

FREE

Erzsébetvárosi közéleti-kulturális és ifjúsági magazin

HETED 7

Jackie: Natalie Portman

Film

>>> 6. oldal

Houdini
Bűvész, illuzionista
>>> 8. oldal

Tea vagy kávé?
>>> 12. oldal

Koronázás
>>> 14. oldal



Macbeth
Bethlen Téri Színház
>>> 13. oldal

Spinoza: 5. oldal

2017. február



A zsidó munkaszolgálatosok emlékére



Tóth Tibor
főszerkesztő

Reméljük, a tél már nem hoz több rossz napot, jeget, szmogot. Az Örkeny színházban minden esetre, „Mesél a bécsi erdő”. Ödön von Horváth kispolgári története a harmincas évek Bécsébe repíti a nézőt.

A Kassák Múzeum kiállítása viszont a huszadik század elejétől az 1989-es rendszerváltásig terjedő időszak lakhatásért folytatott küzdelmeit tekinti át.

Ki ne lenne kíváncsi a Kennedy Gyilkosság megoldására? Az új Jackie filmből, melyben Natalie Portman zseniálisan alakítja a First Ladyt, biztosan nem fogjuk megtudni. Egy asszony négy napba sűrített drámájának történetét azonban igen.

Ha már a titkoknál tartunk, a kultúra erzsébetvárosi nagykövezetnek, Harry Houdini, alias Weisz Erik életébe viszont bepillanthatunk.

Ebben a fagyos időben jólesik Egy kis „boldogság hormon”. Receptünk szerint 5 perc alatt készíthetünk egy finom browniet.

A Bethlen Téri színház és az RS9 Színház egyaránt különleges bemutatókkal várja nézőit.

Alegjobb, ha egy gyermekorvos nem csupán a tüneteket enyhíti, ha már beteg a gyerek, de segít az esetleges lelki problémák felderítésében is. Ajánlunk egy ilyen orvost mutat be.

Az Erőműház és a K11 a következő hónapban szeretettel várja a kultúra iránt érdeklődő erzsébetvárosiakat.

Végül: Fa Nándornak gratulálunk, aki 93 nap alatt vitorlázta körbe a földet. Hatalmas teljesítmény!

Programok február - március

25. február, szombat 19.00 óra

MESÉL A BÉCSI ERDŐ

Örkény Színház

„Minden színdarabom tragédia – csak azáltal válnak komikusá, hogy olyan rettenetesek. A rettenetést meg kell mutatni.”

Ödön von Horváth *fasiszta joghallgatóval vigasztalódik, majd visszafogadja régi szeretőjét. A gyerek közben meghal. A hentes megbocsát a bababolts lányának, így minden megoldódik. Mint a mesében. Mesél a bécsi erdő, sok zenével.*

Címünk: 1075 Budapest, Madách Imre tér 6.
+36-1 342-7163 www.bethlenszinhaz.hu

26. február, vasárnap 20.00 óra

Frenák Pál Társulat: Lutte

Trafó

„Frenák, mint akinek személyes küldetése az erőszak, a hatalmi viszonyok láthatóvá tétele, azért ismétli folyton önmagát, mert mi nézők nem tanuljuk meg a leckét.” (Péter Petra, Színház)

Címünk: 1094 Budapest, Liliom u. 41.
Telefonszám: +36-1 456-2040



27. február, hétfő 20.00 óra

Bocs, félrement!

Belvárosi Színház

Címünk: 1075 Budapest, Károly krt. 3./a
Telefon: +36-1 267-3775



STEPHANIE BOLDOGAN ÉLI A HÚ FELESÉGEK ÉLETÉT: GONDOSKODIK A HÁZTARTÁSRÓL, NEVELI A GYEREKEKET - AZTÁN EGY NAPON KAP SAJÁT SZÁMÍTÓGÉPET. BE IS CSAP A MENNYKŐ. ÉRKEZIK EGY FURCSA ÜZENET A FÉRJÉTŐL, TALÁN NEM IS NEKI SZÁNTA? CSATLAKOZIK PEG, A LEGJOBB BARÁTNŐ, HOGY BOSSZÚT ÁLLJON AZ ALJAS FÉRFINEMEN, ÉS GEORGE, A LEGJOBB BARÁT, HOGY MENTSE A MENTHETŐT. DE KI AZ A WANDA? ITT VALAMI VISSZAVONHATATLANUL FÉLREMENT.

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

KIÁLLÍTÁS

Tettek ideje

Lakhatási mozgalmak
a 20. században

„Mindig csak a szavak, és megint csak a szavak, eltanácskozzatok az egész életet. Mikor van itt a tettek ideje, ha nem ilyenkor?!”

Kassák Lajos

A Kassák Múzeum és a Közélet Iskolája részvételi alapú kiállítása a huszadik század elejétől az 1989-es rendszerváltásig terjedő időszak lakhatásért folytatott küzdelmeit tekinti át, bemutatva az érintettek közös cselekvési stratégiáit, a megélhetésért folytatott praktikáikat, megoldási kísérleteiket és önszerveződésüket.

Kassák Lajos művészeti tevékenysége mellett sokrétű kultúráközvetítő és közéleti szerepet is játszott. Ennek nyomán a Kassák Múzeum 2012-ben megkezdett Életmód és társadalmi mozgalmak a modernitásban című kiállítási és kutatási programjában nagy teret biztosít a szociálisan érzékeny témák és művészeti projektek bemutatására. Ebben a sorba illeszkedik a Tettek ideje. Lakhatási mozgalmak a 20. században című kiállítás is, melyet a Közélet Iskolája közösségi oktató- és kutatóközponttal együttműködésben valósítottunk meg.



Kassák Múzeum

1033 Budapest, III. kerület Fő tér 1.

SPINOZA

27. február, hétfő

19.00 óra

Az Orczy-ház

Dombi Gábor előadása



Az eltagadott hagyaték:

Zsolt Béla és társai

Szerelmek, botrányok, történetek Budapest legnagyobb bérházában. Imádták, gyűlölték, magasztalták, lenézték Pest legizgalmasabb épületét, a mai Madách-házak helyén álló Orczy-házat, ahonnan kinőtt a pesti zsidóság színes világa.

A zsidók szimbolikus épületében 140 szoba, híres kávéház, könyvüzlet, imaház, zsinagóga és orvosi ellátás is működött.

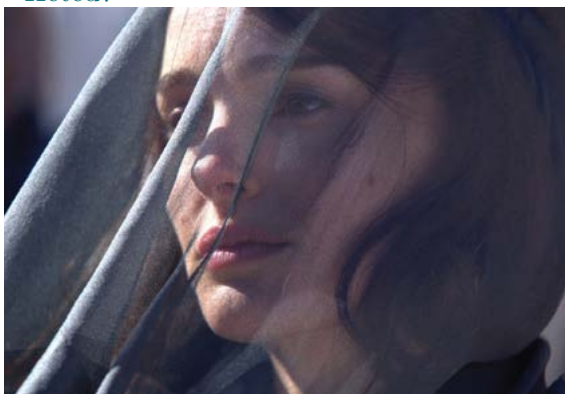
Dombi Gábor kultúrtörténésztől, az Orczy-ház kutatójától még azt is megtudjuk, hogy lett táncos mulató a zsinagógából.

Jegyár: 2000,-

Címünk: Spinoza Ház, 1074 Budapest, Dob u. 15.
Nyitva: H-V 8-23h . Tel: +36-1 413-7488
<http://www.spinozahaz.hu/>

Jackie

Heted7



Natalie Portman



6

Heted7



A chilei rendező, Pablo Larrain a 35. amerikai elnök, John F. Kennedy (Caspar Phillipson) megölése (1963. november 22. Dallas) előtti és utáni napokban helyezi Jacqueline Kennedy (Natalie Portman) rövid, de megdöbbentően intim drámáját. A férj meghalt, a gyerekek kicsik (3 és 5 évesek), mi lesz most? Ismétli-e a történelem önmagát, mint Lincoln özvegyének esetében, aki nincstelenül hal meg? Hogyan lehet úrrá lenni a helyzeten, túlélni a temetést, egyáltalán, élni tovább...

Jackie-ről, ha őszinték akarunk lenni, csak képek ugranak be: a haja, rózsaszín ruhája, talán kicsit furcsa beszédmódja, és a fekete ruhás kép a temetésen. Aztán esetleg, valami későbbi yachtos fotó, már Onassis feleségeként. Bár, nem igazán hasonlít, de Natalie Portman pár pillanat múlva már Jackie. A riporter előtt, aki arról kérdezi, milyen volt a golyó hangja. A zuhany alatt, ahogy a vért mossa le magáról. Úton a washingtoni repülőtérrel a Bethesda Haditengerészeti Kórház felé, ahol az elhunyt elnököt épp boncolni fogják. A film négy napba sűríti egy asszony félelmeit és vívódásait. Hogyan maradhat hű férje emlékéhez, hogyan maradhat önmaga. 1962-ben Jackie a CBS-TV kameráit először vitte be a Fehér Házba. Jackie felújította, vagy inkább saját képére formálta az elnöki rezidenciát. Megszerezni, megtartani, majd elveszíteni a First Lady-séget. Natalie Portman törekeny, ha kell, határozott és magabiztos, fájdalma mellett is, a családjáért és önmagáért kiálló nő. A gyilkosság előtti, alatti, utáni pillanatok, napokat Jackie szemzögéből látjuk. Mégér egy Oscart, annyi bizonyos. A merényletről az a kép maradt meg bennünk, mintha egy nagy nyitott színpadon játszódnak volna. Larrain operatőre Stéphane Fontaine, azonban a tömegjeleneteket extrém közeli felvételekre cseréli, melyekben, mintha az újonnan feltűnő szereplőknek nem lenne már hely a vásznon, mely mintha csak Jackie-é lehetne egyedül. Talán, ami zavart a filmben, az Mica Levi zenéje. Néha a csönd több lett volna.

7

mfl

Harry Houdini bűvész, illuzionista (1874 – 1926)

„A tömeg összecsdítésének nincs annál egyszerűbb módja, mint közhírré tenni, hogy egy bizonyos időpontban, egy bizonyos helyen valaki megpróbál valamit, s ha nem sikerül, az életével fizet.”

Harry Houdini



George Bernard Shaw szerint a legtöbbet emlegetett nevek a világon: Jézus, Sherlock Holmes és Houdini, a magyar származású amerikai illuzionista és bűvész, minden idők legnagyobb szabaduló és a modern kor egyik legnagyobb előadóművésze.

Weisz Erik néven született Budapesten, 1874. március 24-én Erzsébetvárosban, a Rákosárok út 1. szám alatti házban, ami ma Csengery utca.

Apja a jiddis anyanyelvű Mayer Sámuel Weiss rabbi, aki jogtanácsos volt, édesanyja Steiner Cecília. A család 1878-ban hagyta itt Magyarországot és kivándoroltak az Amerikai Egyesült Államokba. Wisconsin államban, Appleton városban telepedtek le és itt nőtt fel. Otthon magyarul, jiddisül vagy németül beszéltek.

Fiatal srácként volt cipőpucoló, munkás egy nyakkendőgyárban és újságkihordó fiú is, ahogy ez akkoriban a bevándorló családokban általános volt. Később felismerte a lehetőséget a bűvészetben. A

tizenéves fiúcska szemtanúja lehetett egy „spirituális” jellegű előadásnak, amelyben a megbilincselte előadó egy lezárt láda belsejéből mintha szellemekkel kommunikált volna, ez volt a „Spirit Cabinet”, a szabaduló szám. Ez után az előadás után született meg a fejében a szabadulós számok elmélete, ötlete. A Houdini nevet tizenhét éves korában kezdte használni a francia bűvész, Jean Eugène Robert-Houdin neve után.

A karrier 1893-ban indult be a „Chicago World’s Fair”, a Houdini fiúk műsorral. 1898-ban kiadásra került a 16 oldalas kis katalógusa: „Harry Houdini’s School of Magic”.

Az igazi fordulópontot és a siker-korszakot az jelentette, hogy a korábban már érlelt gondolatait valóra váltva, gyakorlatba ültette a „kényszerzubbonyból való kiszabadulás” ötletét. Különlegessége volt, hogy szinte bárhol képes volt bemutatni. Mindenét kockáztatva a századfordulón, 1900-ban visszajött Európába. Élete furcsasága volt az, hogy a már bejáratos

nagy karrier azon a földrészen vált világhírűvé, ahol végül is született. Elindult európai hódító útjára “Houdini, The Elusive American” („Houdini, a megfejthetetlen amerikai”), és csúcs gázsikat kapott.

Néhány máig is emlékezetes produkciói az 1903-as Moszkvai eset, ahol 28 perc alatt szabadult ki bilincseiből a durva hidegben meztelenre vetkőztetett művész, az 1904-es Londoni, a híres Mirror Cuff-szabadulás a speciális lakatok szorításából, az 1906-os szabadulása a Washingtoni börtönből. 1910-ben volt Houdini látványos kiszabadulása egy víz alatti ládából New Yorkban az East folyónál. Ugyancsak ez év szeptemberében a „kínai víztartálytortúra” (Circus Bush, Berlin) produkciót mutatta be, ahol fejfelé, megkötözve belelógatják egy óriási vízzel tele fém-üveg-tartályba, amelyet felülről lezárnak. Ez alkalommal Houdininak több percre vissza kellett tartania a lélegzetét.

Houdini soha sem állította, hogy titokzatos, megfeytetlen produkcióit, legendás mutatóványait természetfeletti képességek segítségével hajtotta volna végre, viszont mutatóványainak állandó veszélyeire, azok esetleges káros következményeire mindig tudatosan, rendszeresen, és kiemelten hívta fel a nézők, a publikum figyelmét. Trükkjei miatt kezdetben a „Kártya királya” (The King of the Cards) majd később a „Bilincsek királya” (The King of Handcuffs) névvel illették. De nem csak a bűvészetben jeleskedett, hiszen 1916 és 1923 között öt filmet is készített.



Kilenc alkalommal választották meg az Amerikai Bűvészek Társaságának elnökévé és a londoni bűvészek klubjának is volt elnöke.

Néhány kivétellel maga találta ki trükkjeit, csak négy segítő-társa tudta a legnehezebb mutatóványok megoldását. Volt egy-két olyan száma is, amelynek titkát csak ő tudta. Munkásságának elismerése, hogy egyike azon magyaroknak, akik csillagot kaptak a Hollywoodi hírességek sétányán!

A művésznek gyakori fellépései mellett komoly vakbélgyulladás alakult ki, amellyel

nem fordult orvoshoz. 52 évesen halt meg Detroitban, 1926. október 31-én.

A zseniális erzsébetvárosi srác a bilincsek és lakatok királya, Harry Houdini szobra 2015. októbere óta Erzsébetvárosban a K11 Művészeti és Kulturális Központban tekinthető meg. Innen a vagány szabaduló művész nem tűnik el, ezúttal itt marad közöttünk mindannyiunk örömére.

(MAG)



5 PERCES BROWNIE



A száraz alapanyagokat, a lisztet és a cukrot a kakaóval egy közepes méretű keverőtálba tesszük (hőálló legyen) és elkeverjük.

A vizes alapanyagokat, a tejet, az olajat, végül a 2 tojást hozzáadjuk.

Amint egységes masszát kaptunk, betesszük a sütőbe, vagy akár a mikróba és 5-10 perc alatt készre sütjük.

HOZZÁVALÓK

8 ek. kristálycukor

6 ek. tej

2 db egész tojás

8 ek. liszt

6 ek. olaj

4 ek. por kakaó

Coenraad Johannes Van Houten holland kémikus 1828-ban feltalálta azt a módszert, mellyel a kakaó zsírtartalma, azaz a kakaóvaj, a megőrölt kakaóbab szemekből kivonható. Ennek eredményeképp egy porszerű anyagot – kakaóport – kapott, amely már egyáltalán nem volt olyan keserű, és cukorral vagy mézzel kombinálva mennyei italt készített belőle!

Ez a felfedezés tette aztán később, 1847-ben, lehetővé egy bristoli család vállalkozásának a Fry & Sons of Bristolnak, hogy előállítsa az első szilárd, táblás csokoládét.

1875-ben pedig elkészült az első tejszoki is, melyet egy svéd gyártó, Daniel Peters fejlesztett ki a csokoládé és a tejpor kombinálásával.

A magas kakaótartalmú (min. 70%), minőségi csokoládé szervezetre gyakorolt pozitív élettani hatásai már régóta ismertek, sőt még afrodisziákumként is számon tartják! Erős antioxidáns hatású, a bennelevő flavonoidoknak köszönhetően csökkenti a koleszterinszintet és a vérnyomást.

Magas magnézium tartalmának köszönhetően jó hatással van szívünk működésére, ereink állapotára, de az ízületekre is.

Gazdag vasban, kalciumban, béta-karotinban, valamint számos vitamin található benne (A, B1, C, D, és E).

Sokan hívják „boldogsághormonnak” is, hiszen jó depressziócsökkentő.

Tea vagy kávé: melyik ébreszt jobban?



Van, aki a kávéra esküszik, van, aki a teára, ha arról van szó, hogy ébren kell maradni. De mit mond a tudomány: melyik élénkítő az egészségesebb? A BBC összeállításában természetesen a britek választása, a tea jön ki nyertesként az összehasonlításból.

Sokunknak kell a felébredéshez a teában vagy a kávéban található koffein: enélkül nem indul el a nap. De melyik ital a hatásosabb? Az összetételüket tekintve azt gondolhatjuk, hogy a kávé: egy csésze tea körülbelül feleannyi (40 milligramm) koffeint tartalmaz, mint egy csésze kávé (az erősségtől függően 80-115 milligramm). Ez azonban keveset mond arról, hogy milyen mértékben ébresztenek ezek az italok. Egy igen kis mintán készült vizsgálatban a résztvevőket arról kérdezték meg, hogy a reggeli kávéjuk, illetve teájuk elfogyasztása után mennyire érezték ébernek magukat. Az eredmények azt mutatták, hogy nagyjából egyforma mértékben ébernek a kávézók és a teázók, a koncentrációjukban és a reakcióidejükben nincs jelentős különbség. Ha azonban tea formában ugyanolyan mennyiségű koffeint vittek be a résztvevők, mint amennyi a kávéban van, akkor a tea hatásosabbnak bizonyult: inkább élénkítette a résztvevőket.

A kutatók azonban azt mondják, hogy a koffein mennyiség nem az egyetlen tényező, ami számít. Nagyon valószínű, hogy az élénkítővel kapcsolatos elvárásaink is meghatározzák, hogy mennyire érezzük magunkat ébernek

egy csésze kávé vagy tea elfogyasztása után. Az is valószínű, hogy a kávé, illetve a tea íze és illata egyaránt hatnak arra, hogy érzéseink felébredjenek.

Tanulság: a közhiedelemmel ellentétben a tea ugyanolyan jó ébresztő ital, mint a kávé. Döntetlen...

Az alvás minősége

A kávé és a tea közötti legnagyobb különbség nem az ébrenlétkor vehető észre, hanem akkor, amikor aludni akarunk. A University of Surrey kutatói azt találták, hogy mind a kávé, mind a tea ugyanúgy hat a napközbeni éberségünkre, ugyanakkor aki kávéval iszik, nehezebben alszik el, mint az, aki teázik. A tea-ivók jobban, pihentetőbben alszanak, mint a kávésok. Ez valószínűleg a koffeinmennyiség különbségével magyarázható.

Tanulság: a tea ugyanúgy felébreszt, mint a kávé, de nem okoz álmatlan éjszakákat.

Egy - nulla a tea javára...

Mit tesz a testünkkel a kávé?

A koffein, vagy hivatalos nevén 1,3,7-trimetil-xantin a világon talán leggyakrabban, legszélesebb körben fogyasztott élénkítő hatású alkaloid.

Serkenti a szív működését, növeli a pulzusszámot és a vérnyomást (egy-három órás időtartamra 5-10 százalékkal). Alkalmi fogyasztás esetén, főként kevésbé edzett, sovány vagy idős egyéneknél 5-25 százalékkal fokozza az anyagcserét.

Vízajtó tulajdonsága a veseereket tágító, valamint a víz és bizonyos ionok visszaszívódását gátló hatásának köszönhető.

A koffein élénkítő, fizikai állóképességet javító hatása egy, az alvást elősegítő, az agyi aktivitást és éberséget csökkentő hormon, az adenzin aktivitásának átmeneti gátlásán keresztül valósul meg.

Kávézással megelőzhető a vastagbélrák kiújulása.

Fokozza a gyomornedv elválasztását, továbbá az agykéregre gyakorolt hatása következtében javítja a gondolkodást, a szellemi funkciókat, a képzettársítást.

Forrás: <http://www.hazipatika.com>

SZÍNHÁZ - TÁNC - GYEREK PROGRAMOK

BETHLEN TÉRI SZÍNHÁZ

A BETHLEN TÉRI SZÍNHÁZ ÉS A MANNA BEMUTATJA: **TALÁLKOZÁSOK**
KÉPZŐPROGRAM

Patakó Éva
NŐKBŐL IS MEGÁRT...
Játsszák: Tordai Teri és Horváth Lili

Mentor rendező: Mészáros Márta
Rendező: Cseh Judit

Jegyár: 2500 Ft | 7. kerületi lakosoknak: 1850 Ft
Bethlen Téri Színház | bethlenszinhaz.hu

Logók: nca, BUDAPEST, és más partnerek.

ÁTNEZŐ

Spinoza Színház
Art+ Cinema
Róth Miksa Emlékház
Bethlen Téri Színház

**1 JEGY
4 HELYSZÍN
20%-OS KEDVEZMÉNY**

Bővebb információk:
www.bethlenszinhaz.hu

www.spinozahaz.hu | www.artpluzscinema.hu | www.rothmuzeum.hu

Párbeszéd koncert

2017. február 28. 19 óra

az első hang - Dresch Mihály
Tinter Gabriella

a következő hang - Péter Tamás és Papp Endre
március 28.

BETHLEN TÉRI SZÍNHÁZ
bethlenszinhaz.hu

7. KERÜLETI LAKOSOKNAK 20% KEDVEZMÉNY A JEGYÁRAKBÓL!

1071 Budapest, Bethlen Gábor tér. 3.
+36 1 342 7163 | info@bethlenszinhaz.hu

www.bethlenszinhaz.hu

RS9 + VALLAI KERT 1075 Budapest, Rumbach S. u. 10. jegy: RS9 Színház Iroda
Rumbach S. u. 9. utcaszint Telefon: +36 1 2696610

KORONÁZÁS

JFEBRUÁR 25. 20:00 | 2500Ft

Az Utolsó Vonal Művészeti Alapítvány előadása

A II. Vallai Péter Kortárs Előadóművészeti Fesztivál I. helyezett előadása.

Marek Modzelewski kortárs lengyel író darabja, a Koronázás, abszurd játék egy részben ...másképpen a társadalmi elvárásokhoz való kényszeredett igazodás drámája. A szeszélyes játék a férfi-női szerepek hagyományos, illetve modern felfogásának problematikáját boncolgatja.

A darab főszereplője, Macek, a harminc éves orvos és amatőr fotográfus élete zátonyra futott. Alkoholista apja, elsárgányosodott anyja, bigott katolikus felesége, pénzéhes szeretője egyaránt az ő támogatására várnak.

Van-e kiút a társadalmi konvenciók sűrűjéből? Meg tud-e felelni Macek a mai kor férfi ideáljának? Egyáltalán túléli-e ezt az egészséget?

Szereplők:

KIRÁLY – Róbert Gábor

MACIEK – Csizmadia Gergely

NŐ – Szabó Erika

FELESÉG – Fejes Rita

ANYA – Cserje Zsuzsa

APA – Szemán Béla

BOGNA – Búza Tímea

BETEG ASSZONY – Stubnya Béla

HAYER – Ficzere Béla

Rendező: Erdélyi Dániel



DE MI LETT A NŐVEL?

BEMUTATÓ

FEBRUÁR 26. 20:00 - 21:10 | 2500Ft

Az RS9 Színház és a Neptun Brigád bemutató előadása

– játék egy részben –

Vallai Kert

„Három sármos negyvenes férfi keresi azt a gyönyörű, rapszodikus, szeretni vágyó, temperamentumos, egyben érzéki hölgyet, aki minden férfi szívében ott bujkál. Már-már megfoghatatlan, hogy mire képes ez a tünékeny teremtés és a férfi lelkét mennyire magával tudja ragadni.

A szerelem a fontos, meg egy nagybőgőtok, ahová akár meztelenül el is lehet bújni.”

Jelige: Anton rejtelmes Csehov

Írta: Kiss Csaba

Szereplők:

Aljosa: Vass György

Jura: Ficzere Béla

Gyabkin: Baksa Imre

Rendező: Koleszár Bazil Péter



A pszichoszomatikus szemléletű gyermekorvosi magánrendelés

Gyermeünk és mi is akkor érezzük magukat a legjobb kezekben, ha gyermekünk betegségei során testi és lelki állapotát egyaránt figyelve és kezelve kap segítséget. Ha betegsége háttérében nem csak a testi okokat deríti fel az orvos, hanem ezzel együtt az esetleges lelki problémák kezelésében is igazi szakértőként segít, gyermekünknek és az egész családnak egyaránt. Ebben segít a szülő-csecsemő/kisgyermek konzultáció módszertana, ami a gyermek lelki eredetű problémáit nem önmagában, hanem a szülővel egy lelki egységet alkotva vizsgálja.

Amennyiben Ön is azzal a gondolkodásmóddal ért egyet, hogy nem a betegséget magát, hanem testestül-lelkestül az egész gyermeket kell gyógyítani, budapesti, pszichoszomatikus szemléletű csecsemő- és gyermekgyógyászati, valamint szülő-csecsemő/kisgyermek konzultációs magánrendelésemen várom szeretettel. Itt szakmai segítséget és támogatást kap tőlem a legkisebbek testi betegségeire, lelki problémáira és a felmerülő nevelési nehézségekre, kétségekre, kérdésekre egyaránt. A nagyobbak betegségeivel kapcsolatban is bizalommal forduljanak hozzám!

Én magam nagy- és kis kórházi, házi és magánorvosi tapasztalattal gyermekorvosként és szülő-csecsemő/kisgyermek konzulensként ezt a komplex pszichoszomatikus szemléletet, partneri hozzáállást, a család mindenre kiterjedő informálását és a gyerekek maximális tiszteletben tartását képviselem és gyakorlom mindennapi munkám és mindezen túl saját, négy gyerekemmel való együttélésem során is.

A rendelésen az alábbiak elérhetőek (www.babaharmonia.hu):

Sürgős ellátást igénylő gyermekbetegségek szakszerű ellátása, ápolási, gondozási, táplálkozási, életviteli, ajánlott védőoltásokkal



kapcsolatos tanácsadás, szűrővizsgálatok elvégzése többek között. További információért keresse fel a honlapom.

Milyen lelki problémák és ehhez kapcsolódó testi tünetek esetén tudok segíteni? (www.babaharmonia.hu)

Csecsemőkorban alvási (elalvási, átalvási) és altatási problémák, evési és etetési problémák, gyarapodási nehézségek, fejlődésbeli elmaradás, visszatérő nyugtalanság, kifejezett síróság, csecsemőkori hasfájás, hányás és hasmenés. Egy éves kor után székrekedés és a széklet túlzott visszatartása, a szobatisztaság nehézségei, a viselkedés- és az érzelmek szabályozásának nehézségei („hiszti”, túlzott dacosság, agresszivitás, szorongás), a szülő-gyermek kapcsolat problémái, testvérféltékenység, játék iránti érdektelenség, koncentrációzavar, nyugtalanság (“izgágóság”).

Várom Önöket szeretettel magánrendelésemen!

Üdvözlettel:

Dr. Aschenbrenner Zsuzsanna
csecsemő- és gyermekorvos

szülő-csecsemő/kisgyermek konzulens

Bejelentkezés: 0630-514-2559

KULTÚRA



1077 Budapest, Wesselényi utca 17.

HATTYÚK DALA
Vámos Miklós ESTJE
2017. MÁRCIUS 3. 18. ÓRA
HELYSZÍN: ERŐMŰVHÁZ
(1077 BUDAPEST, WESSELÉNYI UTCA 17.)

„UTAZÓ” TEAHÁZ
Történelmi és földrajzi témájú előadássorozat
2017. március 16.
csütörtök 11 óra
TÉMA:
KÖNYVES KÁLMÁN
Előadó: Dr. Tóth József történész.

2017. MÁRCIUS 10. 18.00 ÓRA
HELYSZÍN: ERŐMŰVHÁZ
1077 Budapest, Wesselényi utca 17.

Mérő László
A CSODÁK LOGIKÁJA CÍMŰ KÖNYV ALAPJÁN
Átlagisztán és Extremisztán kihívásai

BELÉPŐJEGY
ELŐVÉTELLEN 1000 FT, AZ ELŐADÁS NAPJÁN A HELYSZÍNEEN 1200 FT
INFORMÁCIÓ: 06 1 413 3550
WWW.EROMUVHAZ.HU
facebook ERŐMŰVHÁZ

Keressd a nőt!
A Presto Kamaracsoport nőnap koncertje ismert dallamokkal nőkről, nőkhöz nem csak nőknek
Vendég: Tóth Orsika ének- és gitárművész

2017. március 5. vasárnap 15:00
Helyszín: ERŐMŰVHÁZ, 1077 Budapest, Wesselényi u. 17.

ÍR NAPOK

2017. FEBRUÁR 28 - MÁRCIUS 1.

2017. FEBRUÁR 28. (KEDD) 16.00 – 21.00 ÓRA
K11 MŰVÉSZETI ÉS KULTURÁLIS KÖZPONT, 1076 BUDAPEST, KIRÁLY UTCA 11.

16.00 MEGNYITÓ – VATTAMÁNY ZSOLT, ERZSÉBETVÁROS POLGÁRMESTERE
16.10 SZABÓ BÉLA FOTÓNAPLÓ CÍMŰ KIÁLLÍTÁSA – KIÁLLÍTÁSMEGNYITÓ
18.00 – 21.00 BRAN KONCERT ÉS TÁNCHÁZ

2017. MÁRCIUS 1. (SZERDA) 15.00 – 19.00 ÓRA
ERŐMŰVHÁZ, 1077 BUDAPEST, WESSELÉNYI UTCA 17.

15.00 DR. TAKÁCS FERENC NY. EGYETEMI DOCENS. ELŐADÁSA: JAMES JOYCE ULLYSSES
16.30 KÖZÉP-EURÓPAI ÍR TÁNCAKADÉMIA ÍR SZEPTEPÁNC BEMUTATÓJA
18.00 A FIRKIN EGYÜTTES ÉS AZ ÜBUDAI ADÁM JENŐ ÁLTALÁNOS ISKOLA GYERMEKOROSZÁRÁK KONCERTJE

A BELÉPÉS DÍJTALAN!
WWW.K11.HU WWW.EROMUVHAZ.HU TEL.: 1 413 3550
FACEBOOK: ERZSÉBETVÁROS, K11, ERŐMŰVHÁZ



K11 Művészeti és Kulturális Központ

Színvallás

beszélgetés színművészekkel színházról és másról, a belvárosban

Aki kérdez: Csáki Judit kritikus

Aki válaszol:
Csujka Imre
Jászai Mari-díjas színművész, érdemes művész

2017. FEBRUÁR 23. 18 ÓRA

Csáki Judit

Facultas Education Group Kft
felvételt hirdet!

Erzsébetvárosi lakosok, pályakezdők, álláskeresőkre részére, **ingyenes**
Projekttervezés, pályázatírás
intenzív (3 egész napos) tanfolyamára
Jelentkezés decemberben és januárban folyamatosan a lenti telefonon.

Facultas Education Group Kft - 1071 Budapest, Hernád utca 46.
Tel: 06 20 265 4802
www.facultas.hu
facultas@facultas.hu

ÁLLÁS

A Facultas Gimnázium irodai adminisztrátort keres főállásba.
Előfeltétel: érettségi bizonyítvány.
Fizetés megegyezés szerint.
Érdeklődni a +36 30 330 5708 telefonon.

ÁLLÁS

Fa Nándor (újra) célba ért

„Nem éhezni, nem fájni, nem fájni...”



Több mint három hónap után, 2017. február 8-án célba ért Fa Nándor a Vendée Globe vitorlásversenyen a hazai fejlesztésű és építésű Spirit of Hungary nevű hajójával.

A 63 éves magyar hajós a mezőny második legidősebb tagja volt. Fa Nándor 93 nap 22 óra 52 perc és 9 másodperc alatt vitorlázta körbe a Földet – ez a legjobb eredménye.



A franciaországi Les Sables d'Olonne-ban több száz ember és egy hatalmas magyar zászló várta Fa Nándort, a zászlón Székesfehérvár felirat volt, itt született a magyar hajós.

Fa Nándor a harmadik Vendée Globe-ján versenyzett, a feladat egyedül egy 60 lábas (18 méteres) hajóval, kikötés és külső segítség nélkül körbehajózni a Földet. Az 1992/93-as menet során a legjobb nem franciaként ötödik helyen ért célba 128 nap után. Az idei versenyen Armel Le Cléach rekordidővel nyert: az új csúcs 74 nap 3 óra 35 perc 46 másodperc. A mezőnyt eredetileg 29 hajó alkotta, 11 azonban már feladta a viadalt. Fa Nándor a nyolcadik helyen ért célba.

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,

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

Járórszolgálat, 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

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

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

Facultas Humán Gimnázium



Felvételt hirdetünk!

A Facultas Humán Gimnázium felvételt hirdet 8. évfolyamos diákok részére nappali tagozatának 9. évfolyamára a 2017/18-as tanévre.

A gimnáziumban humán tagozat működik, amelynek keretében az alapképzésen túl szakkörök és fakultációk segítik a diákok eredményes felkészülését a közép- és az emelt szintű érettségi vizsgákra. A gimnáziumi képzés mellett a Facultas diákjai az ELTE-ITK Origo Nyelvvizsga bizonyítványát is megszerezhetik az intézményben, valamint nyugat-európai testvériskolákban vehetnek részt részképzéseken.

További tudnivalók:

- A Gimnáziumban diákközpontú oktatás zajlik tehetséggondozással és reál tárgyakból korrepetálással
- A tanulóink a kötelező angol nyelvtanulás mellett második nyelvként a német és a francia nyelveket választhatják, szakkör keretében pedig a kínai nyelvet is tanulhatják.
- Délutánonként hetente további 3-5 tanórában fejleszthetik angol tudásukat az ORIGO nyelvvizsgáztató tanárai segítségével.
- További fakultációink, szakköreink: egyetemi és főiskolai előkészítők (emelt szintű érettségire felkészítők) történelem, magyar és idegen nyelvekből; pszichológia; személyiségfejlesztés és emberismeret, pályaorientáció; jogi ismeretek; művészeti foglalkozások, újságírás-média, színjátszás; labdarúgás
- Történelem szakkör ANGOL NYELVEN!

A GIMNÁZIUMI TANULMÁNYOK INGYENESEK (TANDÍJMENTESEK)



TANULJ VELÜNK, LÉGY FACULTASOS GIMNAZISTA!
Jó közlekedés, közel a Kelethez!

Facultas Humán Gimnázium - 1078 Budapest, Hernád utca 46.

Működési engedélyszám: BPB/012/04733-3/2013; OM azonosító: 200304

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

www.facultas.hu

facultas@facultas.hu

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
levélcím: info@heted-7.hu