

PROGRAMFÜZET

2021. SZEPTEMBER – OKTÓBER



ÓBUDAI
KULTURÁLIS
KÖZPONT

„Amióta létezőnk ezen a bolygón, azóta mesélünk történeteket egymásnak.”

Tisztelt Olvasónk!



Az Oscar-díjas színésznő, Helen Mirren az idei színházi világnapra küldött üzenete jutott eszembe, amikor ezt a műsorfüzetet lapozgattam.

A mesék, a történetek nemcsak a színpadon, a filmvásznon vagy a kiállításokon elevenednek meg, hanem sok más műfajban és találkozásban is, hogy egész közösségünket, egész kultúránkat gazdagítsák.

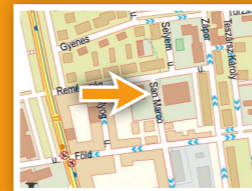
A történetmesélés csodája kel életre akkor is, amikor édesanyák mondókás körben együtt ringatják kisgyermeküket, ahogyan akkor is, amikor a már nagybacska gyerekek kézműves foglalkozáson figurákat faragnak, amelyeknek személyiségük, karakterük van, múltjuk és jövőjük. Akárcsak akkor, amikor egy teljesen más arcáról ismert, népszerű művész beavat minket abba, milyen tevékenységek segítik a hétköznapiok küzdelmeiben.

A történetmesélésnek ezeket a sokszínű, varázslatos útjait mutatják meg nekünk az Óbudai Kulturális Központ és intézményeinek munkatársai. A Békásmegyeri Közösségi Ház, a Csillaghegyi Közösségi Ház és a 3K – Kaszásdűlői Kulturális Központ 2021-es szeptemberi és októberi programjai is számos csodát, izgalmat ígérnek. Hagyományainkhoz híven gazdag és sokszínű kínálatuk nem csupán a harmadik kerületben élőkét, hanem a távolabbról érkező vendégeket is megszólítja.

Meséljünk egymásnak minél többet, találkozzunk minél több programon, minél több helyszínen. Tartsanak velünk, várjuk Önöket szeretettel!

Üdvözlettel,
dr. Kiss László
polgármester

OTTHONUNK
OBUDA
BÉKÁSMEGYER



ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT

1032 BUDAPEST, SAN MARCO UTCA 81. • TEL.: 388-2373 • 388-7370
WWW.KULTURKOZPONT.HU • INSTAGRAM: @KULTURKOZPONT



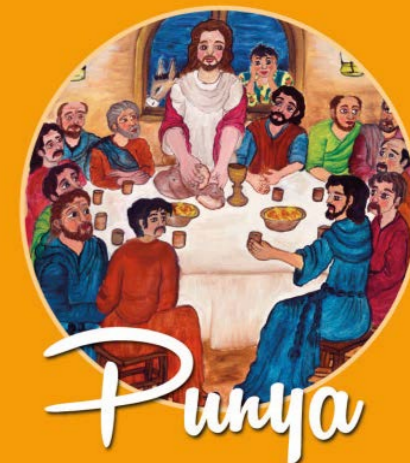
SZEPTEMBER 3. PÉNTEK 18.00

PUNYA, EGY FALAT KENYÉR – INTERAKTÍV KIÁLLÍTÁSMEGNYITÓ AZ ARS SACRA FESZTIVÁL KERETÉBEN



A kiállítás megnyitója szeptember 3. péntek 18.00, de a kiállítás a fesztivál ideje alatt megtekinthető.

Verseyi Beáta Mária a Nyolc Boldogság Közösség szerzetesnővére, a Budapesten megrendezendő 52. Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszus oktatási referense, különböző felnőttképzési intézmények oktatója. Szupervizorként, életvezetési tanácsadóként (coachként) és trénerként is foglalkozik humán fejlesztéssel. Több teológiai könyv és tanulmány szerzője. Beáta nővér mély, belső elhívásra fogott a Punya – egy falat kenyér történetének megírásába. A segítség lelkes alkotók, munkatársak révén érkezett, így a mesekönyvnek induló Punya hamarosan összművészeti projektté nőtte ki magát. A kiállítást az esztergomi Keresztény Múzeumban mutatták be. A festmények alkotója **Ráczné Kalányos Gyöngyi**, a Magyar Ezüst Érdemkereszt polgári tagozata kitüntetettje, roma származású naiv grafikus és festő. A dokumentumfotók a Máltai Szeretetszolgálat Dél-Dunántúli régiójának szervezésében működő kadarkúti "Mesélő anyukák" csoportja képei, programvezető **Kiss Barbara**. A tárlaton látható még a történetből készített foglalkozástervek, melyek **Leitner Veronika** munkái. A kiállításon olvasható a történet digitális képregénye (www.punya.hu), melynek koncepció- és játéktervét **Dobovicsné Buzás Andrea**, **Fekete Zsombor** készítette. A kiállítást megnyitja: **Szám Katalin**, a Képmás magazin főszerkesztője. Közreműködik: **Hoffmanné Toldi Ildikó** drámapedagógus, a „Punya, egy cigány mese Jézusról” című színdarab rendezője, valamint alkotótársai (**Keret Alkotó Csoport**, Pécs) A kiállítás október 1-ig, hétköznapokon 9-16 óráig ingyenesen látogatható, a programok függvényében.



Punya

EGY FALAT KENYÉR

ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT
WWW.KULTURKOZPONT.HU

3

SZEPTEMBER 9. CSÜTÖRTÖK 18.00

FÉLÚTON: SALLAI ZOLTÁN FOTÓKIÁLLÍTÁSÁNAK MEGNYITÓJA

Sallai Zoltán 1961-ben született Cegléden, fényképész szakmunkás bizonyítványát Budapesten szerezte meg, ahol a Magyar Filmlaboratórium Vállalatnál munka mellett tanulta a szakmát olyanoktól, mint Szimán Oszkár, Dobrányi Géza, Szoboszlai Gábor. Szakmai munkája során tanítványa volt Szalai Zoltánnak, évtizedes együttműködési és baráti kapcsolata volt Kanyó Bélával. Első három önálló fotókiállításából kettőnek a Tan Kapuja Buddhista főiskola adott otthont. Ezt követően a járvány kapcsán két virtuális közös kiállításon vett részt az OKIT szervezésében. Buddhista szemlélete gyakran megjelenik képeiben, amikor ráirányítja a figyelmet a sokszor jelentéktelennek, figyelemre méltatlannak tartott dolgokra, és felhívja a figyelmet a nézőpont változtatások adta számtalan lehetőségre.

A kiállítást megnyitja: **Kövesdi László** színművész

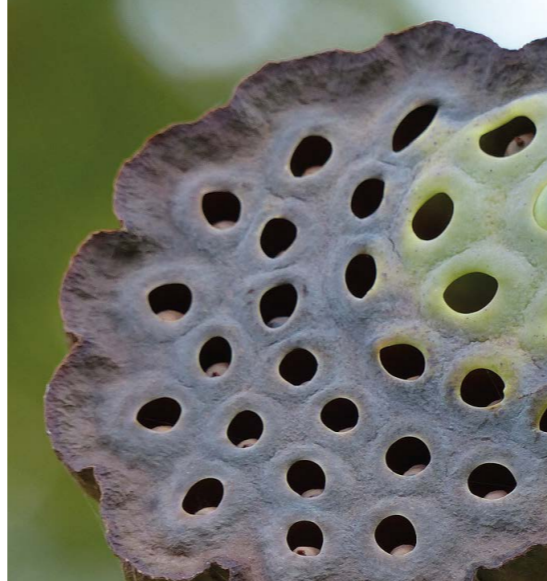
A kiállítás október 29-ig, hétköznapokon 9-16 óráig ingyenesen látogatható, a programok függvényében.

OKTÓBER 8. PÉNTEK 18.00

A T-ART ALAPÍTVÁNY FESTŐ TÁMOGATÓINAK KIÁLLÍTÁSA A MAGYAR FESTÉSZET NAPJA ALKALMÁBÓL

A csoportos kiállítást 2006 óta minden évben megrendezi a T-Art Alapítvány az Óbudai Kulturális Központban a Magyar Festészet Napja alkalmából. A tárlat a T-Art Gyűjtemény festőművész támogatóinak aktuális festményeit mutatja be. A kiállításon látható annak a két új meghívott művésznek az alkotása is, akiket az alapítvány ebben az évben választ elismerésképpen a tagjai közé. Idén a megnyitó keretén belül itt kerül átadásra a Supka Manna-díj is.

A kiállítást megnyitja: **Szurcsik József**, Munkácsy Mihály-díjas magyar festőművész, képzőművész, a Magyar Képzőművészeti Egyetem oktatási rektorhelyettese, egyetemi adjunktus. Közreműködik: **Sipos Mihály**, Kossuth- és Liszt Ferenc-díjas zenész a Muzsikás együttes primása. A kiállítás október 29-ig hétköznapokon 9-16 óráig ingyenesen látogatható.



SZEPTEMBER 15. SZERDA 10.30

EGY KÜLÖNLEGES NAP

A Budapest Playhouse és a Hybridkult Produkció előadása – dráma egy részben.

Róma, 1938. május 8. különleges nap a fasiszta Olaszország népének, hiszen ezen a napon látogat a Führer Mussolinihoz. Antonietta, a nagycsaládos háziasszony egy véletlen folytán megismerkedik a szomszédban lakó titokzatos férfival, Gabrielével, akiről nyugtalanító pletykák keringenek. Ettore Scola filmklasszikusa az olasz mozi műremeke, amely 1977-ben aratott világsikert Sophia Loren és Marcello Mastroianni főszereplésével.

Az előadás Magyarországon a Hofra Színházi és Irodalmi Ügynökség közreműködésével kerül színre.

Ettore Scola filmje nyomán Ettore Scola, Ruggero Maccari, Maurizio Costanzo forgatókönyve és Gigliola Fantoni színpadi műve alapján színpadra alkalmazta: Réti Barnabás; fordította: Davide Marini; koreográfus: Lisztóczy Hajnalka; díszlet/jelmez: Iványi Árpád; producer: Ridzi Gábor, Földvári Péter; rendezte: Iványi Árpád

Szereplők: Antonietta – **Dobó Kata**; Gabriele – **Réti Barnabás**; Házmester – **Nagy Mari/Weisz Ildikó**

Műsoridő: 75 perc. Jegyár, helytől függően: 1700 Ft, 1500 Ft, 1300 Ft

Az eredetileg 2020. április 15-ére meghirdetett program a járványügyi helyzet miatt elmaradt. A mostani előadás ennek pótlása.

Az akkor megvásárolt jegyek és bérletek erre az előadásra automatikusan érvényesek.

SZEPTEMBER 18. SZOMBAT 19.00

EGRESSY ZOLTÁN: GORDIUSZ**karanténkomédia**

Karanténfeszültség (ugye ismerős?): a férj és a feleség - relatív hétköznapi szabadságból - közös lakásukba kényszerül. A feleség totális felhatalmazást kér az életközösség igazgatására a járvány idejére. A férj súlyos katonai diktatúrában érzi magát. A takarítónő feltűnése a házaspárnál családon belüli erőszakra enged következtetni. Milyen hatással van a karantén az emberi kapcsolatokra? Erősíti az összetartozást vagy szétzilálja a szálakat? A szereplők kétségbeesetten keresik a kiutat. Az érzékek persze legyőzik a papírfirma szerint makacsul újra és újra feltámadó szabadságvágyat. Valóban megoldjuk a problémáinkat vagy csak átlendülünk rajtuk? Erről mesél görbe tükröt tartva a Gordiusz.

Szereplők:

Tibor, tanár: **László G. Attila**; Emma, üzletasszony: **Gubík Ági**; Évi, takarítónő: **Fekete Linda**

Alkotók:

Díszlettervező: Kovács Yvette Alida, jelmeztervező: Papp Janó, dramaturg: Bártfay Rita, rendező: Léner András, producer: Zichy Gabriella

Műsorhossz: 60 perc

Jegyárak: 3900 Ft, 3500 Ft, 3000 Ft

**SZEREPLŐK:**

TIBOR, TANÁR.....LÁSZLÓ G. ATTILA
EMMA, ÜZLETASSZONY.... GUBÍK ÁGI
ÉVI, TAKARÍTÓNŐ..... FEKETE LINDA

DÍSZLETTERVEZŐ.... KOVÁCS YVETTE ALIDA
JELMEZTERVEZŐ.....PAPP JANÓ
DRAMATURG.....BÁRTFAY RITA
SZCENIKUS.....HARMATI ISTVÁN
HANG- ÉS FÉNYTECHNIKA.....KISS TIBOR
RENDEZŐASSZISZTENS..... KOVÁCS ERIKA

MILLER ZOLTÁN
 EGYHÁZI GÉZA SZABÓ P. SZILVESZTER

**MUSICAL GÁLA**

2021. NOVEMBER 6.

SZOMBAT 19.00

ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT

**ELŐZETES
PROGRAMAJÁNLÓ**

November 6. szombat 19.00
Musical gála

Miller Zoltán, Egyházi Géza
 és Szabó P. Szilveszter
 közreműködésével

Jegyek válthatók
 honlapunkon:
www.kulturkozpont.hu



ÓBUDAI
 KULTURÁLIS
 KÖZPONT

ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT
WWW.KULTURKOZPONT.HU

OKTÓBER 30. SZOMBAT 19.00

Miro Gavran

A BABA

Ha valaki társat keres, olyanra vágyik, akivel egy lehet. Olyanra, akivel testileg-lelkileg harmonikusan élhet. És ha az élőkben csalódott, nincs más, mint a gép. A gép, amely gombnyomásra parancsot teljesít, takaros, tetszetős, és pont arra tervezték, hogy társ legyen. Minden szinten. A mesterséges intelligencia a jövő! De mi van akkor, ha ez az intelligencia rájön, hogy kik is vagyunk, és ki ő? Ha rájön arra, milyen szerepet szánunk neki az életünkben? És mi történik akkor, mikor saját magunkkal szembesít? Az ember társra vágyik, de a gép is.

Szereplők: Markó – **Szabó P. Szilveszter**; Stella – **Földes Eszter**

Rendező: Szabó P. Szilveszter

Díszlet: Rákay Tamás; jelmez: Böhm Katalin; zene: Dinyés Dániel;

dalszöveg: Hegyi György

Műsoridő: 120 perc 1 szünettel

Jegyár: 4100 Ft, 4600 Ft, 4900 Ft



OKTÓBER 22. PÉNTEK 19.00

IRODALMI KÁVÉHÁZ - NEMCSÁK KÁROLY

A galéria ezen az esten kávéházzá alakul, ahol kellemes hangulatban, kávé és tea mellett, az asztalokon elhelyezett irodalmi étlapról lehet rendelni. Verspincér: **Nemcsák Károly** Jászai Mari-díjas színművész, érdemes és kiváló művész. Moderátor: **Kurucz Éva**. Jegyár: 500 Ft, ami magában foglalja egy kávé/tea árát!

OKTÓBER 16. SZOMBAT 15.00

DALOS TALÁLKOZÓ AZ ÓBUDAI KAMARAKÓRUSSEL ÉS VENDÉGEIVEL

Az Óbudai Kamarakórus több mint 20 éve szervez évente kórustalálkozót és legtöbbször az Óbudai Kulturális Központban. A rendezvényeken az elmúlt évtizedekben felléptek gyerekkarok, gimnáziumi kórusok, valamint felnőtt énekkarok egyaránt. A rendezvény fő célja mindig is az volt, hogy felelevenítse a régi klasszikus Éneklő Ifjúság szellemiségét. Vagyis mindenféle versengés, zsűrizés nélkül, baráti kapcsolatokat ápoló kórusok találkozzanak egymással, vagy éppen ismeretlen kórusok kössenek barátságot a rendezvények keretében. A lényeg, hogy mindenféle tét nélkül meghallgassák egymást, az énekesek együtt énekeljenek és ismerkedjenek meg egymással, szerezzenek tapasztalatokat a közös rendezvények keretében. Mivel a találkozó 2020-ban és 2021-ben is elmaradt, idén nagyobb szabású eseménnyel készülnek a szervezők.

Házigazda: az **Óbudai Kamarakórus**; karnagy: **Erdős Ákos**Vendégek: az **Andor Ilona Baráti Társaság Kodály Kórusa**; karnagy:**B. Horváth Andrea** valamint az **Inferno Minor Kórus**; karnagy:**Horváth Anna**. Műsoridő: 60 perc. A belépés ingyenes.

