Nemzeti Táncszínház műsorán. Lassan gyülekezik a közönség. Méregetik egymást az emberek, vajon ki honnan tévedt ide. Az utolsó pillanatban érkező néző bizonytalanságával jött, de előtte már kisestélyiben is érkeztek ifjú hölgyek. Aztán beindul a zene, a tekintetek egymásról a színpadra irányulnak.

A tánc mindig is kedvenc műfajaim közé tartozott. Bozsik Yvette művészete különösen. Őszintén szólva nem a koreográfia, hanem az a megközelítés, ahogy és amiért színpadra vitt valamit. Miss Julie, vagy a Csoportterápia emlékezetes előadások voltak. Előadásaiban mintha a tánc – mert nála bármilyen mozgásformából tánc lesz -, csak eszköz lenne. Mintha az érdekelné, mi mozgatja a táncosait. Belülről építkeznek. Bozsik Yvette színháza nem klasszikus dobozszínház. A néző úgy érzi, benne van a darabban. Vele történik minden, és benne. Ez a néző felé nyitott tér, amin át láthatjuk a mozdulat megszületését és a gesztus kimúlását. Mint egy nagy hullám, olyan a zene és a mozgás is, a darab legelején. Miközben nézem Vati Tamás világító doboz-díszleteinek transzformációját, azt veszem észre, hogy bár nem egészen tudom követni a történetet, de erősen jár az agyam, hol is vagyok, hova vezet ez a darab, ha már ilyen magasan kezdett. A párhuzamos történések kieróltetik a figyelmet, megfogják, és többé nem engedik el. Pontos kép arról, ami van. Préda mindenki. Valaki prédája. Csoportban, párban, mindeütt.

SZÁVAY ÁGI

„ÜZENET EGYKORI ISKOLÁMBA”



A játék öröm! A tenisz pedig egy csodálatos játék, amelynek örömét szeretném nagyon sokakkal megosztani. Ugyanakkor ez egy nagyszerű sport is, amely edzi a testet és boldogítja a lelket. Azért foglalkozom gyermekekkel, hogy a játék élvezetét adhassam át nekik, kicsiknek és nagyoknak, épeknek és fogyatékkal élőknek egyaránt. Ezért alapítottam tenisziskolát és ezért vagyok a speciális olimpiikonok nagykövete is évek óta.

(Szávay Ági)

Milyen emlékei vannak a „gimiről”? A Facultasban érettségiztem, nagyon szép emlékeket idéz fel bennem. Egy igazán kiváló iskola, szívesen ajánlom mindenkinek, hogy ott folytassa középiskolai tanulmányait. Különösen, ha tovább szeretne tanulni. Hiszen erős iskola a Facultas, de segítőkészek a tanárok, az igazgató is nagyon korrekt. Bármiben szívesen segít mindenki. Szerintem büszke lehet rá a kerület és a város is, hogy ilyen iskolái vannak. Nekem csak pozitív élményeim vannak az ott töltött időből.

Ön visszavonult az aktív sporttól. Milyen volt ezt megélni az elmúlt negyedszázad legsikeresebb magyar teniszezőjének?

Nem volt könnyű az átállás, hiszen

korábban csak a teniszről szólt az életem, most pedig egy egészen más világba csöppentem bele. Ugyanakkor, nem szakadtam el a sporttól. Gyerekekkel foglalkozom, és egy saját teniszklubot is irányítok. Mindig is az volt a vágyam, hogy saját teniszklubom legyen, hogy gyerekeknek adhassam át a tudásomat. Útnak indítottuk a „Heti Tenisz” programunkat Kapros Anikóval és Gubacsi Zsófiával.

Miről szól ez a program?

Óvodákba és általános iskolák alsó tagozatos diákjaihoz visszük el a mindennapos testnevelés keretében a teniszt, hogy minél több gyerek megismerhesse azt. Most indultak el az első csoportok. Az a célunk, hogy az egész országban módja legyen a



gyerekeknek kipróbálni ezt a sportot, hiszen nem minden szülő engedheti meg magának, hogy a gyereke teniszezen. Viszont sok tehetséges fiatal van az országban, akiket szeretnénk megtalálni, és biztosítani számukra, hogy saját klubjainkban folytathassák a testmozgást.

