

PROGRAMFÜZET

2024 | MÁRCIUS

35 ÉV  FERENCVÁROSI
MŰVELŐDÉSI KÖZPONT
ÉS INTÉZMÉNYEI





*Farsang a Bartók Táncgyüttessel a Dési Huber István Művelődési Házban
2024. február 3.*

Fotó: Mészáros Gábor

TARTALOMJEGYZÉK

| | |
|--|---------------------|
| FERENCVÁROSI MŰVELŐDÉSI KÖZPONT www.fmkportal.hu | 4-13. oldal |
| JÓZSEF ATTILA EMLÉKHELY www.jaemlekhely.hu | 14-16. oldal |
| DÉSI HUBER ISTVÁN MŰVELŐDÉSI HÁZ www.fmkportal.hu | 17-20. oldal |
| JÓZSEF ATTILA-LAKÓTELEPI KÖZÖSSÉGI HÁZ www.fmkportal.hu | 21-22. oldal |
| FERENCVÁROSI HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY www.ferencvaroskalauz.hu | 23-25. oldal |
| MESTER GALÉRIA ÉS KÖZÖSSÉGI TÉR www.fmkportal.hu | 26-32. oldal |
| KONNEKTOR www.fmkportal.hu | 33-35. oldal |
| TOVÁBBI IDŐSÜGYI PROGRAMOK | 36. oldal |

Borítókép: Halász Judit koncert
2024. március 9., szombat 11.00
Fotó: Mészáros Gábor

Hátsó borító: Kártyázó honvédek, részlet a Ferencvárosi Helytörténeti Gyűjtemény
állandó kiállításából.
Fotó: Dévai Zoltán

AKTUÁLIS PROGRAMOK

VESZÉLYES SZEMÉLYISÉGEK:
A SÖTÉT HÁRMAS KÉPVISELŐI

MÁRCIUS 1., PÉNTEK 18.30

Dr. habil Birkás Béla pszichológus, a PTE ÁOK egyetemi docensének előadása
A nárcisztikus, a machiavellista és a szubklinikai pszichopata viselkedésére egyaránt jellemző mások gátlástalan megszegyenyítése, kihasználása, megtévesztése és a folyamatos hazudozás. Milyen kapcsolatokat, partnereket keresnek a sötét triád tagjai? Milyen technikákkal manipulálják áldozataikat? És mit lehet tenni, ha egy ilyen emberrel kerülünk össze a munkahelyen vagy a magánéletben?
Jegyár: **3 190 Ft**
Jegyek kaphatók: www.jogespszichologia.hu
Helyszín: Színházterem

BALK'N'ROLL PARTY

MÁRCIUS 1., PÉNTEK 19.00

Program:
19.00-19.30 Mydros (görög)
19.30-20.15 Branka és a Szupergrup (bolgár/szerb)
20.15-20.30 Helidonaki/Taban/Jantra kedvenc koreográfiái
20.30-21.00 Mydros
21.00-22.00 Branka és a Szupergrup
A belépés ingyenes.
Helyszín: Sakkterem

ADRIENN KEDVENC DALAI -
EMLÉKKONCERT

MÁRCIUS 2., SZOMBAT 19.00

A hagyományos ír kocsmazenét játszó Írka-Írka együttes mellett fellép a Gaelic Thunder Ír Sztepp Tánccsoport, valamint meghívott vendégzenészek is fokozzák majd a színpadon a hangulatot.
Jegyár: **2 000 Ft**
Jegyek kaphatók: jegy.hu
Helyszín: Színházterem



SÉMÁINK CSAPDÁJÁBAN

MÁRCIUS 6., SZERDA 18.30

Dr. Berczik Krisztina klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, sématerapeuta előadása
De hogyan tudjuk felismerni saját sémainkat? Mit kezdhetünk velük? És mi jelenthet kiutat egy-egy életcsapdából?
Jegyek ára: **3 190 Ft**
Jegyek kaphatók: www.jogespszichologia.hu

AKTUÁLIS PROGRAMOK

HALÁSZ JUDIT: CSIRIBIRI

MÁRCIUS 9., SZOMBAT 11.00

Halász Judit színészi pályafutásával párhuzamosan új műfajt teremtett előadóművészként. Generációk nevelkedtek fel lemezeinek hallgatása közben. 18 megjelent lemez után egész estés filmkoncertet is készült a művésznővel. A „Csiribiri” koncerten a filmkoncert zenei anyagából hallható válogatás, amely csokorba fogja Halász Judit egyedülálló pályafutásának legnépszerűbb alkotásait.
Jegyár: **4 000 Ft**
Jegyek kaphatók: jegy.hu
Helyszín: Színházterem

NŐNAPI OPERETT GÁLA

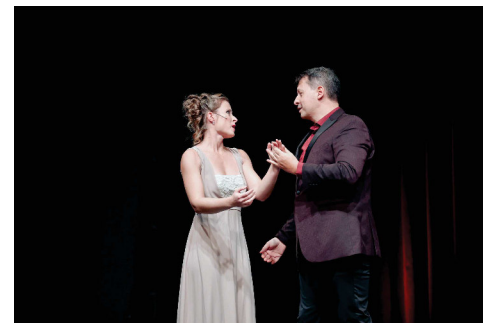
MÁRCIUS 12., KEDD 15.00

A Kacsóh Pongrác Színház előadása
A Kacsóh Pongrác Színház több független vándorszínházi társulat egyesüléséből jött létre 2016-ban azzal a céllal, hogy magas színvonalú produciókat mutassanak be a magyar kultúra kedvelőinek.
A belépés ingyenes, de regisztrációhoz kötött: bea.gallusz@ferencvaros.hu
Helyszín: Színházterem

BÖRTÖNPSZICHOLÓGIA -
ÉLET A RÁCSOK MÖGÖTT

MÁRCIUS 13., SZERDA 18.30

Pósz Krisztina bv. százados, a Váci Fegyház és Börtön tanácsadó szakpszichológusának előadása
Milyen valójában az élet a rácsok mögött? Pszichológiai szempontból milyen speciális csoportok vannak a fogvatartotti körön belül? És mik a legfőbb lélektani nehézségek, amikkel a börtönben a fogvatartottak küzdenek?
Jegyár: **3 190 Ft**
Jegyek kaphatók: www.jogespszichologia.hu



AKTUÁLIS PROGRAMOK

AKTUÁLIS PROGRAMOK

CSECSEMŐKORI REFLEXEK

MÁRCIUS 19., KEDD 18.00

Dr. Stephens-Sarlós Erzsébet előadása
Milyen kapcsolatban áll a figyelemzavar, az éjszakai bepislés, a székletviszartartás, a „szenzorosság”, a tanulási nehézségek, az ügyetlenség vagy éppen a magatartászavar a primitív reflexekkel? Mik azok a primitív reflexek, miért maradnak fenn, és időskorban miért térnek vissza? Mit tehetünk annak érdekében, hogy ha nem múltak el idejében vagy éppen visszatértek, ismét gátlás alá kerüljenek, és ne nehezítsék meg az életünket? Ingyenes program.
Helyszín: Színházterem

SÉMAKÉMIA - A VONZALOM ÉS A PÁRVÁLASZTÁS REJTETT MOZGATÓRUGÓI

MÁRCIUS 20., SZERDA 18.30

Bálint Andrea klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, sématerapeuta előadása
Miért ahhoz vonzódnunk, akihez? Hogyan fordulhat elő, hogy valakivel rögtön szerelembe esünk, még akkor is, ha racionálisan átgondolva egy másik partner ideálisabb lehetne a számunkra? Vagy hogy újra és újra ugyanolyan párt választunk, és folyamatosan ugyanazokba a helyzetekbe kerülünk bele? Ezek hátterében gyakran a tudattalan párválasztási motívumaink, a sémák állnak.
Jegyár: **3 190 Ft**
Jegyek kaphatók: www.jogepszichologia.hu
Helyszín: Színházterem

HANGOK A FEJEMBEN

MÁRCIUS 22., PÉNTEK 19.00

Somogyi András paródiákkal színesített humorestje 60 percben.
Jegyár: **6 490 Ft**
Jegyek kaphatók: tixa.hu
Helyszín: Színházterem



STRÓFA TRIÓ VERS-ZENE KLUB

MÁRCIUS 23., SZOMBAT 18.30

A Strófa Trió 2006 áprilisában alakult, a magyar és a világirodalom verseiből állítja össze zenés műsorát. Programjukban klasszikus és kortárs költemények egyaránt megtalálhatók, így meghallgathatók többek között Ady Endre, József Attila, Juhász Gyula, Weöres Sándor énekelte versei a zenekar saját megzenésítésében.

A zenekar tagjai:

Dara Vilmos - ének, gitárok, ütőhangszerek
Silling Tibor - ének, gitárok, ütőhangszerek
Tábi Tamás - ének, hegedű, furulyák, whistler, khena

Belépőjegy: **800 Ft**

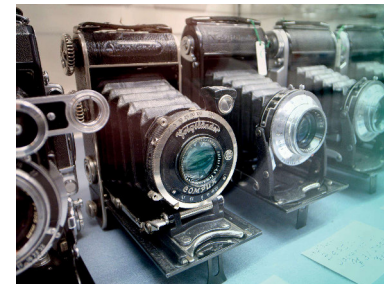
Helyszín: Szalonterem



FOTÓBÖRZE

MÁRCIUS 24., VASÁRNAP 9.00

Fotótechnikai kirakodó vásár a kezdetektől napjainkig. 9.00-14.00 óráig várjuk az érdeklődőket. Asztalok jegyzése és további információ: +36 (1) 216-1300 vagy varga.balazs@fmkportal.hu.
Jegyár: **500 Ft**



OLTALOM EGYESÜLET FOCI EDZÉSE

KEDDENKÉNT 15.30-17.00

Mindenki csatlakozhat kortól, nemtől és fociudástól függetlenül.
További információ: Gottgeisl Dóra
+36 (70) 5186-600
Ingyenes program.
Helyszín: földszinti tornaterem

IDŐSÜGYI PROGRAMOK

FERENCVÁROS ÖNKORMÁNYZATÁNAK INGYENES RENDEZVÉNYEI „A TELJESSÉG FELÉ” IDŐSÜGYI KONCEPCIÓ KERETÉBEN

ÁLLANDÓ IDŐSÜGYI PROGRAMOK

HÉTFŐ

11.00 Gyógytorna

KEDD

10.00 Sakk-klub
10.00 Német társalgási klub

SZERDA

14.00 Én táncolnék veled... - tánclub
15.30 3-1-2 meridiántorna

Idősügyi koordinátor: **Gallusz Bea**
Tel.: + 36 (1) 215-1077, 385-ös mellék
E-mail: gallusz.bea@ferencvaros.hu

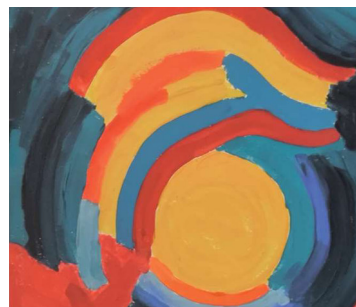


KIÁLLÍTÁSOK

FOLYOSÓ KIÁLLÍTÁS

LENDÜLET

Nyirkos Judit kiállítása
Megnyitó: 2024. március 14., csütörtök 18.00
Szalonterem
A kiállítást megnyitja: Szabó Zsófia Lilla
művészettörténész
„A képeken a geometrikus éles szerkezetek mellett az egymásba kapcsolódó organikus kompozíciók teljességet idéző lágysága, puhasága uralkodik. A mikrokozmoszt éppúgy, mint a makrokozmoszt magába foglaló biomorfikus formák dekoratív minőségükben mutatkoznak meg. A színes sávok, amorf alakzatok rétegekben hol egymás útját keresztezve, hol egymást körülölelve terjeszkednek a képen mozgásukban a transzformáció megannyi arcát mutatják.” (Szabó Zsófia Lilla)



AULA KIÁLLÍTÁS

EGYMÁSRA LÉPNI TILOS

Esélyegyenlőségi vándorkiállítás

A Budapest Esély Nonprofit Kft. lakossági kampányok szervezésével szeretné felhívni a figyelmet a kisebbségi csoportokat érő hátrányos megkülönböztetésre. Ennek keretében évenként alkotói pályázatot írnak ki *Egymásra lépni tilos!* címmel. A 2023. évi pályázat legkiválóbb alkotásait mutatja be ez a kiállítás.
Megtekinthető: március 5-ig.



FMK GYERMEKSZÍNHÁZ

ÜVEGHEGY BÉRLET

MÁRCIUS 5., KEDD 10.00
Vitéz László és az ördögök
a Fabula Bábszínház előadása

ÁPRILIS 6., KEDD 10.00
A Csodahegedű
a Tihanyi Vándorszínpad előadása

MÁJUS 7., KEDD 10.00
Csipkerózsika
a VSG Táncszínház táncelőadása

KEREKERDŐ BÉRLET

MÁRCIUS 6., SZERDA 10.00
Vuk
a Fabula Bábszínház előadása

ÁPRILIS 17., SZERDA 10.00
A varázslatos szerencsekrajcár
a Magyar Népmese Színház előadása

MÁJUS 8. SZERDA 10.00
Varázsfuvolácska
a Rátonyi Róbert Színház
operabeavató gyermekelőadása



A BÉRLET ÁRA: 2 500 Ft/3 alkalom
A JEGY ÁRA: 1 000 Ft

Jegy- és bérletigényüket
Krett Dávid művelődésszervezőnél jelezhetik:
+36 (30) 434-2092
krett.david@fmkportal.hu

Az előadások helyszíne:
FMK Színházterem
A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk.

ÁLLANDÓ PROGRAMOK

HÉTFŐ

| | |
|--|-----------------------------|
| 16.45 Akrobatikus Rock and Roll (kezdő) | 12 000 Ft/havi bérlet |
| 17:00 Zenés angol 3-8 éveseknek | 3 000 Ft/alk. |
| 17.00 Balett és Művészi jazztánc előkészítő 5-7 éveseknek | 32 000 Ft/2 havi bérlet |
| 17.30 Rembrandt Kör (festőiskola) | 3 700 Ft/alk., 11 500 Ft/hó |
| 17.45 Akrobatikus Rock and Roll (haladó) | 12 000 Ft/havi bérlet |
| 17.45 Balett és Művészi jazztánc balett alapokkal 7-11 éveseknek | 38 000 Ft/2 havi bérlet |
| 18:00 Ifjúsági néptánc a Bartók Táncgyüttessel | 5 000 Ft/havi bérlet |
| 18.30 Felnőtt néptánc a Bartók Táncgyüttessel | 7 000 Ft/havi bérlet |
| 18.45 Művészi jazztánc balett alapokkal 12-17 éveseknek | 38 000 Ft/2 havi bérlet |

KEDD

| | |
|---|-------------------------|
| 08.00 Szívtorna | 6 000 Ft/havi bérlet |
| 16.30 Pöttöm balett 4-5 éveseknek | 28 000 Ft/2 havi bérlet |
| 17.00 Kolibri balettcsoport 5-7 éveseknek | 32 000 Ft/2 havi bérlet |
| 17.00 Tánckedvelők Klubja a Kristály zenekarral | 1 200 Ft/alkalom |
| 17.45 Hattyú balett csoport 7-10 éveseknek | 38 000 Ft/2 havi bérlet |
| 18.00 Jóga | 2 500 Ft/alkalom |
| 19.00 Ferencvárosi Művelődési Központ Női Kara | |
| 19.15 Újrakezdő néptánc a Bartók Táncgyüttessel | 7 000 Ft/havi bérlet |

SZERDA

| | |
|--|-------------------------|
| 16.45 Akrobatikus Rock and Roll (kezdő) | 12 000 Ft/havi bérlet |
| 16.45 Gyermek néptánc a Bartók Táncgyüttessel | 6 000 Ft/havi bérlet |
| 17.00 Balett és Művészi jazztánc előkészítő 5-7 éveseknek | 32 000 Ft/2 havi bérlet |
| 17.30 Kortalan Hölgyek Társasága | 350 Ft/alkalom |
| 17.45 Akrobatikus Rock and Roll (haladó) | 12 000 Ft/havi bérlet |
| 17.45 Balett és Művészi jazztánc balett alapokkal 7-11 éveseknek | 38 000 Ft/2 havi bérlet |
| 18.30 KOLO délszláv tánc ház | 1 200 Ft/alkalom |
| 18.45 Művészi jazztánc balett alapokkal 12-17 éveseknek | 38 000 Ft/2 havi bérlet |
| 19.00 Felnőtt néptánc a Bartók Táncgyüttessel | 7 000 Ft/havi bérlet |

ÁLLANDÓ PROGRAMOK

CSÜTÖRTÖK

| | |
|--|---------------------------------------|
| 10.00 Kerekítő Mondókás Móka (0-3 éveseknek) | 2 500 Ft/alkalom, 11 500 Ft/5 alkalom |
| 10.45 Kerekítő Bábos Torna (1-3 éveseknek) | 2 500 Ft/alkalom, 11 500 Ft/5 alkalom |
| 14.00 Senior Fotográfusok Klubja (havonta egy alkalom) | |
| 14.00 Nyugdijas Klub (páros héten) | |
| 14.15 Senior Örömtánc | 1 000 Ft/alkalom |
| 15.00 „Dalolva szebb, könnyebb az élet” Dalszínház Művészbartók Országos Egyesülete (páratlan héten) | |
| 16.00 Ferencvárosi Természetbarát Egyesület (hónap első csütörtöke) | |
| 16.00 Magyar Gyöngy Egyesület (kéthetente) | 200 Ft/alkalom |
| 16.30 Pöttöm balett 4-5 éveseknek | 28 000 Ft/2 havi bérlet |
| 17.00 Kolibri balett csoport 5-7 éveseknek | 32 000 Ft/2 havi bérlet |
| 17.15 Toppantó tánc (kéthetente élőzene) | 500 Ft/alkalom |
| 17.30 Kagami-ryú | 5 000 Ft/havi bérlet |
| 17.45 Hattyú balett csoport 7-10 éveseknek | 38 000 Ft/2 havi bérlet |
| 18.00 Zumba | 2 000 Ft/alkalom |

PÉNTEK

| | |
|----------------------------------|----------------------|
| 08.00 Szívtorna | 6 000 Ft/havi bérlet |
| 17.30 Kortalan Hölgyek Társasága | 350 Ft/alkalom |

SZOMBAT

| | |
|---|--|
| 06.00 Őstermelői piac (helyszín: FMK előkert) | |
| 09.00 SziluArt Műhely - színitanoda | |

VASÁRNAP

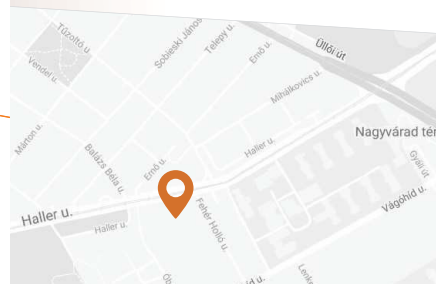
| | |
|------------|------------------|
| 10.00 Jóga | 2 500 Ft/alkalom |
|------------|------------------|

TEREMBÉRLÉS



Konferenciák, előadások, kurzusok vagy tanfolyamok befogadására egyaránt alkalmas kis és nagy termek bérelhetők rövid, valamint hosszútávra. A termek bérlésével kapcsolatban a **+36 (1) 476-3413**-as számon vagy a **kerek.andras@fmkportal.hu** e-mail címen érdeklődhetnek.

Művelődésszervező: Varga Balázs, Krett Dávid
Kommunikáció és marketing: Bakos Zita, Kollarits Krisztina
Fotó és szervezés: Mészáros Gábor



Cím: 1096 Budapest, Haller utca 27.
Tel.: +36 (1) 216-1300
E-mail: info@fmkportal.hu
Web: www.fmkportal.hu



AKTUÁLIS PROGRAMOK

Szép Szó Versmondó Műhely

MÁRCIUS 26., KEDD 16.00

Szép szó hét évszázadon át - játékos verstanulás felnőtteknek.

Moderátor: Tóth Zsuzsanna előadóművész, drámatanár.

Belépőjegy: **500 Ft**



József Attila Irodalmi Szalon - Látászögek 11.

MÁRCIUS 27., CSÜTÖRTÖK 18.00

Vendégünk: Zemplényi Attila, költő, drámaíró, a Szöveggyár és a MÚÚT alapítója

Moderátor: Tallér Edina író, szerkesztő

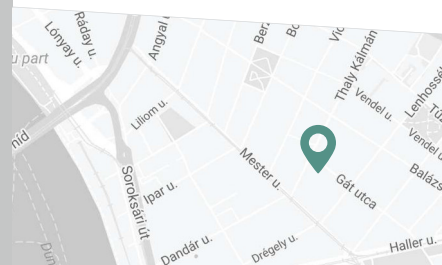
Belépőjegy: **500 Ft**



Művelődésszervező: **Losonczy Attila**

Múzeumpedagógus: **Deutsch Kornélia**

BELÉPŐ: teljes árú jegy: 800 Ft, nyugdíjas- és diákjegy: 400 Ft
rendhagyó irodalomóra: 600 Ft/fő (tartalmazza a diákjegyet)
Pedagógusoknak, 70 éven felülieknek, újságíróknak,
múzeumi dolgozóknak és ferencvárosi diákoknak a belépés ingyenes!



Cím: 1095 Budapest, Gát u. 3.
Tel.: +36 (1) 216-6127
E-mail: losonczy.attila@fmkportal.hu
Web: www.jaemlekhely.hu
H: zárva, **K-P:** 10.00-18.00
Sz-V: 10.00-17.00

„Rejtelmek, ha zengenek...”

X. Ferencvárosi József Attila Versfesztivál felhívása

Tisztelt Verskedvelők!

Kérjük, csatlakozzanak a József Attila emlékét ápoló, országos versfesztiválunkhoz! 6-99 éves korig várjuk a szavalók jelentkezését.

A korcsoportonkénti előválogatókra 2024. március 18-22-ig 9.00-16.00 között kerül sor a Ferencvárosi Művelődési Központ szalonjában (1096 Budapest, Haller u. 27.). A döntő és egyben gála április 6-án, szombaton 15.00 órától lesz az FMK színháztermében. A versenyen résztvevők emléklapot, a legjobbak diáktáborozást és értékes ajándékokat kapnak.

A Versfesztivált záró gálaműsor a Költészet Napja ünnepi rendezvényeihez kapcsolódik.

A verseny feltételeként egy József Attila-verssel, valamint két magyar költő szabadon választott versével kell készülni.

A jelentkezési lap letölthető az www.fmkportal.hu és www.jaemlekhely.hu oldalról.

Kérjük, a jelentkezési lapokat legkésőbb **2024. március 10-ig** szíveskedjenek a József Attila Emlékhelyre (1095 Budapest, Gát utca 3.) eljuttatni, vagy szkennelve e-mailben (losonczy.attila@fmkportal.hu) elküldeni!

Ha kérdésük van a Versfesztivállal kapcsolatban, forduljanak bizalommal Losonczy Attila művelődésszervezőhöz, aki részletes felvilágosítást ad Önöknek a József Attila Emlékhely nyitvatartási idejében a +36 (1) 216-6127-es telefonszámon.

AKTUÁLIS PROGRAMOK

KIÁLLÍTÁS

ÁLOMSZÖVŐK - BABASZÍNHÁZ 1-4 ÉVESEKNEK

MÁRCIUS 3., VASÁRNAP 10.00

Az Aranyszámár Bábszínház előadása
20 perc előadás, 20 perc interaktív játék.
Váltócipő használata kötelező a programon.
Belépő: **2 500 Ft**/ felnőtt, a babák a vendégeink.

BARANGOLÁS HANGSZERORSZÁGBAN

MÁRCIUS 8., PÉNTEK 9.30

Az *ütősök és a zongora*
Hangszerbemutató előadás óvodásoknak az Ádám Jenő Zeneiskola tanárainak és növendékeinek közreműködésével.
A program óvodai csoportoknak ingyenes, de regisztrációhoz kötött.
Jelentkezés: desimuvhaz@desi.hu

CSALÁDI TÁNCCHÁZ

MÁRCIUS 9., SZOMBAT 16.00

Közreműködik: a Bartók Táncegyüttes
16.00-17.00 Kézműveskedés
17.00-18.00 Élőzenés tánccház: népi játékok, énekek és tánctanítás
Felelevenítjük az évkör hagyományos ünnepeit, tavaszváró és húsvétra készülő népszokásokkal.
Gyermek belépő: **800 Ft**, felnőtt belépő: **1 000 Ft**

BETFALDI BEÁTA: SZEMEMMEL A VILÁG

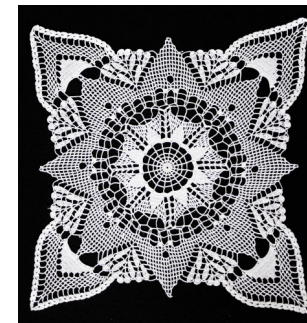
Megtekinthető: március 10-ig

Betfaldi Beáta, a Dési Művelődési Ház 2022. évi *Kis kedvencek titkos élete* című fotópályázaton tűnt fel saját kutyájáról készített képével, mely közönségszavazás lett. Így nyerte el az önálló tárlat megrendezésének lehetőségét. Az akkor még amatőr fotós ma már hivatásos fényképész. Első önálló tárlatát március 10-ig láthatják az érdeklődők a ház nyitvatartási idejében.

„SZÉP LELKET AZ EMBERNEK”

Megnyitó: MÁRCIUS 14., CSÜTÖRTÖK 16.00

Formanek Judit kézimunka-kiállítása
Megtekinthető: május 16-ig, nyitvatartási időben.



KLUBOK

ÉNEKVARÁZS

MINDEN HÉTFŐN 15.00

Várjuk mindazokat, akik szeretnek énekelni.
Kottaolvasás nem feltétel, korhatár nincs.
Ingyenes program!
Jelentkezés: nagy.laura@desi.hu

KREATÍV MŰHELY

MINDEN HÓNAP ELSŐ KEDD 10.00

Varrunk, rajzolunk, újrahasznosítunk, dekorálunk.
Tipppek, trükkök, technikák kezdőknek is.
Ingyenes program!
Jelentkezés: nagy.laura@desi.hu



SZÜLŐI KLUB

MÁRCIUS 14., CSÜTÖRTÖK 17.30

Bensőséges, támogató közegben,
együtt keressük a válaszokat a gyerekeveléssel
kapcsolatos kérdésekre.
Ingyenes program!

LÉLEKTÖLTŐDŐ

CSÜTÖRTÖKÖNKÉNT 10.00

Mama-baba foglalkozás
Vezeti: Molnár Csilla személyiségfejlesztő tréner
Információ, regisztráció és jelentkezés:
www.alohamom.hu/lelektoltodo
Díja: **3 000 Ft/alk.** vagy **12 000 Ft/5 alk.**
Ha 2 évesnél kisebb gyermeked van, akkor Neked
szól a Lélektöltődő foglalkozás!

IDŐSÜGYI PROGRAMOK

Budapest Főváros IX. Kerület Ferencváros
Önkormányzata támogatásával megvalósuló
ingyenes programok **„A teljesség felé”** időügyi
konceptió keretében.

GYÓGYTORNÁ

HÉTFŐ 10.00

SZENIOR ÖRÖMTÁNC

KEDD 11.15

Vezeti: Derékné Laza Judith

BELSŐ ÉRTÉKEINK NYOMÁBAN

MÁRCIUS 6., SZERDA 15.00

MÁRCIUS 20., SZERDA 15.00

HETENTE ISMÉTLŐDŐ PROGRAMOK

HÉTFŐ

| | |
|---|--------------------------------|
| 15.45 KultúrTanoda tanulást segítő foglalkozás (kisiskolás) ingyenes – bejelentkezést kérünk! | |
| 16.30 Ovis néptánc a Bartók Táncegyüttessel | 4 000 Ft/hó |
| 17.15 Sulis néptánc a Bartók Táncegyüttessel (heti 2) | 7 000 Ft/hó |
| 18.00 Zumba | 2 000 Ft/alk., 7 600 Ft/4 alk. |
| 19.30 Aikido | 10 000 Ft/hó* |
| 20.15 Latin Cardio | 10 000 Ft/4 alkalom |

KEDD

| | |
|---|--|
| 9.15 Trappolka zenés foglalkozás (0,5-4 éves korig) | 1 500 Ft/fő, 2 000 Ft/2 fő |
| 10.05 Trappolka zenés foglalkozás (0,5-4 éves korig) | 1 500 Ft/fő, 2 000 Ft/2 fő |
| 14.30 KultúrTanoda tanulást segítő foglalkozás (kisiskolás) ingyenes – bejelentkezést kérünk! | |
| 16.30 ÚJ! Alkotó és drámaújhely 7-11 éveseknek | 3.500 Ft/alk. |
| 17.00 Wild Monkey Hip Hop (ovis) | 6 900 Ft/hó |
| 18.00 Wild Monkey Hip Hop (iskolás) | 6 900 Ft/hó |
| 18.15 Kombi alakforma | 1 500 Ft/alk., 8 000 Ft/hó (kombinált) |
| 19.30 Tai chi | 4 000 Ft/hó, 8 000 Ft/hó (heti 2-3) |

SZERDA

| | |
|---|-------------------------------------|
| 13.00 Nordic Walking - regisztrációhoz kötött, | ingyenes |
| 17.00 MesEBeszéd | |
| 17.00 Gerincjavító torna | 1 500 Ft/alk., 7 000 Ft/5 alk. |
| 18.15 Step aerobik | 1 500 Ft/alk., 8 000 Ft/hó |
| 18.00 Sulis néptánc a Bartók Táncegyüttessel (heti 2) | 7 000 Ft/hó |
| 19.30 Tai chi | 4 000 Ft/hó, 8 000 Ft/hó (heti 2-3) |



CSÜTÖRTÖK

| | |
|-------------------------------------|--|
| 17.00 Wild Monkey Hip Hop (ovis) | 6 900 Ft/hó |
| 17.15 Core Training | 2 300 Ft/alk. |
| 18.00 Wild Monkey Hip Hop (iskolás) | 6 900 Ft/hó |
| 18.15 Kombi alakforma | 1 500 Ft/alk., 8 000 Ft/hó (kombinált) |
| 19.00 Gyertyafényes jóga | 2 500 Ft/alk., |
| 19.30 Aikido | 10 000 Ft/hó |

PÉNTEK

| | |
|---|--------------------------------|
| 9.00 Mágnes Színház - gyermek musical stúdió próbák | |
| 9.30 Ringató | 1 200 Ft/alk., 5 000 Ft/5 alk. |
| 17.00 Judo gyerekeknek | 10 000 Ft/hó |
| 19.00 Tai chi | 4 000 Ft/hó, 8 000 Ft/hó |

SZOMBAT

9.00 Mágnes Színház - gyermek musical stúdió próbák

*Az első alkalom ingyenes!

Tagintézmény-vezető: **Varga Barbara**
Művelődésszervező: **Nagy Laura**

DÉSI SZOLGÁLTATÁSOK

Free Wifi Bababarátság
Terembérlés helyiségek

Cím: 1098 Budapest, Toronyház u. 17/B.
Tel: +36 (1) 280-6247
E-mail: desimuhaz@desi.hu
H-P: 8.00-21.00
Szo-V: programokhoz igazodva
Web: www.fmkportal.hu
Facebook: [fb/desimuhaz](https://www.facebook.com/desimuhaz)



AKTUÁLIS PROGRAMOK

GÖRÖG TÁNC HÁZ A MYDROS EGYÜTTESSEL

MÁRCIUS 2., SZOMBAT 18.00

A Mydros Zenekart 2001-ben alakították görög és magyar fiatalok. Táncházukkal kulturált szórakozási lehetőséget biztosítanak minden korosztály számára.
Belépő: **1 500 Ft**

BRILLANTIN TÁNC PARTY

MÁRCIUS 9., SZOMBAT 19.00

Zenés-táncos rendezvény havi egy alkalommal minden korosztálytynak!
Belépő: **2 500 Ft**
Szenior jegy: **2 000 Ft**

MŰSOROS EST A HUNGÁRIA BARÁTI TÁRSASÁG SZERVEZÉSÉBEN

MÁRCIUS 16., SZOMBAT 15.00

Zenés-táncos rendezvény havi egy alkalommal szépkorúaknak.
Belépő: **1 000 Ft**

MESEÓRA - VIADAL

MÁRCIUS 19., KEDD 10.00

A Ládafia Bábszínház előadása
Csoportok jelentkezése: +36 (30) 434-5651
Belépő: **1 000 Ft**

MESERENGETEG - BORIBON KIRÁNDUL

MÁRCIUS 30., SZOMBAT 10.00

A Nefelejcs Bábszínház előadása
Belépő: **2 500 Ft**

TRIO GOLD KLUBDÉLUTÁN

MÁRCIUS 30., SZOMBAT 16.00

Zenés-táncos klubdélután kortalanoknak.
Szeretettel várjuk régi és új tagjainkat.
Belépő: **1 200 Ft**

IDŐSÜGYI PROGRAMOK

Ferencváros Önkormányzatának ingyenes rendezvényei „A teljesség felé” időügyi koncepció keretében

ANGOL KEZDŐ NYELVTANFOLYAM HÉTFŐ 10.00

ANGOL KÖZÉPHALADÓ NYELVTANFOLYAM HÉTFŐ 11.00

RELAXÁCIÓS GERINCJÓGA HÉTFŐ 12.00

FIATALÍTÓ TIBETI JÓGA CSÜTÖRTÖK 10.00

ÁLLANDÓ PROGRAMOK

TÁRSASJÁTÉK KLUB

MÁRCIUS 8., PÉNTEK 18.00

A József Attila-lakótelepi Református Gyülekezet szervezésében
Ingyenes program,
mindenkit szeretettel várunk!

RELAXÁCIÓS GERINCJÓGA

HÉTFŐ 12.00

További információ:
katalin.pozstos@gmail.com
Ingyenes program!*

ASZTALITENISZ

HÉTFŐ 15.30

Ingyenes program!*

REFORMÁTUS GYERMEK HITTAN

SZERDA 16.00

Ingyenes program!*

LAKOSSÁGI TORNA

KEDD és CSÜTÖRTÖK 17.00

Ingyenes program!*

NOSZTALGIA KLUB

PÉNTEK 15.00

Belépő: 1 200 Ft

MPE ÚJ ÉLET GYÜLEKEZET ISTENTISZTELETE

VASÁRNAP 10.00

REFORMÁTUS ISTENTISZTELET

VASÁRNAP 17.00

VÁSÁR

MÁRCIUS 12., SZERDA 9.00

*Támogató: Budapest Főváros IX. kerület
Ferencváros Önkormányzata

Tagintézmény-vezető: **Varga Barbara**
Művelődésszervező: **Zambrzycki Ádám**

Cím: 1098 Budapest, Toronyház u. 3/B.
Tel: +36 (30) 826-3776
E-mail: kozosseghaz@desi.hu
Web: www.fmkportal.hu

22



KIÁLLÍTÁS

„FERENCVÁROS ÉVSZÁZADAI”

A Ferencváros évszázadai című állandó kiállításunk Budapest IX. kerületének történetét mutatja be a középkori kezdetektől egészen a XX. század végéig.
Malmok, gyárak, vásárcsarnok, FTC, 1956, lakótelepek, városmegújítás.
Minden, ami Ferencváros.



HOMMAGE BUDAPEST 150

Pest-budai népművészek egyesületi kiállítása
A kiállítás 2024. március 9-ig látogatható.
Helyszín: Erkel utca 15.



Gyűjteményvezető: **Gönczi Ambrus**
Tudományos kutató: **Winkelmayer Zoltán**
Kommunikációs asszisztens: **Simon Tímea**

Böngésszen a változatos programok között a Ferencvárosi Helytörténeti Gyűjtemény megújult weboldalán: **www.ferencvaroskalauz.hu**



ÓKORTÖRTÉNETI SZEMINÁRIUM

MÁRCIUS 12., KEDD 14.00*Egyiptom elveszett királynői*

Filmvetítés és előadás

Előadó: Winkelmayer Zoltán egyiptológus

Regisztráció:

ferencvarosigyujtemeny@gmail.com

A részvétel díjtalan.

HELYTÖRTÉNETI SÉTA

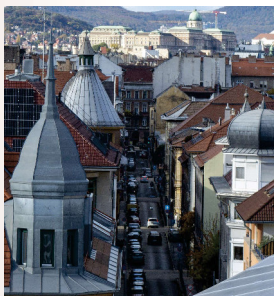
MÁRCIUS 20., SZERDA 10.00*A Tűzoltó utca*

Találkozó a Ferenc körút Üllői út sarkánál, a Lottóház előtt (Üllői út 39-43.)

Regisztráció:

ferencvarosigyujtemeny@gmail.com

A részvétel díjtalan



FILMKLUB

MÁRCIUS 21., CSÜTÖRTÖK 15.00**MÁRCIUS 22., PÉNTEK 16.30***Mr. Hobbs szabadságra megy (1962)*

amerikai vígjáték, 117 perc

Rendező: Henry Koster

Regisztráció:

ferencvarosigyujtemeny@gmail.com

A részvétel díjtalan.

Helyszín: Erkel utca 15.



MINDENTUDÁS AKADÉMIAJA

MÁRCIUS 21., CSÜTÖRTÖK 15.00*Az Atlantisz álom*

Portugália és Brazília a modernizáció útján 1889 és 1930 között

Előadó: Szilágyi Ágnes Judit, ELTE, tanszékvezető

Helyszín: Bakáts tér 1., Házasságkötő terem

KINEDOK FILMKLUB

MÁRCIUS 28., CSÜTÖRTÖK 16.30*Tagai Sasok (2022)*

román, szlovák dokumentumfilm, 74 perc

Rendező: Adina Popescu, Iulian-Manuel Ghervas

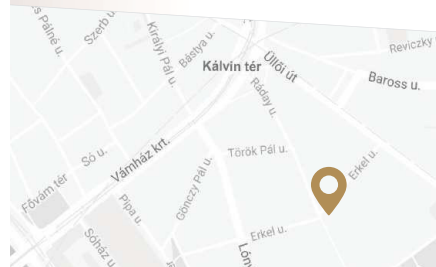
Romániában, egy apró erdélyi faluban vagyunk. A főhős, egy idős fociedző próbálja egyben tartani csapatát, a Tagai Sasokat, bár úgy tűnik, minden összeesküdtött ellene: már két éve semmit sem nyertek, a bírók mindig ellenük fújnak, rossz az idő, és felesége, sőt még csapattagjai is állandóan morgolódnak.

Regisztráció:

ferencvarosigyujtemeny@gmail.com

A részvétel díjtalan.

Helyszín: Erkel utca 15.

**Cím:** 1092 Budapest, Ráday u. 18.

(bejárat az Erkel u. 15. felől)

Tel.: +36 (1) 218-7420**E-mail:** info@ferencvaroskalauz.hu**V-H:** zárva, **K-P:** 10.00-18.00**Szo:** 10.00-14.00

HÉTFŐ

KATARZISZ KOMPLEX MŰVÉSZETTERÁPIA

Önismereti kalandtúra

március 4., március 18., 16.00

A katarzisélményre épülő alkalmakon a képzőművészet, az irodalom, a zene, a természet és a kultúra különböző szegmensei kapcsolódnak össze. Megteremtjük a külvilág és a belső világunk közötti egyensúlyt, a közös alkotáson keresztül harmóniát, örömet, sikerélményt tapasztalhatunk. A folyamatban képzett művészetterapeuta és drámainstruktor, Szendrey Gitta vezet benneteket. Ha 15-22 éves vagy, és szívesen belemérsz az alkotásba, itt jelentkezhetsz: szendrey.gitta@gmail.com

A részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött.



DRÁMÁZZUNK?!

Színházi önismereti csoport

március 11., március 25., 16.00

Műhely kéthetente 15-18 éveseknek a színház eszközeivel. A művészi képzettség nem feltétel, a középpontban az alkotás öröme és a felfedezés áll. Játék, beszélgetés, önismeret. A résztvevők megosztják egymással történeteiket, amelyeket egy kreatív alkotó folyamat során bontanak ki.

A részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött: szendrey.gitta@gmail.com



KEDD

MONTAGE MŰHELY

Kreatív műhely középiskolásoknak

március 5., március 12., március 19., március 26., 16.00-18.00

Mindenkinek van mondanivalója. Csatlakozz a Mester Galéria szerkesztőségéhez!

Ebben a félévben kipróbálhatod magad újságíróként: heti alkalmaink megismerheted a főbb újságírói műfajokat (interjú, tudósítás, kritika, publicisztika, videóriport stb.), és te is írhatasz ilyeneket. Interjúzhatsz művészekkel, tudósíthatsz eseményeinkről, kifejtheted a véleményedet. Ha az írás nem a te műfajod, rövid videókban is elmondhatod, amit szeretnél.

Legyél idén te is a Mester Galéria kommunikációs csapatának tagja!

A rendszeres részvételért IKSZ-es órákat adunk. Minden középiskolást szeretettel várunk!

Jelentkezés és további információ: mestergaleria@gmail.com.

SZERDA

FINISSZÁZS - BESZÉLGETÉS AZ ALKOTÓVAL

március 27., 17.00

Közösen beszélgetünk Kincses Flóra Napsugár *Buborék* című kiállításáról: tartalomról és formáról, alkotásról és befogadásról, inspirációról és kritikáról, élményekről és dilemmákról. Mik a lehetőségei és a tervei egy mai fiatal képzőművésznek? Mennyire támogatóak a képzőművészeti közeg intézményei? Egyáltalán, milyen ma fiatal művésznek lenni?

Kötetlen eszmecsere teával - mindenkit szeretettel várunk!

A kiállítás megtekinthető 2024. március 28-ig.



FALFIRKA KÖNYVKLUB

március 20., 18.30

Könyvklub azoknak, akik kíváncsiak a legfrissebb irodalomra: havi egy alkalommal a Falfirka-felolvasásokra meghívott szerzők műveivel foglalkozunk. Minden hónapban egy könyvet járunk körül, közösen beszéljük át, mit is olvastunk, és ki mit gondol róla.

A Falfirka eseményein 2017 óta havonta egy-egy szerző olvassa fel saját műveit a Bookta kávézóban. Márciusban Kalapos Éva Veronika *Ezek voltak az apák* című könyvével foglalkozunk.

A Könyvklubot vezeti: G. Szabó Sarolta, a Mester Galéria kulturális szervezője, szerkesztő, újságíró, a Falfirka alapító-házigazdája.

Jelentkezés és információ: mestergaleria@gmail.com.

**CSÜTÖRTÖK****NINCS IRODALMI MŰHELY**

március 7., március 21., 16.00

Régóta írsz verset vagy prózát, de alig kapsz róla visszajelzést? Szeretnél fejlődni és beszélgetni mások szövegeiről? Az asztalfőként helyett szívesen látnád írásaidat irodalmi lapokban, de nem tudod, hogy hova lenne érdemes küldeni? Tervezed, hogy egyszer saját könyved jelenjen meg?

Csatlakozz a Mester Galéria és Közösségi Tér és a *Nincs* online folyóirat közös irodalmi műhelyéhez! Találkozunk kéthetente!

További információ: nincs.muhely@gmail.com; mestergaleria@gmail.com.

Szakmai vezető: **Nyerusay Viktória**
Művészeti vezető: **Vincze Angéla**
Művészeti asszisztens: **Oleg Zubkov**
Kulturális szervező: **G. Szabó Sarolta, Fehér Renátó**

**FELHAJTÓ! BESZÉLGETÉSSOROZAT**

március 28., 18.00

A Mester Galéria havi rendszerességű beszélgetéssorozatának márciusi alkalmán **Konkol Máté** filmrendező, vágó lesz a vendégünk, aki legutóbbi rövidfilmjeiben fiatal felnőttek szemén keresztül foglalkozik olyan társadalmi témákkal, mint az identitáskeresés, a munkahelyi kizsákmányolás, a szexualitás és a rendszerkritikus feminizmus. Az érdeklő, ahogy az egyéni történetek mind beágyazódnak a tágabb közösségünkbe. Első nagyjátékfilmje, *A könyv a mi fegyverünk* az utómunka és utófinanszírozás fázisában jár, első hosszú dokumentumfilmjét 2024-ben forgatja. Filmipar és kultúraszociológia témáiban publikált a *Mérce*, az *Új Egyenlőség*, az *Új Szem* felületein és a *Fordulat* folyóiratban. Szakterületein rendszeresen mentorál fiatalokat.

Veled beszélget **László Panna**, a REFRESHER Magyarország videós újságírója. Az esemény a *Ferencváros Kaleidoszkóp* című középiskolás kisfilm pályázatunk kísérőrendezvénye.

PÉNTEK**MESTER SZÍN MŰHELY**

péntekenként 16.00-18.00

Ha középiskolás vagy, és szeretnél jobban megismerkedni a színjátszás világával, különböző drámapedagógiai játékokon, improvizációs gyakorlatokon keresztül megtanulni jobban érvényesülni a mindennapi élethelyzetekben, akkor gyere és próbáld ki magad!

Bővebb információ: Pintér Szilvia színész, színház- és drámapedagógustól a +36 (70) 638-8411 telefonszámon vagy a szilvi.pinter@gmail.com címen.

KÖZÖS TANULÁS

Középiskolás vagy és nehezezen megy az irodalom vagy a történelem? Elakadtál a tananyagban? Írj nekünk! Egyénileg beszéljük át veled azokat a témákat és tételeket, amelyek nehézséget okoznak. Fehér Renátó és G. Szabó Sarolta egyéni korrepetálást tartanak, előre egyeztetett időpontban: mestergaleria@gmail.com



REUNION - IRODALMI PÁLYÁZAT KÖZÉPISKOLÁSOKNAK

A **Mester Galéria és Közösségi Tér** idén is meghirdeti középiskolásoknak szóló irodalmi pályázatát. Az elmúlt években a *REUNION*ra közel 700 pályázat érkezett, a díjazott művek publikációs lehetőséghez jutottak, a díjazottak közül pedig többen is felolvastak a *Múzeumok Éjszakáján*. Ha Te is írsz verset vagy novellát, akkor ezek a szövegek most előkerülhetnek az asztalfiókból, mert ez a pályázat neked szól.

Pályázati feltételek:

- Pályázni vers és novella kategóriában lehet. Egy szerző akár mindkét kategóriában pályázhat, de összesen maximum 3 művel. (A prózai szövegek terjedelme ne haladja meg a 8000 leütést.)
- Csak publikálatlan írással pályázhatsz (a közösségi médiás posztolást is publikációnak tekintjük).
- Tematikai megkötés nincs.

Határidők:

A pályamunkák beérkezésének határideje: **2024. április 15.**

(A nevedet és a műved címét tüntesd fel a pályamunkádat tartalmazó csatolt Word-dokumentum címében is.)

A pályázatokat e-mailben várjuk a **mestergaleria@gmail.com** címre.

(A Tárgy mezőben tüntesd fel: Reunion irodalmi pályázat.)

Díjazás kategóriánként:

A díjazottak műveinek a kortárs magyar fiatal irodalom egyik fontos platformján biztosítunk megjelenési lehetőséget.

A díjátadóra egy felolvasóest keretében kerül sor a Mester Galériában június elején.

1. helyezett: E-book olvasó
2. helyezett: könyvcsomag
3. helyezett: könyvcsomag

A zsűri tagjai:

Kazsimér Soma költő, performer Vajna
Ádám költő, szerkesztő, műfordító Vida
Kamilla költő, szerkesztő

FERENCVÁROS KALEIDOSZKÓP - A Mester Galéria rövidfilm és animációs pályázata

Ha érdekel a filmkészítés vagy az animáció, és vannak a környezetedben olyanok, akikkel egy csapatot alkotva belevágnál egy kisfilm elkészítésébe, akkor itt az idő, hogy elkezdjétek forgatni és részt vegyetek a Mester Galéria rövidfilm és animációs pályázatán, amelyen értékes filmes eszközöket nyerhettek! A pályázatra olyan alkotásokat várunk, amelyek kapcsolódnak Ferencváros múltjához, jelenéhez vagy jövőjéhez egy-egy fiktív vagy valós történeten, szereplőn, látványon vagy élményen keresztül.

Milyen videókkal nevezhetek?

- A pályázatra 2 és 5 perc közötti videókat várunk.
- A rövidfilm lehet részleteiben vagy teljesen animált is.
- A pályamű valamilyen módon kapcsolódjon Ferencvároshoz.
- Műfaji vagy egyéb formai megkötés nincs.

Kik és hogyan nevezhetnek?

- Középiskolás diákok egyénileg és csapatként is pályázhatnak.
- A pályázatra a **mestergaleria@gmail.com** e-mail címen tudtok jelentkezni. (A Tárgy mezőben tüntesd fel: Ferencváros Kaleidoszkóp.)
- Egy pályázó vagy pályázó csapat maximum 2 rövidfilmmel jelentkezhet.
- A pályaművek csak stáblistával együtt érvényesek.
- Az alkotók ferencvárosi kötődése (lakóhely, iskola) nem feltétel.

A zsűri tagjai:

Konkol Máté filmrendező
Szóke Abigél színész
Tóth Jakab műsorvezető (Partizán)

A pályázat határideje: április 22. (hétfő)

A pályázattal párhuzamosan a Mester Galéria műhelynapokat is meghirdet, amelyeken segítséget nyújtunk a történet fejlesztésére, valamint lehetőséget biztosítunk a filmes eszközeink (kamera, laptop, mikrofon, állvány, zöld háttér, telefon gimbal) használatára. Ha szeretnél/szeretnétek részt venni a történetfejlesztő alkalmakon, vagy használnátok a technikai eszközeinket, akkor mielőbb jelezzétek a **mestergaleria@gmail.com** e-mail címen!

KIÁLLÍTÁS

BUBORÉK

Kincses Flóra Napsugár kiállítása

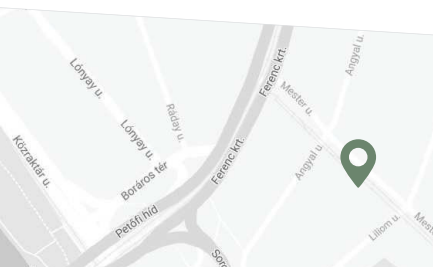
Megnyitő: MÁRCIUS 6., SZERDA 17.00

Megnyitja: Vincze Angéla képzőművész

Kincses Flóra Napsugár általában ösztönösen alkot, olyan témákkal foglalkozik, amelyek közel állnak hozzá.

Nagyon sokáig dolgozott a témáján, és felépített magának egy Buborékot. Ez alatt olyan baráti társaságot ért, akikben megbízik, ismerik és elnyerték a választott család címet. Megfelelő emberek és rengeteg tapasztalat kellett hozzá, hogy ez létrejöhessen. Sok szeretetet, motivációt kap az őt körülvevő emberektől, amelyet ő is viszonz az ő maga módján. Valószínűleg ezért is rajzolja őket. Munkássága tiszteltetés a barátaival és a családjával együtt.

A kiállítás megtekinthető: 2024. március 28-ig.



Cím: 1095 Budapest, Mester u. 5.
Tel.: +36 (30) 686-4649
E-mail: mestergaleria@gmail.com
H-P: 10.00-18.00

KONNEKTOR

LIFE COACHING CSOPORT 5/1

MÁRCIUS 1., PÉNTEK 15.00

Vezeti: Rózsa Magdolna mentálhigiénés szakember, mediátor, life coach
 A Test- és Lélekszépítő Alapítvány ingyenes 5 alkalmas Life Coaching csoportfoglalkozása. Az egymásra épülő alkalomok során a résztvevők a következő témák mentén különböző coaching feladatokat oldanak meg, illetve beszélgetnek róla: önismeret, kommunikáció, személyiség típusok, időbeosztás, célállítást és -megvalósítás.
 További időpontok: **március 8., március 15., március 22., március 29.**

A csoportra max.6 fő jelentkezhet a testeslelekszepito@gmail.com címen.

FELNŐTT NAPKÖZI

MÁRCIUS 6., SZERDA 17.00

Felnőtt Napközi Tomanovics Tímeával.
 Dobjd fel a szerdát, kapcsolódj ki, és töltsd ezt a pár órát gondtalan gyermekként rajzolva, színezzve, társasozva, nevetve, felszabadultan. Szigorúan 18+

További alkalomok: **március 13., március 20., március 27.**

Ha jönnél, kérlek, neveddel és a foglalkozás dátumával jelentkezz ezen az e-mail címen: t.tomanovics@gmail.com

Ingyenes program, de adományokat elfogadunk.

FÉRFI WORKSHOP - NŐKNEK IS

MÁRCIUS 6., SZERDA 18.00

Kétkezi, otthoni, barkácsprogramok, szerszámhasználat. Vízvezeték-szerelés, villanyszerelés, lakásfelújítás. A projekt célja az ember kétkezi tevékenységeinek fejlesztése olyan tettek keresztül, melyek a környezetünkben megtalálhatóak!

A program ingyenes de regisztrációhoz kötött: mezo.andras@fmkportal.hu

BBM NŐNAPI AJÁNDÉK KÉSZÍTÉS

MÁRCIUS 9., SZOMBAT 11.00

Vezeti: Jankó Melinda
 Női higiéniai termékeket gyűjtünk (betétet, tampon, törölkendőt, dezodort, tusfürdőt, sampont, balzsamot), illetve apró méretű csokit (Sportszelet, Kinder, Kapucíner, Ananász kocka, Balaton szelet stb), hogy ezekből ajándékcsomagokat készítsünk rászoruló nőknek. A csomagokat átmeneti szállókra, anyaotthonokba és családok átmeneti otthonába juttatjuk el önkénteseink segítségével.

Kérlek, a használt vagy felbontott kozmetikai terméket, parfümöt, hotel szuvenírt hagyd otthon!

CSÁO!

MÁRCIUS 11., HÉTFŐ 15.00

Drámafoglalkozás pedagógusoknak
Ha szeretnél új eszközöket ahhoz, hogy egy zsák bolhányi gyerekből együttműködő csoportot kovácsolj, a drámapedagógia eszköztára segíthet ebben!

Szeretettel várunk egy felszabadult játékra, amelynek tapasztalatait tovább viheted majd a tanítási helyzetekbe vagy az osztálykirándulásokra.

Ingyenes program.

SOUND OF MOVEMENT - MOOK

MÁRCIUS 13., SZERDA 17.00

A Sound of Movementre olyan táncosokat és zenészeket várunk, akik improvizáció során szeretnének inspirációhoz jutni, és megtapasztalni a párhuzamos alkotás élményét. A részvételhez előképzettség nem szükséges. Minden érdeklődőt várunk szeretettel, akár nézőként, akár résztvevőként.

A belépés ingyenes, de regisztrációhoz kötött: wemookco@gmail.com

Ha mégis támogatnád a munkánkat, az alkalom végén adomány formájában megteheted!

Szervezi: MOOK társulat

Koncepció: Birta Márton és Miskolczi Renátó
Közreműködő művészek: Béky Emma, Glávits Bence, Kaló Kristóf és Taba Benjámín

FILMKLUB

MÁRCIUS 14., CSÜTÖRTÖK 18.30

Starcrash

Olasz sci-fi David Hasselhoffal
Rendkívül izgalmas rossz film béna díszletekkel és csapnivaló színészekkel....

FACE YOGA DÖBRÖSI LAURÁVAL

MÁRCIUS 21., CSÜTÖRTÖK 18.00

Légzés és akkupunktúrás masszázs segítségével feszültséget oldunk az arcból és nyakból, majd eddük és lazítjuk az arcizmainkat, mint ahogy azt a testünkkel is tesszük, mikor edzeni, jógázni járunk. A gyakorlással kedvünkre formálhatjuk az arcunkat, eltüntethetjük a ráncokat, a tokát. Az arcbőrünk ragyogóvá válik és beleszeretünk saját tükörképünkbe. A részvétel a limitált férőhely miatt **regisztrációhoz kötött: konnektor.zengeto@gmail.com**
Ingyenes program.

BOLHAPIAC (F.A.L.)

MÁRCIUS 23., SZOMBAT 15.00

Készen állsz a kincsvadászatra? Gyere és kutasd át a régi holmikát, biztosak vagyunk benne, hogy csodákra lelsz!

Szeretnéd eladni régi kacatjaidat, amik ma már csak porfogók? Csatlakozz! A részvétel ingyenes. Írj nekünk: freakartlab@gmail.com

Az árusok 14 órától érkezhetnek kipakolni. Ha szükséges, asztalokat biztosítunk, ezt kérjük, előre jelezzétek!

A vásárra a belépés ingyenes!

FILMKLUB

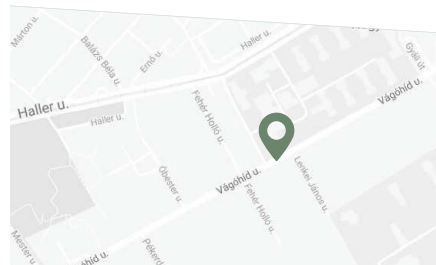
MÁRCIUS 28., CSÜTÖRTÖK 18.30

Török Star Wars (1982)

török sci-fi

Két űrpilóta, Murat (Cüneyt Arkın) és Ali (Aytekin Akkaya) gépei megsérülnek egy űrben vívott ütközetben, ezért kénytelenek leszállni egy sivatagos bolygón. Ali azt feltételezi, hogy a bolygót csak nők lakják, és megfúj egy sípot, hogy magához edesgesse őket. Ekkor csontvázszerű lovasok támadják meg őket...

A filmben a sci-fi mellett a zombihorror, harcművészeti, fantasy, kaland-, gladiátor- és szuperhős-film műfajának elemei is megjelennek. Ha megnézed, különleges trashélményben részesülhetsz!



Cím: 1097 Budapest, Vágóhíd utca 31-33.

Kulturális szervező: Mező András

Tel.: +36 (30) 606-8289

E-mail: mezo.andras@fmkportal.hu

WEB: www.fmkportal.hu

H-P: 14.00-22.00

Szo-V: 12.00-18.00



TERMÉSZETJÁRÁS - BAKONYI GYLKOS-TÓ

MÁRCIUS 3., SZOMBAT

Regisztráció: bea.gallusz@ferencvaros.hu

KÖNYVTÁRI BESZÉLGETÉSEK

MÁRCIUS 18., HÉTFŐ 14.00

Kósa Ildikó: Királyok-völgye
Helyszín: FSZEK Börzsöny utcai könyvtára
(Börzsöny u. 13.)
Regisztráció: bea.gallusz@ferencvaros.hu

BOARD GAME CAFE TÁRSASJÁTÉK KLUB

MÁRCIUS 19., KEDD 15.00

Helyszín: Board Game Cafe
(Ferenc krt. 17. alagsor)

MINDENTUDÁS AKADÉMIÁJA

MÁRCIUS 21., CSÜTÖRTÖK 15.00

Az Atlanti szél
Portugália és Brazília a modernizáció útján
1889 és 1930 között
Előadó: Szilágyi Ágnes Judit, ELTE,
tanszékvezető
Helyszín: Bakáts tér 1., Házasságkötő terem

CHIKUNG

KEDD 11.00

Helyszín: Ferencvárosi Önkormányzat
tornaterme (Lenhossék u. 24-28.)

GYÓGYTORNA

SZERDA 11.00

Helyszín: Ferencvárosi Önkormányzat
tornaterme (Lenhossék u. 24-28.)

VÍZITORNA

PÉNTEK 15.00

Helyszín: Weöres Sándor Iskola, (Lobogó u. 1.)

VÍZITORNA

PÉNTEK 16.00

Helyszín: Molnár Ferenc Általános Iskola
(Mester u. 19.)



FERENCVÁROS

Budapest Főváros IX. Kerület
Ferencváros Önkormányzata

Ferencvárosi Művelődési Központ és Intézményei
Igazgató: Kerek András
Igazgatóhelyettes: Morassi László
Szerkesztő: Kollarits Krisztina
Kommunikáció és marketing: Bakos Zita
Fotók: Mészáros Gábor és Dévai Zoltán
Grafika és tördelés: Becző Mirjam

www.fmkportal.hu



FERENCVÁROS



www.fmkportal.hu