



2017.
november-december

Virányosi Közösségi Ház



1125 Budapest, Szarvas Gábor út 8/c
Tel./Fax: (06 1) 200 8713
E-mail: viranyosikh@gmail.com
Web: www.viranyos.hu

Megközelíthető a Széll Kálmán térről a 156-os autóbusszal a végállomásig (menetidő 10 perc), vagy a 155-ös autóbusszal a Fészek utcai megállóig. (Hétféveken csak a 155-ös busz közlekedik!)

2017.
november

RENDEZVÉNYEK



november 4. szombat 16.00

“Fraktál dimenziók”

LÓRÁNT ZSOLT KIÁLLÍTÁSA

“ Fraktálgrafikával négy éve foglalkozom, a képek generálásához három különböző szoftvert használok. Első önálló kiállításom 2015 tavaszán volt Zalaszentgróton, Budapesten tavaly tavasszal mutatkoztam be Oláh Tibor festőbarátommal közös tárlaton. A fővárosban ez lesz az első önálló megjelenésem. A képeken tetten érhető a sci-fi rajongó ugyanúgy, mint a digitális technikákkal kísérletező grafikus. Általában nem elégszem meg önmagával a generátorból kialakuló fraktállal, így igyekszem a mögöttes tartalmat is hangsúlyozni, amit a kép nekem sugall. A mostani tárlat elsősorban az elmúlt év munkáinak keresztmetszete lesz, s bepillantást enged abba a különleges világba, amelyet a fraktálok segítségével építgetek.

A képek egy része arról szól, hogy az első pillantásra szürreális képes nagyon is reálisnak mutatkozni. A többi grafika a finom részletek felfedezésére hívogatja a látogatót, aki gyorsan felfedezheti a fraktálok “hétköznapi” lényegét: a szünni nem akaró ismétlődést.”

Megnyitja: **Lóránt Attila** fotós

Közreműködik: **Székely Andrea** - ének

A kiállítás megtekinthető a hónap végéig telefonon történő bejelentkezés után: 06 1 200 8713

november 6. hétfő 18.00

LELKÜNK TITKAI - mentálhigiénés előadássorozat MIÉRT NYUGTALAN ÉS AGGODALMAKKAL TELI AZ ELMÉNK?

A sorozat további témakörei:

Az öregedés és a jó hangulat kizárják egymást? (12.04.)

A múltam miként befolyásolja tudatom állapotát? (01.08.)

Rendelkezőnk-e akaraterővel? (02.05.)

Hogyan alakulnak ki a szokásaink? (03.05.)

Miért általánosítunk az emberi kapcsolatainkban? (04.02)

Mire vagyunk inkább hajlamosak? A gyenge önértékelésre vagy az egészséges énképre? (05.07.)

Előadó: **Kecskeméti János** mentálhigiénés előadó

Belépődíj: 500 Ft/alkalom

november 14. kedd 9.00 és 10.30

GYEREKSZÍNHÁZ

GRYLLUS VILMOS KONCERTJE

Kedvenc dalok régi és új lemezekről

Belépődíj: 1.000 Ft/fő, óvodai csoportoknak 900 Ft/fő

Előzetes jelentkezés szükséges!

2017.
november

RENDEZVÉNYEK

november 15. szerda 18.30

SZABADSÁG VÁNDORAI - természetjárók klubja NYÁRI TÚRA A BEREGBEN ÉS SZATMÁRBAN

Előadó: **Glódi Margarita**

Klubvezető: Sütő-Nagy István

Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes!

november 17. péntek 18.00

APS STÚDIÓ

I. BAJAI KÖRKÉP

Vetítés a három napos bajai tábor képeiből

Előadó: **Tóth Péter Csaba**

II. KÉPI GONDOLATOK

A zene, a fotó, a festészet egymásra hatása.