S hol áll a tenisz a nemzetközi mezőnyben?

Sok ügyes, reményteli fiatallal találkozunk. De bizony a kezdeti lépések a család segítsége nélkül nem könnyűek, így csak nagyon kevesek jutnak el a nemzetközi versenyekig. Kevés a példakép is. A mai fiatalok inkább választják a bulizást, mint az edzéseket, amikor tinédzser korba kerülnek. A világban pedig örült nagy a konkurencia. Ezért mi elsősorban nem versenyzőket, hanem boldog embereket szeretnénk nevelni, ehhez pedig ez a sport egy kiváló eszköz.

Mikó F. László

Csak egy kis sport



Szávay Ági eredményei:

Junior korosztályban világranglista első hellyel, valamint számos Grand Slam győzelemmel büszkélkedhet.

A felnőttek között is hasonlóan sikeresen karriert tudhat magáénak, melyet a világranglistán korábban birtokolt 13. helyezése is mutat. Pályafutása során 7 WTA és 6 ITF tornán diadalmaskodott, valamint remekül szerepelt a Grand Slam tornákon is, mind egyéniben, mind párosban. Két Olimpián - 2008-ban Pekingben és 2012-ben Londonban - képviselte hazánkat. Karrierje során különféle rangos versenyeken győzedelmeskedett, többek között - a korábban világrangsőként rangsorolt - Venus Williams, Jelena Jankovic, Ana Ivanovic, Dinara Safina és Viktorija Azarenka felett.

Bővebben:

www.szavayagi.hu

RS9 + VALLAI KERT 1075 Budapest, Rumbach S. u. 10.

Jegy: RS9 Színház Iroda Rumbach S. u. 9. utcaszint Telefon: +36 1 2696610

KÜLÖNLEGESSÉGEKET AJÁNLUNK AZ RS9 SZÍNHÁZ NOVEMBERI MŰSORÁBÓL

BEMUTATÓ

2015. november 18. 19:30

Színházterem

Ibsen: Ha mi holtak feltámadunk

- drámai epilógus egy felvonásban - (az RS9 Színház bemutató előadása) Ibsen utolsó drámáját (1899) feltehetően August Rodin szobrászművész élete ihlette - Rainer Maria Rilke levelezésében találhatunk erre utalásokat -, akinek a munka, a művészet volt a legfontosabb, miközben az emberi kapcsolatokat elhanyagolta. Élete végén jött rá, hogy szeretet nélkül holtak érzi magát az ember, szeretet nélkül őrijöngeni kell. Igazán szeretni egyet jelent a „feltámadással”.

Szereplők: Koleszár Bazil Péter, Álmosd Phaedra, Facskó Marica, Baksa Imre, Kassai László

Fordította: Kúnos László

Dramaturg: Abody Rita

Díszlet: Uglár Csaba

Jelmez: László Piroška

Fény-hang: Csáki Rita

Rendező: Lábán Katalin

Az előadás időtartama: kb. 80 perc, szünet nélkül.

2015. 11. 04. szerda 19.30 Színházterem

Yasmina Reza: Művészet

- az élet dolgai egy részben -

a HoldonGolf Projekt előadása

A középpontban egy fehér alapon fehér csíkokkal ékesített festmény és három régi barát áll. Egyikük megveszi a festményt, ami nagyon drága. Talán egy barátság-

ba kerül. Vagy esetleg még többbe. A francia szerző sziporkázó szövegében egymást követik a feszült és komikus pillanatok, a Művészet egyszerre nevetet és elgondolkodtat. Szó lesz titkokról, hazugságokról, az emberi kapcsolatok bonyolultságáról, és egy kicsit a művészetéről is. Hiszen elgázodni, idomulni, engedni vagy éppen csökkönyösnek lenni: művészet.

Játsszák - Kathy Zsolt, Pál Tamás, Molnár Kristóf

Fordította - Bognár Róbert

Díszlet - Bankó Mariann, Gémes József

Rendező - Molnár Kristóf

Az előadás időtartama kb. 90 perc, szünet nélkül.