SZEPTEMBER 19. VASÁRNAP 10.00-13.00

KEZDD VELÜNK AZ ÉVADOT!**ÉVADNYITÓ AZ ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT UDVARÁN**

Hosszú szünet után egy vasárnap délelőtti családi programmal nyitjuk meg az Óbudai Kulturális Központ 2021/22-es évadát, amelyen az induló tanfolyamainkról, valamint az őszi programkínálatunkról is információt nyújtunk.

10. 00-11.00 óráig a Zabszalma együttes őszi koncertje.

11.30- 12.30 Szabad a tánc a Göncöl Néptáncegyüttessel, kötetlen hangulatban, élőzenei kíséret mellett, ahol a résztvevők könnyedén elsajátíthatják a lépéseket. Közreműködik: **Csiki Gergely, Csiki Katalin, Csernók Klára és zenészbartái és a Göncöl Néptáncegyüttes tancosai** Két ugrálóvár - kicsiknek és nagyoknak-, valamint a kisvonat nyújt kikapcsolódást. A kézműves foglalkozáson újrahasznosított anyagokból tolltartót, uzsonnás dobozt készíthetsz, sőt megörökítheted nyári emlékeidet is.

A belépés és az eszközök használata díjtalan.

Rossz idő esetén a házban tartjuk meg programunkat (az ugrálóvár is befér, a kisvonat az udvaron jár).

OKTÓBER 17. VASÁRNAP 10.00

ALKOTÓNAP A MAGYAR FESTÉSZET NAPJA ALKALMÁBÓL

Ezen a napon a gyerekek és a felnőttek is szabadjára engedhetik a fantáziájukat. Itt lehet pacsmagolni és kenni bőven a festéket!

A közös alkotásban szakavatott képzőművészek, **Bács Emese** és **Külüs László Ákos** illetve **Tenk Dóra**, a **T-Art Alapítvány** kurátora lesznek a segítők. A gyerekeknek alkalmuk nyílik megismerkedni különféle képzőművészeti technikákkal, stílusokkal.

A programon 50 fő vehet részt.

Jegyár: 600 Ft



OKTÓBER 10. VASÁRNAP 11.00

HALÁSZ JUDIT - CSIRIBIRI

Halász Judit színészi pályafutásával párhuzamosan új műfajt teremtett előadóművészként. Évtizedek óta éneklő gyermekeknek magyar költők verseit - a magyar könnyűzene legjobbjaiknak megzenésítésében. Generációk nevelkedtek fel lemezeinek hallgatása közben.

18 megjelent lemez után egész estés filmkoncertet forgattak a művésznővel. A Csiribiri koncerten a filmkoncert zenei anyagából összeállított válogatás, amely csokorba fogja Halász Judit egyedülálló pályafutásának legnépszerűbb alkotásait.

Halász Judit legfontosabb küldetésének tartja fenntartani a családok, a gyerekek magyar költészet iránti érdeklődését és dalok formájában észrevétlenül szórakoztatva felhívni a figyelmüket az élet sok, fontos törvényére, amihez alkalmazkodnunk kell, ha a humanizmus etikája szerint akarunk élni.

A művésznőt a gyerekek - Magyarországon elsőként - a Mosolyrend lovagjának választották. A Vígszínház tagja, - a magyarországi UNICEF elnökségi tagja. A magyar állam Jászai Mari és Erdemes Művész-díjjal, a Magyar Köztársasági Tiszti Keresztjével, valamint Kossuth díjjal jutalmazta eddigi munkáját.

Műsorhossz: 60 perc. Jegyárak: 2500 Ft, 3000 Ft

OKTÓBER 24. VASÁRNAP 10.00

SZABAD A TÁNC! - TÁNC HÁZ A GÖNCÖL NÉPTÁNC-EGYÜTTESSEL

Szeretettel várunk kicsiket és nagyokat egy kötetlen hangulatú, közösségteremtő táncra! Élőzenei kíséret mellett, a résztvevők is könnyedén elsajátíthatják a lépéseket. Az esemény szabadtánccal zárul.

Közreműködik: **Csiki Gergely**, **Csiki Katalin**, **Csernók Klára** és zenésztársai, valamint a **Göncöl Néptáncgyűttes** táncosai.

Műsorhossz: 60 perc. A belépés ingyenes.

A jelenleg hatályban lévő szabályozások szerint a programon való részvételhez védettségi igazolvány, vagy oltást igazoló applikáció bemutatása szükséges a helyszínen.

OKTÓBER 27. SZERDA 10.00

DÚDOLJ! RINGASS! TÁNCOLJ! – CSALÁDI FOGLALKOZÁS

A közös családi élmények mindannyiunknak fontosak. Felszabadultan együtt játszani meghatározó élmény szülőként és gyermekként egyaránt. Foglalkozásainkon találkozik a zene, a játék, a tánc és a mese, vagyis minden olyan tevékenység, amiben kreatív alkotóként, szabadon lehetünk jelenek.

A Dúdolj! Ringass! Táncolj! olyan közeg, ahová mindenki hangulatának, igényeinek, lehetőségeinek megfelelően tud kapcsolódni. Zenével, mondókkal, ölbéli játékokkal, a kisebbek táncával, mozgásos játékokkal, a nagyobbak hangszerekkel, hangkeltő eszközökkel; mindenki a folyamat részesévé válhat.

A foglalkozásokat vezeti: **Paár Julcsi** – énekes, okl. zeneterapeuta, **Csiki Gergely** – néptáncpedagógus, a Göncöl Néptáncgyűttes vezetője. Muzsikálnak: **Csernók Klára** – hegedű, **Könczei Bálint** – brácsa, **Bognár András** – nagybőgő

Műsoridő: 60 perc. Jegyár: 500 Ft



SZEPTEMBER 17, OKTÓBER 8. PÉNTEK 20.00

CASABLANCA TÁNCLÁZ

A Casablanca Táncklub által szervezett társastáncos rendezvényen népszerű standard és latin zenére táncolhatunk! A bulin bármely táncklub hobbi- vagy versenytáncosai gyakorolhatják a tanfolyamon megtanult lépéseket a gyermekektől a senior korosztályig.

Jegyár: 1700 Ft (A változtatás jogát a táncklub fenntartja.) A jelenleg hatályban lévő szabályozások szerint a programon való részvételhez védettségi igazolvány, vagy oltást igazoló applikáció bemutatása szükséges a helyszínen.

SZEPTEMBER 26., OKTÓBER 3, 10, 17, 24, 31. VASÁRNAP 17.00–21.00

SIRTOS GÖRÖG TÁNC HÁZ

Táncitanítás 17.00–18.00. Az élvezetes tánckleckék után lehetőség nyílik a tanultak gyakorlására. Jegyár elővételben az esemény előtti péntekig 1300 Ft, szombaton és vasárnap online, illetve aznap a helyszínen 1700 Ft. A jelenleg hatályban lévő szabályozások szerint a programon való részvételhez védettségi igazolvány, vagy oltást igazoló applikáció bemutatása szükséges a helyszínen.

SZEPTEMBER 14. KEDD 15.00 ÉS OKTÓBER 12. KEDD 15.00

EGY DIPLOMATA VISSZAEMLÉKEZÉSEI

A San Marco Baráti Kör előadás-sorozata

Szeptember 14. kedd 15.00 Nagy-Britannia történelme 2. (Erzsébet királynőtől napjainkig)

Oktober 12. kedd 15.00 Az Amerikai Egyesült Államok történelme 1.

(a kezdetektől a II. világháborút követő rendezésig)

Tóth József Imre 26 és fél évet töltött a Külügyminisztériumban, végigjárta a diplomáciai ranglétrát a segédattasétól a nagyköveti megbízatásig. Előadásaiban visszaidézi emlékeit a sorsfordító külpolitikai történésekről, bemutatva az akkori dilemmákat, erőfeszítéseket és a külpolitikai műhelyek működését.

Előadó: **Tóth József Imre**. A belépés ingyenes.



MINDEN CSÜTÖRTÖKÖN 19.00–22.00

AMIKOR A TUDOMÁNY IS CSÜTÖRTÖKÖT MONDElőadó: **Kisfaludy György**

A világban elterjedt filozófiai és vallási kérdések merev kereteit próbáljuk feszegetni, hogy végre eljuthassunk a világ keletkezésének és működésének megértéséhez. A tudomány azt kutatja, hogyan, a vallás pedig azt mondja el, hogy mitől működik a világ.

Jegyár: 800 Ft, nyugdíjasoknak és diákoknak: 400 Ft

Első előadás: szeptember 9. csütörtök.

ÉLETÜNK-EGÉSZSÉGÜNK ELŐADÁSSOROZAT**Az önismerettől a jellemig**

Előadás-sorozat kéthetente szerdánként a testi-lelki egészségünket, közérzetünket érintő mindennapi kérdésekről. Az előadások után beszélgetésre van lehetőség.

Előadó: **Cserbik János** – lelkes, pedagógus

A belépés ingyenes.

Szeptember 1. szerda 18.00 A legnagyobb felfedezőút – Az önismeret labirintusában**Szeptember 15. szerda 18.00 Nem esik messze az alma a fájától – Erős természet vagy erős jellem?****Szeptember 29. szerda 18.00 Ki áll a kormánynál? – Akarat, választás – a döntés hatalma****Október 13. szerda 18.00 Az ember, akin túljárt a saját esze – Az öngazolástól a belátásig****Október 27. szerda 18.00 Színek és árnyékok – Az egészséges érzelmvilág**

OKTÓBER 14. CSÜTÖRTÖK 17.00

TRANZSCENDENTÁLIS MEDITÁCIÓ: MIT ADHAT VÉDIKUS BÖLCSELET A MODERN EMBER SZÁMÁRA?**– ELŐADÁS**Előadó: **Gazsi Viktor** TM-oktató

A TM egyszerű, természetes, könnyen elsajátítható mentális technika. A TM rendszeres gyakorlásával oldjuk az idegrendszerünkben és testünkben felgyülemlett stresszt, így megtapasztaljuk a nyugalom, elégedettség, örömteli belső béke állapotát a mindennapi életünkben is.

Benne van-e a sorsunk a csillagokban? A védikus asztrológia

Mi a védikus asztrológia vagy dzsjojish? A védikus asztrológia fő művei. A védikus és a nyugati asztrológia összehasonlítása: hasonlóságok és különbségek. A védikus asztrológia alkalmazási lehetőségei. A védikus asztrológia alapjainak bemutatása. A belépés ingyenes.

SZEPTEMBER 11. SZOMBAT 10.00–16.00

NEMZETKÖZI LEMEZ- ÉS CD-BÖRZE

A bakelit soha nem megy ki a divatból, sőt, reneszánszát éli.

A gyűjtők és a kereskedők a legkülönbözőbb zenei kiadványokat kínálják cserére vagy eladásra a táncdaloktól kezdve a rock, a beat, a jazz, a metál és a country stílusig, mindezeket korabeli fotókkal, könyvekkel, kottákkal, újságokkal színesítve. A börzék arra is kiváló lehetőséget nyújtanak, ha valaki szeretne túladni megunt lemezein, gyűjteményén.

Asztalfoglalás kiállítóknak: Tusják Zoltán: +36-30/231-6555, zolisweet@gmail.com, Lemezborze plusz szerkesztősége: +36-1/430-0990, +36-30/921-9522, lemezborge@lemezborge.hu

A belépés ingyenes.

**KLUBOK**

„Ezüstkor” nyugdíjas klub – Programok: kirándulás, múzeumlátogatás, kártyacsata, beszélgetés, filmvetítés, közös ünneplések. Információ: Lőrinczi Marcsi, 06-30/231-8740.

Baba–mama klub – Közösségbe nem járó babáknak hétfőnként 9.00–11.00. A klub kötetlen játékot kínál a babáknak, és hasznos tanácsokat, ismerkedést a mamáknak. Ezen belül Járóka baba–mama klub, minden második hétfőn kézműveskedés az aktuális ünnepkörrel kapcsolatosan, programok. Folyamatosan lehet csatlakozni. A program ingyenes. Információ: Hábelné Gulyás Szilvia, 06-70/685-2114. Első foglalkozás: szeptember 6.

Önzetlen Egészségfenntartó Klub – Szerda 16.00–20.00. Derékfájdalmak kezelése, étrend és gyógytea összeállítása, lelkeség-szolgálat. Információ: Kiss Tibor, 06-30/912-1249. A kezelések ingyenesek! Első foglalkozás: szeptember 8.

ÁLLANDÓ PROGRAMOK MAMÁKNAK, BABÁKNAK

Csecsemőmasszázs – Szerda 11.00–12.00. Ingyenes program. Előzetes bejelentkezés: 06-70/685-2116, Márti védőnő. Első foglalkozás: szeptember 8.

Csiri-biri torna – Csütörtök 9.30 Mozgásfejlesztő foglalkozások 1–3 éveseknek. Részvételi díj: 10 alkalomra 15.000 Ft, bármeddig felhasználható. Az alkalmi jegy ára: 1700 Ft. Testvérkedvezmény: 50%. További információ: Orszáczky Ildikó, www.csiri-biri.hu. Első foglalkozás: szeptember 9.

Tücsök-zene – Szerda 10.30–11.00 Játékos ének- és zenei foglalkozás már féléves kortól! Az egyszerű mondókák, dalok tanulása nem csupán a zenei készségek, de a beszéd fejlődését is segíti. Jelentkezés, csoportbeosztás: László-Pergel Tamara, 06-30/989-6040, tucsoktanc@gmail.com, www.tucsok-zene.hu. Első foglalkozás: szeptember 8.

Helen Doron Early English – Csütörtök délelőtt, babáknak és totyogóknak (3 hónaptól 3 éves korig) két csoportban. Vidám, zenés és játékos baba–mama foglalkozás, ahol az angol mellett a picik mozgásfejlődését, ritmusérzékük fejlődését is támogatjuk. A tanfolyamokat megfelelő létszámú jelentkező esetén tudjuk indítani. Információ és jelentkezés: Czifra Ildikó, 06-30/940-0778 vagy obuda@helendoron.com. Első foglalkozás: szeptember 9.

Iciri-piciri táncház – Péntek 9.30–10.00. Játékos néptánc tanítás 1–4 éves gyerekeknek. Jelentkezés, csoportbeosztás: László-Pergel Tamara, 06-30/989-6040, tucsoktanc@gmail.com, www.tucsok-zene.hu. Első foglalkozás: szeptember 10.

Ringató – Kedd 9.30, 10.00 két csoportban. Vedd ölbe, ringasd, énekelj! Kisgyermekkor zenei nevelés a születéstől hároméves korig a kodályi elvek alapján. Információ: G. Kovács Modesta, 06-70/609-0705, modesta.ringato@gmail.com, www.ringato.hu. Első foglalkozás: szeptember 7.

ÁLLANDÓ PROGRAMOK GYEREKEKNEK**Óbuda Mozgásművészeti Iskola (OMISK)**

Elérhetőség: 06-20/946-0848, 06-1/200-0138, iroda@omisk.hu, www.omisk.hu. Facebook- oldal: Óbuda Mozgásművészeti Iskola.

Az Óbuda Mozgásművészeti Iskolát 1990-ben alapították Budapesten. Növendékeik iskolászerűen egymásra épülő évfolyamokban tanulnak. 4 éves kortól lehet beiratkozni, de később is tudnak csatlakozni képzéseinkhez.

OMISK Művészi torna (ritmikus gimnasztika) – Hétfőtől péntekig heti 2 alkalommal. A művészitorna-tanfolyam alapja Berczik Sára esztétikus testképző és mozgásfejlesztő módszere. A foglalkozásokat vezeti Pers Júlia állami díjas táncpedagógus, művészitorna-edző, művészeti vezető Benis Katalin Berczik Sára-díjas művészitorna-edző, Kovács Bea Berczik Sára-díjas művészitorna-edző, testnevelő tanár, Markolt Rózsa Réka táncpedagógus és Erdész Taylor Esther táncpedagógus.