Klubvezető: Abonyi Maya fotóművész

Belépődíj. 500 Ft, klubtagoknak ingyenes!

november 19. vasárnap 9.00

Sakk-Matt

XXVI. ERKEL FERENC SAKK EMLÉKVERSENY

A kerület általános és középiskolás tanulóinak, iskolai csapatainak, valamint sakk szakköreinek és klubjainak előzetes jelentkezését várjuk, melyet a Virányosi Közösségi Ház e-mail címére kérünk elküldeni: viranyosikh@gmail.com

Nevezési határidő: november 10. péntek

Kérjük a versenyzőket, hogy a Közösségi Házban 8.30-ig jelentkezzenek Rollinger Károly sakk-bírónál.

Felnőttek és kísérők a helyszínen nevezhetnek.

A verseny szervezői a nevezések létszámától függően döntenek a lebonyolítás rendjéről.

A helyezett versenyzők éremdíjazásban részesülnek, a leg-eredményesebb iskola csapata serleget kap.

november 19. vasárnap 10.00

II. VIRÁNYOSI SUDOKU BAJNOKSÁG

Idén második alkalommal kerül megrendezésre a XII. kerület sudoku rangadója, népszerűsítve a játékos gondolkodást és különleges megmérettetést kínálva az érdeklődők számára.

Kerületünk középiskolás tanulói és felnőtt polgárai mérhetik össze tudásukat.

Az előzetes jelentkezéseket a viranyosikh@gmail.com címre várjuk.
Nevezési határidő: **november 10.**

Kategóriánként az első három helyezettet díjazzuk.

A bajnokság részleteiről a honlapunkon tájékozódhatnak!

november 28. kedd 16.30

KERTBARÁT KÖR

VEGYES ÜLTETÉS A BOKERTBEN.

Előadó: **Jakab Judit**

Klubvezető: Bartók Sándor

Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes!

2017.
december



RENDEZVÉNYEK

december 2. szombat 16.00

„Modern zöldségek”

Foltos MaMok – Foltos Magyar Modern Klub PATCHWORK KIÁLLÍTÁSA

Idei kiállításunkat “Modern zöldségek” címmel nyitjuk meg, a klub éves munkáiból. Friss, üde zöldekkel viszünk lendületet modern patchwork munkáinkba, szinte már a tavasszal kacérkodunk, csalogatjuk, de a tél előtt is tisztelgünk néhány alkotással.

A kiállítást megnyitja:

Kacsuk Éva, a Magyar Foltvarró Céh vezetőségi tagja
Közreműködik: **Lovas János** és **Demkó Balázs** gitáron

A kiállítás megtekinthető december végéig, előre egyeztetett időpontban. Telefon: 06 1 200 8713

december 3. vasárnap 10.00 és 15.00

PATCHWORK WORKSHOP

Aki kedvet kapott a modern quiltekhez, szeretettel várjuk workshopjainkon. A létszám korlátozott, ezért érdemes figyelni csoportunk Facebook oldalát (Foltos Mamok), ahol minden információt megtalálnak a regisztrációról. Szeretettel várunk minden érdeklődőt!

december 4. hétfő 18.00

LELKÜNK TITKAI - mentálhigiénés előadássorozat AZ ÖREGEDÉS ÉS A JÓ HANGULAT KIZÁRJÁK EGYMÁST?

Előadó: **Kecskeméti János** mentálhigiénés előadó
Belépődíj: 500 Ft/alkalom

A sorozat további témakörei a 2. oldalon olvashatók!

december 8. hétfő 18.00

APS STÚDIÓ APS KARÁCSONY

Klubvezető: Abonyi Maya fotóművész

december 9. szombat 19.00-23.00

HARMÓNIA TÁNCKLUB

Klubvezető: Székely Attila
Belépődíj: 1.200 Ft

december 19. kedd 16.30

KERTBARÁT KÖR

Az elmúlt év tapasztalainak megbeszélése egy szerény vendéglátás keretében.

“Ha jöttök, lesztek; ha hoztok: esztek.”

Klubvezető: Bartók Sándor

4. Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes!

2017.
december

RENDEZVÉNYEK

december 20. szerda 18.30

SZABADSÁG VÁNDORAI - természetjárók klubja **VISSZATEKINTÉS AZ ELMÚLT ÉVEKBEN VÉGIGGYALOGOLT ÚTVONALAK SZÉPSÉGEIRE - A TÚRATÁRSAK SEGÍTSÉGÉVEL.**

Glódi Rita és Gál Csanád fotóiból tartott vetítés zenei kísérettel.