2015. 11. 08. vasárnap 19.00

Színházterem

Haza, a magasban – Irodalmi kávéház (a Főnix Színház előadása)

Részvevők: a Főnix Színház Társulata
November 4-e nemzeti gyásznap, az 1956-os forradalom és szabadságharc leverésének, a szovjet csapatok bevonulásának emléknapja. De nem erről akarunk ma beszélni, megteszik ezt az emlékezők. Hanem a hazaszeretetről. Arról a nehezen megfogalmazható érzetről, amelyről olyan nehéz beszélni. Ezért hívunk segítségül költőket, írókat, lassan sorozattá váló Irodalmi Kávéházunkba, s invitáljuk, szeretettel a nézőket.

Közreműködik a Főnix Színház társulata.

Szerkesztő – Rendező:

Bicskei Kiss László

FEKETE LYUK

Az egykoron a budapesti Fazekas Gimnáziumban érettségiző, jelenleg a Columbia Egyetemen dolgozó Haiman Zoltán és csoportja bebizonyította, hogy az egyik közeli galaxis közepén két szupermasszív fekete lyuk kering egymás körül, egymáshoz nagyon közel. Minden nagyobb galaxis közepén van egy nagyon nagy tömegű – a Napnál akár egymilliószor nehezebb – szupermasszív fekete lyuk. A galaxisok ütközésekor a két hatalmas fekete lyuk az újonnan létrejövő galaxis középpontjában egymás körül keringésbe kezd. Ez a keringés évmillióidokig is eltarthat, ezért elképzelhető, hogy a galaxisok magjá-

ban létezhetnek az összeolvadás előtt álló szupermasszív feketelyuk-párok. Azért fontos tudni, hogy tényleg léteznek-e ilyen párok, mert a feketelyuk-kettősök az elméletek szerint gravitációs hullámokat bocsátanak ki. A gravitációs hullámok létét száz évvel ezelőtt Einstein jóslta meg, de közvetlenül még nem sikerült megtalálni és megvizsgálni ezeket – pedig az európai Virgo és az amerikai Ligo kísérlet már évek óta ezt kutatja. Haiman Zoltánék számításai szerint 100 ezer év múlva olvad össze a két fekete lyuk, ami az eddigi elképzelésnél jóval korábbi időpont.

Baross

Budapest VII. Kerületi Baross Gábor Általános Iskola



Angol-informatika emelt szinten

Sportosztályok

1078 Budapest, Hernád u. 42-46.

www.barossuli.hu

tel.: 1 3446-635

Estherházy Péter, Nyáry Krisztián és Varró Dániel után októberben Grecsó Krisztián és Kollár-Klemencz László ad különleges estét kortárs művészeti program-sorozatunk keretében. Ihlet és barátság, szerelmek és szeretők, remény és lemondás – mindez közös dalokban és prózában a Nők, nők, férfiak című előadás keretében, október 17-én, este 7 órától.

Levendületes zenék, feszes ritmusok, forró hangulat - kubai salsa oktatással egybekötött Latin partyt szervezünk október 24-én, kapunyitás este 9-kor!

Október 25-én az idősebb korosztályt várjuk szeretettel a nézőtérre, az idősek napja alkalmából rendezett Ki Mit Tud? vetélkedőre. A kerületi résztvevők mellett színpadra áll Pándy Piroska Liszt-díjas és Prima-díjas operaénekesnő, a Madách Színház primadonnája is.

Ibolyántúl címmel Oláh Ibolya estjére várjuk az érdeklődőket, október 30-án, este 7 órától. Személyes hangulatú beszélgetéssel egybekötött koncert és színházi este, az elhangzó dalok Oláh Ibolya régi és új, zongorára hangszerelt szerzeményei, melyeket a példaképnek tekintett zenésztársak művei kísérik. Az estét rendezte Vörös Róbert, zongorán kísér Furák Péter.

November 4-ig tekinthető meg a magyar fotóművészet kiemelkedő alakjának, Fiala de Gábornak kiállítása, Silver Natura címmel (a belépés díjtalan).