OMISK Mozdulatművészet (esztétikus gimnasztika) – Hétfőtől péntekig heti 2 vagy 3 alkalommal. A mozdulatművészet a művészi torna legorganikusabb folytatása. A foglalkozásokat vezeti Pers Júlia művészeti vezető, állami díjas táncpedagógus, művészitorna-edző, művészeti vezető Benis Katalin Berczik Sára-díjas művészitorna-edző. OMISK Klasszikus balett – Hétfőtől csütörtökig, heti 2 alkalommal. A klasszikus balett a tánc akadémikus formanyelve. A tréning során fejlődik a koordinációs készség, és kialakul az erős izomzat, ami ennél a táncnál elengedhetetlen. A klasszikus balettet 6–7 éves (iskolás) kortól javasoljuk, mivel elsajátítása már koncentrációt és önfegyelmet igényel. Előképzetségnek kiváló a művészi torna. A foglalkozást vezeti Kalocsai Edit állami díjas balettmester.

OMISK Jazztánc – Hétfőtől csütörtökig, heti 2 alkalommal. Kezdőknek és haladóknak iskoláskortól, amerikai jazztánc stílusban. Technikájának speciális eleme az izoláció, melyben a különböző testtájak egymástól függetlenül mozognak. A foglalkozást vezeti Kalocsai Edit állami díjas balettmester.

OMISK Modern tánc – Hétfő. A modern tánc klasszikus balett alapokra épül, de annak szabályrendszerével szembe is megy. Természetes mozgáson alapul, használja a gravitációt, és a mozdulatok belülről indítása által válik kifejezővé. A foglalkozást vezeti Solti Eszter táncpedagógus. Beiratkozás: jelenlegi növendékeinknek: augusztus 25. szerda 16-19 óra; új jelentkezőknek: szeptember 1. szerda 16-19 óra

Népi játék-néptáncör övodás gyerekek számára – Szerda 16.30–17.10 és 17.15-18.00-ig. Várjuk azon övodás korú gyerekek jelentkezését, akik szeretnek énekelni, játszani és táncolni. Érdeklődni Csiki Gergely táncos-néptáncpedagógusnál lehet az alábbi elérhetőségeken: 06-20/329-3583, csiki.gergely@gmail.com
Első foglalkozás: szeptember 8.

Óbudai Jutsu Kai Kan SE – Nihon Tai-Jitsu – Japán harcművészet – Gyerek kezdő edzés 5–7 éves korig kedd, csütörtök 17.00–18.00. Gyerek haladó edzés 8–14 éves korig kedd, csütörtök 17.00–18.30. Edzésvezető: Kyoshi Pospischil Tamás 7-dan, Információ: 06-20/566-9934, www.obudajutsukaikanse.hu, zennihontaijutsudo@gmail.com.
Első foglalkozás: szeptember 7.

Helen Doron Early English – Szerda délután, óvodás- és kisiskoláskorú gyermekeknek (3–10 éves korig), kezdő és haladó szinten, három csoportban. Vidám, játékos, mesés, mondókázós, zenés, éneklős és mozgásos feladatokon keresztül tanulnak a gyerekek. A tanfolyamokat megfelelő létszámú jelentkező esetén tudjuk indítani. Információ és jelentkezés: Czifra Ildikó, 06-30/940-0778 vagy obuda@helendoron.com.
Első foglalkozás: szeptember 15.

Akrobatikus rock & roll – Kedd, csütörtök, 16.00–17.00 versenyző csoport, 17.15–18.00 ovis csoport. Vezeti: Halász Gergő, 06-20/346-0848.
Első foglalkozás: szeptember 2.

Óbudai sakkiskola – Hétfő 17.00–18.30. Gyerekcsoport: 8–14 évesek, kezdő és haladó edzések. Edzésvezetők: Guba Miklós sakkedző, Sármási Péter és Ungvári Anikó oktatók. Információ: 06-30/238-4441, obudasakk@freemail.hu.
Első foglalkozás: szeptember 20.

Társastánc oktatása gyerekcsoportok részére – Szerda délutánonként. Tanfolyamok kezdőknek, középhaladóknak és haladóknak, a Casablanca Táncklub szervezésében. Részletes információk és jelentkezés a www.casablanca-tancklub.hu weboldalon, az info@casablanca-tancklub.hu e-mail címen vagy a 06-70/545-2323 telefonszámon.
Első foglalkozás: szeptember 15.

ÁLLANDÓ PROGRAMOK FELNŐTTEKNEK

Callanetics torna – Szerda 18.00. Speciális alakformáló, mélyizomtorna hölgyeknek. Információ: Maár Györgyi, 06-30/524-6815, info@georgiafitness.hu.
Első foglalkozás: szeptemberben, előzetes jelentkezés a tanfolyamvezetőnél

Pilates-torna – Szerda és péntek 19.00. Segíti és fokozza a fizikai erőnlétet, állóképességet, flexibilitást, légzéstechnika alkalmazásával a pszichés ellazulást. Információ: Maár Györgyi, 06-30/524-6815, info@georgiafitness.hu.
Első foglalkozás: szeptemberben, előzetes jelentkezés a tanfolyamvezetőnél

DO-IN-torna – Minden hónap első szerdáján 19.00. Do-in (shiatsu) japán energiaharmonizáló torna. Információ: Maár Györgyi, 06-30/524-6815, info@georgiafitness.hu.
Első foglalkozás: szeptemberben, előzetes jelentkezés a tanfolyamvezetőnél

Fit body tréning – Hétfő 18.30. Cardio, zsírégető, alakformáló torna mindenkinek! Információ: Maár Györgyi, 06-30/524-6815, e-mail: info@georgiafitness.hu.
Első foglalkozás: szeptemberben, előzetes jelentkezés a tanfolyamvezetőnél

„3 in 1” torna – Péntek 18.00. Alakformálás, gerincgimnasztika, gátizomtorna egyben. Információ: Maár Györgyi, 06-30/524-6815, e-mail: info@georgiafitness.hu.
Első foglalkozás: szeptemberben, előzetes jelentkezés a tanfolyamvezetőnél

Terápiás tréning – Csütörtök 10.00. Kondíciójavító, izomerősítő, karbantartó torna. Információ: Maár Györgyi, 06-30/524-6815, info@georgiafitness.hu.
Első foglalkozás: szeptemberben, előzetes jelentkezés a tanfolyamvezetőnél

Gerinctorna – Kedd, péntek 8.45–9.45. Vezeti: Sum Anikó, 06-20 /594-9752. Első foglalkozás: szeptember 7.

Óbudai Jutsu Kai Kan SE – Nihon Tai-Jitsu – Kedd, csütörtök 19.30–21.00. Japán harcművészet oktatása, ifjúsági és felnőtt edzés. Edzésvezető: Kyoshi Pospischil Tamás 7-dan, Információ: 06-20/566-9934, www.obudajutsukaikanse.hu, zennihontaijutsudo@gmail.com.
Első foglalkozás: szeptember 7.

Jóga – Kedd 18.15–19.45. Alapvető testi-lelki-szellemi problémáink megoldása a jóga ősi, klasszikus és modern eszközeivel, receptjeivel. Vezeti: Lovassy László, 06 30/127-2712.
Első foglalkozás: szeptember 7.

Hatha jóga – I. évf., II-III. évf. hétfő 18:00–20:00. 75% gyakorlati foglalkozás, 25% elméleti bemutató. Bemelegítő, ászanázás, lazítás, új lecke. Több évre rendezett anyag a csakrák, a fizikai test, a lelkiállapotok és a tudattartamok közötti összefüggések tükrében. Csatlakozni lehet a már működő csoportokhoz! További információk: Nagy Edit, nagyedi30@gmail.com. Honlap: www.jogatan.hu.
Első foglalkozás: szeptember 6.

NIA – Hétfő 8.00-9.00 és csütörtök 18.15–19.30. Tánc alapú, holisztikus, intenzív edzésprogram, amely könnyen elsajátítható mozdulatokon keresztül tetőtől talpig átmozgat. A Nia órákon mezítláb táncolunk változatos zenékre. Lényege a mozgás örömeinek megtapasztalása, utat mutat önmagunk jobb megismerése és kiteljesítése felé. A Nia bármilyen edzettségi állapotban, korban és testalkattal elkezdhető. Bejelentkezés szükséges! Információ: Szántó Anett, 06-70/333-4535, niaanett@gmail.com.
Első foglalkozás: szeptember 6.

Társastánc – Standard és latin tánc oktatása szerda és csütörtök délutánonként a Casablanca Táncklub szervezésében gyermekeknek és felnőtteknek. Kezdő, középhaladó és haladó csoportok. Tanár: Bánkúti Ágnes klubvezető, táncpedagógus. Részletes információk és jelentkezés a www.casablanca-tancklub.hu weboldalon, az info@casablancatancklub.hu e-mail címen vagy a 06-70/545-2323 telefonszámon. Első foglalkozás: szeptember 15.

Zumba fitness – Kedd 19.00–20.00, csütörtökön 19.30–20.30.
Információ: Sándor Szilvia, 06-30/307-0533.
Első foglalkozás: szeptember 7.

Flexit torna – Kedd 20.15–21.45. Új magyar mozgásterápiás módszer! Kötöttségeket oldó nyújtógyakorlataink az egészséges mozgást és a GERINC hajlékonyságát fejlesztik. „Mi azt nyújtjuk, amit más nem!” Minden érdeklődőt várunk! Lenkei Beáta gyógytornász–gyógytestnevelő tanár, információ: Groma Klára, 06-30/789-0050, flexit.torna@gmail.com, www.flexit.hu.
Első foglalkozás: szeptember 14.

Szenior örömtánc – Csütörtök 14.30–15.30. Közösségi tánc 50 éven felülieknek, amely megmozgatja nem csak a testet, de az agyat is. Vezeti: Fürst Anna, 06-30/513-1819.
Első foglalkozás: szeptember 9.

Moccanj 18+ – Kedd 10.00–11.00. Kíméletes módon átdolgozzuk az egész testet, erősítjük a tartóizmokat. Ajánljuk cukorbetegség, magas vérnyomás, mozgásszervi stb. betegségek esetén. Jelentkezés: Nándori Évánál e-mailen eva.nandori@gmail.com vagy telefonon +36-30/258-3489 számon.
Első foglalkozás: szeptember 7.

„Székes” torna – Péntek 10.00–11.00. Székes átmozgató torna idősebbek részére. Várunk minden érdeklődőt péntek reggelként. Kiemelten ajánljuk azoknak, akik a talajon nem tudnak gyakorlatokat végezni. Jelentkezés: Nándori Évánál e-mailen eva.nandori@gmail.com, vagy telefonon +3630/258-3489 számon.
Első foglalkozás: szeptember 10.

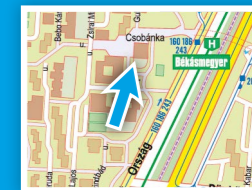
SZOLGÁLTATÁSOK

Terembérlés – Akadálymentesített épületünkben 284 férőhelyes színháztermünk, valamint 100–150 és 25–50 főt befogadni képes termeink bérebe vehetők. További információ: 06-1/388-7370.
Kényelmi szolgáltatások – Baba–mama szoba (pelenkázó, kézmosó, szoptatósfotel), akadálymentes közlekedés (akadálymentes mosdó, lift a színházteremhez), büfé. Az Óbudai Teátrumba szóló színház- vagy koncertjeggyel érkező kedves vendég a program napján jegye felmutatásával fogyasztásából 20% kedvezményt kap.



BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1039 BUDAPEST, CSOBÁNKA TÉR 5. • TEL.: 243-2432 • 243-2433
WWW.KULTURKOZPONT.HU • KULTURKOZPONT@KULTURKOZPONT.HU
INSTAGRAM: @BEKASIKOZHAZ



AULAKIÁLLÍTÁS

SZEPTEMBER 9. CSÜTÖRTÖK 18.00

HOLLAND-MAGYAR REFORMÁTUS KAPCSOLATOKAT BEMUTATÓ KIÁLLÍTÁS - ARS SACRA FESZTIVÁL

A Budapest-Csillaghegyi Református Egyházközség a Reformációi Emlékbizottság pályázata segítségével egy 11 roll-up-ból álló kiállítást készített a holland-magyar református kapcsolatok bemutatására a reformáció 500 éves évfordulója alkalmából. A kiállítás szakmai megalkotói és megvalósítói Millisits Máté művelődéstörténész, a Budapesti Városvédő Egyesület alelnöke és Kelemen Gábor grafikus designer voltak.

A kiállítást megnyitja: Millisits Máté művelődéstörténész. Közreműködik: a Csillaghegyi Református gyülekezet kórusa.

A kiállítás ingyenesen megtekinthető szeptember 30-ig a Községi Ház nyitvatartási idejében.



OKTÓBER 12. KEDD

SZIMBIÓZIS - SZÍNEK ÉS VÉLETLENEK - KUPPER ANNA KIÁLLÍTÁSA

„Művésznék lenni annyit jelent, hogy hiszünk az életben.” Henry Moore Kiállítónk pedagógus - örök álmodozó, aki az élet szépségét szeretné a művészettel kifejezni. A kiállítás anyaga is tükrözi ezt, különleges, egyedi szépségű akril art fluid alkotások, vagyis festékfolyatós akril technikával készített képek.

A kiállítás ingyenesen megtekinthető november 12-ig a Közösségi Ház nyitvatartási idejében.

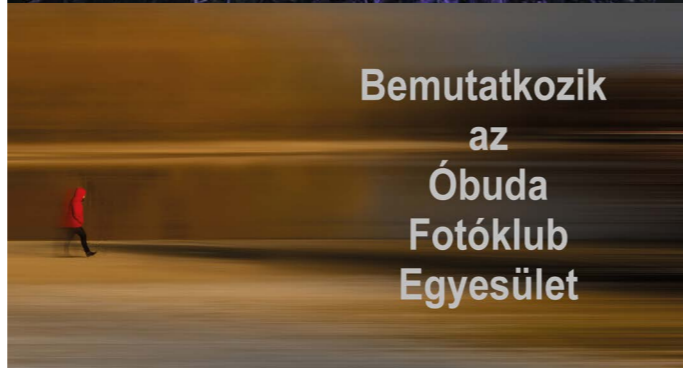
ÁRKÁDKIÁLLÍTÁS

SZEPTEMBER 21. KEDD 17.00

BEMUTATKOZIK AZ ÓBUDAI FOTÓKLUB EGYESÜLET

Az Óbuda Fotóklubot Kriss Géza fotóművész alapította 52 éve, azzal a szándékkal, hogy lehetőséget teremtsen a kerületben élő amatőr fotósok számára a közös alkotáshoz. A klub hamar népszerűvé vált és egész Budapest területéről csatlakoztak kiváló fotósok. A működés folyamatosan kötődött Óbudához. A klub vezetését két évre Konta Gábor vette át, majd őt váltotta Koncz Dezső. Jelentős változás volt a klub életében, hogy 2018-ban egyesületté alakultak. Aktív kiállítói lettek az Óbudai Nyár eseményeinek. Rendszeresen részt vesznek a FIAP Klub Világbajnokságon és az összes hazai megmérettetésen. Tagságuk sokat fejlődött azzal, hogy az elmúlt években több kiváló fotós csatlakozott csapatukhoz. Rendszeresen szerveznek közös fotózásokat és hetenként értékeli az alkotásaikat. Egyik legfontosabb céljuk, hogy fotóikkal örömet szerezzenek kiállításaik látogatóinak.

A kiállítás ingyenesen megtekinthető december 3-ig.



Bemutató
az
Óbuda
Fotóklub
Egyesület

SZEPTEMBER 24., OKTÓBER 22. PÉNTEK 16.30

APRÓK TÁNCA A KOLOMPOS EGYÜTTESSEL

Folytatjuk évek óta sikeres sorozatunkat kicsiknek és nagyobbaknak. Bevezetés a magyar népzenebe és népi hagyományokba, sok játékkal, mondókával és énekkel.

Jegyár: 1200 Ft (2 éves kor alatt ingyenes.)

OKTÓBER 30. SZOMBAT 11.00

SZOMBATI MESESZÍNHÁZ: BORIBON KIRÁNDUL

A Nefejejs Bábszínház előadásában.

Boribon szamócát keres a réten. Szamóca helyett furcsa dolgokat talál: cipőket, inget, kalapot, és egy igazi jóbarátot. Marék Veronika Boribon és Annipanni, valamint Boribon kirándul könyvei alapján készült vidám, zenés bábeloadás.

Óvodás korosztálynak ajánlott.

Műsoridő: 60 perc

Jegyár: 1200 Ft



OKTÓBER 18. HÉTFŐ 15.00

**ÉLET, BOR, HUMOR – AZ ALIG ISMERT MÁRAI –
HIRTLING ISTVÁN FELOLVASÓESTJE**

A Márai Sándor írásaiból összeállított est középpontjában az író kevésbé ismert oldalával találkozhatnak a nézők. Borral kapcsolatos írásai mellett meglepetés lehet finom humora, ami a mai ember számára is számos tanulsággal szolgálhat, miközben jót derül az élet visszásságain. Közéleti témájú soraiból az iróniával gyógyító író arcát ismerhetjük meg, legyen szó futballról, szépségversenyről vagy egy idős ember házasságáról.

Bevezetőt tart: **Mészáros Tibor** irodalomtörténész, a Márai-hagyaték kezelője

Közreműködik: **Szabó Dániel** – cimbalom

Műsoridő: 90 perc

Jegyár: 1800 Ft

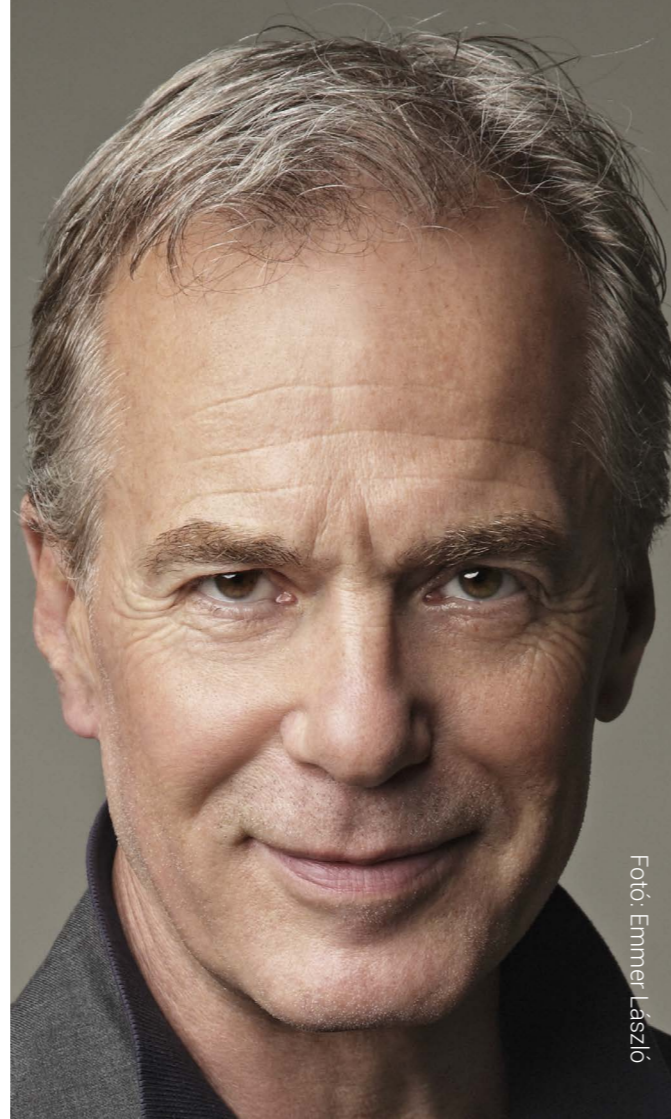


Foto: Emmer László

OKTÓBER 16. SZOMBAT 18.00

KEDVENC DOLGAIM - SZULÁK ANDREA ÉS A STUDIO11 ENSEMBLE KONCERTJE

A rendkívül sokoldalú művész, a szívéhez oly közel álló örökzöldekből, musical- és film dalokból idéz fel néhányat a tőle megszokott könnyed, tiszta stílusban. A Studio11 hosszú pályafutása alatt a legnagyobb előadóművészekkel dolgozhatott együtt. Sokuk pályája, már a kezdetektől összefonódott, szorosan kapcsolódott az együtteshez. Az egyik ilyen művész egy csodálatos énekes - Szulák Andrea, aki már egész fiatalon megcsillantotta rendkívüli tehetségét a rádió könnyűzenei stúdióiban. A sok éves együttműködés eredménye egy rendkívül sokrétű és gazdag repertoár. Legújabb műsoruk egy különleges válogatás, melyet Andrea és a zenekar közösen állítottak össze kedvenceikből.

Műsoridő: 70 perc

Jegyár: 1900 Ft

BÉKÁSI MOZI ESTÉK

Jegyár: 600 Ft

SZEPTEMBER 1. SZERDA 18.00

IFJÚSÁG ¹²

(olasz-svájci-angol-francia filmdráma, 124 perc, 2015)

Paolo Sorrentino a Rómába kalauzoló, Oscar-díjas A nagy szépség után ismét Fellinit idéző, lenyűgöző filmmel jelentkezik. Ezúttal egy Alpok-beli luxusszálloda szolgáltatja a díszletet, itt pihen a már nyugdíjba vonult, világhírű zeneszerző és karmester, Fred és legjobb barátja, a filmrendező Mick. Sajat zenei karrierjét lezárnak tekinti, ám magától II. Erzsébet brit királynőtől kap meghívót, hogy lépjen fel Philip herceg születésnapján.

SZEPTEMBER 15. SZERDA 18.00

TILTOTT TÁNCOK ¹²

(feliratos angol-francia-ír filmdráma, 109 perc, 2014)

Az ír Jimmy Galton egyszerű parasztszaládba született, fiatalon körbehajózta a világot a brit haditengerészet tagjaként, majd megjárta Amerikát, visszatért a függetlenségi háborúban harcolni az angolok ellen. A régi élete azonban visszahúzza: barátai biztatására újra megnyitja tánctermetét, vagy inkább közösségi házát, ahol tánc- és irodalomórákat, box leckéket vehetnek egymástól a közösség tagjai, és persze politikáról is szó esik.



SZEPTEMBER 29. SZERDA 18.00

A MARIA CALLAS-SZTORI ¹²

(Színes, feliratos, francia dokumentumfilm, 119 perc, 2019) A Maria Callas-sztori a 20. század egyik legtehetségesebb, legsikeresebb és legnagyobb hatású operaénekeséről szól. A dokumentumfilm feleleveníti Callas életét, s ehhez az operaénekes saját hangját és szavait hívja segítségül: a film archív felvételeken, interjúkon, leveleken és operarészleteken keresztül mutatja be a kivételes tehetségű művészt. Ezekből ismerheti meg a közönség a görög bevándorlók gyermekeként New York-ban születő Maria Callas pályafutását a kezdeti nehézségektől a szupersztárrá válásig.

OKTÓBER 13. SZERDA 18.00

DOKTOR KNOCK ¹²

(francia romantikus vígjáték, 113 perc, 2017)

Az ötvenes években egy szélhámos érkezik egy bájos kis francia hegyi faluba, ahol orvosnak adja ki magát. Doktor Knock karizmatikus és megnyerő férfi, ezért gyorsan nagy népszerűsége tesz szert. Az egyébként egészséges falu lakóinak mindenféle képzeletbeli betegségeket talál ki, s az emberek lassan, de biztosan hipochonderek lesznek. Minden megváltozik, amikor Doktor Knock találkozik egy vonzó fiatal nővel.



OKTÓBER 27. SZERDA 18.00

VALAN – AZ ANGYALOK VÖLGYE 16

(magyar krimi-dráma, 97 perc, 2019)

Péter nagyvárosi rendőrként emberkereskedők után nyomoz Brassóban. Az életét annak szenteli, hogy eltűnt lányokat találjon meg. Minden megmentett lányban valahol a saját hűgát, Julit látja. Julinak huszonkét évvel ezelőtt nyoma veszett szülővárosukban, a romániai forradalom káoszában felbolydult Valanban. Péter egy telefonhívás miatt kénytelen visszatérni az erdélyi bányavárosba, amikor felmerül a gyanú, hogy testvére holtteste került elő a hófödte fenyvesek között. A múltba vezető nyomozás útvesztőjében a férfinek nemcsak a várost fojtogató bűnözéssel kell megküzdenie, hanem a saját démonjaival is.

ELŐADÁS

OKTÓBER 29. PÉNTEK 17.00

SZÍNHÁZI KULISSZÁK MÖGÖTT – FŐVÁROSI SZÍNHÁZAK TÖRTÉNETE**Pest ezerarcú színháza: a Thália**

Sorozatunkban a fővárosi színházak történetét mutatjuk be vetítéssel színesített előadással.

Van egy színház Budapesten, melyben számtalan társulat játszott már az évtizedek során. A VI. kerületi Nagymező utca 22–24. szám alatti épület falai számtalan történetet őriznek. Előadó: **Szebényi Ágnes** színháztörténész, múzeumpedagógus
A belépés ingyenes.

**ÁLLANDÓ PROGRAMOK A LEGKISEBBEKNEK**

Kerekítő – Hétfő 9.30–10.00. Bábos, mondókás móka hangszerjatekkal, ejtőernyős labdákkal, Kerekítő manóval, 0–3 éveseknek. Félóra hűcögés, göcögés, kacagás a Kerekítő mondókás könyvek népi mondókái, ölbeli játéka nyoman. Cirókázás, lógázás, hintáztatás, lovagoltatás élő hangszerjatekkal, népdalokkal színesítve. Foglalkozásvezető: Nagy Éva Rita zenepedagógus, nagyeva.rita@gmail.com, 06-30/538-2337. Bejelentkezés és mondókatár: www.kerekito.hu. Első időpont: szeptember 6. hétfő

Maminbaba – Kedd 10.00–11.00. Hordozós latin fitness, a szórakoztató anyacsinosító. Ha te is várandós vagy kisbabás anyuka vagy, ha kedveled a táncot és a latin ritmusokat, válaszd a Maminbabát, és mozogj együtt a babáddal! Hordozót előzetes egyeztetés után tudunk biztosítani. A mozgulatsort gyógytornász-hordozási tanácsadó is ellenőrizte és ajánlja. Információ: Pattantyús-Abrahám Ágnes, tel.: 06-70/724 8009, agnespattantyus@gmail.com, Fb csoport: Maminbaba Ágival - 1., 5. kerület, Békásmegyer. info@maminbaba.hu, www.maminbaba.hu Első időpont: szeptember 21. kedd

GYERMEKEKNEK

Óbuda Mozgásművészeti Iskola – Az OMISK-ot 1990-ben alapítottuk Budapesten. Képzésünk kiindulópontja óvodáskorban a művészi torna, később más műfajokat is lehet tanulni. Módszertanát Berczik Sára mesteredző-koreográfus dolgozta ki. Lényege a tudatos mozgásra nevelés, ami kiváló alapot teremt bármilyen más táncstílushoz vagy sporttevékenységhez. Növendékeink iskolászerűen egymásra épülő évfolyamokban tanulnak. 4 éves kortól lehet beiratkozni, de később is tudnak csatlakozni a képzéshez. Információ: iroda@omisk.hu, www.omisk.hu, 06-1/200-0138, 06-20/946-0848.

OMISK Művészi torna (ritmikus gimnasztika) – Kedd, csütörtök, péntek, heti 2 alkalommal. Berczik Sára esztétikus testképző és mozgásfejlesztő módszerére építve 4 éves kortól ajánlott.

OMISK Mozdulatművészet (esztétikus gimnasztika) – Kedd, csütörtök, péntek, heti 2 alkalommal. A művészi torna legorganikusabb folytatása. Mozgásanyaga kiegészül a klasszikus balett és a modern tánc elemeivel. Az órák egyik legfontosabb része a koreográfia készítése, vagyis a csapat minden tagja rész vesz benne. Művészi torna és mozdulatművészet foglalkozásvezető: Kovács Bea Berczik Sára-díjas művészitorna-edző, testnevelő tanár, Rácz-Lakatos Lilla táncpedagógus Markolt-Rózsa Réka táncpedagógus és Solti Eszter táncpedagógus.

OMISK Modern tánc – Kedd, szerda, csütörtök, heti 2 alkalommal. A modern tánc klasszikus balett alapokra épül, de annak szabályrendszerével szembe is megy. Balett és modern tánc foglalkozásvezető: Csöngői Barbara táncpedagógus. Beiratkozás: augusztus 26. csütörtök 16 -19 - jelenlegi növendékeinknek szeptember 2. csütörtök 16 -19 óra - új jelentkezőknek

Óbuda Kenguru Szabadidő SE – Hétfő, szerda 17.00–18.00, Hog fitdance azoknak, akik szép, koordinált mozgást akarnak, és egészségesen szeretnének élni. 7 éves kortól ajánlott. Foglalkozásvezető: Nándori Éva, 06-30/258-3489, eva.nandori@gmail.com. Első időpont: szeptember 6. hétfő

Capoeira – Péntek 16.30–17.30. A capoeira brazil harcművészet, akrobatikus elemekkel tűzdelt, történelmi hagyományokon alapuló, zenével kísért küzdősport. Gyerekeknek, felnőtteknek, előzetes sportmúlt nélkül is el lehet kezdeni. A csoportot vezeti Berczi Szilárd – es Instructor Brode – (a magyarországi ACDP capoeira csoport képviselőjének, Mestre VT-nek a tanítványa). Csatlakozásra folyamatosan van lehetőség. Információ: 06-30/515-9592, e-mail: acdphuninfo@gmail.com. Első időpont: szeptember 3. péntek

FELNŐTEKNEK

Harmónia Táncklub – Péntek 19.00–20.00. Kezdő társastáncanfolyam minden korosztálynak. A Budapesten 1987-ben alapított, társastáncokkal foglalkozó klub képviseli az alternatív, de ugyanakkor kulturált és állandóan bulizó-bálozó, társasági életet kedvelő táncosok /fiatalok/ örökifjak társaságát. Itt sok mosolyra, barátokra, rengeteg eseményre számíthatsz a társastánc keretein belül! A jó hangulatú táncórákat vezeti: Székely Attila. Információ: 06-30/952-9477, www.harmoniatancklub.hu. Első időpont: szeptember 10.

Andi jóga - Hétfő, szerda 19.00-20.00. Személyre szabott figyelemmel, 25 éves tapasztalattal támogatom, hogy biztonságban gyakorolj egy kellemes, csoportos légkörben. Segítem, hogy az az idő amit önmagadra szánsz a leghasznosabb legyen számodra. Így a testi és lelki feszültségek oldódnak és magadra találj! Elsősorban a 40+ -os korosztályt várom. További információ: www.andijoga.com; Hívj most: 06/30/9009336 Első időpont: szeptember 6. hétfő

Női jógaanfolyam – Péntek 9.00–10.00. A jógaórán a nő fizikai és mentális egészsége van a fókuszban. A gyakorlatsorok kifejezetten a női energiák ritmikus mintáit veszik figyelembe, élénkítik a hormonrendszert, amellyel, hogy rugalmasá teszik a testet és nyugodttá az elmét. Bővebb információ: 06-30/900-9336, vallyon.andi@gmail.com. Első időpont: szeptember 3. péntek

Hatha jóga – Csütörtök 19.00–21.00 haladó csoport. 75 % gyakorlati foglalkozás, 25 % elméleti bemutatás. Bemelegítő, ászanázás, lazítás, új lecke. Több évre rendezett anyag a csakrák, a fizikai test, a lelkiállapotok és a tudattartamok közötti összefüggések tükrében. Csatlakozni lehet a már működő haladó csoportokhoz! További információ: www.jogatan.hu, info@jogatan.hu; gyorgyi@jogatan.hu. Első időpont: szeptember 9. csütörtök

Zumba fitness – Kedd 19.00–20.00. Latin és nemzetközi zenék által inspirált dinamikus, izgalmas koreográfiákkal színesített és egyben szórakoztató edzés. A 60 perces intenzív testmozgás nemcsak a testre, hanem a lélekre is garantáltan jó hatással van. Információ: Kovács Dóri, tel.: 06-20/331-4483, e-mail: k.dorizumba@gmail.com. Első időpont: szeptember 7. kedd

Gerinctorna – Hétfő 18.15–19.15. Hát- és derékfájás ellen gyógytorna jellegű gyakorlatokat végzünk. Foglalkozásainkon kellemesen el lehet fáradni, ugrálást mellőző, jó hangulatú a programunk. További felvilágosítás: Nándori Éva, 06-30/258-3489, eva.nandori@gmail.com. Első időpont: szeptember 6.

SZAKKÖRÖK, KLUBOK

Képzőművész kör Kőfaragó József festőművész vezetésével – Hétfő, kedd, csütörtök 16.00–19.00. Első időpont: szeptember 9. csütörtök

Látássérültek Klubja – Minden hónap harmadik péntekén 10.00–12.00-ig előadásokkal, különböző programokkal várja azokat, akik csatlakozni szeretnének a látássérültek közösségéhez. További információ: 06-70/377-3265, obuda.szervezo@vgyke.com. Első időpont: szeptember 17. péntek

Diabétesz Klub – Minden hónap harmadik csütörtökén 15.00–17.00. A cukorbeteg klubbédelutának témája a cukorbetegségről való felvilágosítás, diétás tanácsadás, tájékoztatás a szűrőprogramokon való részvételről, valamint betegoktatás (a helyes vércukormérés elsajátítása és az inzulin beadásának technikája). Bővebb információ a Cukorbeteg Budapesti Egyesülete honlapján: www.cbe.hu. Első időpont: szeptember 16. csütörtök

Krottendorf Német Hagyományörző Egyesület – Szerda 18.00–20.00. A hagyományörző egyesület táncpróbái. Első időpont: szeptember 1. szerda

Foltvarró Klub – Szerda 9.00–12.00. A patchwork technika iránt érdeklődőket minden páratlan héten a Csillaghegyi Öltögetők csapata, minden páros héten a Békási Foltvarrók csapata várja. Első időpont: Csillaghegyi Öltögetők - szeptember 1. szerda Első időpont: Békási foltvarrók - szeptember 8. szerda

MMG Nyugdijas Klub – Minden hónap első csütörtökén 13.00–18.00. Első időpont: szeptember 2. csütörtök

SZOLGÁLTATÁSOK

Terembérlés – Korszerű technikával felszerelt 220 férőhelyes színházteremmel, illetve 2 db 30 fős kisteremmel rendelkezünk. Kényelmi szolgáltatások – Kismamák részére pelenkázóval és szoptatósfotellel is rendelkezünk. Részben akadálymentes közlekedés. A Közösségi Házban működik a GoforGo utazási irodája és autósiskolája.





CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

1039 BUDAPEST, MÁTYÁS KIRÁLY ÚT 13-15. • TEL.: 240-0752 • 06 30 523-0454
 WWW.KULTURKOZPONT.HU,
 INSTAGRAM: @KULTURKOZPONT



SZEPTEMBER 8. SZERDA 18.00

FILMVETÍTÉS: BABETTE LAKOMÁJA 12

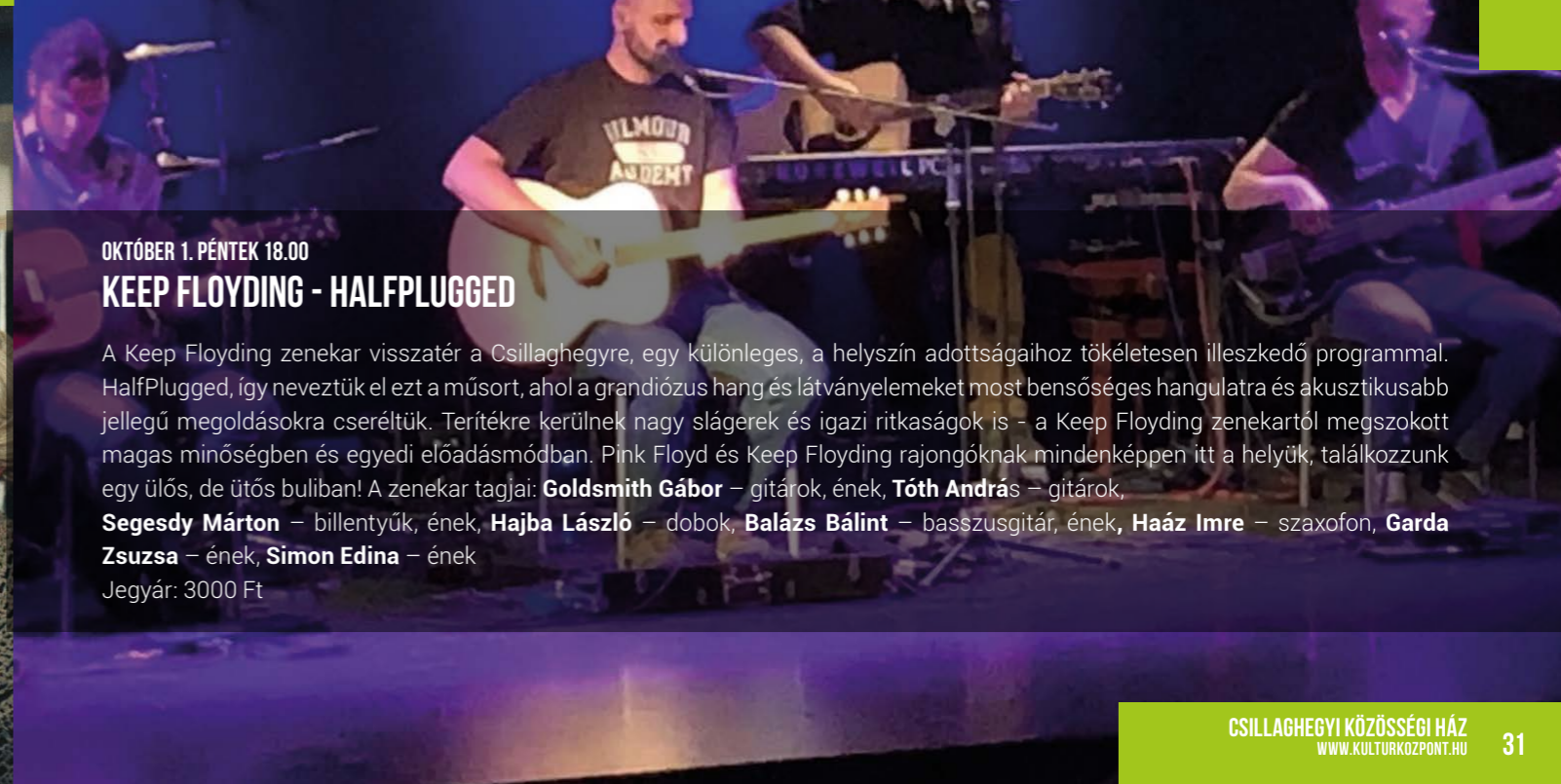
(dán filmdráma, 102 perc, 1987.)

A Babette lakomáját több szempontból is vallásos filmnek nevezhetjük, de lényegében véve egy ünnep: a szív, az érzékek, és mindenekelőtt a lélek ünnepe. Ugyanakkor, sok étel témájú filmtől eltérően nem az élvhajhászásról vagy az érzékekről szól. Érzékeny, mulatságos, optimista és alapvetően vidám; megtévesztően egyszerű története mögött az élet dicsérete rejlik.

Szereplők: Stéphanie Audran, Jean-Philippe Lafont, Gudmar Wivesson.

Rendezte: Gabriel Axel.

A belépés díjtalán.



OKTÓBER 1. PÉNTEK 18.00

KEEP FLOYDING - HALFPLUGGED

A Keep Floydling zenekar visszatér a Csillaghegyre, egy különleges, a helyszín adottságaihoz tökéletesen illeszkedő programmal. HalfPlugged, így neveztük el ezt a műsort, ahol a grandiózus hang és látványelemeket most bensőséges hangulatra és akusztikusabb jellegű megoldásokra cseréltük. Terítékre kerülnek nagy slágerek és igazi ritkaságok is – a Keep Floydling zenekartól megszokott magas minőségben és egyedi előadásmódban. Pink Floyd és Keep Floydling rajongóknak mindenképpen itt a helyük, találkozunk egy ülős, de ütős buliban! A zenekar tagjai: **Goldsmith Gábor** – gitárok, ének, **Tóth András** – gitárok,

Segesdy Márton – billentyűk, ének, **Hajba László** – dobok, **Balázs Bálint** – basszusgitár, ének, **Haáz Imre** – szaxofon, **Garda Zsuzsa** – ének, **Simon Edina** – ének

Jegyár: 3000 Ft

MOZITITKOK

Beszélgetés és filmklub

Jegyár: 1500 Ft, diákoknak és nyugdíjasoknak 1200 Ft

SZEPTEMBER 26. VASÁRNAP, OKTÓBER 17. VASÁRNAP, 18.00

TÍZ DOLOG, AMIT SOPHIA LORENTŐL TANULTAM...

... mondja **Schäffer Erzsébet**, az est háziasszonya. Mitől igazi nő egy igazi nő? Honnan az a mindent átszövő báj és finom erotika, ami benne van abban is, ahogy a spagetit eszi, és ahogy a harisnyáját húzza? Ami annyira természetesen süt belőle, hogy évtizedek távlatából is magával ragad és a vászon elé szegez? Mi mindent tud ez a Nő? És mi mindent tanulhatunk mi tőle? A filmek kiváltotta érzelmeken, a könnyeken és a nevetésen túl számos, mára is érvényes megfogadni valót... A mozik előtt erről beszélgetünk!



SZEPTEMBER 26. VASÁRNAP 18.00

MAGÁNYOS APUKA MEGOSZTANÁ ¹²

(amerikai családi vígjáték, 110 perc, 1958)

Thomas Winters felesége halála után magához veszi három kisgyermekét. A gyerekek nem nagyon lelkesednek a változásért, a hét éves Robert rögtön el is kóborol. Ekkor ismerkedik meg az Amerikában turnézó olasz karmester lányával, Cinzia-val. A lány rövidesen a család nevelőnője lesz. A kezdeti zökkenők ellenére apránként gyengéd szálak szövődnek Winters és Cinzia között, ám Thomas-ra frissen elvált sógornője is pályázik. Egy július 4-ei bálon a férfinak döntenie kell...



OKTÓBER 17. VASÁRNAP 18.00

NÁPOLYBAN KEZDŐDÖTT ¹²

(amerikai vígjáték, 100 perc, 1960)

Michael Hamilton ügyvéd azért érkezik Nápolyba, hogy ott elrendezze öccse hagyatékát és gyámsági felügyelet alá vegye Nandot, testvérének tízéves gyermekét, aki árván maradt. Mielőtt azonban visszavinné magával Amerikába, összetalálkozik Nando gyönyörű nagynénjével, aki bárénekesként tengeti életét egy helybeli éjszakai klubban. Hamilton azonnal beleszeret a gyönyörű Luciába, nem is sejtve, miféle komplikációkat okoz ezzel...

Főszerepben: Sophia Loren és Clark Gable, rendezte: Melville



OKTÓBER 9. SZOMBAT 16.00

AZ ÉGIGÉRŐ CSERESZNYEFA

A Magyar Népmese Színház előadása

Az öreg király betegségéből csak akkor tud kigyógyulni, ha valaki felmászik a kertjében lévő égigérő cseresznyefára és ledob neki egy szem cseresznyét. A számtalan jelentkező közül, csak Szép Jankó, a király kondása jutott fel az égigérő cseresznyefára. Ott lakott gyémánt palotában Tündér Ilona, aki szolgálatába fogadta. Mivel igen megszerették egymást, tán ott is maradt volna örökre, a sárkány azonban elrabolta Tündér Ilonát. Jankó útnak indult hát, hogy kiszabadítsa. Végül mikor dobja le Jankó azt a cseresznyét a fáról, a meséből kiderül.

Játszó személyek: **Balázi István, Illés Dániel, Mester Nikolett, Zanotta Veronika.** Zene: Gyulai Csaba, jelmez: Zanotta Veronika, bábok: Szabóné Németh Bea, képek: Parázs Bianka, díszlet: Szűcs Zsolt, rendező: Rumi László

Jegyár: 1500 Ft. 14 év alatti gyermekeknek: 1000 Ft



SZEPTEMBER 26., OKTÓBER 10. VASÁRNAP 10.00

KAKAÓMESE

A vetített rajzfilmekhez kapcsolódóan, havi egy vasárnap, a mese ihlette kézműves foglalkozás - bábkészítés, drámajáték, festés, animálás - várja a gyerekeket az Egyboglya Alapítvány alkotóival. Készítsd el, és vidd haza magaddal a mesét! Jegyár: 500 Ft

Szeptember 26. vasárnap 10.00 Stuart Little kisegér 6

(német-amerikai vígjáték, 84 perc, 1999)

A Little család valószínűleg a világ legátlagosabb, melegszívű családjára. Amikor egy árvaházban rátalálnak az elhagyatott kisegérré, Stuart Little-re befogadják, és hamar a család teljes jogú tagjává válik. Azonban macskájuk nem tud belenyugodni az új kedvenc érkezésébe. Felbérel néhány rosszarcú kóbor kandúrt, hogy tegyék el láb alól a kicsi, nagyszájú és csupa szív egérsrácot...

Oktober 10. vasárnap 10.00 Scooby – a rejtély nem jár egyedül 6

(amerikai animációs vígjáték, kalandfilm, 93 perc, 2020)

Vannak sztárok. Vannak szupersztárok. És van az egyetlen, és utánozhatatlan Scooby! E film nemcsak azt beszéli el, hogy hogyan lett ez a beszélő dán dog kölyök egy bizonyos Bozont legjobb barátja, hanem azt is, hogy miképp lettek ők a természetfeletti bűnök üldözői. Végül pedig szembe kell nézniük a főgonossal, aki a kutyokalipszist akar szabadítani a világra. Borzasztó terve megvalósulását csak Scooby és Bozont akadályozhatja meg!



SZEPTEMBER 11., OKTÓBER 2. SZOMBAT 10.00

MESÉS HÉTVÉGÉK

Családi délelőtti közös játékkal, mesehallgatással, kézműves alkotással.

Házigazda: Gyenes Zsuzsa (Mesezengő) és Szmirnov Krisztina (Tipegő). A belépés díjtan.

Szeptember 11. szombat 10.00 Egy kosárnyi csengés-bongás

Évadzárót még nem tarthattunk – hát ünnepeljük az évadnyitót: szálljanak a kertben az óriás szappanbuborékok, röpjöjenek magasba a szivárványernyő színes labdáái, varázsoljunk a puha gyapjúból nemez csörgőlabdát! Hallgassunk erdei manós szüretelős mesét – és tegyük mi is kosarunkba a zörgő búzakalászból kicsépelt, megőrölt búzaszemeket.

Október 2. szombat 10.00 Gesztenyekirályfi, borzas királylány

Vadgesztenyéből készülhet krém, mosógél – és királyfi is. Vagy királylány. Vagy egy dinoszaurusz. És játszani is lehet vele. Még talán festeni is. Vagy azt inkább falevéllé? Netán almával? Meglátjuk. A mesebeli Daloló városka erdejében mi készül a vadgesztenyéből? Meghallgatjuk. Röpítünk óriás ernyőben labdákat? És papírsárkányt? Megígérjük!



SZEPTEMBER 10., 24., OKTÓBER 8., 22. PÉNTEK 9.15–10.00 ÉS 10.30–11.15

DÚDOLJ! RINGASS! TÁNCOLJ! – CSALÁDI FOGLALKOZÁS

A közös családi élmények mindannyiunknak fontosak. Foglalkozásainkon találkozik a zene, a játék, a tánc és a mese – minden olyan tevékenység, amiben kreatív alkotóként, szabadon lehetünk jelen. A foglalkozás egy inkluzív közeg, ahová mindenki hangulatának, igényeinek, lehetőségeinek megfelelően tud kapcsolódni. Mindenki a folyamat részesévé válhat.

A foglalkozásokat vezeti:

Paár Julcsi – énekes, okleveles zeneterapeuta; **Csiki Gergely** – néptáncpedagógus, a Göncöl Néptáncgyűttes vezetőjeMuzsikálnak: **Csernók Klára** – hegedű; **Könczei Bálint** – brácsa; **Bognár András** – nagybőgő

Jegyár: 500 Ft





SZEPTEMBER 25., OKTÓBER 16. SZOMBAT 17.00

NÉP-TÁNC-HÁZ

Csiki Gergely és a **Göncöl Néptáncgyűttes** közreműködésével. A táncház elején tánctanítás, a végén szabadtánc zárja az estét.

A műsor ideje alatt **Csernók Klára** és barátai kísérik a táncosokat.

Jegyár: 500 Ft. 14 éven aluliak számára a belépés ingyenes.

Szeptember 25. szombat

17.00 Családi táncház

18.00 Az őszi ünnepkör dalai – játékos daltanulás **Paár Julcsival**

19.00 Szent Mihály napi táncház

Október 16. szombat

17.00 Családi táncház

18.00 Közös szabad tánc, kifulladásig



SZEPTEMBER 25. SZOMBAT 16.00

SZENT MIHÁLY-NAP

A népi kalendáriumban szeptember Szent Mihály hava, szeptember 29. pedig Szent Mihály neve napja, melyhez számos népszokás és időjárás megfigyelés fűződik, például: „Szent Mihály nap után a hal a víz fenekére húzódik, nincs többé halfogás.” Ezért, ezen a szombaton, még az idei évben utoljára, megkóstolhatjuk a híres-neves bajai halászlévet, méghozzá gyufatésztával!

16.00 A Bajai Halászléfőző Bajnokok Klubjának bemutatója, halászléfőzés és kóstolás az udvaron

17.00 Családi táncház

18.00 Az őszi ünnepkör dalai – játékos daltanulás **Paár Julcsival**

19.00 Szent Mihály napi táncház

SZEPTEMBER 10., 17., 24., OKTÓBER 8., 15., 22. PÉNTEK 17.30

SZABAD A TÁNCI! - TÁNC HÁZAK A GÖNCÖL NÉPTÁNCÉGYÜTTESSEL

Szeretettel várunk kicsiket és nagyokat egy kötetlen hangulatú, közösségteremtő táncra! Alkalmanként más-más magyar tájegység jellegzetes táncaival és zenéjével ismerkedhetünk meg. Élőzenei kíséret mellett, a résztvevők is könnyedén elsajátíthatják a lépéseket. Az esemény szabadtánccal zárul.

Közreműködik: **Csiki Gergely, Csiki Katalin, Csernók Klára és zenészbarátai**, valamint a **Göncöl Néptáncegyüttes** táncosai.

A belépés díjtalan.



ÁLLANDÓ PROGRAMOK BABÁKNAK, MAMÁKNAK

English Songs – Angol mondókák és dalcskák gyerekeknek, csütörtök 10.30–11.30. Itt a lehetőség, hogy elősegítsük a korai nyelvtanulást egy angol anyanyelvi vezetővel induló játékos, mondókás, dalolós, táncolós, zenélős, mesélős foglalkozáson. A csoport 1–3 éveseknek szól, a csoportvezető észrevétlenül ülteti a helyes angol kiejtést és szavakat a gyerekek fülébe, akik a programon kísérőjükkel vesznek részt. Angol nyelvtudás nem szükséges! Jelentkezés, információ: Deborah Moss, 06-30/479-6585, deborah.budapest@gmail.com. Első alkalom: szeptember 9.

Járóka baba–mama klub – Program közösségbe még nem járó gyermekeknek és szüleiknek. Kéthetente pénteken 9–11 óráig. Támogató közösség, beszélgetőkör, kötetlen játék, hasznos helyi információk, szakmai segítség. A program ingyenes. A programhoz való hozzájárulást, játékeszközöket szívesen fogadunk. A programot szervezi: Egyboglya a Családi Közösségekért Alapítvány. A program a Családbarát Óbuda projekt keretében valósul meg. További információk: www.egyboglya.hu, kapcsolat@egyboglya.hu, 06-30/900-6228. Első alkalom: szeptember 17.

Ringató – Csütörtök 9.30–10.00 Vedd ölbe, ringasd, énekelj! Találkozás a zenei anyanyelvvél. Kisgyermekkorai zenei nevelés a születéstől hároméves korig a kodályi elvek alapján. Információ: G. Kovács Modeszta, 06-70/609-0705, www.ringato.hu, modeszta.ringato@gmail.com. Facebook: „Ringató Óbuda – G. Kovács Modeszta foglalkozásai”. Első alkalom: szeptember 9.

Tipegő – Kedd 9.30–10.15 A Tipegő foglalkozásait a zene, a mozgás, a látványos eszközök és az élvezetes játék egyedi és hatásos kombinációi alkotják. Szeretettel várok minden kisgyermekes családot! Információ: Szmirnov Krisztina, 06-30/314-2829, www.zsurok.hu. Első alkalom: szeptember 7.

ÁLLANDÓ PROGRAMOK GYEREKEKNEK

Alkotóka-mesemondóka – Október 20., november 17., december 15. szerda 17.00 – 18.00. Szeretettel várom az óvodás és alsós általános iskolásokat, szüleikkel együtt, októbertől, minden hónap harmadik szerdáján egy előszavas mesemondással egybekötött kézműveskedésre a Csillaghegyi Közösségi Ház udvari kisházába. A részletes eseményleírások a: <https://www.facebook.com/Lélekmelengeto-szalon-2053515988292669/> oldalán megtekinthetők minden hónap elején. Részvételi díj: 1800 Ft./fő/alkalom egy gyermek és egy kísérője számára. Az anyagszükséglet felmérése miatt előzetes regisztráció szükséges a lelekmelengetoszalon@gmail.com email címen a résztvevő gyermek nevével és korával. A foglalkozást vezeti: Birovits Zsuzsanna pedagógus, alkotó-fejlesztő meseterapeuta.

Gyerekkarate – Kedd és csütörtök 17.45–18.45 óvodás karate (4–6 éveseknek). Játékos, felkészítő jellegű karate edzések fiúknak és lányoknak. Célunk átadni a fiataloknak a mozgás szeretetét, felkészíteni őket a későbbi sportolásra. Információ: Zsigmond Mária, 06-70/206-3300. Első alkalom: szeptember 7.

Kerámia – Szerda 14.30–16.00 és 16.00–17.30 Gyerekeket és szülőket, mindenkit szeretettel várok, aki szeretne maradandót alkotni. Információ és jelentkezés: Szemlér Magdolna iparművész, tanár, 06-20/911-8863, setters@szafi.hu. Első alkalom: szeptember 8.

Népi játék - néptánc kör óvodás gyerekek számára - Csütörtök 16.30–17.15-ig. Várjuk azon óvodás korú gyerekek jelentkezését, akik szeretnének énekelni, játszani és táncolni. Érdeklődni Csiki Gergely táncos-néptáncpedagógusnál lehet az alábbi elérhetőségeken: 06-20/329 3583, vagy a csiki.gergely@gmail.com e-mail címen. Első alkalom: szeptember 9.

Tűzzománc, üvegfestés, kínai tusfestés – Csütörtök 15.00–19.00. Várunk mindenkit szeretettel, aki egyéni elképzeléseit szeretné megvalósítani! Információ: Glatz Marietta művész-tanár, 06-1/388-4836. Első alkalom: október 7.

ÁLLANDÓ PROGRAMOK FELNŐTTEKNEK

ÚJ! Moccanj! Regeneráló torna – Kedd és csütörtök 19.00–20.00. Regeneráló, átmozgató torna a 18+ korosztály számára. Gyógytorna jellegű gyakorlatokkal, melyek a teljes testet átmozgatják, felfrissítik. Finoman erősít, segít az egészség hosszútávú megőrzésében, alakformálásban. További felvilágosítás: Nándori Éva, 06-30/258-3489, eva.nandori@gmail.com. Első alkalom: szeptember 7.

Festőkurzus felnőtteknek – Péntek 10.00–12.30. A festést másolással kezdjük. Nagy mesterek műveit másoljuk, főleg az impresszionizmus korszakából. Megtanulunk színnel rajzolni, akrilfestékkel festeni. Később lehetőség nyílik csendéletek, beállítások festésére is. Információ: Makovecz Anna, 06-20/573-9339. Első alkalom: október 1.

Fonóka – Kéthetente hétfőn 15.00–18.00, előzetes megbeszélés szerint. Saját fonal készítése gyalogorsón és rokkán. A foglalkozást vezeti: M. Horváth Adrienn (Ariadne Műhely), 06-20/369-0739, facebook.com/ariadnemuhely/. Első alkalom: október 4.

Gerinctorna – Hétfő 17.30–18.15, csütörtökönként 15.00–15.45. Esztétikus testképzéssel, stilizált Mensendieck gyógytorna alapokkal. Vezeti Giliczéné Bencze Mária Állami és Nívódíjas mozdulatművész táncpedagógus, Berczik Sára asszisztens, esztétikus testképző kinetológus 06-20/390-1260. Első alkalom: szeptember 6.

Gyapjúszővés – Kéthetente kedden 16.00–19.00. Szakkör felnőtteknek. Szalagszővés szádfán és kártyán – egyszerű és szedett szalagok, tokok készítése. Szövekereten párna, tarisznya, hátizsák szövése különböző díszítő technikákkal (csikos, fogas, dzsidzsim, bogos, kilim, stb.). Információ: Detre Mikolt gyapjú-, szőnyegszövő oktató, 06-30/992-2944. Első alkalom: október 5.

Gyöngyfűzés – Kedd 9.00–12.30. Előzetes bejelentkezés szükséges. Információ: Ladán Éva, 06-30/982-5721, eva.ladan@hotmail.com. Első alkalom: október 5.

Kerámia – Csütörtök felnőtteknek 13.00–16.00. Mindenkit szeretettel várok, aki szeretne maradandót alkotni. Információ és jelentkezés: Szemlér Magdolna iparművész, tanár, 06-20/911-8863, setters@szafi.hu. Első alkalom: szeptember 9.

Kosárfonás – Csütörtök 9.00–12.00 és péntekenként 15.00–18.00 és 18.00–21.00. Információ: Sáringer Erzsébet, 06-20/949-3890. Első alkalom: szeptember 9.

Könyvkötészeti tanfolyam – Kéthetente szerdán (páratlan héten) 16.00–20.00. Információ: Csuzi Enikő, 06-26/385-312. Első alkalom: október 13.

Mesés esték a Lélekmelengető szalonban – Október 6., november 3., december 1. szerda 18.00 – 20.30. Előszavas mesemondással és beszélgetéssel egybekötött programsorozat az udvari kis házban. A programsorozat egy 3 alkalmas, önismereti, felnőtteknek (nőknek és férfiaknak egyaránt) szóló mesecsoporthal indul. Téma: a nem-feladás képesség megszerzése: Miért ne adjam fel, ha már úgy érzem, hogy minden ellenem van? Három mesén keresztül nézünk rá, hogy a mese hőseinek ki vagy mi segített nem feladni a küzdelmet, a harcot, az életet. A programra előzetes regisztráció szükséges a lelekmelengetoszalonn@gmail.com email címen. Maximum létszám 8fő. Részvételi díj: 7000ft/alkalom. Vezeti: Birovits Zsuzsanna alkotó-fejlesztő meseterapeuta, párkapcsolati coach és csoportvezető.

Nemeztanfolyam – Ha szeretnéd elsajátítani a nemezelés fortélyait, és szeretnél saját magad készítened, egyedű, szép nemeztárgyakkal gazdagodni, akkor köztünk a helyed! Minden alkalommal más és más tárgy készül. Inspiráló környezet, szakmai segítség, jó hangulat. Bekapcsolódnál bármikor lehet, akár egy-egy alkalomra is. Az időpontokról Dobinszki Csilla nemezművész, nemezoktató ad tájékoztatást, a következő telefonszámon: 06-20/527-7095 További információ: www.facebook.com/barackafelt vagy csillanemez@gmail.com. Első foglalkozás: szeptemberben, előzetes jelentkezés a tanfolyamvezetőnél

Pilates-torna – Hétfő 9.00–10.00. Alakformálás, a test rugalmassága, izületkímélő torna, hátfájásra, mélyrétegű törzsizmok erősítése, tartásjavítás. Kellemes zenére egyórás, speciális légzéstechnikával kombinált, fokozatosan elépített, nyújtó és erősítő gyakorlatsorozatok. Bármilyen életkorban elkezdhető! Információ: Nagy Eleonóra, 06-70/537-5136, nagyeleonora@gmail.com.

Szenior jóga – Hétfő 10.00–11.00. A jóga egész személyiségünket stabilizálja. Hatására könnyebben megbirkózunk a stresszhelyzetekkel. Ha rendszeresen jógázunk, pozitív gondolkodás, oldott hangulat, vidámság és elégedettség lesz rajtunk urra. Információ: Nagy Eleonóra, 06-70/537-5136, nagyeleonora@gmail.com. Első alkalom: szeptember 6.

Szenior örömtánc – Szerda, alapszint 10.15-től, haladó 11.30-tól. Egy újfajta mozgásformával várjuk kedves látogatóinkat. A szeniortánc kíméletesen mozgatja át az izmokat, ízületeket, és kiválóan hat a memóriára. Nem kell hozzá sem táncpartner, sem előzetes tánc tudás. A szeniortánc nem más, mint mozgás, öröm és agytorna. Információ: Szegedi Judit, 06-20/222-2326. Első alkalom: szeptember 8.

Zumba fitness – Péntek 17.00–18.00. Latin és nemzetközi zenék által inspirált dinamikus, izgalmas, koreográfiákkal színesített és egyben szórakoztató edzés. A 60 perces intenzív testmozgás nemcsak a fésre, de a lélekre is garantáltan jó hatással van! Információ: Kovács Dóri, 06-20/331-4483. Facebook-oldal: Kovács Dóri zumbaoktató. Első foglalkozás: szeptemberben, előzetes jelentkezés a tanfolyamvezetőnél

VARRÓTANFOLYAMOK GYEREKEKNEK, FELNŐTTEKNEK

Ismerd meg a varrógépet - Kezdő varrótanfolyam gyerekeknek, felnőtteknek, 2 x 4 órában. (Ajánlott kor: 7-99 évig) **Szeptember 11. és 26., december 11. és 12. 9.00 – 13.00**
Ez a tanfolyam kisiskolás kortól ajánlott, gyerekek és felnőttek akár együtt is részt vehetnek a programon. Teljesen az alapoktól indul, nem csak varrógéppel lehet megtanulni varrni, hanem a varrógép szakszerű, biztonságos önálló használatát és alap karbantartását is megismerhetik a résztvevők.

A tanfolyamot Kiss Mihók Erzsébet tartja. A korlátozott létszám miatt a programokra előzetesen be kell jelentkezni! Jelentkezési határidő szeptember 9. Jelentkezés, részvételi díj és további részletek: 06-30/9923-609 telefonszámon és a kretorvarromuhely@gmail.com címen. Facebook: Liza Kreatív Alkotó és Varróműhelye oldal.

Haladó Varrótanfolyam - (Ajánlott kor: 10-99 évig). **Október 9. és 10. 9.00 – 13.00**. Ez a tanfolyam azok számára indul, akik biztos varrógép tudással rendelkeznek. Egyszerűbb ruhákat varrhatnak, illetve különféle technológiai megoldásokkal ismerkedhetnek meg a résztvevők, mint például ruhajavítás, átalakítás (nadrág, szoknya felhajtás, hasadás foltözése, cipzárcsere nadrágba, szoknyába). A tanfolyamot Kiss Mihók Erzsébet tartja. A korlátozott létszám miatt a programokra előzetesen be kell jelentkezni! Jelentkezési határidő október 7. Jelentkezés, részvételi díj és további részletek: 06-30/9923-609 telefonszámon és a kretorvarromuhely@gmail.com címen. Facebook: Liza Kreatív Alkotó és Varróműhelye oldal.

Tematikus, kreatív varrófoglalkozások gyerekeknek, felnőtteknek (ajánlott kor 6-99 évig).

November 6. 9.00-13.00 Márton napi Galiba - jelentkezési határidő: november 4. November 14. 9.00-13.00 Szellemeskedünk szellemek, fekete macska, denevér és sütőtökpárna varrás - jelentkezési határidő: november 12. Ezek a workshopok, nem csak különféle játékkészítési fogásokat lehet elsajátítani, hanem ideális program ahhoz, hogy a gyerekek örömmel ismerhessék meg a varrás nyújtotta lehetőségeket. Anya-lánya, vagy családi programnak is ideális. A workshop kezdők kézzel varrhatnak játékgépeket. Azok, akik már tudnak varrógéppel varrni, készíthetnek akár táskát, tornazsákot és egyéb használati tárgyakat a részletek: e-mailben. A programon használható a saját megszkott varrógép, vagy ha még nincs, lehet kérni a helyszínen. A workshop végén mindenki egy saját készítésű kézműves termékkel távozik. Foglalkozásvezető: Kiss Mihók Erzsébet A korlátozott létszám miatt a programokra előzetesen be kell jelentkezni! Jelentkezés, részvételi díj és további részletek: 06-30/9923-609 telefonszámon és a kretorvarromuhely@gmail.com címen. Facebook: Liza Kreatív Alkotó és Varróműhelye oldal.

A CSILLAGHEGYI POLGÁRI KÖR EGYESÜLET PROGRAMJA 2021. SZEPTEMBER-OKTÓBER

A CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZBAN

(1039. Mátyás király út 13–15.)

PROGRAMOK A CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZBAN ÉS AZ ŐSTERMELŐI PIACON:

09.15. szerda 18.00 Csillaghegyi találkozó
Dr. Diószegi György Antal művelődéskutató:
Lovasíjász határvédelmünk egyetemes jelentősége
IV. Béla király korától Hunyadi János
1446-os kormányzóvá választásáig

10.20. szerda 18.00 Csillaghegyi találkozó
Borvendég Zsuzsanna
A Történeti Kutatóközpont tudományos
munkatársa: A kommunista internacionalizmusból
a globalizmusba

Jogi tanácsadás: Minden hónap második csütörtökén: 18–19 óráig
A tanácsadást Dr. Orbán László Tibor ügyvéd tartja.

Építési tanácsadás: Minden hónap második csütörtökén: 18–19 óráig
A tanácsadást Jánosi János építész tartja.

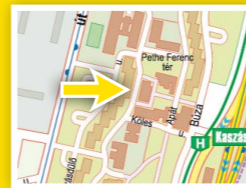
Bejelentkezés a tanácsadásokra legkésőbb 2 nappal a tanácsadást megelőzően:
Telefon: 70/967-1493 irodavezetői telefonszám, e-mail: liebekati@gmail.com
Honlap: www.csipke.info/Postafiók

Ügyvivő testületi megbeszélés: Minden hónap második csütörtökén: 19 órától
Irodavezetői fogadóóra: Minden ügyvivő testületi alatt

CSIPKE Műhely: Minden hét szerdán: 10–12 óráig

Csillaghegyi Találkozó néven szórakoztató, ismeretterjesztő előadás:
Minden hónap harmadik szerdáján 18 órától

3-1-2 kínai meridián gyógytorna: Minden hét szerdáján: 9 órától



3K

1033 BUDAPEST, PETHE FERENC TÉR 2. • TEL.: 247-3604
WWW.KULTURKOZPONT.HU, INSTAGRAM: @3K _ KULTURKOZPONT



SZEPTEMBER 10. PÉNTEK 18.00

SIMON ANDRÁS: A LÉLEK ÚTJAIN

Ars Sacra Fesztivál

Simon András grafikusművész, az egyvonalas stílusáról ismert alkotó ezúttal olyan grafikákból és bibliaillusztrációkból válogatta össze a tárlat anyagát, melyeket nézve a látogató könnyen ráhangolódhat a Lélek útjaira. Ezek az utak a szeretet keskeny ösvényei, melyeken járva elérjük egymást és a szívünk mélyén élő Istent, aki folyamatosan találkozni szeretne velünk. A kiállítás megnyitója után, a művész rövid tanúságtevő előadást tart azok számára, akik megtisztelik őt az érdeklődésükkel. A kiállítás megtekinthető szeptember 29-ig a 3K nyitvatartási idejében. A belépés ingyenes.



OKTÓBER 7. CSÜTÖRTÖK 18.00

ÖSSZKÉP

Három alkotó, három műfaj találkozása a 3K-ban

Kiállítók: Kómúves Kata – fotóművész,

Vaja László – restaurátor, festőművész,

Halász Gyula – verbalista

„Csak álltam ott

És néztem

Magam

A víz tükreben.

Megfordultam,

De tudtam,

Hogy el nem

Bújhatok.

A tükörben

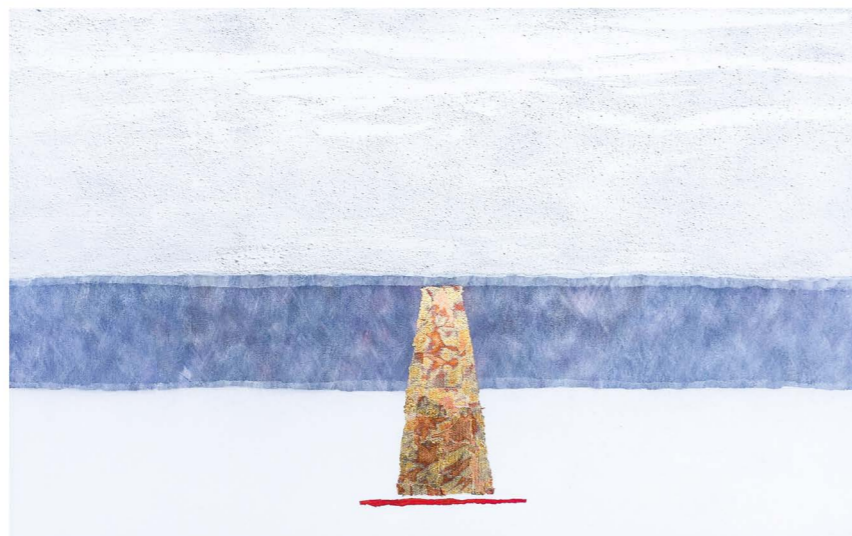
Akkor is én vagyok.”

A kiállítást megnyitja: Haász Mónika művészeti manager.

A kiállítás megtekinthető december 15-ig

a 3K nyitvatartási idejében.

A belépés ingyenes.



SZEPTEMBER 12. VASÁRNAP., OKTÓBER 16. SZOMBAT 16.00

HANGSZERSIMOGATÓ KLUB

Bársony Bálint és zenekara interaktív foglalkozása és mini koncertje gyerekeknek. A Hangszersimogató célja a hangszerek hangjának megismertetése, az együtt zenélés és éneklés örömeinek átadása kicsiknek és nagyoknak egyaránt. A foglalkozás énekes vezetője: **Korzenszky Klára** énekesnő, gyermekpszichológus.

Jegyár: 1000 Ft (Jegyváltás 2 éves kortól szükséges. A nagy érdeklődésre való tekintettel javasoljuk az elővételes jegyvásárlást.)



SZEPTEMBER 18. SZOMBAT 15.00

**HANGFESTETT TÖRTÉNETEK LACKFI JÁNOSSEL
ÓBUDAI DANUBIA ZENEKAR – IFJÚSÁGI KONCERT**

A jó meséknek dallama van, mi pedig arra vállalkozunk veletek együtt, hogy Lackfi János legszebb/legviccesebb/legfurább történetei mögé felfessük a hozzá való zenéket. Mi hozzuk az alapokat: egy szimfonikus zenekart, sok-sok hangszert nektek is, kódszavakat és jelnyelvet – egy igazi közösségi zenés improvizációt, amiben mindenki zenekari taggá válhat. És még szolfézs sem kell hozzá... Szóval nem érdemes kihagyni!

Közreműködik: **Lackfi János** költő, vezényel: **Hámori Máté**
Jegyár: 1400 Ft



Fotó: Molnár Mihály

SZEPTEMBER 19. VASÁRNAP 19.00

JOHN OSBORNE: NÉZZ VISSZA HARAGGAL

„Még néhány óra, és egy újabb hét telt el az életünkben. És a fiatalságunk így csúszik ki a kezünk közül. Értitek ezt?” Mihez kezdünk az idővel, ami adatott nekünk? Hogyan próbálunk meg kitörni a szürke hétköznapiakból, és hogyan váltsuk valóra az álmainkat, amikor a napi megélhetésünk is egy hajszálon függ? Mit csináljunk, ha a saját frusztrációnkból épített erőd börtönbe zárja a „jobbik énünket”? Meddig érdemes és lehet elmenni, hogy felhissuk a másik szemét, és szembe fordítsuk a valósággal? És mindezért csak mi vagyunk a hibásak? Vagy a szüleink? Vagy a környezetünk? Vagy talán minden együtt? Fontos kérdések ezek, amikre nem tudjuk a választ, de mégis újra és újra feltesszük őket, hátha egyszer rájövünk az igazságra. Ez az előadás nem adja meg a választ, nem egy példázat, nem a helyes utat mutatja. Ez az előadás csupán elmesél egy történetet, emberekről, akik olyanok, mint te vagy én. Mi, a dühöngő ifjúság.

Szereplők: **Barna Zsombor, Pájer Alma Virág, Tzafetás Benjámín, Osváth Judit, Kerekes József**

Rendező: Pígler Bence

Jegyár: 3200 Ft, Támogatói jegy: 5000 Ft

Fotó: Nagy István Dániel

SZEPTEMBER 24. PÉNTEK 19.00 – BEMUTATÓ ELŐADÁS
SZEPTEMBER 25. SZOMBAT 19.00

BODOR JOHANNA: NEM BAJ, MAJD MEGÉRTEM

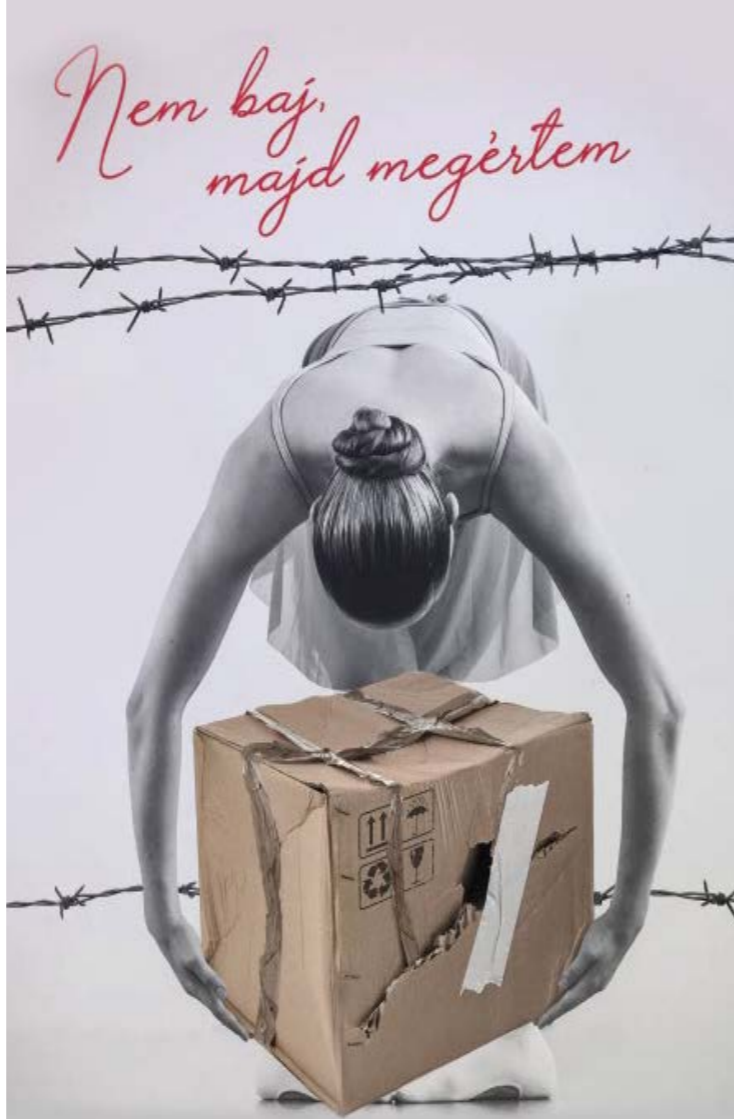
A tizenhét éves Johanna, a bukaresti balettintézet ígéretes növendéke, egyedül marad Ceausescu Romániájában. Névházasság segítségével próbál szabadulni a pokolból és áttelepülni a viszonylag élhetőbb Magyarországra. Választania kell a szerelme és a szülei, az ígéretes karrier és a bizonytalan jövő között. Döntéseket kell hoznia, pedig csak rossz és még rosszabb közül választhat. Két évig várja, hogy sorsa eldőljön, ezalatt lehallgatják, követik, a hatalom árgus szemmel figyeli, hogy hibázik-e. Miközben mindent kockára tesz, hogy semmit és senkit se veszítsen el, észrevétlenül elveszíti önmagát. A nyolcvanas évek diktatúráját megidézõ történet egy abszurd és kegyetlen korszak lenyomata. Egy korszaké, amelyben felnõni pusztító és amit túlélni felemelő. Bodor Johanna nagy sikerû önéletrajzi regénye alapján.

Szereplõk: **Bánfalvi Eszter, Kerekes Éva, Gyabronka József, Ötvös András**

Írta: Ari-Nagy Barbara, Szikszai Rémusz, dramaturg: Ari-Nagy Barbara, jelmez: Kiss Julcsi, díszlet: Bagossy Levente, rendezõ munkatárs: Varga Miklós, Szakács Zsuzsa, rendezõ: **Szikszai Rémusz**

Producer: Orlai Tibor

Jegyár: 4700 Ft



LELKI FRÖCCS

OKTÓBER 8. PÉNTEK 18.00

GÖRÖG IBOLYA: A NŐ ÉS A HÖLGY – A SIKER TITKA

Viselkedéskultúra, metakommunikáció, öltözködés

A hétköznapi szituációknak is megvan a maga "protokollja". Amikor megismerünk valakit – legyen szó munkáról vagy magánéletéről –, végigpásztázzuk az illetőt a feje búbjától a cipőjéig. Árgus szemekkel vizsgáljuk a tekintetét, a mimikáját, a mozdulatait, a hanghordozását. Van egy rossz hírünk: ő is minket. Egy protokollszakértő segíthet, hogy a metakommunikáció eszközeit a saját javunkra tudjuk fordítani. Görög Ibolya, a Miniszterelnöki Hivatal egykori protokollfőnöke, ma saját vállalkozást vezet, előadásokat tart és könyveket ír.

Jegyár: 1200 Ft



ArcMás
OKTÓBER 15. PÉNTEK 19.00

ARCMÁS – TENKI RÉKA ÉS TENKI DALMA

Az ArcMás vendégei ezúttal egy színész testvérpár. Réka, Jászai-Mari díjas színésznő, jelenleg az Örkény István Színház tagja. Láthattuk számtalan mozi, - és tévéfilmben is. Az egyik legnagyobb sikert az Egyasszony című monodrámá hozta meg számára, melyet a 3K színpadán is játszott kétszer, telt ház előtt. Húga, Dalma sokaknak a most futó Doktor Balaton című sorozatból lehet ismerős, pedig Ő is számos színházi szerepet tudhat maga mögött, és vele is találkozhatott a 3K közönsége a Tévedések vígjátéka c. előadásban. Mindketten eljátszották a Három nővérben Mása szerepét, gyerekkorukban néptáncoltak, mindketten házasok, és ha nem színésznők lennének, akkor mindketten valamilyen gyermekeket segítő szakmát űznének. Réka logopédus lett volna, Dalma pedig el is végezte a gyógypedagógia szakot. De még mi mindent rejtenek a Tenki gének? Miben hasonlítanak, és miben különböznek? Izgalmas és rendhagyó beszélgetésre számíthatunk **Barabás Évi** vezetésével.

Jegyár: 1500 Ft



Fotó: Nők Lapja/Zsolyomi Norbert

SZEPTEMBER 12. VASÁRNAP, OKTÓBER 16. SZOMBAT 18.30

HANGUTAZÁS ÉS HANGFÜRDŐ

A Hangutazás és hangfürdő egy olyan zenei utazásra hív, amelyen harmonikus csengő-bongó tálak, gongok és más egzotikus hangszerek összhangzásából egy kis ihlettel olyan biztonságos tér jön létre, amiben mindenki megnyílik önmaga előtt, és találkozhat saját valódi rezgésével, tudatosságával. Hozzanak magukkal párnát, takarót, polifoamot, hogy minél kényelmesebben élvezhessék az igazán különleges zenei utazást. Késve érkezőket sajnos nincs módunk fogadni.
Jegyár: 2800 Ft

OKTÓBER 1. PÉNTEK 18.00

RÁSONYI LEILA HEGEDŰMŰVÉSZ ZENÉS ESTJE

Rásonyi Leila hegedűművész, a tavaly megjelent Hivatásom prizmjája című önéletrajzi kötetéből mesél érdekes történeteket: a Csajkovszkij Konzervatóriumban (Moszkva) töltött diákéveiről, a 40 éves, aktív tanári pályájáról a zeneakadémián és a Tajvanban töltött vendégprofesszori évekről. Mindezt hegedűn előadott szép zeneművekkel (Veracini, Bach, Massenet, Csajkovszkij, Kirman, Bartók, Lehár, stb.) fűszerezve. A belépés ingyenes.



Rásonyi
Leila

OKTÓBER 2. SZOMBAT 9.00 – 13.00

BABARUHABÖRZE

Új, alig használt, kinőtt, megunt gyerekholmik adásvétele, csereberéje. Jelentkezés személyesen az információs pultnál, szeptember 30-ig, illetve a szabad helyek függvényében. Asztal vagy fogasos állvány ára: 2000 Ft

OKTÓBER 29. PÉNTEK 17.00

HALLOWEEN-I KÉZMŰVES FOGLALKOZÁS

Kreatív kézműves foglalkozásunkon Halloween alkalmából készítünk „rémséges” dekorációkat. Maximum 30 főt tudunk fogadni.

Jegyár: 300 Ft

**A LEGKISEBBEKNEK**

Kerekítő mondókás móka – Csütörtök 9.45–10.15. 0–3 éveseknek. Félóra höcögés, göcögés, kacagás a Kerekítő mondókás könyvek népi mondókái, ölbeli játéka nyomán. Cirókázás, lógázás, hintáztatás, lovagoltatás élő hangszerjátékkal, népdalokkal színesítve. Foglalkozásvezető: Tolnai Eszter, toleszter@gmail.com, 06-20/380-7232. Bejelentkezés és mondókatár: www.kerekito.hu. Első foglalkozás: szeptember 9.

Kerekítő manó torna – Csütörtök 10.15–10.55. 1–3 éveseknek. Kerekítő manó bábos jeleneteivel, ölbeli játékokkal, dalokkal, labdás ejtőernyővel, tornaszerez játéktérrel várom a kicsiket és nagyokat. Foglalkozásvezető: Tolnai Eszter, toleszter@gmail.com, 06-20/380-7232. Bejelentkezés és mondókatár: www.kerekito.hu. Első foglalkozás: szeptember 9.

GYEREKEKNEK, SERDÜLŐKNEK

LCF Kids Club – Vidám, játékos kezdő angol tanfolyam ovisoknak: hétfő 16.30–17.10. Vidám, játékos iskolás angol tanfolyam 6–9 éves korig: csütörtök 17.05–17.50. A gyermekek dalokkal, mondókákkal, sok-sok képpel, mozgással és valós szituációkkal tanulják az angolt. Szinte észre sem veszik, hogy tanulnak, miközben a nyelv kiejtése, szavai tökéletesen rögzülnek. Információ: kidsclub3kerulet@gmail.com, 06-70/931-7497, 06-70/628-5850, www.vidamangol.hu. Első foglalkozás: szeptember 13., szeptember 16.

SmartKid – Kedd, csütörtök 18.00–19.00. Gyermekek részére, önvédelem, egyensúly- és mélyizomzat-fejlesztés. Szénási Zsolt 8. Dan, Szénási Judit 4. Dan. Tel.: 06-20/393-7775, www.shito.hu. Első foglalkozás: szeptember 7.

Kerekerdő tánc – Kedd 16.45–17.45. 5-8 éveseknek. Az órákon modern táncot és balett alapokat tanulunk. Fejlesztjük a testtudatot, megismerkedünk a zenével, a térrel, megtanulunk bennük tájékozódni, mozogni. Dramajátékokkal fejlesztjük az előadókésztséget. Kicsi koreográfiákat tanulunk, erősítünk, nyújtunk, jól érezzük magunkat és sokat nevetünk. Információ: kerekerdotanc@gmail.com, tel.: 06-30/293-7812.

Első foglalkozás: szeptember 14.

Zumba Fitness Marcsival – Hétfő, szerda 19.15–20.15. A Zumba® Fitness vérpezsdítő, minden testrészt megmozgató, táncos fitness program. Ez a mozgásprogram a latin táncok alapjaira épít, és könnyen követhető mozdulatokat tartalmaz. Táncos előképzettség és partner nem szükséges a részvételhez. Bármikor csatlakozhatsz, az első alkalom ingyenes! Kapcsolat: Csordás-Novák Marcsi edző, zumba fitness instructor, tel.: 06-20/532 0060, www.fitnessmarcsival.hu.

Első foglalkozás: szeptember 6.

SZOLGÁLTATÁSOK

Terembérlés – Akadálymentesített épületünkben 150 férőhelyes színházterem található.

Internethasználat – Hétköznapokon 10.00–18.00. Minden megkezdett fél óra 150 Ft. Színes és fekete-fehér fénymásolás. További információ: 06-1/247-3604.

Kényelmi szolgáltatások – Akadálymentes közlekedés és mosdó. Kávézó és büfé a rendezvények ideje alatt.

MŰSORNAPTÁR 2021. SZEPTEMBER

	ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT	BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ	CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ	3K
1 SZERDA	18.00 ÉLETÜNK-EGÉSZSÉGÜNK ELŐADÁSSOROZAT – AZ ÖNISMERETTŐL A JELLEMIG (INGYENES.)	18.00 BÉKÁSI MOZI ESTÉK – IFJÚSÁG ¹²		
3 PÉNTEK	18.00 PUNYA, EGY FALAT KENYÉR – INTERAKTÍV KIÁLLÍTÁSMEGNYITÓ AZ ARS SACRA FESZTIVÁL KERETÉBEN (INGYENES.)			
8 SZERDA			18.00 ARS SACRA FESZTIVÁL – BABBETTE LAKOMÁJA (1987) ¹²	
9 CSÜTÖRTÖK	19.00-22.00 AMIKOR A TUDOMÁNY IS CSÜTÖRTÖKÖT MOND 18.00 FÉLÚTON: SALLAI ZOLTÁN FOTÓKIÁLLÍTÁSÁNAK MEGNYITÓJA (INGYENES.)	18.00 - ARS SACRA - HOLLAND – MAGYAR REFORMÁTUS KAPCSOLATOKAT BEMUTATÓ KIÁLLÍTÁS – AULAKIÁLLÍTÁS (INGYENES.)		
10 PÉNTEK			PÉNTEK 9.15 -10.00 ÉS 10.30-11.16 DÚDOLJ! RINGASS! TÁNCOLJ! 17.30 SZABAD A TÁNCI (INGYENES.)	
11 SZOMBAT	10.00 NEMZETKÖZI LEMEZ- ÉS CD-BÖRZE		10.00 MESÉS HÉTVEGÉK (INGYENES.)	
12 VASÁRNAP				16.00 HANGSZERSIMOGATÓ KLUB, 18.30 HANGUTAZÁS ÉS HANGFÜRDŐ
14 KEDD	15.00 EGY DIPLOMATA VISSZAEMLÉKEZÉSEI – NAGY-BRITANNIA TÖRTÉNELME 2. (INGYENES.)			
15 SZERDA	10.30 EGY KÜLÖNLEGES NAP 18.00 ÉLETÜNK-EGÉSZSÉGÜNK ELŐADÁSSOROZAT – AZ ÖNISMERETTŐL A JELLEMIG (INGYENES.)	18.00 BÉKÁSI MOZI ESTÉK – TILTOTT TÁNCOK ¹²		
16 CSÜTÖRTÖK	19.00 AMIKOR A TUDOMÁNY IS CSÜTÖRTÖKÖT MOND			
17 PÉNTEK	20.00 CASABLANCA TÁNC-LÁZ		17.30 SZABAD A TÁNCI (INGYENES.)	
18 SZOMBAT	19.00 EGRESSY ZOLTÁN: GORDIUSZ			15.00 HANGFESTETT TÖRTÉNETEK LACKFI JÁNOSSEL – ODZ
19 VASÁRNAP	10.00 ÉVADNYITÓ (INGYENES.)			19.00 JOHN OSBORNE: NÉZZ VISSZA HARAGGAL
21 KEDD		17.00 – BEMUTATKOZIK AZ ÓBUDAI FOTÓKLUB EGYESÜLET ÁRKÁDKIÁLLÍTÁS (INGYENES.)		
23 CSÜTÖRTÖK	19.00 AMIKOR A TUDOMÁNY IS CSÜTÖRTÖKÖT MOND – ELŐADÁS			
24 PÉNTEK		16.30 APRÓK TÁNCA A KOLOMPOS EGYÜTTSEL	15-10.00 ÉS 10.30-11.15 DÚDOLJ! RINGASS! TÁNCOLJ! 17.30 SZABAD A TÁNCI (INGYENES.)	19.00 BODOR JOHANNA: NEM BAJ, MAJD MEGÉRTEM

	ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT	BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ	CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ	3K
25 SZOMBAT			16.00 SZENT MIHÁLY NAPI HALÁSZLÉFŐZÉS (INGYENES.) 17.00 NÉP-TÁNC-HÁZ	19.00 BODOR JOHANNA: NEM BAJ, MAJD MEGÉRTEM
26 VASÁRNAP	17.00 SIRTOS GÖRÖG TÁNC-HÁZ		10.00 KAKAOÉMESE – STUART LITTLE KISEGÉR (1999) ⁶ 18.00 MAGANYOS APUKA MEGOSZTANÁ ¹²	
29 SZERDA	18.00 ÉLETÜNK, EGÉSZSÉGÜNK: AZ EGYSZERŰ ÉLET BOLDOGABBÁ TESZ? (INGYENES.)	18.00 BÉKÁSI MOZI ESTÉK – A MARIA CALLAS – SZTORI ¹²		
30 CSÜTÖRTÖK	19.00-22.00 AMIKOR A TUDOMÁNY IS CSÜTÖRTÖKÖT MOND			



KIADJA AZ ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT NONPROFIT KFT. • FELELŐS KIADÓ: LŐRINCZ EDINA ÜGYZEVETŐ IGAGZATÓ • A MŰSORVÁLTOZTATÁS JOGÁT FENNTARTJUK!
AZ ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT ÖSSZES INTÉZMÉNYE OTP SZÉCHENYI PIHENŐKÁRTYA ÉS MKB SZÉCHENYI PIHENŐKÁRTYA, ERZSÉBET UTALVÁNY ÉS EDENRED AJÁNDÉK ÉS BEVÁSÁRLÓ UTALVÁNY ELFOGADÓHELY.



MŰSORNAPTÁR 2021. OKTÓBER

	ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT	BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ	CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ	3K
1 PÉNTEK			18.00 KEEP FLOYDING KONCERT – HALFPLUGGED	18.00 RÁSONYI LEILA HEGEDŐMŰVÉSZ ZENÉS ESTJE (INGYENES.)
2 SZOMBAT			10.00 MESÉS HÉTVÉGÉK (INGYENES.)	9.00 BABARUHABŐRZE
3 VASÁRNP	17.00 SIRTOS GÖRÖG TÁNC HÁZ			
7 CSÜTÖRTÖK	19.00-22.00 AMIKOR A TUDOMÁNY IS CSÜTÖRTÖKÖT MOND			18.00 ÖSSZKÉP – HÁROM ALKOTÓ, HÁROM MŰFAJ TALÁLKOZÁSA (INGYENES.)
8 PÉNTEK	A T-ART ALAPÍTVÁNY FESŐ TÁMOGATÓINAK KIÁLLÍTÁSA A MAGYAR FESZÉSZET NAPJA ALKALMÁBÓL (INGYENES.) 20.00 CASABLANCA TÁNC LÁZ		PÉNTEK 9.15 ÉS 10.30 DÜDÖLJI RINGASSI TÁNCOLJI! 17.30 SZABAD A TÁNCI (INGYENES.)	18.00 LELKI FRÖCCS – GÖRÖG IBOLYA: A NŐ ÉS A HÖLGY – A SIKER TITKA
9 SZOMBAT			16.00 AZ ÉGIGÉRŐ CSERESZNYEFA – GYERMEKSZÍNHÁZ	
10 VASÁRNP	11.00 HALÁSZ JUDIT – CSIRIBIRI 17.00 SIRTOS GÖRÖG TÁNC HÁZ		10.00 KAKAOESE – SCOOBY (2020) 6	
11 HÉTFŐ				
12 KEDD	15.00 EGY DIPLOMATA VISSZAEMLÉKEZÉSEI – AZ AMERIKAI EGYESÜLT ÁLLAMOK TÖRTÉNELME I. (INGYENES.)	SZIMBÓZIS-SZÍNEK ÉS VÉLETLENEK - KUPPER ANNA KIÁLLÍTÁSA AULAKIÁLLÍTÁS (INGYENES.)		
13 SZERDA	18.00 ÉLETÜNK – EGÉSZSÉGÜNK (INGYENES.)	18.00 BÉKÁSI MOZI ESTÉK – DOKTOR KNÖCK 12		
14 CSÜTÖRTÖK	17.00 TRANSCENDENTÁLIS MEDITÁCIÓ ELŐADÁS 19.00 AMIKOR A TUDOMÁNY IS CSÜTÖRTÖKÖT MOND			
15 PÉNTEK			17.30 SZABAD A TÁNCI (INGYENES.)	PÉNTEK 19.00 ARCMÁS – TENKI RÉKA ÉS TENKI DALMA
16 SZOMBAT	15.00 DALOS TALÁLKOZÓ AZ ÓBUDAI KAMARAKÓRUSSEL ÉS VENDÉGEIVEL (INGYENES.)	18.00 KEOVENC DOLGAIM - SZULÁK ANDREA ÉS A STUDIO11 ENSEMBLE KONCERTJE	17.00 NÉP-TÁNC-HÁZ	16.00 HANGSZERSIMOGATÓ KLUB, 18.30 HANGUTAZÁS ÉS HANGFÖRDŐ
17 VASÁRNP	10.00 ALKOTÓNAP A MAGYAR FESZÉSZET NAPJA ALKALMÁBÓL 17.00 SIRTOS GÖRÖG TÁNC HÁZ		18.00 MOZITITKOK – NÁPOLYBAN KEZDŐDÖTT (1960) 12	
18 HÉTFŐ		15.00 NOSZTALGIA ELŐADÁS – ÉLET, BOR, HUMOR – AZ ALIG ISMERT MÁRAI – HIRTLING ISTVÁN FELOLVASÓESTJE		

	ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT	BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ	CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ	3K
21 CSÜTÖRTÖK	19.00 AMIKOR A TUDOMÁNY IS CSÜTÖRTÖKÖT MOND			
22 PÉNTEK	19.00 IRODALMI KÁVÉHÁZ – NEMCSÁK KÁROLY	16.30 APRÓK TÁNCA A KOLOMPOS EGYÜTTESSEL	9.15 ÉS 10.30 DÜDÖLJI RINGASSI TÁNCOLJI! 17.30 SZABAD A TÁNCI (INGYENES.)	
24 VASÁRNP	10.00 SZABAD A TÁNCI - TÁNC HÁZ A GÖNCÖL NÉPTÁNCÉGYÜTTESSEL (INGYENES.) 17.00 SIRTOS GÖRÖG TÁNC HÁZ			
27 SZERDA	10.00 DÜDÖLJI RINGASSI TÁNCOLJI – CSALÁDI FOGLALKOZÁS 18.00 ÉLETÜNK-EGÉSZSÉGÜNK ELŐADÁSSOROZAT	18.00 BÉKÁSI MOZI ESTÉK – VALAN – AZ ANGYALOK VÖLGYE 16		
28 CSÜTÖRTÖK	19.00 AMIKOR A TUDOMÁNY IS CSÜTÖRTÖKÖT MOND			
29 PÉNTEK		17.00 SZÍNHÁZI KULISSZÁK MÖGÖTT – FŐVÁROSI SZÍNHÁZAK TÖRTÉNETE (INGYENES.)		17.00 HALLOWEEN-I KÉZMŰVES FOGLALKOZÁS
30 SZOMBAT	19.00 MIRO GAVRAN: A BABA	11.00 SZOMBATI MESESZÍNHÁZ – BORIBON KIRÁNDUL – NEFELEJCS BÁBSZÍNHÁZ		
31 VASÁRNP	17.00 SIRTOS GÖRÖG TÁNC HÁZ			



LEGYEN A VENDÉGÜNK A VIRTUÁLIS TÉRBEN IS!

Kövessen minket honlapunkon:

www.kulturkozpont.hu

Facebook oldalainkon:

[@obudaikulturaliskozpont](#)

[@bekasmegyeryikozossegihaz](#)

[@csillaghegyikozossegihaz](#)

[@3kobuda](#)

Instagram oldalainkon:

[@kulturkozpont](#)

[@bekasikozhaz](#)

[@3k_kulturkozpont](#)

és YouTube csatornánkon:

[Kultúrközpont](#)

MINDENHOL OTT VAGYUNK!



ÓBUDAI
KULTURÁLIS
KÖZPONT