Előadó: **Gál Csanád**

Klubvezető: Sütő-Nagy István

Belépődíj: 500 Ft, klubtagoknak ingyenes!

december 27. szerda 19.00-23.00

HARMÓNIA ELŐSZILVESZTER

Belépődíj: 1.200 Ft/fő

Klubvezető: Székely Attila

www.harmoniatancklub.hu

KIÁLLÍTÁSOK A LÍVIA-VILLÁBAN

(1121 Budapest, Költő utca 1/a)

A Lívia-villa megközelíthető a Széll Kálmán térről induló 21 és 21/A valamint a 212-es jelzésű autóbuszszal és a 60-as jelzésű fogaskerekű vasúttal a Városkút megállóig.

“Fénybezárt kétszínvilág”

az APS STÚDIÓ FEKETE-FEHÉR FOTÓKIÁLLÍTÁSA

A kiállítás megtekinthető november 17-ig, telefonon történő egyeztetés után: 200 8713 vagy 395 8284

november 24. péntek 17.00

APS STÚDIÓ

ARANY JÁNOS FOTÓKIÁLLÍTÁS

A mélységből indult, kivételes értelmű fiatalember 1817-ben Nagyszalontán született. A több nyelven beszélő Arany az irodalomtudományunknak az egyik legfőbb klasszikusa, mint kritikus és esztéta pedig a realizmus megfogalmazója. Irodalmunk legnagyobb epikusa, ugyanakkor a legnagyobb lírai költőink közé is tartozik. (Ady - Petőfi - József Attila)

Megnyitja: **Madár János** író, költő

a Rím Könyvkiadó vezetője, a Kelet Felől című folyóirat főszerkesztője, a Magyar Írószövetség tagja, Pro Civitatae kitüntetés tulajdonosa.

A kiállítás megtekinthető december 20-ig, előzetes bejelentkezés után: 200 8713

2017.
november-december

KICSIKNEK ÉS SZÜLEIKNEK KEREKÍTŐ TIPPENTŐ

hétfő 10.00-10.40

A foglalkozásokra pár hónapos kortól várják a babákat, kisgyerekeket szüleikkel, nagyszüleikkel. A 40 perces foglalkozásokon a magyar néphagyományból merített ölbeli játékok, mondókák és dalok közt kalandozhatnak a kisgyermek szüleikkel és nagyszüleikkel, és kötetlen módon ízlelgethetik a magyar néptánc alapjait. Cirókázás, lovagoltatás, hintáztatás,- sétáltatókkal, tánccal színesítve.

Bővebb információ, bejelentkezés: www.kerekito.hu

Vezető: Cseke-Marosi Eszter tánc- és drámapedagógus

GYEREKEKNEK, FIATALOKNAK

A Magyar Örökség Díjas, Európa Táncdíjas és
Príma Primissima Díjas

CSILLAGSZEMŰ TÁNCEGYÜTTES

NÉPTÁNC OKTATÁS

szerda és péntek

15.00-16.00 óvodásoknak

16.15-17.45 kisiskolásoknak

Művészeti vezetők:

Timár Sándor a Nemzet Művésze, Állami és Kossuth-díjas,
Érdemes Művész, a Hegyvidék Díszpolgára és

Timár Böske táncművész

www.csillagszemu.hu

IFJÚSÁGI SAKK SZAKKÖR

szerda 17.00-18.30

6 éves kortól várjuk az érdeklődőket.