Bagdy Emőke életének minden pillanatát a körülötte lévő világ jobbátételének szentelte. Egy személyben író, egyetemi tanár, pszichoterapeuta, klini-

kai szakpszichológus” – november 9-én pedig a mi vendégünk, este 6 órától! Az előadáson szó lesz a különböző stressz-kezelési módszerekről, valamint a lelki egészség megőrzéséről is. jegyek elővételben már kaphatók.

Induló sorozatunk a Színészportré, melynek első vendége a Kossuth- és Jászai Mari díjas színész és rendező Mácsai Pál lesz, november 4-én, este 9 órától.

Folytatódik Márai-sorozatunk, Mészáros Tibor előadását október 21-én, valamint november 18-án hallgathatják meg (helyszín a Róth Múzeum). Októberben és novemberben, a már megszokott módon, két hetente PásztorHóra táncház, jegyek elővételben folyamatosan kaphatók. Az Utazó teaház műsorunk soron következő előadására november 12-én kerül sor, a belépés díjtalan. Babákat és mamákat várunk október 22-én a Hangraforgóra, 29-én a babás-bábos Dúdlóra, valamint november 7-én kézműves foglalkozással egybekötött bábelőadásra.

November 14-én tartjuk hagyományos Családi napunkat, ahol a Béka herceg zenés mesejáték mellett Szalóki Ágnes Körforgás című trió koncertje is szórakoztatja a vendégeket, a délután zárásként pedig Lackfi János önálló ifjúsági műsorát tekinthetik meg, melyet 10 éves kortól mindenkinek ajánlunk. A belépés díjtalan, délután 3-kor kezdünk!

További információk a www.eromuvhaz.hu, valamint a www.k11.hu weboldalakon. Keressenek bennünket Facebook-on is!

FELVÉTELI A FACULTAS HUMÁN GIMNÁZIUMBAN!



Ideén is felvételt hirdet a Facultas Humán Gimnázium a 8. évfolyamos diákok számára a 2016/17-es tanév 9. évfolyamának nappali tagozatára. A gimnázium 14. tanévét kezdi jövőre Erzsébetvárosban, a Hernád utcában. A Facultas gimnazistái angol, német és francia nyelvekből érettségizhetnek és mellette még a Konfúciusz Intézetnek köszönhetően a kínai nyelvet is elsajátíthatják. Angol nyelvből kiegészítő délutáni órák keretében nyelvizsgára való felkészítés folyik, és mivel a Facultas egyben origó nyelvizsgaközpont is, így a gimnazisták helyben megszerezhetik az államilag elismert

nyelvizsgájukat, amely birtokában nyugodt szívvel jelentkezhetnek a Facultas cserediák programjára, és több hónapot észak- és nyugat európai gimnáziumokban tanulhatnak.

A gimnáziumban lehetőség van továbbá magyar, történelem, pszichológia egyetemi előkészítőkönyv részvételre, művészeti, színjátszó, újságíró- és média fakultások látogatására, illetve különböző sportkörök is gazdagítják a választékot. Felvételi eredményt a hozott jegyekből számolja az iskola, központi felvételt nem kér.

4 PECSENYE LIBACOMB
 1/2 KG HÁMOZOTT, FŐTT GESZTENYE
 KAKUKKFŰ
 2 DL FEHÉRBOR
 1 TOJÁS
 2 SÁRGARÉPA
 2 FEHÉRRÉPA
 2 FEJ VÖRÖSHAGYMA
 1 FEJ FOKHAGYMA
 80 DKG KRUMPLI
 1,5 DL TEJ
 4 DKG VAJ
 1 CSOMAG KESUDIÓ
 SZERECSENDIÓ
 ASZALT SZILVA
 1 FEJ LILAKÁPOSZTA
 1 NAGY FEJ LILAHAGYMA
 1 EK CUKOR
 1 DL VÖRÖSBOR
 SZEGFÜBORS
 NARANCS

Gesztenyével töltött libacomb kesudiós krumplipürével és aszaltszilvás lilakáposztával



Márton nap alkalmából természetesen idén is sokaknál libasült kerül az asztalra.

