

FREE

Erzsébetvárosi közéleti-kulturális és ifjúsági magazin

# HETED 7

**PRO URBE DÍJ**

**Tóth Tibornak**

A Facultas igazgatójának

>>> 3. oldal

**VÁLASZÚTON  
RADNÓTI ÉS ADY  
A FÉSZEKBE**

>>> 6. oldal

**NOBEL DÍJ helyett**

Neumann János

>>> 14. oldal

K11: 12. oldal

2016. március



“A házat Brein Ferenc tervezte Pekáry Imre volt városi rendőrkapitány számára, romantikus-gótikus stílusban, 1847-ben. Balra egy klasszicista lakóház (kb. 1850), avilai Szent Teréz szobrával, a Szent Teréz patika védőszentjeként állították az épület sarkára, amely 1857-ben Neuhauser János tulajdona volt.” Király-utca, Goth-ház, 1893-97 között



## Pro Urbe Erzsébetváros díjat kapott a Facultas vezetője

2016. március 15-e alkalmából Pro Urbe Erzsébetváros díjat kapott Dr. Tóth Tibor a város oktatási és kulturális terén végzett kiemelkedő munkájáért. A város legmagasabb szintű kitüntetését Vattamány Zsolt polgármester adta át.

## Programok március - április

### 24. március, csütörtök 20.00 óra

#### Kárpáti Dódi

## Szimpla Kert

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

KÁRPÁTI DÓDI A MAGYAR KÖNNYŰZENE  
EGYIK LEGFANTASZTIKUSABB FIGURÁJA,  
AKI NAPRÓL NAPRA TALÁLJA FEL MAGÁT  
ÚJRA. TÖBB KÜLÖNBÖZŐ ZENEKARI FEL-  
ÁLLÁST KÖVETŐEN A KÖZELMŰLTBAN  
TALÁLKOZOTT TINÉDZSERKORI BARÁTJÁ-  
VAL, VASVÁRI PÁLLAL, AKIVEL AZONNAL  
A KÖZÖS ZENÉLÉS FOLYATÁSA MELLETT  
DÖNTÖTTEK.

### 2. április, szombat 19.00 órától

## Bethlen Téri Színház

Címünk: 1071 Budapest Bethlen Gábor tér 3.  
+36 1 342 71 63 www.bethlenszinhaz.hu



**Rejtő 111 - Humor Maraton** | 24 órás bérlet: 4500 Ft  
április 2. 19 órától másnap 19 óráig | **VII. kerületi lakosoknak 20% kedvezmény a bérlet és jegyek árából.**  
További információ: Bethlen Téri Színház - 1071 Budapest, Bethlen Gábor tér 3. | +36 1 342 7163 | info@bethlenszinhaz.hu | www.bethlenszinhaz.hu

### 16. április, szombat 19.00 óra

## A szív hídjai

## Belvárosi Színház

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

A Madison megye hídjai Robert James Waller nagy sikerű regényének filmváltozata - Meryl Streep és Clint Eastwood főszereplésével - meghódította az egész világot. Magyarországon először Udvaros Dorottya és László Zsolt kelti életre a felkavaró történetet.

Szereplők: Udvaros Dorottya, László Zsolt, Szamosi Zsófia, Chován Gábor  
Zene: Vázsonyi János - Dramaturg: Radnai Annamária - Díszlet, jelmez: Zeke Edit  
Grafika: Csáfordi László - Asszisztens: Jánoska Zsuzsa - Rendező: Novák Eszter - Producer: Orlai Tibor



Minden vasárnap reggel 9-től: **Szimpla Kert Háztáji Piac**  
1075 Budapest Kazinczy utca 14.

## „Aki mer az nyer?” - 111 éve született

## Rejtő Jenő KIÁLLÍTÁS

### Holokauszt Emlékközpont

Budapest, Páva utca 39., 1094

A Holokauszt Emlékközpont új időszaki kiállítással jelentkezik, melynek témája Rejtő Jenő kalandos élete. A kifejezetten gyermek-központos, interaktív kiállításra iskolás csoportok (6-18 éves korcsoport) jelentkezését várják 2016. április 1-21 között.

A kisiskolások számára Rejtő munkásságát játékok, képregényszínezés és egyéb interaktív feladatok révén mutatjuk be.

A foglalkozások és a kiállítás látogatása INGYENES, de előzetes bejelentkezéshez kötött: oktat@hdke.hu.

További információ:  
oktat@hdke.hu vagy +3614553318



## SPINOZA

### 24. március, csütörtök 19.00 óra

## Akit az istenek szeretnek

Élő koncert

Előadja: Csákányi Eszter

## Spinoza Színház

Címünk: Spinoza Ház, 1074 Budapest, Dob u. 15.  
Nyitva: H-V 8-23h . Tel: (1) 413 7488  
<http://www.spinozahaz.hu/>



Zenei vezető:

Wagner-Puskás Péter- billentyűs hangszerek  
Kovács Norbert - ütőhangszerek  
Dramaturg, szövegíró - Zöldi Gergely  
“Magamról és a női lélek megannyi arcáról mesélek ebben az estben” - mondja Csákányi Eszter.