Vezeti: Rollinger Károly

Részvételi díj: 500 Ft/alkalom, 1.600 Ft/hó, 4.800 Ft/félév



**ÁLDOTT KARÁCSONYT ÉS BOLDOG ÚJ ESZTENDŐT
kívánnak
a Virányosi Közösségi Ház
munkatársai**

2017.
november-december

GYEREKEKNEK, FIATALOKNAK

TÁRSASTÁNC



HARMÓNIA TÁNCKLUB

Kezdő tánciskola: **vasárnap 15.00-16.00**

Részvételi díj: 12.000 Ft/fő/10 alkalom

Versenytánc előkészítő: **vasárnap 16.00-17.00**

Részvételi díj: 6.000 Ft/fő/hó

Klubvezető: Székely Attila

szekelya67@gmail.com, www.harmoniatancklub.hu

MŰVÉSZI TORNA

**az Óbuda Mozgásművészeti Iskola szervezésében
kedd és csütörtök 15.20-20.30**

Művészi torna Berczik Sára módszerével, iskolarendszerűen egymásra épülő korosztályos csoportokban, 4 éves kortól. Testképző- és mozgásfejlesztő gimnasztika sok tartásjavító gyakorlattal, zenei kísérettel.

A foglalkozást vezeti: Mády Krisztina

Információ: 06 1 200 0138, 20/946 0848, www.omisk.hu

HANGSZERVERÁZS - ZENÉtanoda

ROSALES ZENÉóvoda

Játéknak megélt iskolai előkészítő és fejlesztő módszer, 30 alkalomra kidolgozott tematikával, furulyahasználattal, egyedi zenei és érzékszervi játékgyűjteménnyel, feladat- és kottafüzetekkel. Kiscsoportos zenei fejlesztés, a hangszertanulás irányelvein alapuló egyedi pedagógiai és fejlesztő módszerrel.

kedd 13.15-16.00 Dúr-moll

16.20-17.05 Moderátó

17.20-18.05 Allegro

Információ: Nagy Teréz kulturális menedzser 30/936 1713

Vezetője: Nagy Mária az Operaház zenekari művésze és
gyerekprogramok játékmestere

30/936 2040, www.hangszerverazs.hu,

e-mail: hangszerverazs@gmail.com

ANGOL NYELVOKTATÁS

csütörtök 16.00-17.45

középső- és nagycsoportos óvodásoknak

Beszédcentrikus oktatás 4-8 fős csoportokban. Folyamatosan továbbfejlesztett tananyagok, speciálisan képzett Helen Doron tanárok.

Jelentkezés folyamatosan. Endre Judit: 30/313 6822

Részvételi díj: 12.000 Ft/hó

2017.
november-december

FELNŐTTEKNEK AJÁNLJUK

PREVENTÍV GERINCTRÉNING

szerda 11.00-12.00

Célja: a helyes testtartás megéreztetése, ennek megtartása.
Módja: helyes testtartásban izomerősítő gyakorlatok végzése zenére. A gyakorlatok rendszeres végzésével elkerülhető a porckorongsérv, az ízületi kopás, a csonttritkulás.
Minden korosztály számára ajánlott!

Vezeti: Borbély Enikő

Részvételi díj: 1.500 Ft/alkalom, 13.000 Ft/10 alkalom

BABA-MAMA TORNA

kedd és csütörtök 9.00-10.00

(kivétel minden hónap 2. keddi napja)

A tornára szeretettel várunk minden kisgyerekes édesanyát, aki kikapcsolódásra, baráti kapcsolatokra, testmozgásra vágyik. Amíg a mamák tornáznak, addig a gyermekek felügyelet mellett játszanak!

Vezeti: Borbély Enikő fitness oktató 30/984 0100

Részvételi díj: 1.300 Ft/alkalom, 11.000 Ft/10 alkalom

KARBANTARTÓ TORNA

kedd és péntek 10.00-11.00 és 11.00-12.00

A test teljes átmozgatása, hogy minden nap frissen ébredhessünk (gerinc-, csípő-, vénás torna, légzőgyakorlatok).

Vezeti: Krizsánné Bucsú Andrea gyógytornász 20/960 6473

Csillagszemű Táncegyüttes

NÉPTÁNC OKTATÁS

szerda és péntek 18.00-20.00

Vezeti: Timár Böske táncművész

EGÉSZség JÓGA

péntek 18.00-19.30

A Hatha Jóga az ászanák gyakorlásával megtanít arra, hogyan legyünk egészségesek a természet erőit tudatosan felhasználva testünkben és lelkünkben, fokról fokra fejlesztve akatarerőnket.