A töltelékhez a főtt gesztenyét villával összetörjük és a tojással összekeverjük. A libacombokat szárazra töröljük, majd ujjal elválasztjuk a csontnál a bőrét a hústól, és igyekszünk helyet csinálni a tölteléknek. Az így kialakított zsebekbe tömődjük a gesztenyes-tojásos keveréket. Ügyeljünk arra, hogy ne tömjük túl, mert akkor sütés közben széthasadhat, és arra is, hogy ne szakadjon ki sehol a bőr. A sárgarépákat, fehérrépákat, a hagymát és a fokhagymát félbevágjuk, egy lapos üvegedény vagy tepsi aljára fektetjük, ezekre tesszük a libacombokat, aláöntjük a fehérbort, majd alufóliával szorosan lefedjük, és 130 fokos sütőben 3-4 órán át pároljuk.

A párolási idő leteltével levesszük az alufóliát, felfekkerjük a sütőt 220 fokra, és alul-felül aranybarnára sütjük a húsokat.

A krumplit megfőzzük, összetörjük, hozzákeverjük a tejet, a vajat, reszelünk rá szerecsendiót, majd sózzuk. Mozsárban durván összetörjük a kesudiót, a krumplihoz szórjuk, majd az egészet alaposan elkeverjük. A káposztát felaprítjuk, libasíron egy fej apróra vágott lilahagymát üvegesre pirítunk, majd a káposztát hozzátesszük. Kevés vizet és 1 dl bort öntünk alá, utána hozzáadjuk az aszalt szilvát és az egész szegfűborsot. Fedő alatt puhára pároljuk, ha összeesett, fedő nélkül elfőzzük a fölösleges levet, majd tálaljuk. A káposzta mellé szedünk krumplipürét, majd ráhelyezzük a libacombot. További ízesítésként egy hirtelen megpirított narancskarrikát is a tányérra tehetünk.

ÚRISTEN, DROGOZIK A GYEREK!

PEDIG, CSAK EGY KIS FIGYELEMRE LETT VOLNA SZÜKSÉGE...

Ha drogokról esik szó egy társaságban, azonnal felmerül a kérdés, mit csinálnánk mi, ha a gyerekünkről kiderülne... Ha még is kiderül, adódik a kérdés, és mi? Mi soha nem próbáltuk ki? Vagy használjuk egyébként egy-két pohár bor formájában, az egészségünk megőrzésére hivatkozva. De mi az, amitől valójában félünk? 1989 előtt ott volt a „szipu” (ragasztó a nejlonzacskóba és beszívni a gőzt...), de az úgynevezett „nyugati világ” ezen a területen még nem tette be a lábát a hazai társadalomba. Sok pénz kellett ahhoz és persze, kapcsolat, hogy valaki „rendes anyagot” szerezzen. Aztán, ez a helyzet jelentősen változott. A stimulánsok és hallucinogének már megjelentek az alkalmi fogyasztóknál. A változást az úgynevezett dizájner drogok megjelenése hozta. A labor körülmények között előállított szerekkel megpróbálják ugyanazt a hatást kiváltani, mint amit a klasszikus drogok okoznak. Ameddig egy dizájner drog nincs tiltólistán, addig a fogyasztása „legális”. Ez az

elv. Ismeretlen hatású szerek tömege kerül a jórészt fiatal „fogyasztók” kezébe, pontosabban: szervezetébe. Hatalmas kockázatot vállalnak tehát a drogokkal élők, vagy az alkalmi kipróbálók. Egyik oldalon a dizájner drogok készítői finomítják módszereiket, a másik oldalon az addiktológusok igyekeznek lépést tartani a kezelés frontján.

Hol kezdődik a megelőzés? Nem feltétlenül ott, hogy a gyerekünket valótóra fogjuk, használt-e már drogot. Ha pedig kiderül, akkor kétségbeesetten vallatni kezdjük: úr isten, milyen, mikor, hol és kivel? A megelőzés az odafigyelésnél kezdődik. Ott, hogy vesszük a fáradságot, és valóban foglalkozunk a gyerekünkkel. Észrevesszük, mikor nagyobb rajta a teher, vagy mikor változnak a kapcsolatai, mikor szerelmes, vagy drukkol egy vizsga előtt. A figyelem talán a legfontosabb. Ha jó a kapcsolat a szülő és a gyerek közt, akkor minden témáról tudnak beszélni, így

a drogokkal kapcsolatosan is nyitottak egymás felé. Ha azonban a gyerek életvitelére alapvetően változik meg, ha hirtelen vált számára korábban fontos dologról másikra, ha képtelen arra, hogy a korábban megszokott keretek között tartsa az életét, lássa el a feladatait, ha minden különösebb látható ok nélkül rosszabbul teljesít az iskolában, akkor érdemes a megszokottnál is jobban odafigyelni rá. A büntető jogban, a pszichológiában és a hétköznapi életben egészen más megítélés alá esik a drogfogyasztás. Míg az illegális droghasználat (a kipróbálás is!) akár két éves börtönbüntetést vonhat maga után, a pszichológia ennél megengedőbben kezeli a kérdést. A fogyasztás gyakoriságát és a használt drogot, a használat okait és körülményeit figyelik általában a pszichológusok. A hétköznapi életben pedig, míg a drogokról általánosságban beszélünk, és a társadalom nagyobbik része elféli azok használatát, sőt, fél attól, hogy a családját is érintheti, addig az alkoholfogyasztásról például egészen más véleménnyel van. A mérték a fontos, fogyasztás pedig a „napi egy pohár vörösbor egészséges” szintjétől az alkoholfüggőségig nagyon széles skálán mozog.

A drogfogyasztásban, de már a kipróbálásban is, óriási a kockázat. Nem akkor kell tehát figyelni erre a kérdésre, ha már benne van az életünkben, ha már megtörtént, pontosabban, kiderült. Ez nem lehet tabu téma a családban. De ha már ott van, szakemberhez kell fordulni. Ha jó a viszonyunk a gyerekünkkel, akkor ez sem lehet probléma. Van persze, aki úgy gondolja, oldja meg a kérdést a szakember, ő ért hozzá, végül is, ez a dolga, ezért fizet is a szülő, adott esetben akár milliókat (nem írtam el, valóban milliókról van szó), ha megengedi a pénztárcája. A gyereknek pedig tulajdonképpen nincs más baja a világgal, mint hogy éppen a szülő hiányzik számára, a családi háttér, a biztonságérzet, hogy otthon mindenben számíthat a támogatásra. Jelenlét és figyelem. Ezt nem lehet pótolni, semmivel. mfl

Drogmegelőzéssel és függőséggel foglalkozó oldalak:
www.ndi-szip.hu
www.abstinentia.hu
www.esely.org/kiadvanyok/1993_6/adalekamagyarorsz.pdf




IL TRENO HÁZHOZ SZÁLLÍTÁS

**RENDELJ
16:00 ÓRA
UTÁN
ÉS VÁLASSZ
AJÁNDÉKOT!**



Mindennap **16:00** óra után

Online pizzarendelésedhez használd fel a megfelelő kódot!

KUPON



**AJÁNDÉK
MÁKOS GUBA**
vanília öntettel

Kupon kód:
2015MAKOSGUBA

KUPON



**AJÁNDÉK
0,33 L
COCA-COLA**

Kupon kód:
2015COLACOLA

KUPON



**15%
KEDVEZMÉNY**

Kupon kód:
2015NYAR15

KUPON



**2 DB
MOZI BELÉPŐ**

Kupon kód:
2015MOZIJEGY

Jegyzd fel azt a kódot, amit szívesen felhasználnál rendelésed mellé!

Online kupon beváltás esetén a kódot kérjük a 'Promóciós kód' mezőbe beírni, amely a 'Megrendelem' gomb felett található a honlapunk jobb oldalán.
A kedvezmények csak házhoz szállításban használhatóak fel és más akciókkal nem vonhatóak össze.
Honlapunkon a minimális megrendelési érték 900 Ft. Minden kupon csak egyszer felhasználható 16:00 és 22:00 óra között.

Házhozszállítási területünk

Online rendelés:
www.iltreno.hu
Telefonos rendelés:
06 1 8 14 14 14

 **IL TRENO**
A tradicionális pizza 1992 óta

Polgármesteri Hivatal

1073 Budapest, Erzsébet krt. 6.
Tel.: 06-1/462-3100
1076 Budapest, Garay u. 5.
Tel.: 06-1/462-3300

Ügyfélszolgálati iroda

Ügyfélfogadási idő:
(Erzsébet krt. 6. szám alatti és Garay u. 5. szám alatti ügyfélszolgálaton is):
hétfő: 8.00-12.00 du.: 13.00-18.00
kedd: 8.00-12.00 du.: 13.00-16.00
szerda: 8.00-12.00 du.: 13.00-18.00
csütörtök: 8.00-12.00 du.: 13.00-16.00
péntek: 8.00-12.00 du.: nincs

Okmányiroda

1073 Budapest, Erzsébet krt. 6.
Telefon: 795-8911; 795-8880, 795-8881, 795-8877

Budapesti VII. Kerületi Rendőrkapitányság

1071 Budapest, Dózsa György út 18-24. Telefon: 461-81-00,
E-mail: 07rk@budapest.police.hu

Erzsébetvárosi Közterület-felügyelet

1076 Budapest, Százház u. 10-18.
Tel.: 413-1767, 24 órás ügyelet: 461-9040,
ÜGYFÉLSZOLGÁLAT:
Telefon: 06-1-342-7321
e-mail: info@evkfhu

Ügyfél fogadási rend:

H-Cs.: 08.30-11.00 és 13.00-16.00
P: 08.30-11.30
Járőrszolgálat, kerékbilincselési csoport:
1076 Bp., Százház u. 10-18.
Nyitvatartás: 8-18 óráig
Tel.: 461-90-40

ERVA Nonprofit Zrt.

1071 Budapest, Damjanich u. 12.
tel.: 352-8654/ 352-8655
Személyes ügyfélfogadás
(helyszín: félemelet):
Hétfő: 12.30 - 17.30
Szerda: 8.00 - 16.00
Telefonos ügyfélfogadás:
Hétfő: 8:00-12:00
Kedd: 8:00-16:00
Csütörtök: 8:00-16:00
Péntek: 8:00-13:00
12:00-12:30 között ebédszünet,
ez idő alatt nincs ügyfélfogadás.

Segélykérő telefonszámok:

Mentők: 104
Rendőrség: 107
Tűzoltóság: 105
Általános: 112

Gázszivárgás bejelentése
(éjjel-nappal):
06-1/477-1333

Konténeres sít és hulladékszállítás kedvező árakkal, 3x8 m3 es konténerekkel Tel: 06-30-9812-314

Költöztetés és lomtalanítás kedvező árakon Tel 06-30-423-5511

Víz-, gáz-, fűtészerezés 06-20-928-02-69

**Hűtőgép, mosógép, mosogatógép, klíma szerelés és javítás
06-70-639-54-07**



Anyám és más futóbolondok a családból

Fekete Ibolya négygenerációs filmje, az Anyám és más futóbolondok a családból az 1900-as évek legelejétől a 2000-es évek elejéig követi végig egy magyar család élettörténetét, benne a 20. századi történelmünk összes kulcseseményével. Főszereplői Ónodi Eszter, Básti Juli, a lengyel filmlegenda, Danuta Szaflarska és Gáspár Tibor, de feltűnik benne mások mellett Kerekes Viktória, Szervét Tibor, Csomós Mari és Lengyel Ferenc is.

Régi-új mozi a kerületben

Az Örökmozgó helyén október elsején nyílt az Art+ Cinema. Az Art+ Cinema napi több előadásban artfilmeket vetít majd, ősszel például olyan filmek premierje lesz itt, mint a Berlinale-díjazott Victoria, az idei Cannes-i Filmfesztivál zárófilmje, a Jég és ég között, a Cannes-ban gálavetítésen bemutatott Barbet Schroeder-film,

az Amnézia, illetve Fekete Ibolya új filmje, az Anyám és más futóbolondok a családból. Emellett a mozi műsorát a Globe Színház és a Royal Shakespeare Company előadás-közvetítései, illetve filmklasszikusok vetítései is színesítik majd a Pannónia Entertainment-tel együttműködésben.

(hvg.hu)