A téma örök: nők - végletes lelkiállapotban. Nők, akik alárendelik magukat a férfinak, akik hiába várnak a megbeszélte randevún, akik kiszellőztetik a lakásból a magányt, és akik mégis mindig életben maradnak.

Csákányi Eszter mutatja be őket nagy empátiával és rokonszenvvel, humorral és öniróniával.

Jegyár: 3500,-

# VÁLASZÚTON

színházi rítusjáték Radnóti Miklós és Ady Endre verseire



*Ki hinné, hogy Ady és Radnóti bizonyos versei ugyanarról szólnak, tökéletesen összesimulnak, akár ha egy toll írta volna őket?*

*Apokaliptikus víziót festenek egy korról, mely nem csak a holocaust kora, de a mai jelen jellemzése is, pedig nekik akkor ez még távoli jövő. Prófétikus, zavarba ejtően személyes látomás, a tudatosan halálba készülők tisztánlátásával.*



**Szereplők:** Bánfi Kata és Berényi Dávid

**Zenei közreműködők:** Szakál László (zongora) és Jáger Dávid (indiai hangszerek)

**Zeneszerző:** Bánfi Kata, Szakál László, Jáger Dávid

**Forgatókönyvíró, rendező:** Halmy György

A fotókat a színházi felvételekről készült filmből válogattuk



Belépek a Fészekbe. Felsétálok azokon a lépcsőkön, melyeken Ruttkay, Latinovits, Páger, Psota és a többi nagy színész. És zenészek! Hogy a világhírű magyarok közül csak egy nevet mondjak Erzsébetvárosból: Ökrös Oszkár cimbalomművész. Bemutatóra jöttem: Válaszúton - színházi rítusjáték Radnóti Miklós és Ady Endre verseire. Az előadás forgatókönyvét írta és az előadást rendezte: Halmy György.

Indul a darab. Lassan, szinte kényelmesen sétál oda a zongorán álló gyertyához Szakál László, a zongorista. Fellobban a láng, előbb a szereplőkben, aztán a nézőkben is. És ég. Másfél órán keresztül, az előadás végéig, és még tovább. Elképesztő. Ez az egyetlen, amit az utolsó hang után lelkesen tapsolva érzek. És melegséget a szívben, fiatal korom színházi előadásai jutnak eszembe, miközben egyre csak tapsolok, Kaposvár, Szolnok... A Győri Balett: Markó rítusai. Halmy kiváló dramaturgiai érzékkel építkezik, percről percre húz be a darabba. Az első pillanatok kíváncsisága, hogy mit lehet Adyól és Radnótiból egy előadásban kihozni, lassan átmegy a koncentrált figyelembe. Peregnék a szavak, folynak a versek mint az áradat, nem tudom már, melyiket ki írta, Bánfi Kata könnyei csordulnak, majd egy pillanat és kacag, Berényi Dávid könnyedén táncolni kezd. Két fiatal színész és két fiatal zenész, Szakál László és Jáger Dávid, elképesztően pontosan játszik. A koreográfia precízen alkalmazkodik a versekhez, szinte hangról-hangra. A színészek nem előadják a verseket, hanem megélik. Ami süit és éget: a tehetség. Bánfi Kata csillogó szeme, fiatal kora mellett asszonyos tartása, lányos bája, gyerekes mosolya, éppen, ami a gesztusok tárházából kell, azt veszi elő. Berényi Dávid nem különben. Gyönyörű versek, egy csodálatos fiatal színésznő előadásában, egy szuggesztív fiatalember szájából, két fantasztikus zenész közreműködésével. Fájdalom. Mindennapi holokaust - mondta az előadás előtt a rendező.

Ady: a kő. A kezdet és a vég. A legnagyobb költő. Radnóti: előbb a víz. Az áradó erő. Sodró áram. Aztán: a tó. Az önként vállalt halál. Mert elmehetett volna, de maradt. A helyén. És persze, eszembe jut azonnal József Attila: az út. Ilyenek a mi költőink. A szabadság, a döntés szabadsága volt velük minden versükben. Az életen túli, a hétköznapiság fölötti, a szerelem mögötti dalok az ő verseik. Halmy kifinomult érzékkel beszélgetett Adyval és Radnótival. Ebből a beszélgetésből született a darab. Finom érzékkel, hegyes ujjakkal válogatva. Halmy filmrendező előlétele a komponálás nagymesterévé tette ebben az előadásban.

A fogyókúrák többsége hamis illúziókat kelt, a diéta befejezése után aztán jön a meglepetés: a fogyókúrára vállalkozók rövid idő alatt eredeti súlyuknál is több kilóval bírnak.

#### ÖN TUDTA?

Kalóriaszegény étrend mellett szervezetünk az energiát hasznosító izmokat is lebontja, de a diéta abbahagyását követően csak a zsírt építi vissza. A fogyókúrák 95 százaléka azért nem sikeres, mert a diéta lassítja az anyagcserét. Az emberek úgy tekintenek rá, mint átmeneti önsanyargatásra, ami hetekig, esetleg hónapokig tart, majd az elért eredmény után folytatják korábbi életvitelüket. Szigorú étrendi megkorlátozásokat alkalmaznak, rossz esetben ráadásul egyoldalúan is táplálkoznak, esetleg átmenetileg - akár igen megerőltető - sportot is bevállalnak, majd ismét visszatérnek az ismert házi koszthoz, és a kényszerből vállalt, sok esetben semmilyen örömet sem okozó sportot is megkönnyebbülve abbahagyják. Aztán jön a meglepetés: rövid idő alatt eredeti súlyuknál is több kilóval bírnak. Ezt hívják jójó hatásnak. Ennek oka, hogy a szigorú diéta miatt a szervezet védekezni kezd, csökkenti az alapanyagcserét, így kevesebb energia bevitele is elegendő lesz. A diéta abbahagyása után, a továbbra is lassú anyagcsere mellett a zsír raktározása még hatékonyabb lesz. Ráadásul a kalóriaszegény étrend mellett szervezetünk nemcsak a zsírt, hanem az izmokat is lebontja, de a diéta abbahagyását követően csak a



zsírt építi vissza. Ez mindenképp a rendszeres és tartós testmozgás mellett szól. Fogyókúra helyett életmódváltás A tartós fogyás egyetlen igazán hatásos módszere tehát az életmódváltás. A siker titka, ha az egész család változtat nemcsak étkezési szokásain, de életvitelén is. Ez különösen a gyermekek számára fontos, akiknél egy életre megalapozhatjuk az egészséges étkezést, megszerettethetjük a mozgást.

#### AZ ÉTKEZÉS MÓDJA IS SZÁMÍT!

Sokat segít, ha mindig megadjuk az étkezés módját. Terített asztal mellett, társaságban kevésbé habzsolunk. Ne hagyjuk az evésről elterelni a figyelmünket, azaz ne olvassunk, tévézzünk étkezés alatt, mert ismert tény, hogy így az elégségesnél nagyobb mennyiséget fogyasztunk akaratosan is. Próbáljunk az étkezésre, az evés örömeire, ízekre koncentrálni, alaposan rágjuk meg az ételt! Így jut idő az agyunknak arra, hogy észlelje a jóllakottságot, mielőtt degeszre tömnénk magunkat. Alapos rágással az emésztés is jobb hatásfokkal történik, már a szájüregben elkezdődik a folyamat. Jó szem előtt tartani Confuciusz mondását, mely szerint a "Reggeli a legjobb barátod, az ebéd a jó szomszédod, a

vacsora a legrosszabb ellenség." Azaz a szervezetünk működésének, energia igényének napszaki ritmusa van. A legtöbb energiára a nap kezdetéhez van szükség, éjszakára a jelentős kalóriabevétel kifejezetten ártalmas. Megnehezíti az éjszakai alvást, és legnagyobb része zsír formájában elraktározódik az ínségebb időkre. Részesítsük előnyben a zöldségfélét, teljes kiőrlésű gabonafélét, olajos magvakat, gyümölcsöket, húsok közül a halat, illetve a fehér húsokat. Több mint 100 éve, dr. John Harvey Kellogg indította útjára a müzlis reggelit, ami a mai napig az egyik legegészségesebb reggeli eledel, magas rost és alacsony zsír tartalma miatt. Az olajos magvak számos ásványi anyagot, rostot, vitamint tartalmaznak, védik szívünk egészségét, kis mennyiségben segítik az ideális testsúly megtartását is. Ha tehetjük, heti 1-2 nap együnk halat, édességek helyett inkább több gyümölcsöt fogyasztsunk! A helyes táplálkozás ugyanakkor azonban nem jelenti egyetlen ételmisszer, ételféleség tilalmát sem, de mennyiségi korlátozást feltétlenül jelent. Ha fogyni szeretnénk, akkor különösen fontos, hogy épp csak éhségünket csillapítsuk, inkább gyakran együnk keveset, és különösen az esti órákban tartózkodjunk a nagy mennyiségű, kalóriadús étkektől. Érdemes minden esetben elkerülni a teltségérzést, inkább csak kellemes jóllakottság-érzésre törekedjünk. A napi utolsó étkezést érdemes este 5-7 óra között megejteni, órákkal a lefekvés tervezett ideje előtt. Így alvásunkat sem zavarja a telt gyomor, és kisebb a zsírlerakódás esélye is. Az életmódvál-

tás egyik legfontosabb része a rendszeres testmozgás beiktatása, napi fél-egy óra, de legalább heti háromszor egy óra feltétlenül szükséges egészségünk megőrzése céljából. Nem kell nagyon megerőltető sportot választani, a lényeg, hogy élvezzük a mozgást. Ha van kedvünk és módunk, próbáljunk ki minél több mozgásformát, változassuk azokat.

A legegyszerűbb (és ingyen van) a rendszeres, tempós séta, esetleg futás, túrázás. Ha csak néhány megállót gyalog megyünk, vagy lift helyett néhány emeletet lépcsőzünk, már sokat tettünk az egészségünkért. Az úszás, kerékpározás izületkímélő, könnyen elsajátítható, sok örömet okozó sportok. A csapatsportoknak - például foci, kosárlabda - közösségépítő hatásuk külön kiemelendő. Társas táncok tanulásával szinte észrevétlen sikereket érhetünk el mind kondíciónk javítása, mind pár- és baráti kapcsolataink terén. Nekem higgyék el, fiatalít! A legfontosabb azonban, hogy örömmel, ne kényszerből sportoljunk, így könnyen mindennapjaink nélkülözhetetlen elemévé válik a mozgás, ami - bármily hihetetlen - komolyan tud hiányozni.

WEBBeteg - Dr. Dinya Zoltán



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 ÁPRILISI MŰSORÁBÓL

## BABETT HAZUDIK

április 5. kedd 19.30

Az RS9 Színház előadása

BABETT - Császár Réka

NINA - Sipos Viktória

SIMON - Krausz Gábor

KARIN - tizenévesek - Makra Viktória

RENDŐRNŐ - Pálfi Kata

BABETT ANYJA - Kolti Helga

Látvány: Illés Haibo

Dramaturg: Lőkös Ildikó

Rendező: Vidovszky György

„Szóval Londonba akartok menni? Hát

legyen. De miért vagytok ilyen kis gyávák?

Élni tudni kell. Legyen egy hét New York. Ezt

kérem apámtól szülinapomra, egy utazást,

akivel én akarom. Azt fogja mondani 'Édes

kicsikém, hát kirándulni karsz a barátaiddal?

Hát nem mondom, sok a pénz, de egyszer

tizenöt az én kis hercegnóm.' Elviszem közü-

letek azt, aki ajándékot ad nekem. Két vagy

három embert."

Németh Ákos legfrissebb darabjának a

helyszínei: utca iskolával és gyorsétteremmel,

úszómedencés terasz egy villában, szoba egy

elhanyagolt házban, kilátó, rendőrőrs – vagyis

ismerősek, kultikusak. A történet szereplőinek

egyike, Babett pedig úgy mesél az álmairól,

hogy közben mindenki valóságnak hiszi. Ár-

tatlan játéknak indul, aztán tragédiába fordul.

Ki a felelős? Mit tehet a felnőtt?

Az előadás hossza: kb. 80 perc, szünet nélkül

## HAMLET

április 7. csütörtök 19.30

Az Anyaszínház és a Maszk Egyesület előadá-  
sa. Filmes színházi interakció.Az előadás Hamlet halálának pillantából való  
flashbackjére épül. Életének legfontosabb  
mozzanatait, fordulópontjait elevenednek meg,  
s válnak dialógikussá a filmen szereplő szí-  
nészek közreműködésével. A megelevenedő  
múlt újra megszenvedett jelenidővé válik  
Stáb:

Hamlet - Menszátor Héresz Attila

Filmen megjelenő szereplők:

Claudius - Huszár Zsolt

Szellem - Mucsi Zoltán

Ophélia - Fátyol Kamilla

Polonius - Dióssi Gábor

Gertrud - Menszátor Magdolna

Horatio - Kovács Krisztián

Rosencrantz - Szőlóssy Zoltán

Guildenstern - Atlasz Gábor

Koreográfus - Kántor Kata

Dramaturg - Sediánszky Nóra

Videotechnika, látvány - Vella Péter János

Film - Géczy Dávid, Császi Ádám

Rendező - Menszátor Héresz Attila

Az előadás hossza: kb. 65 perc, szünet nélkül



## Facultas Education Group Kft

felvételt hirdet!

Erzsébetvárosi lakosok, pályakezdők,  
álláskeresők részére, **ingyenes****Projekttervezés, pályázatírás****intenzív (3 egész napos) tanfolyamára**

Jelentkezés januárban folyamatosan a lenti telefonon.

Facultas Education Group Kft - 1071 Budapest, Hernád utca 46.

Tel: 413-73-62; Fax: 413-73-61

www.facultas.hu

facultas@facultas.hu

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

Március 26-án tovább folytatjuk Irodalmi-estünket, a Szécsi Noémi – Géra Eleonóra szerzőpáros este hét órától a nagy sikerű „A budapesti úrinő magánélete (1860-1914)” című könyvel összefüggésben beszélget a nők korabeli életéről, szokásairól.

Mach András amatőr költő estje várja az érdeklődőket 29-én, a Szódy Szilárd által szerkesztett és rendezett, „Levegőt” című verspódiumra - Az est zenéjét szerezte és zongorán közreműködik Fias Gábor.

Áprilisban két fotókiállítással is várjuk a műfaj kedvelőit: 5-én Escher Károly emlékkiállítása nyílik öt órától, másnap pedig a Rómában élő Várhelyi Klára fotóművész kiállítása este fél hattól. A kiállítások 29-ig tekinthetők meg.

Az Anima Musicae Kamarazenekar 6-i olasz barokk koncertjét követően Oláh Dezső triója a Trió a lá Kodály című lemezének anyagát játssza 7-én, majd 14-én Cathrine Nardiello önálló zongoraestje kerül megrendezésre. Jegyárainkról és a pontos kezdésről tájékozódhatnak honlapunkon.

A költészet napja tiszteletére „Tajtékos lég” címmel, április 9-én Radnóti Miklós versei szólalnak meg szóban és zenében, a belépés díjtalan. 16-án immár harmadik alkalommal adunk ott-hont a Skandináv-napnak, előadások, filmvetítés, gyermekprogramok várják az érdeklődőket.

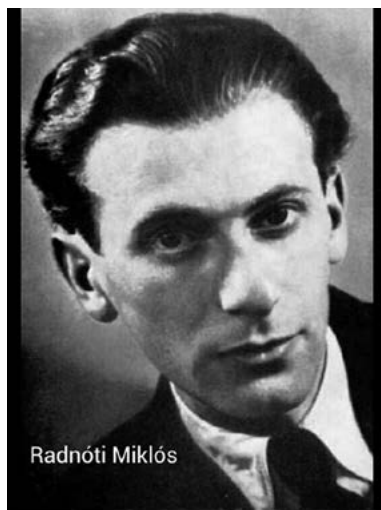
**HELYREIGAZÍTÁS** Az előző számunk borítóján lévő fotó, valamint ugyanezen lapszámunk 12. oldalán az Anima Musicae Kamarazenekarról készült kép Seprűs P. Péter felvétele. Elnézést kérünk a fotóstól, hogy nevének feltüntetését elmulasztottuk.

Griskovec „Hogyan ettem kutyát” című monodrámáját tekinthetik meg vendégeink Gál Tamás színész prezentálásában április 18-án, este hét órától. Következő este Pál Feri Atya „Önbecsüléssel szabadon” című előadása kerül megrendezésre, este hat órától.

A negyedik „Mozdulj!”-ra április 23-án kerül sor, táncbemutatókkal, zsonglőrökkel, színházi előadással készülünk a kicsiknek és nagyoknak, fellép az Animal Cannibals. A rendezvény ingyenes.

Apá és fiú – Závada Pál és Závada Péter szerzői estjét tartjuk április 23-án, este fél nyolctól. „Színvallás” sorozatunk következő vendége pedig Hernádi Judit lesz április 26-án, beszélgetőpartnere Csáki Judit színikritikus.

További programjainkért, részletekért látogassanak el facebook – és weboldalunkra!



Radnóti Miklós

# BETHLEN TÉRI SZÍNHÁZ

**REJTŐ 111 – Humor Maraton**

**Rejtő Jenő 111 évvel ezelőtt született Erzsébetvárosban, egészen pontosan a Szövetség utca 22. szám alatti házban. Az író munkássága előtt tisztelegve idén harmadik alkalommal rendezi meg a Stand Up Brigád és a Bethlen Téri Színház a 24 órás Humor Maratont, amelyet Rejtő Jenő születésnapját követő hétfőn, április 2-án és 3-án tartanak.**

A humor maraton keretében 24 órán keresztül kabaréjelenetekkel, tréfákkal, zenés paródiákkal idézik meg a pesti kabaré aranykorát, de a műsorban helyet kap a humor napjainkban legnépszerűbb ága, a stand up comedy is. Lesz itt bábkabaré és bemutatják azt is, hogy a kortárs tánc és a humor milyen jól megfér egymás mellett. A fellépők között megtalálhatók Karinthgyűrés humoristák, a Showder Klub népszerű stand-up előadói, a Dumakabaré, a Comedy Central és a Rádiókabaré ismert nevetetői is. Sőt, a szokásos vasárnap délelőtti családi előadás, a Vicces, királykisasszony?!? is a humor és vidámság jegyében zajlik.

**Program:**

**2016. április 2., szombat:**

19.00- 22.00 – DUMAKABARÉ – az ATV nyilvános felvétele a Stand Up Brigád és a Vidám Színpad művészeivel (Beleznay Endre, Aradi Tibor, Varga Ferenc József, Éles István, Szép Bence, Erdei Sándor, Szikra László, Szántó Sándor, Straub Dezső, Gombos Szabolcs)

22.00-22.50 – GEGMENŐK - stand up comedy (Fülöp Viktor, Gombos Szabolcs)

23.00- 23.50 – PONYVAKABARÉ - Rejtő Jenő művei alapján (Beleznay Endre, Éles István, Köllő Babett, Szép Bence, Ürmös Zsolt)

**2016. április 3., vasárnap:**

0.00-0.30 – VAK-TÖLTÉNYEK – Sulyok Péter „láthatatlan” comedy estje

0.30- 1.00 – A VIDÉK 50 ÁRNYALATA – Szikra László önálló estje

1.00-1.50 – PIKÁNS POÉNOK ÓRÁJA - Kovács Kovi Istvánnal és Polgár Petivel

2.00-2.50 – OPEN MIC NIGHT – Filléres Kabaré

3.00- 3.50 – OPEN MIC NIGHT – Filléres Kabaré

4.00- 8.50 – VAKKOMONDOR MARATON

(Az ATV hírmagyarzó humor műsorának vetítése. Főszerepben: Beleznay Endre)

9.00- 9.50 – RÁDIÓKABARÉS HUMORÓRA

10.00-11.00 – FILMVETÍTÉS GYEREKEKNEK

11.00-11.50 – VICCES, KIRÁLYKISASSZONY? - humorelméleti mesejáték gyerekeknek

12.00-12.50 – KÉZMŰVES FOGLALKOZÁS

13.00-13.50 – ÉRETTSÉGI FELKÉSZÍTŐ – stand-up matiné Gaál Danival és Kuli Bálinttal

14.00-14.50 – REJTŐ 111 – kerekasztal beszélgetés (Közreműködnek: Thuróczy Gergely, Szép Bence, Kövesdi Miklós Gábor)

15.00-15.50 – STAND UP KLUB - Kövesdi Miklós Gábor, Szántó Sándor

16.00 -16.50 – MARICA PRODUKCIÓ: Stanna és Panna

17.00 – 17.50 – ZADAM TÁRSULAT: InriOut

18.00-19.00 – STAND UP COMEDY ZÁRÓRA - Lorán Barnabás Trabarna, Somogyi András, Ihos József

*A szervezők a műsorváltoztatás jogát fenntartják.*

Fotó: Kállai-Tóth Anett



# NOBEL DÍJAT ÉRDEMELT VOLNA

Neumann János (Budapest, 1903. december 28. – Washington, 1957. február 8.)

*Bödök Zsigmond könyvében így jellemezte a matematika zsenit, a számítógép atyját: „Szellemének tág horizontú világa, zsenialításokra képes energiabővsége és a tudásvágy legyőzhetetlen őseréje repítette fel a 20. század nagy sóhaját: Neumann Jánost.”*

Neumann János 1903. december 28-án született Budapesten, a Váci körút 62. lakóházban, jómódú polgári család első fiú gyermekeként. A Neumann család inger-gazdag szellemi légkört teremtett a fiatalon már németül és franciául is beszélő gyermekek számára, ahol a gyakori beszélgetések nem kizárólag tudományról zajlottak, nem volt ritka a zenei, színházi vagy irodalmi téma sem. A családdhoz eljáró tudósokkal, Ortvy Rudolff fizikus, Fejér Lipót matematika professzorokkal János hamar megismerkedett, és korán tanúbizonyosságot tett a kortársait jóval meghaladó képességeiről úgy, mint nyelvtanulási könnyedsége, fotografikus emlékezőtehetsége, fejszámolási zsenialitása. Ez utóbbi képessége felnőttkorában szinte védjegyévé vált. Legenda járt arról, hogy a korai elektronikus számológépek számításait ő maga ellenőrizte fejben az akkori gépekkel azonos sebességgel!

Az elemi iskolát magánúton végezte, középiskolába pedig a híres erzsébetvárosi Fasori Evangélikus Gimnáziumba járt. Matematika-tanára az a Rátz László volt, aki Wigner Jenőt is tanította. Rátz azonnal felismerte Neumann János kivételes tehetségét, ezért a szülők beleegyezésével a továbbiakban Szegő Gábor egyetemi tanárra bízta, aki később az amerikai

Stanfordban lett a matematika professzora. Az érettségi után apja tanácsára vegyészmérnöki pályát választ, és Berlinben, majd Zürichben kezdi meg tanulmányait, ezzel párhuzamosan azonban beiratkozik a budapesti Tudományegyetemre is matematikai doktoranduszként. 1925-ben megszerzi vegyészmérnöki diplomáját, Albert Einsteinól statisztikus mechanikát tanul és huszonkét évesen átveszi matematikai doktorátusát. Wigner Jenővel, Szilárd Leóval és Gábor Dénessel gyakorta éltek a kor egyre gyorsuló szellemi életét. Egy év múlva már Berlinben egyetemi magántanár, 1926-ban pedig Göttingenben David Hilbert tanársegédje. Idejét főként a kvantummechanika matematikai tisztába tételének szenteli, s e munkássága legjelentősebb eredményeit „A Kvantummechanika matematikai alapjai” címmel jelentette meg 1932-ben. A fizikusok nem minden alap nélkül tekintették a modern fizika egyik legnagyobb alakjának Neumann Jánost. Wigner Jenővel együtt elfogadja a princetoni egyetem meghívását, és Amerikában telepedik le.

Morgensternnel sok egyéb mellett megalkották azt a játékelméletet, mellyel lerakták a valószínűségszámítás alapköveit, és amely elmélet a gazdasági tevékenység elemzésének a legfőbb eszközévé vált. Mi sem természetesebb, hogy a világháború kitérősekor Neumannt Los Alamosban találjuk. Ő oldja meg azt a problémát, miként lehet a plutóniummal töltött bombát működésbe hozni a kívánt hatás elérése érdekében.

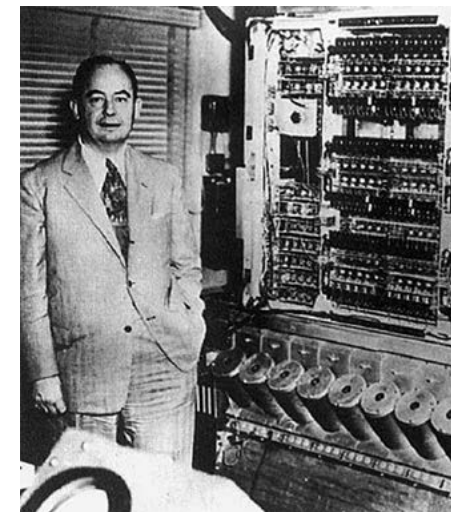
Az 1930-as évek végétől érdeklődése egyre jobban az alkalmazott matematikai problémák felé fordult. 1951-től 1954-ig az Amerikai tár-

saság elnöke volt. Még ebben az évben megkapta az Egyesült Államok Érdemérmét, azért mert a jelen korunkat is meghatározó informatikai forradalmat útjára indította. 1955-ben az öttagú Atomenergia Bizottság (AEC) tagjává nevezték ki. Valójában ekkor fordult érdeklődése a nagysebességű elektronikus számítások lehetősége felé. Alapvető gondolatait – a kettes számrendszer alkalmazása, memória, programtárolás, utasítás rendszer – Neumann-elvekként emlegetjük! Tanácsadóként szerepelt az EDVAC – az első olyan számítógép, amely a memóriában tárolja a programot is – tervezésénél, amelyet 1952-ben helyeztek üzembe. Ennek a számítógépnek a tervezése során fejlesztette ki az elektronikus számítógépek belső szervezésének elméletét (Neumann-elv), amelynek alapján készülnek a mai számítógépek is! Az érdekesség kedvéért a mai kor fiataljainak - az ENIAC nevű kisebb szoba nagyságú számológépben 18 ezer elektroncső és csaknem 1500 relé volt beépítve!

1957-ben Eisenhower elnök saját kezűleg adta át Neumann Jánosnak az Egyesült Államok legmagasabb polgári elismerését, az elnöki Szabadságérmét. Ekkor azonban már csontrákkal menthetetlenül beteg, a küzdelem Washingtonban 1957. február 8-án ér véget. Amikor a princetoni temetőben édesanyja és felesége mellé temették, így búcsúztatták: „Ha oda kerül, ahová hitte, hogy megy, akkor fönn most nagyon érdekes beszélgetést folytathat valakivel.”

Nevét Holdkráter őrzi, róla nevezték el a 22824 számú Neumann kisbolygót, 1999-ben a Financial Times az évszázad emberének nevezte, itthon Egyetemi kart, szakközépiskolát, gimnáziumot, tudományos társaságot, díjat és utcákat neveztek el róla.

(MAG)





# ZÖLDSPÁRGA HOLLANDI MÁRTÁSSAL

## ELKÉSZÍTÉS

Megolvasztjuk a vaját, felforraljuk, és a keletkező habot eltávolítjuk.

Fémtálba tesszük a 2 tojássárgáját és a fehérbort. Forró vízfürdőben habosra verjük, majd lassan csorgatva beledolgozzuk a vaját. Reszelt citromhéjjal, sóval és borssal ízesítjük. Ezután megpároljuk a spárgát. Ha kész, a hollandi mártással tálaljuk.

A recept elkészíthető fehér spárgából is, de a zöldet egyszerűbb megtisztítani. A zöldspárga fás része letörhető, hiszen pont a lágy és a fás rész találkozásánál törik el. Ezzel szemben a fehér spárgát végig meg kell pucolni.

Hozzávalók:

Fél kg zöldspárga  
20 dkg vaj  
2 tojássárgája  
3 evőkanál fehérbor  
só  
bors  
1 citrom héja



## A spárga gyógyhatása

Gyógynövényként több évszázada számon tartják. Elsősorban vízajtó és vesekő-eltávolító hatása ismert, vízajtóként áttélesen a szívet tehermentesítve a keringésre is jótékony hatással van. Ugyancsak vízajtó tulajdonságával van összefüggésben, hogy segíti a szervezet méregtelenítését. Szárított porát fogfájás kezelésére is használták. Kedvezően hat a belső elválasztású mirigyek működésére, és enyhe hashajtó hatású. A nyers spárgalé is egészséges, 4-5 hajtásból zöldségcentrifugával félcsészényi nyerhető. Túlzott fogyasztása nem javasolt kösvényes és veseköves, illetve erre hajlamos emberek részére. Nagyobb mértékben még az érszűkültre is jó hatással van.

## "KÖLTŐNK ÉS KORA"

Hatvany Bertalannak

Ime, itt a költeményem.  
Ez a második sora.  
K betűkkel szól keményen  
címe: "Költőnk és Kora".  
Ugy szállong a semmi benne,  
mintha valaminek lenne  
a pora...

Ugy szállong a semmi benne,  
mint valami: a világ  
a táguló űrben lengve  
jövőjének nekivág;  
ahogy zúg a lomb, a tenger,  
ahogy vonítanak éjjel  
a kutyák...

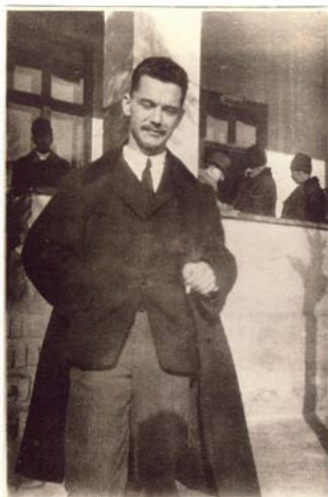
Én a széken, az a földön  
és a Föld a Nap alatt,  
a naprendszer meg a börtön  
csillagzatokkal halad -  
mindenség a semmiségbe,  
mint fordítva, bennem épp e  
gondolat...

Úr a lelkem. Az anyához,  
a nagy Űrhöz szállna, fönn.  
Mint léggömböt kosarához,  
a testemhez kötözöm.  
Nem való ez, nem is álom,  
ugy nevezik, szublimálom  
őszöntöm...

Jöjj barátom, jöjj és nézz szét.  
E világban dolgozol  
s benned dolgozik a részvét.  
Hiába hazudozol.  
Hadd most azt el, hadd most ezt el.  
Nézd ez esti fényt az esttel  
mint oszol...

Piros vérben áll a tarló  
s ameddig a lanka nyúl,  
kéken alvad. Sír az apró  
gyenge gyp és lekonyúl.  
Lágyan ülnek ki a boldog  
halmokon a hullafoltok.  
Alkonyúl.

1937. aug. vége



## JÓZSEF ATTILA

(Budapest, 1905. április 11. – Balatonszárszó, 1937. december 3.)

Apja 1908-ban elhagyta családját. Nevelőszülőkhöz adták, majd a Ferencvárosban a lumpenproletárlét határmezsgyéin éltek, édesanyja rákban halt meg. Nővére, József Jolán férje, Makai Ödön ügyvéd lett József Attila gyámja, Makóra került gimnáziumba. Megismerte Juhász Gyulát, az ő segítségével és előszavával megjelent első verskötetete (Szépség koldusa). 1923-ban a Nyugat is közölte verseit. 1924-ben a szegedi egyetem magyar-francia szakára iratkozott be, de Tiszta szívvel című verse miatt összeütközésbe került professzorával, Horger Antallal. 1926–27-ben Párizsban a Sorbonne előadásait hallgatta. 1928-ban kötött barátságot Illyés Gyulával, Babits Mihályhoz is eljutott, ő azonban nem viszonzta közeledését. Elnyerte Kosztolányi Dezső segítő barátságát. 1928-tól szerelem fűzte a jómódú polgárcsaládból való Vágó Mártához, ám a lány hosszú angliai tanulmányútja eltávolította őket egymástól. A Szép Szó egyik szerkesztője lett.

A Baumgarten-alapítványtól segélyt, majd jutalmat kapott. Nagyon fáj című kötete sem hozta meg számára a várt elismerést. 1937 tavaszán megszerette Kozmutza Flóra gyógypedagógus pszichológust, házasságot remélt, de idegzete mindinkább felmondta a szolgálatot. 1937. december 3-án a szárszói állomáson induló tehervonat kerekai alá feküdt.

## 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 d.u.: 13.00-16.00  
**szerda:** 8.00-12.00 d.u.: 13.00-18.00  
**csütörtök:** 8.00-12.00 d.u.: 13.00-16.00  
**péntek:** 8.00-12.00 d.u.: nincs

## Kormányablak

1073 Budapest, Erzsébet krt. 6.  
nyitvatartása:  
Hétfő: 07:00-17:00  
(sorszámkiadás vége: 16:00)  
Kedd: 08:00-18:00  
(sorszámkiadás vége: 17:00)  
Szerda: 08:00-20:00  
(sorszámkiadás vége: 19:00)  
Csütörtök: 08:00-18:00  
(sorszámkiadás vége: 17:00)  
Péntek: 08:00-15:00  
(sorszámkiadás vége: 14:00)

Telefon: 06(1) 795-8884

## 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,

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

**Költöztetés és loptalanítás 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**

ÜGYFÉLSZOLGÁLAT:  
Telefon: 06-1-342-7321  
e-mail: info@evkf.hu

## 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

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

## Bihari János Táncegyüttes



Ifjú biharisok Erzsébetváros Önkormányzata díjátadó ünnepségén

<http://bihari.hu>

„1954-ben talán húszan, huszonketten kezdtük. Ma már gyermekegyütteseinkkel együtt több, mint kétszázan vagyunk, így reménykedhetünk, hogy műhelyünk szelleme, otthont adó melege nemzedékeken át öröklődik.

Együttesünk a kezdetektől a magyar néptánckincs színpadi megjelenítésének útjait keresi. A néphagyomány számunkra nem csupán történeti dokumentumgyűjtemény, archív anyag, hanem újabb és újabb néptáncalkotások forrása.

A népművészet értékeinek kimeríthetetlen gazdag tárházából meríteni és a magyar népzene, néptánc sokszínűségét, táji változatait megeleveníteni a színpadon, ez együttesünk munkájának értelme és szépsége.”

A Bihari János Táncegyüttes alapítója, Novák Ferenc koreográfus mondta e szavakat az együttes 40 éves fennállásakor. Az együttes fenntartója a Bihari János Kulturális Egyesület. Műsoraink, létünk fő támogatói: Nemzeti Kulturális Örökség Minisztériuma, Nemzeti Kulturális Alapprogram, Területi Művelődési Intézmények Egyesülete, Nemzeti Civil Alapprogram és a VII. Kerületi Polgármesteri Hivatal.

Tisztelt Olvasóink, ha szeretnének lapunkhoz közvetlenül hozzájutni, kérjük, jelezzék elérhetőségeink egyikén!

**IMPRESSZUM: HETED7 Magazin - Megjelenik: 20 000 PÉLDÁNYBAN**  
 Felelős kiadó: Facultas Nonprofit Kft. 1071 Budapest Dembinszky u. 34.  
 TELEFON: +36-30-8481704 [www.heted-7.hu](http://www.heted-7.hu)  
 levélcím: [info@heted-7.hu](mailto:info@heted-7.hu)