Vezeti: Ruff Annamari 20/205 9918

2017.
november-december

FELNŐTTEKNEK AJÁNLJUK

JÓGA

hétfő 16.30-18.00 kezdő, 18.15-19.45 haladó

A jóga gyakorlása segíti a testi-lelki és szellemi egészség és harmónia megteremtését, a jó közérzet kialakítását és fenntartását.

A tanfolyam felépítése lehetővé teszi, hogy a kezdő és haladó csoportba is bármikor be lehet kapcsolódni.

Klubvezető: Bucher Katalin 30/298 3147

FELNŐTT MŰVÉSZI TORNA

hétfő - szerda - péntek 8.00-9.00 és 9.00-10.00

A foglalkozás ajánlott mindazoknak, akik szép és természetes mozgások útján szeretnének eljutni izomerejük, állóképességük, hajlékonyságuk fejlesztéséhez, testük fizikai karbantartásához, alakjuk formálásához.

Vezeti: Tass Olga mesteredző, olimpiai bajnok
Jelentkezés, információ: 06 1 355 9477

TÁRSASTÁNC

Harmónia Táncklub

Haladó: vasárnap 17.00-18.00

Kezdő: vasárnap 18.00-19.00

Klubvezető: Székely Attila

Részvételi díj: 2.000 Ft/fő/alkalom

www.harmoniatancklub.hu



LATIN-AMERIKAI TÁNC TANFOLYAM

szerda 20.00-21.00

Részvételi díj: havi tagdíjjal 500 Ft, ill. 2.000 Ft/fő/alkalom

Klubvezető: Székely Attila 30/952 9477

ZUMBA

kedd és csütörtök 10.00-11.00

(kivételesen minden hónap 2. keddi napja)

Vezeti: Borbély Enikő zumba oktató

Részvételi díj: 1.300 Ft/alkalom, 11.000 Ft/10 alkalom



“ÉLJ 100 ÉVET EGÉSZSÉGESEN” a 3-1-2 meridián gyakorlatokkal®

kedd 9.00

A tornát vezeti: Szigeti Magdolna

A torna ingyenes, teremléti hozzájárulás 300 Ft/fő

Bővebb információ: www.312.hu

KLUBOK

FOLTOS MaMoK

Foltos Magyar Modern Klub
minden hónap negyedik szerda 18.30-20.30
(november 22.)

A nagy érdeklődésre való tekintettel a Virányosi Községi Házban egy állandó klub alakult, ahol a modern stílusú foltmunkák szerelmesei havonta egy alkalommal közös varrással hódolhatnak szenvedélyüknek.

Tagsági díj: 2.000 Ft/év, alkalmi látogatókat is szeretettel várunk 500 Ft/klubnap áron.

"AURA" ASPERGER KORTÁRS KLUB

autizmussal élő fiatalok számára
minden hónap 2. vasárnap 16.00-18.00
(november 12., december 10.)

A klub változatos programokkal várja a fiatalokat: kézművéség, drámajáték, színház- és kiállításlátogatás, túrák. Segítséget nyújt a munkavállalásban, a "világ" dolgaiban való eligazodásban.

A klubot vezeti: Vadasné Tóth Mária: 30/280 3779

TÉRY ÖDÖN TURISTA BARÁTI TÁRSASÁG

kedd 18.30-21.00

A jól összeszokott, önszerveződő baráti kör intézményünkben tervezi meg soron következő túráit, és itt osztják meg egymással a kirándulások tapasztalatait, tanulságait.

Vezeti: Mészáros János

TORNASZALON

BLESS YOU GYM

BOMBA FORMÁBA HOZI!
Ettől még **VONZÓBB** és magabiztosabb **NŐ** leszel!
TORNÁZZ, formáld az alakod velünk!

Nyitva a hét minden napján!

Foglalkozások időpontjai:

hétfő:	8, 9,	17, 18	órától
kedd:	8, 9,	17, 18,	órától
szerda:	8, 9,	17, 18	órától
csütörtök:	8, 9,	17, 18,	órától
péntek:	8, 9,	15, 16,	órától
szombat, vasárnap:	8, 9, 10		órától

Részvételi díj: 1.300 Ft/alkalom, bérlettel kedvezmény!

Információ a 06 1 275 1555-ös telefonszámon

2017.
november-december

SZOLGÁLTATÁSOK

SZAKTANÁCSADÁS

Dr. Petrich Judit akupunktúras orvos
hétfő 14.00-20.00, csütörtök 8.00-14.00
Bejelentkezés: 30/975 4193

SZÍNHÁZJEGY ÁRUSÍTÁS

minden **páros héten szerdán 16.00-18.00**
Bódi Éva: 20/213 0479

LI-FE MASSAGE

Irodai székesmasszázs, frissítő, relaxáló masszázis
kedd-péntek 17.00-20.00, szombat 9.00-15.00
Időpont egyeztetés: Liskán Ferenc gyógymasszőr
20/330 2400

TEREMBÉRLÉS

A háromszintes épület 100-m²-es tetőtéri légkondicionált nagyterme koncertek, előadások, táncestek, tanfolyamok, ünnepek befogadására alkalmas. A középső szinten 40 fős előadóterem, társalgó és büfé várja a látogatókat.

Terembérleti díjak:

Nagyterem: 8 000 Ft/óra, technikával 8 500 Ft/óra
13 000 Ft/óra 50 fő felett
15 000 Ft/óra 22 óra után
Előadó I: 6 000 Ft/óra, technikával 6 300 Ft/óra
Társalgó: 3 000 Ft/óra

Információ és egyeztetés hétköznapokon 9.00-16.00-ig,
Orvos Gabriella 200 8713

VIRÁNYOSI TÁRSALGÓ

Kávézónkban a napilapokon kívül HVG, Családi Lap, Pesti Műsor, Hegyvidék újság olvasható, valamint wi-fi használat biztosított.

HIRDETÉSI FELÜLET BÉRLÉSE

Várjuk magánszemélyek és cégek jelentkezését hirdetési felület bérlése céljából.
Bérelhető felületek: műsorfüzet, üveges vitrin, hirdetési tábla, LCD képernyő.
A feltételekről bővebb információt a 06 1 200 8713-as telefonszámon kérhet.

ADVENT A HEGYVIDÉKEN

2017. december 3. és december 24.

Advent első vasárnapján tizenötödik alkalommal nyitja meg kapuit az "Advent a Hegyvidéken" kézműves vásár és kulturális programsorozat.

Az idei gyermekrajzpályázat díjnyertes alkotásai megtekinthetők a Polgármesteri Hivatal földszinti folyosóján. Az ünnepélyes vásárnyitó december 3-án, vasárnap 11 órakor lesz. A műsorsorozatban fellép a Sashegyi Néptánc-csoport, a Katáng együttes, a Bab Társulat, a Makám együttes, a Solti György Zeneiskola Rézfúvós Kamaraegyüttese, Korzenszky Klára és Bársony Bálint, a Spirit Gospel kórus, az Oti Voice, az Iszkiri együttes, a Rutkai Bori Banda, a Cymbal Rush, a M.É.Z. zenekar és még sokan mások.

A kisebbeket szombat és vasárnap délelőtt játszóház ajándék készítés, és a "Gyurmarci" marcipángyurmázás várja a jurta sátorban.

Szombatonként 17.00 órakor a kerületi egyházközségek képviselői gyűjtik meg az adventi gyertyákat rövid műsor kíséretében. Kedden és csütörtökön a gyerekeké a színpad, a kerületi óvodák és iskolák csoportjai mutatkoznak be karácsonyi műsorukkal.

Helyszín:

A Hegyvidéki Polgármesteri Hivatal előtt kialakított Városháza tér (a Böszörményi út - Polgármesteri Hivatal - Kiss János altábornagy utca által határolt terület).

Támogatók:

Budapest Főváros XII. kerület
Hegyvidéki Önkormányzat,
Szamos Csokoládé Műhely

Információ:

Jókai Klub:

(06 1) 395 8284, www.jokaiklub.hu

Virányosi Közösségi Ház:

(06 1) 200 8713, www.viranyos.hu



HEGYVIDÉKI
ÖNKORMÁNYZAT



Felelős kiadó: Herzceg Józsefné igazgató
Megjelenik: 1000 példányban
A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk!