

2026
05-06



PROGRAMAJÁNLÓ

VIGYÁZÓ SÁNDOR MŰVELŐDÉSI KÖZPONT ÉS

— TAGINTÉZMÉNYEI —

- VIGYÁZÓ SÁNDOR MŰVELŐDÉSI KÖZPONT ■ CSABA HÁZ
- RÁKOSCSABAI KÖZÖSSÉGI HÁZ ■ CSEKOVSZKY ÁRPÁD MŰVELŐDÉSI HÁZ ■ RÁKOSHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ
- RÁKOSKERTI MŰVELŐDÉSI HÁZ ■ ERDŐS RENÉE HÁZ
- RV17 RÁKOSMENTI VÁLLALKOZÁSFEJLESZTÉSI IRODA



**VIGYÁZÓ SÁNDOR
MŰVELŐDÉSI KÖZPONT**

1173 Budapest,
Pesti út 113.
Telefon: 256-4626
www.vigyazomk.hu



**CSABA HÁZ –
RÁKÓCSABAI
KÖZÖSSÉGI HÁZ**

1171 Budapest,
Péceli út 222.
Telefon: 920-1211
www.csabahaz.hu



**CSEKOVSZKY ÁRPÁD
MŰVELŐDÉSI HÁZ**

1172 Budapest,
Hősök tere 9.
Telefon: (+36-20) 611-
1241 | www.csekohaz.hu



**RÁKOSHEGYI
KÖZÖSSÉGI HÁZ**

1174 Budapest,
Kép utca 7–9.
Telefon: 258-3394
www.hegyimuvhaz.hu



**RÁKOSKERTI
MŰVELŐDÉSI HÁZ**

1171 Budapest,
Rákoskert sugárút 66.
Telefon: 257-4498
www.kertimuvhaz.hu



ERDŐS RENÉE HÁZ
Műzeális Gyűjtemény és Kiállítóterem

**ERDŐS RENÉE HÁZ
MUZEÁLIS GYŰJTEMÉNY
ÉS KIÁLLÍTÓHELY**

1174 Budapest,
Báthori u. 31.
Telefon: 256-6062,
258-4693
www.erdosreenehaz.hu



**RV17 RÁKOSMENTI
VÁLLALKOZÁSFEJLESZTÉSI
IRODA**

1173 Budapest,
Pesti út 80.
Telefon: 920-1027
www.rv17.hu

**Termeink befogadóképessége
programonként változó és korlátozott!**

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

MÁJUS

01. | 10.00 *Vigyázó MK (Népkert park)* ■ **Rákosmenti Majális** 22 óráig
06. | 17.00 *Csaba Ház* ■ Úton a tudatos szülőség felé: **Újszülött- és csecsemőellátás**
06. | 18.00 *Vigyázó MK* ■ Kortárs Filmklub: **Kivérző szerelem**
09. | 10.00 *Csekovszky MH (Heltai tér)* ■ **Liget Piknik** 18 óráig
09. | 18.00 *Rákoskerti MH* ■ Ascher Oszkár Színház: **72 perc – Da szvidányija, Anton Pavlovics / Nincs jelen**
10. | 17.00 *Rákoshegyi KH* ■ **Költők a ködből** – Irodalmi kávéház
10. | 18.00 *Rákoskerti MH* ■ Ascher Oszkár Színház: **Füst Milán: Máli néni** – komédia
10. | 19.00 *Vigyázó MK* ■ Jazzpresszó: **Juhász Gábor Trio feat. Holló Aurél**
13. | 10.00 *Vigyázó MK* ■ Bóbita bérlet: **Brémai Muzikusok** (Harlekin Bábszínház)
13. | 14.30 *Vigyázó MK* ■ Bóbita bérlet: **Brémai Muzikusok** (Harlekin Bábszínház)
13. | 17.00 *RV17* ■ **Banki körkép** – Pénzügyi megoldások fóruma vállalkozóknak
14. | 10.00 *Vigyázó MK* ■ Bóbita bérlet: **Brémai Muzikusok** (Harlekin Bábszínház)
15. | 18.00 *Rákoskerti MH* ■ **Rákoskert története** – könyvbemutató, helytörténeti kvízzjáték, kiállítás
15. | 18.00 *Rákoshegyi KH* ■ **Mi muzikus lelkek** – magyarnóta- és operettest
15. | 09.00 *Csekovszky MH* ■ **Pál utcai fiúk a levéltárban** – rendhagyó interaktív irodalomóra
16. | 10.00 *Csaba Ház (Rákoscсаba, Fő tér)* ■ **Miénk a tér!** 18 óráig
16. | 18.00 *Erdős Renée Ház* ■ **Judith NEM'S festőművész** kiállításának megnyitója
16. | 19.00 *Rákoskerti MH* ■ Ascher Oszkár Színház: **istenbácsi!** – premier
17. | 16.00 *Rákoshegyi KH* ■ **A legbelsőbb Ázsia** – filmvetítés
17. | 18.00 *Rákoskerti MH* ■ Ascher Oszkár Színház: **istenbácsi!**
20. | 18.00 *Vigyázó MK* ■ Kortárs Filmklub: **Skate Kitchen**
20. | 18.00 *Rákoshegyi KH* ■ **A kiskakas és a gyémánt félkrajcár, A só-show** (KisForMák)
21. | 18.00 *Rákoshegyi KH* ■ **A kiskakas és a gyémánt félkrajcár, A só-show** (KisForMák)
26. | 17.00 *RV17* ■ **Tudatos vállalkozói program**
27. | 18.00 *Vigyázó MK* ■ **Vágó Zoltán tanítványainak kiállítás megnyitója**
27. | 18.00 *Csaba Ház* ■ Pikáns történelem: **Női epizódok III. – Cselédsorsok**
29. | 17.00 *Csekovszky MH (Heltai tér)* ■ **Mesélő Játsszóter**

29. | 19.00 Csekovszky MH ■ Zenélő KultUdvar: **Roma est** – színporgó vándorzenék
 30. | 19.00 Rákoskerti MH ■ Ascher Oszkár Színház: **A whiskybe mártott táncosnő**
 30. | 19.30 Rákoshegyi KH ■ **Redneck Roadkill countrykoncert**
 31. | 10.00 Vigyázó MK (Csúszdapark) ■ **Rákosmenti Gyereknep** 17 óráig
 31. | 16.00 Csekovszky MH ■ Rákosligeti Ragályi Elemér Filmklub: **Jimmy Jaguár**
 31. | 18.00 Csaba Ház ■ KultGasztro: **Sörök és sörkorcsolyák**

JÚNIUS

05. | 18.00 Csaba Ház ■ **Megformált tér-szín-vonal** – kiállításmegnyitó
 06. | 10.00 Rákoskerti MH (Rákoskert vasútállomásnál) ■ **Rákoskert Napja** 19 óráig
 12. | 09.00 Rákoshegyi KH ■ **Fekete Vihar kincse** – szabadulójáték alsó tagozatosoknak
 13. | 10.00 Vigyázó MK (Csúszdapark) ■ **Keresztúri nyárandító piknik** 16 óráig
 14. | 09.00 Rákoskerti MH ■ **Pelenkás Piknik és játékbörze**
 14. | 16.00 Csekovszky MH ■ Rákosligeti Ragályi Elemér Filmklub: **Csendes barát**
 20. | 10.00 Csekovszky MH (Fackh tér) ■ **Mesélő Játsszóter**
 20. | 17.00 Csekovszky MH (Csekovszky-gyűjtemény Kiállítóháza) ■ **Múzeumok Éjszakája**
 20. | 18.00 Erdős Renée Ház ■ **Múzeumok Éjszakája**

ELŐZETES!

- JÚLIUS 11. | 19.00 Csaba Ház ■ **Szelek, lelkek, csillagok** – Lackfi Dorottya és Sinha Róbert koncertje
 AUGUSZTUS 28. | 19.00 Csaba Ház ■ **„Átlátszó víz legyen...”** – nyárázó Cseh Tamás-est



ONLINE JEGYVÁSÁRLÁSI LEHETŐSÉG: jegyx1.hu
Keresse a jegyvásárlás linkjét honlapunkon, az érintett programoknál!



■ *Május 1-jén, pénteken 10–22 óráig*

Rákosmenti Majális

a Népkert parkban Rákosmente
Önkormányzata és a Vagyázó Sándor
Művelődési Központ szervezésében

Színpadai műsor:

- 10.00: **Eszter-lánc** mesezenekar
11.15: **Dolák-Saly Róbert:** Családi
gumiszoba
13.00: **Lila Keszeg zenekar**
14.45: **Dénes Dávid & Mad About Marilyn**
16.00: **Gudics Máté**
16.45: **Dívák ABBA-Show**
18.00: **Backdoor People** zenekar
20.00: **HOOLIGANS** nagykoncert

Térprogramok:

- Rudas élő csocsó óriás kivitelben
- Kalandparkpálya – izgalmas élmény,
vidám szórakozás az egész családnak;
- Fotókabin – válassz kellékeket és pózolj!
- Légvár, arcfestés, csillámtetoválás,
hennafestés, hajfonás
- Kormányablak mobilbusz
- Sátor Tábor – ízeltő táborainkból
- Civiludvar • Portékáliget
- Eszem-iszom sétány (kézműves sörök,
sült kolbász, fagyalt, óriáspalacsinta,
kürtőskalács és egyéb finomságok)

A programon való részvétel díjtalan!
A részletes programért kövesd be Facebook-
oldalunkon az eseményt!

■ Május 10-én vasárnap 19 órakor
Jazzpresszó:

Juhász Gábor Trio feat. Holló Aurél

Juhász Gábor – gitár; **Kovács Zoltán** – bőgő; **Jeszzenszky György** – dobok; **Holló Aurél** – vibrafon, xilofon
Juhász Gábor legújabb lemeze a West Side Story világa köré épül – Bernstein örökérvényű zenéje jazzben elmesélve. A Fonó gondozásában megjelent albumon a gitárművész állandó triójával, valamint az ütőhangszeres Holló Auréllal játszik együtt, akinek zenei világa és érzékenysége új lendületet hozott a formációba. A dalok mögött történetek, érzések és társadalmi kérdések rajzolódnak ki – személyes, szenvedélyes és mélyen emberi tolmácsolásban. Az esten ezek az értelmezések születnek meg élőben – első alkalommal a közönség előtt.

Házigazda: **Gyárfás István Gyafi**
 Belépő: 2000 Ft



■ Május 13-án, szerdán 10 órakor és 14.30-kor, valamint május 14-én, csütörtökön 10 órakor

Bóbita gyermekszínház: Brémai muzikusok

A **Harlekin Bábszínház** előadása
 Rendező: Halasi Dániel
 Játsszák: Mészáros Pancsa, Bábinszki Ágnes, Bankó Bence, Sóvári Csaba, Zádori Szilárd
 Belépő: 2200 Ft

■ Május 31-én, vasárnap 10–17 óráig
a csúszdaparkban

Gyereknapi Rákosmentén

Színpadai műsor:

- 10.00 **Mintapinty zenekar:**
Kész Mintacirkusz
- 11.30 **Batyú Színház:** Hófehér és
Rózsapiros (bábelőadás)
- 12.30 **Angel Dance** bemutató
- 12.40 **Spartan Dance SE**
hiphobbemutató
- 12.50 **Zumba Kids** bemutató
- 13.15 **Puszedli állati bulija**
- 14.15 **Kalimpa Színház:** Sómese
(bábelőadás)
- 16.00 **Klárások zenekar** interaktív
mesekoncert

Térprogramok: Janikovszky Éva 100 kiállítás és meséi a mesésátorban; lufihajtogató bohóc, arcfestés, kézműveskedés, városi kertészkedés a Zöldítőkkel, Csupa Csoda interaktív játékpark, érzékenyítő programok, kutyasimogató, darts, KRESZ- és kerékpáros ügyességi pálya.

A részvétel díjtalan!

Szélsőséges időjárás esetén a programot a művelődési központban tartjuk meg.
Partnereink: Fővárosi Szabó Ervin Könyvtár, Rákoskeresztúri Könyvtára, BRFK XVII. kerületi Rendőrkapitánysága, Bikeride Sportegyesület, Helen Doron Budapest 17. kerület, Kagami-ryú Harcművészeti Egyesület, Mini Einstein tábor, 140. sz. Pro Patria Cserkészcsapat



■ **Június 13-án, szombaton 10–16 óráig**
a csúszdaparkban

Keresztúri nyárindító piknik

Indítsuk együtt a nyarat! Izgalmas programokkal várjuk Rákoskeresztúr lakóit, közösségeit a szabadba ezen a napon, ahol minden korosztály megtalálhatja a neki tetsző programot. A részvétel díjtalan! A részletekért kövesd be Facebook-oldalunkon az eseményt! A programot támogatja: Rákosmente Önkormányzata (Lambert Krisztina, Pappné Veszprémi Júlia és Petróczy Dániel képviselő)

BALLONYI GALÉRIA

■ **Május 27-én, szerdán 18 óraker**

Vágó Zoltán tanítványainak kiállításmegnyitójá

Megnyitja: **Vágó Zoltán** festőművész-tanár

A kiállítás június 19-ig látogatható.

KORTÁRS FILMKLUB

A vetítések: kéthetente, **szerdai** napokon 18 óraker. A filmek előtt bevezetőt mond: **Horváth Tibor**. Belépő: 1500 Ft

05.06. Kivérző szerelem

05.20. Skate Kitchen

TÁBOROK

■ **Június 22–26-ig és június 29. – július 3-ig,**
naponta 9–16 óráig (7.30–16.30-ig
ügyelettel)

Balance Team tábor

4–12 éveseknek

Napi két gimnasztikafoglalkozás, kreatív kézműveskedés, drámafoglalkozás, a kö-zösen alkotott mese színpadra vitele.

Maximális létszám: 20 fő/turnus

Díja: 48 000 Ft/hét (ebéd, uzsonna, egy közös fagyizás), testvérkedvezményel:

45 000 Ft/hét. Jelentkezés: május 20-ig

25 000 Ft előleggel (lemondás esetén

nem visszatérítendő). Jelentkezés:

<https://teambalance.hu/nyari-tabor/>

Edzők: **Galambos Edina, Szekeres Míra**

■ **Július 6–10-ig, naponta 8–16 óráig**

Angel Dance nyári napközis

tánc tábor 7–14 éveseknek

Szeretettel várjuk a táncolni vágyókat nyári napközis tánc táborunkba, ahol a jókedv mellett koreográfiatanulással és kézműves-foglalkozással, csapatjátékokkal tölthetik az időt.

Díja: 50 000 Ft (napi három étkezés)

Vezeti: **Kulcsár Fanni**

További információ: (+36-70) 594-8028;

kulcsarfanni2001@gmail.com



■ Július 6–10-ig, naponta 07.45–16.15-ig

Kis Zseni tematikus nyári tábor 6–11 éveseknek

Ismerkedés az abakusz világával, használata elsajátítása játékos, élményszerű formában. A 3×45 perc tanulás kreatív tevékenységekkel és közös alkotással. Max. létszám: 22 fő. Díja: 65 000 Ft (napi két étkezés)

A tábor vezetője: **Balogh Attila** okleveles hikari oktató

Szervező, kapcsolattartás: **Sziklai-Horváth Bernadett**, (+36-30) 722-3845; kizseni17@gmail.com

■ Június 29. – július 3-ig, naponta 8.30–16.30-ig

Mókázó komplex művészeti tábor 5–10 éveseknek

Mindennap zene- és drámapedagógiai foglalkozás, csapatépítő játékok, kézműves alkotás. Meghívott vendégek színvonalas előadása, környékbeli kirándulások és az elmaradhatatlan lovaskocsizás. Maximális létszám: 22 fő. Díja: 67 000 Ft, testvéreknek: 62 000 Ft/fő (napi három étkezés)

Vezetik: **Hazay Annamária** és **Venczel Mónika** pedagógusok

Elérhetőség: (+36-30) 377-2693; hazayannamaria@gmail.com



RÁKOSMENTI NYUGDÍJAS SZABADEGYETEM

Rákosmente Önkormányzatának támogatásával szabadegyetemünk háromféle területen kínál aktív ismeretszerzési lehetőséget nyugdíjas-igazolvánnyal rendelkező XVII. kerületi lakosoknak:

- számítógépes klubfoglalkozások (24 órában),
- nyelvi klubfoglalkozások (50 órában, angol és német),
- közismereti előadások (havonta egy alkalommal).

Nyugdíjas számítógépes klub

Alapfokú, Haladó és Haladó PLUSZ szintű számítógépes klubfoglalkozások
Regisztrációs díj: 1000 Ft szintenként

Angol és német nyelvi klub

Regisztrációs díj: 5000 Ft

A fenti kurzusokra jelentkezni személyesen vagy telefonon lehet (a regisztráció sorrendjében értesítjük Önöket), a tanfolyamok 14 fővel indulnak.

Közismereti előadások

Az ingyenes programot rákosmenti nyugdíjasok látogathatják belépésre jogosító szelvénnel, mely lakcímkártya bemutatásával, az előadásoknál feltüntetett időponttól, naponta 9–16 óráig vehető át a művelődési központ információjában.

Ebben az évadban a közismereti előadás-sorozat véget ért.

2026 őszétől folytatjuk

a havi rendszerességgel rendezett, ingyenes előadásokat.

*Addig is várjuk a **jelentkezőket** szeptemberben induló **számítógépes és nyelvi tanfolyamokra.***

Varrótanfolyam

Pénteken 18–20 óráig

A jelentkezők megtanulhatják a legalapvetőbb, legfontosabb varrási ismereteket. Célunk, hogy otthon mindenki önállóan, magabiztosan neki tudjon kezdeni a varrásnak. A tanfolyamhoz saját, hordozható varrógép szükséges!

Jelentkezés és bővebb információ:

Varga Illésné Zsuzsa, (+36-30) 540-6634

Díja: 36 000 Ft/4 alkalom (8 óra),
alkalmi díj: 9000 Ft (2 óra)

Pilates

Pénteken 17–18 óráig

Jelentkezés: **Dunai-Kovács Mária**,

(+36-30) 3664008,

dunaikovacsmaria@gmail.com

Társastánc-oktatás kezdőknek

Hétfőn 18.45–19.45-ig és 19.45–20.45-ig

Jelentkezés: **Jambrik Lilla**, (+36-20) 479-9391. Facebook: Jambrik Lilla –

Versenytánc és Társastánc oktatás

Népmeseműhely 6–7 éveseknek

Kedden 17 órától óvoda-iskola átmenetet segítő, 20 alkalmas mesepedagógia

Részletek és regisztráció: **Deák Ildikó**,
deakildiko77@gmail.com

Salsa tanfolyam

Szerdánként 18.45–20.45-ig

További információ: (+36-20) 435-6657,
www.karibitancklub.hu

Kagami-ryū

– szamuráj harcművészeti edzések

Hétfőn és kedden 18.30–20 óráig

Jelentkezés és érdeklődés: **dr. Kovács**

Dániel Tibor, (+36-20) 227-1073

Senior örömtánc

Szerdán 9.30–11 óráig

Vezeti: **Kodaj-Horváth Réka**

Érdeklődni: (+36-30) 225-2701

Kerekítő

Csütörtökön 10 órától: Kerekítő
mondókázó (0–3 éveseknek); 10.45-től:

Kerekítő Manó torna (1–3 éveseknek)

Vezeti: **Nemcsics Bernadett**

www.kerekito.hu; nemcsicsdetti@gmail.com

Díja: 2500 Ft/család, 11 000 Ft/5 alkalom

Gyerekjóga

Szerdán 16.30–17.30-ig, 5–12 éveseknek

Vidám, mesés foglalkozás, ahol a gyerekek játékosan ismerkedhetnek meg a mozgással.

Vezeti: **Révbéri Nikoletta**, (+36-30) 259-2490, nikolettatallosi@gmail.com

Művészi gimnasztika

4–7 éves lányoknak
szerdán 17–18 óráig
Edző: **Galambos Regina**, (+36-30) 646-6678, www.teambalance.hu

Gyógytorna

Kedden 16–17 óráig
Csoportos edzés módszer, mindenki számára ajánlott.
Vezeti: **Pizman Lászlóné** gyógytornász,
(+36-20) 438 2816

Katalizátor Autósiskola

Jelentkezés: www.autosiskola17ker.hu
vagy személyesen a művelődési központban, szerdánként 17–18 óráig.
Képzési díj: 350 000 Ft
(a befizetése 4 részletben lehetséges);
vizsgadíjak: 32 000 Ft
(a befizetés 3 részletben lehetséges).
A húsz év alatti jelentkezők 25 000 Ft állami támogatásban részesülnek.
További információ: **Radics Miklós**
iskolavezető, (+36-30) 966-3278

Női alakformáló torna

Hétfőn, kedden és csütörtökön
18.30–19.30-ig Vezeti: **Kórádi Krisztina**
testnevelő Napijegy: 1700 Ft,
bérlet: 12 000 Ft/8 alkalom
Facebook: Kriszta tornája

3-1-2 Meridiántorna

Kedden 11–12 óráig – Ingyenes!
Vezeti: **Sudár Szilvia**, (+36-30) 224-4976.
További információ: www.312.hu

Mit énekelj otthon a lurkókkal?

Hazay Ancsa zenés foglalkozása
kisgyerekes családoknak
Hétfőn 9–9.40-ig és 9.50–10.30-ig
További információ: (+36-30) 377-2693;
www.facebook.com/mitenekeljotthon

Zumba Fitness

Csütörtökön 8.30–9.30-ig
Vezeti: **Végi Katalin** Zumba-instruktor,
(+36-70) 773-6370, vegikata2@gmail.com

Zumba Kids 7–12 éveseknek

Hétfőn 17–18 óráig
Vezeti: **Végi Katalin** Zumba-instruktor,
vegikata2@gmail.com, (+36-70) 773-6370

Festőiskola

Kedden 17.30–20.30-ig
Vezeti: **Vágó Zoltán** festőművész

Balett-tanfolyamok

több korcsoportban,
4–8 éveseknek kedden és csütörtökön,
9–17 éveseknek hétfőn és pénteken
További információ: ww.strauszeszter.hu

Hiphop tánctanfolyam

A 4M Dance Company tánctanfolyama
Szabó Bianka órái:

1. csoport: hétfőn, szerdán, pénteken
19.15–20.45-ig; **2. csoport:** pénteken
18.15–19.15-ig

Pál Zsanett órái:

1. csoport: hétfőn 17.30–18.30-ig, szerdán
17.40–18.40-ig; **2. csoport:** hétfőn és
szerdán 18.40–19.40-ig;

3. csoport: csütörtökön 17.40–18.40-ig;

4. csoport: csütörtökön 18.40–19.40-ig

További információ:

Kerék-Szabó Bianka (+36-20) 421-0212;

Pál Zsanett (+36-70) 414-2576

Hatha jóga – gyakorló órák

Szerdán 18.30–20 óráig

Vezeti: **Varró Zoltán** vainsnava

jógamester

Saját jógamatrac szükséges!

Forgórózsa Táncegyüttes, Rákosmente néptáncscsoportok gyerekeknek

Alapozó (ovis) csoport: csütörtökön
18.15–19 óráig

Kisiskolás csoport: szerdán 17–18 óráig

További információ: **Gordos Anna**,

(+36-30)532-7791,

forgoroszatancesenek@gmail.com

Angel Dance Tánciskola

Diszkrét- és divattáncoktatás

Hétfőn 17.45–18.45-ig: 12-13 éveseknek,

kedden 16.30–17.15-ig: 6–11 éves korig

17.15–18 óráig: 3–6 éves korig, 18–19 órá-

ig: 11+-os korosztály, csütörtökön 16.15–

17 óráig: 6–11 éves korig; 17–17.45-ig: 3–6

éves korig; 18–19 óráig: 11+-os korosztály

További információ: **Váradi Petra Rita**,

(+36-30) 597-6010

Mini Színitanoda

7–13 éveseknek: szerdán 16–18 óráig

Tini Színitanoda

13–16 éveseknek: szerdán 17–19 óráig

Vezeti: **Almássy Bettina** színész, drámaíró,

drámapedagógus

Magic Dance

Mozgásművészeti Stúdió

Kedden és csütörtökön,

7–9 éveseknek: 17.30–18.30-ig;

10–14 éveseknek: 18.30–20 óráig

Vezeti: **Gombosné Berecki Ildikó**

hivatásos előadóművész, koreográfus

Folyamatos jelentkezés:

magicdance.gbi@gmail.com

További információ a stúdió vezetőinél:

Gombos Tibor András, (+36-20) 366-1199,

Gombosné Berecki Ildikó,

(+36-30) 270-6664



Nyugdíjasklub

Kedden 12–16 óráig zenés-táncos délutánok az idősebb korosztálynak
 Klubvezető: **Liptowszky Nándorné**
 Belépő: 800 Ft/alkalom

Újlak nyugdíjasklub

Kéthetente pénteken 12–15 óráig
 Vezeti: **Derzbach Istvánné**

Frankofón Kör

Kéthetente hétfőn 9–12 óráig
 A francia nyelvet (újra)tanulók és gyakorlók klubja.
 Vezeti: **Ferencziné dr. Vitányi Borbála** és **Ferenczi János**
 Alkalmak: május 11., június 1., 15.

Mozgássérültek Budapesti Egyesülete Rákosmente szervezetének klubja

Minden hónap utolsó hétfőjén 14–17-ig
Május 18.: Anyák napja
 Mb. klubvezető: **Horváth Andrásné**

Életszövők női klub

Minden hónap harmadik szerdáján
 10–13 óráig

Május 20.: *A szerelem hava. Hogyan élük meg a különböző korosztályok a szerelmet? Kit hogyan talált meg a szerelem élete folyamán? Van-e szerelem első látásra? És tényleg olyan vak? És sírig tartó? Hogyan tudjuk fenntartani kapcsolatunkban a szerelmet? Női praktikák, tapasztalatok, női felmenőink tanácsai.*

Június 17.: *Anno nem igazán örültek, ha egy nőnek saját véleménye volt, főleg, ha ezt hangoztatta is! A régi társadalmak mint boszorkányokat, felforgatókat, szüfraszetteket emlegették őket. Miért félelmetes a nő, ha van esze és használja is? Menyire fontos a mai nőknek a tanulás, és hogy viszonyulnak a férfiak, és a társadalom ehhez? Hogyan változott ez az elmúlt évszázadokban? Vezeti: **Csiki-Szász Tímea** kineziológus, életmód-tanácsadó
 Előzetes jelentkezés: (+36-30) 996-0876*

Enzöl Ellák Irodalmi Szalon

Irodalmi teadélután minden hónap első péntekjén 15.30-tól

Május 8.: Kodolányi Jánostól Sík Sándorig. Neszmélyi Károly az író életútjáról, műveiről. Km.: Albert Eszter

Június 5.: Toby Walschtól Sík Sándorig.

Bartók László „A mesterséges intelligencia története” című könyvről

Műsorvezető: **Lakatos József Péter**

Háziasszony: **Dózsa Ari és Juhász**

Veronika

A belépés díjtalan!

Baba-mama klub

Május 8-án és 22-én, június 5-én és 19-én, pénteken 9–12 óráig

(érkezés folyamatosan, a gyermek napirendjéhez igazodva)

A foglalkozások gyakorlati jellegűek, tematikáját a megtapasztalt élmények és az elméleti tudás alapozza meg.

A baba-mama klubfoglalkozások hosszú távon hozzájárulnak a gyermekek későbbi közösségbe kerülésének zökkenőmentességéhez, illetve a szülők bezártságérzésének csökkentéséhez.

A részvétel díjtalan!

Vezeti: **Bánhidi Ildikó** XVII. kerületi szakvédőnő, (+36-30) 996-4363; bp17.vedono.t14@dpckorhaz.hu

Keresztény életvezetési klub

Hétfőn 18 órától

Előadó: **Dr. Kormos Erik**,
a teológiai főiskola tanára

05.04. Jakab levele 2. fejezet –

A személyválogatás buktatói

05.11. Jakab levele 3. fejezet –

Szavaink hatalma

05.18. Jakab levele 4. és 5. fejezet –

A belső béke titka

Fülesbagoly társasjátéklklub

bölcsebb korúaknak

Kedden 8.30–13 óráig

Vezeti: **Papp Zoltán** ny. tanár,

p.bagoly@gmail.com



Rákosmente Fotóklub

Minden páros kedden 18–20 óráig Csoportunkba főleg a XVII. kerületben és vonzáskörzetében lakó, a fotózást hobbi-ként kedvelő fiatalokat és felnőtteket várunk, és mindenkit, aki szeretne új elméleti és gyakorlati ismereteket elsajátítani, közös, tematikus fotózásokon részt venni. Klubvezető: **Göndör László**, rmfotoklub@gmail.com

Liszt Ferenc vegyes kar

Próbák hétfőn és szerdán 19–21 óráig a Bartók Zeneiskolában. A kórus munkájába folyamatosan be lehet kapcsolódni! Vezeti: **Menyhártné Barna Zsuzsa**



Ingyenes jogi tanácsadás

minden hétfőn 18–19 óráig

Rendőrségi körzeti megbízotti fogadóóra

Május 19-én és június 16-án, kedden 18 órakor
I. körzet: **Zoltai Ferenc** c. r. fttz.
(Akadémiaújtelep, Madárdomb)

Képviselői fogadóórák

Lambert Krisztina (Rákoskeresztúr, 4. vk.)
minden hónap második hétfőjén
13.30–15 óráig. Előzetes bejelentkezés szükséges! Telefon: (+36-20) 365-6157

A VIGYÁZÓ SÁNDOR MŰVELŐDÉSI KÖZPONT

- vállalja kulturális rendezvények **szervezését, lebonyolítását**;
- bérbe adja **színháztermét teljes technikával**, valamint **20–120 fő befogadó képességű** helyiségeit.

NYOMDÁNK vállalja szórólapok, plakátok, meghívók, névjegyek és egyéb nyomdai termékek gyors, pontos és színvonalas kivitelezését A/0+ méretig, igény esetén grafikai tervezéssel.

■ Május 6-án, szerdán 17 órától

Úton a tudatos szülőség felé

Edukációs programsorozat

**Újszülött- és csecsemőellátás:
köldökápolás, lázcsillapítás,
védőoltások**

Előadó: **Dr. Diófási Erika** gyermekorvos

A belépés díjtalan!

A részletekért érdekládjön védőnőjénél!

■ Május 16-án, szombaton 10–18 óráig

„Miénk a tér!”

Családi nap Rákoscsaba főterén

10.00: **Picuri Muri** – játékos, interaktív
gyermekkoncert

11.10: Óvodák, iskolák bemutatkozása

13.00: Rákosmenti csoportok bemutatói

15.00: **Kacor király és a kalóz** – a Kámfor
Bábszínház mesejátéka

15.45: A „**Lájkolom a családom**”

rajzpályázat eredményhirdetése

17.00: A **Super Starsky zenekar** koncertje

Műsorvezető: **Lengyel Krisztián**

Térprogramok: lovaskocsizás; Gurigongó népi játszótér; Magyar Vöröskereszt: elsősegély-bemutató; arcfestés, hennafestés, csillámtetoválás; kézműves-foglalkozás; illóolajos kézzmasszázs; babás jóga; Logiscool robotbemutató; Kids Club játékos angol; mesejóga; óriástársasjátékok; aranymosás; légvár; eszem-iszom lehetőség! A részvétel ingyenes!

■ Május 27-én, szerdán 18 órakor

Pikáns történelem előadás-sorozat

Női epizódok III.: Cselédsorsok

A cseléd szó jelentése egyszerű:

háztartási alkalmazott, főként nő, aki javarészt házimunkát végez, mos, főz, takarít. A szó jelentése mögé nézve azonban különös és nagyrészt ismeretlen világra bukkanhatunk, amit érdemes közelebbről is szemügyre venni.

Előadó: **Szalai Piroska** szociológus

Belépő: 1800 Ft



Kép: Fortepan / Schöchl Frigyes



■ Május 31-én, vasárnap 18 órakor

KultGasztro:

Sörök és sörkorsolyák

Kulturális gasztronómiai előadás-sorozat

Előadó: **Katona Csaba** történész

A kóstolót biztosítja: Ferdinánd étterem

Martin Imre tulajdonos

közreműködésével

Részvételi díj: 4000 Ft/fő kóstolóval

A férőhelyek korlátozott száma miatt előzetes jelentkezést kérünk május 22-ig.

■ Június 5-én, pénteken 18 órakor

Megformált tér-szín-vonal

Papp Zoltán nyugalmazott rajztanár kiállításának megnyitója

A tárlat előzetes bejelentkezéssel tekinthető meg június 18-ig, nyitvatartási napokon.

ELŐZETES: KERTKONCERTEK

■ Július 11-én, szombaton 19 órakor

Szelek, lelkek, csillagok

Lackfi Dorottya és **Sinha Róbert** koncertje

A két művész műsorán gitárkísérettel elénekelt vers-dalok szerepelnek a világzene és az igényes könnyűzene határáról. Ezek néha gyors tempójú rockzenei akkordokkal, máskor bossa nova vagy keringő ritmusban, vagy éppen klasszikus zenei ihletésű kísérettel szólalnak meg.

A belépés díjtalan!

■ Augusztus 28-án, pénteken 19 órakor

„Átlátszó víz legyen...”

Nyárázó Cseh Tamás-est

Hegyri Norbert és **Joós Tamás** különleges,

200. jubileumi koncertje

A belépés díjtalan!



TÁBOROK

■ *Június 22–26-ig, naponta 9–16 óráig*

Természetismereti tábor

6 éves kortól. Az 5 elem küldetés – a Titoklesők Klubja és az Alkotó Rézecskek közreműködésével
Díja: 70 000 Ft/hét (napi három étkezés, alapanyagok, eszközök). Létszám: max. 18 fő. Vezeti: **Pócsi Ágnes**
További részletek és jelentkezés: titoklesok.klubja@gmail.com

■ *Június 22–26-ig, naponta 8–16 óráig*

Davinci – Utazás Itáliába

Kisművész élményalkotó és nyelvi tábor
5–14 éveseknek
Díja előfoglalással május 15-ig: 59 000 Ft/hét, május 16-tól: 65 000 Ft/hét (ebéd, festéshez, alkotáshoz szükséges eszközök, vászon, egyéb kellékek).
Testvérkedvezmény: 3000 Ft/gyerek
Angol nyelvi oktató: **Molnár Csorba Edina**. Művészettörténet, festés és rajzoktatás: **Tóthné Szentandrásy Csilla**
További részletek és jelentkezés: (+36-30) 160-4784; csilla.szena@gmail.com

A Csaba Ház programjait támogatja:
Rákosmente Önkormányzata
(dr. Füzesi Péter alpolgármester,
Halász Dezső és Virág Mihály képviselő)

■ *Június 29. – július 3-ig, naponta 8–16.30-ig*

Mandula Tánciskola

balerinatábor 4–7 éveseknek
Díja: 55 000 Ft/hét, testvéreknek 48 000 Ft/fő/hét (napi három étkezés + gyümölcs). Vezeti: **Tóth Borbála Sarolta**
Jelentkezés: mandulatanc@gmail.com
További részletek: mandulatanc.hu

■ *Június 29. – július 3-ig, valamint július 6–10-ig, naponta 8.30–16.30-ig*

Jobb agyféltekés rajz- és

festőtábor kezdő és haladó 10–16

éveseknek. Díja: 88 000 Ft/hét, testvéreknek, visszatérő tanulóinknak kedvezmény (ebéd, gyümölcs, ajándék ceruza-, kréta- vagy festőkészlet).
Vezeti: **Bába Ildikó**. További részletek és jelentkezés: www.dekorka.hu

■ *Augusztus 10–14-ig, naponta 9–16 óráig (előtte/utána 1 óra ügyelettel)*

Mini Einstein tábor 7–14 éveseknek

Díja: 55 000 Ft/fő (napi három étkezés, gyümölcs). Létszám: max. 25 fő. Tábor szervezője: **Náhlík Katalin**. A jelentkezési lap: <https://www.facebook.com/profile.php?id=61574055032540>.
Jelentkezési határidő: 2026. június 19.
További részletek: (+36-70) 283-6806; nahlik.katalin@proactivity.hu

Kézműves-foglalkozás

Gyerekeknek: szerdán 16–18 óráig
Felnőtteknek: minden hónap harmadik szerdáján 18–19 óráig. Vezeti: **Pék Vivien**
Bejelentkezés szükséges:
pkvivien@gmail.com

Szenior örömtánc

Csütörtökön 10–11 óráig. Bejelentkezés szükséges: **Bozoki Eszter**, (+36-20) 993-7008

Hatha jóga

Hétfőn 18.30–20 óráig. Bejelentkezés szükséges: **Kárpáti Veronika**
egészségtanár, (+36-30) 597-8349
Díja: 2000 Ft/alkalom, 7000 Ft/4 alkalom

Babás jóga

Hétfőn 10–11 óráig, szerdán 14–15 óráig. Vezeti: **Vati Szintia**
Díja: 3500 Ft/alkalom/család
Bejelentkezés szükséges:
www.bamavati.hu



Játékos fejlesztőtorna jógaelemekkel

Szerdán 16.45–17.30-ig; 3–6 éveseknek,
A játékos foglalkozásokon a gyerekek mesés történetek segítségével ismerkednek jógyagyakorlatokkal, légzéstechnikákkal.

Vezeti: **Szabados Andrea**
Díja: 2500 Ft/alkalom; 9000 Ft/4 alkalom
Bejelentkezés szükséges: (+36-30) 622-3866, mesejoga17@gmail.com,
Messenger: MeseJóga17

Kabóca – Játékkal a tanulásért!

Részképességfejlesztő program
szerdán 14–19 óráig
Vezeti: **Németh-Zöld Gabriella**
fejlesztőpedagógus.
Bejelentkezés szükséges:
(+36-70) 568-4559



Személyiségfejlesztő népmeseműhely

Hétfőn és csütörtökön 17–18 óráig élménypedagógiás, élőszavas mesélés 5–9 éveseknek. Vezeti: **Deák Ildikó** védjegyes mesepedagógia foglalkozásvezető. Díja: 2000 Ft/család
Bejelentkezés szükséges: deakildiko77@gmail.com

3-1-2 Meridiántorna

Hétfőn és csütörtökön 8.30-tól
Vezeti: **Áldási-Járomi Andrea**
A foglalkozás ingyenes!

Hastáncanfolyam

Ametiszt Hastánc Iskola
Pénteken 18.30–20 óráig
Vezeti: **Maya**
Díja: 2500 Ft/alkalom

Balet – Mandula Tánciskola

Hétfőn és csütörtökön 16.15–19.15-ig:
4–14 éveseknek, korcsoportos bontásban; 19.15–20.15-ig: felnőtt csoport
Vezeti: **Tóth Borbála Sarolta, Tóth Luca, Papp Zsófia**. Bejelentkezés szükséges: tothborbala26@gmail.com

Festő- és kisművészkepző

Hétfőn és csütörtökön 16.30–17.30-ig, 6–16 éveseknek.
Vezeti: **Szentandrassy Csilla**. Bejelentkezés szükséges: (+36-30) 160-4784



Kertvárosi nők

Előzetes jelentkezés: **Bognár-Didek Melinda**, (+36-30) 352-0416,
melinda@kertvarosinok.hu

ÚJ!

Női kör

Minden hónap harmadik szerdáján
18–19.30-ig. Vezetői: **Pék Vivien**
Előzetes jelentkezés:
pkvivien@gmail.com

ÚJ!

Senior festők klubja

Hétfőn vagy csütörtökön 14–16 óráig
Vezetői: **Szentandrásy Csilla**
Bejelentkezés szükséges:
(+36-30) 160-4784

Baba-mama klub

Páratlan héten csütörtökön 10–12 óráig
Vezetik: **Havas Gáborné, Pintér Hajnalka**

Pedagógusok Szakszervezete XVII. kerület Nyugdíjas Tagozata

Minden hónap harmadik hétfőjén
14–16 óráig
Vezetői: **Kékesi Istvánné**

Rákosmenti Ezüstkorúak klubja

Május 13-án és június 10-én,
szerdán 13–15.30-ig
Vezetik: **Chaima Istvánné, Illés Mária**

Rákosmenti Aranykor nyugdíjasklub

Május 7-én és június 4-én, csütörtökön
9–12 óráig. Vezetői: **Halász Károlyné,
Erzsike**, (+36-20) 334-4241

Rákoscsabai Sárgarózsa nyugdíjasklub

Május 11-én, június 1-jén és 15-én, hétfőn
12–15 óráig
Vezetői: **Suták István** (+36-50) 135-4031

Rummikub klub

Csütörtökön 9.30–12 óráig
Vezetői: **Garami Edit**



Missio Cantorum vegyes kar

Pénteken 18–20 óráig
Kórusvezető: **Dávid Krisztina**

Harmónia női kar

Csütörtökön 18–20 óráig
Kórusvezető: **Tóthné Mózer Annamária**
Várjuk lányok, hölgyek jelentkezését:
(+36-30) 260-3001
Infó: www.harmonianoikar.hu

Angol társalgási klub középhaladóknak

A hónap első és harmadik csütörtökjén
15–16.30-ig
Vezeti: **dr. Papp György**
Folyamatos csatlakozás!

Rákoscsabai Polgári Kör

Minden hónap első és harmadik
szerdáján 15–17 óráig
Elnök: **Nyerges Gyuláné**

Rákoscsabáért Egyesület

Elnök: **Pásztor Ádám,**
pasztor.adam98@gmail.com

Rákosmente 4 Ász uti klub

Csütörtökön 13–20 óráig
Vezeti: **Mózes György**

Rendőrségi körzeti megbízotti fogadóórák

Minden hónap
első szerdáján 18 órától
Körzeti megbízott:
Simon Péter r. ftőrm
(Rákoscsaba)

Képviselői fogadóórák

Dr. Füzesi Péter
alpolgármester
(Rákoscsaba 11. vk.):
előzetesen egyeztetett időpontban,
telefon: (+36-20) 528-2608

Virág Mihály
(Rákoscsaba 10. vk.):
minden hónap első szerdáján
18–19 óráig

Halász Dezső
(Rákoscsaba-újtelep,
Rákoscsaba 12. vk.):
előzetesen egyeztetett időpontban,
telefon: (+36-70) 6-147-147

MÁJ
09

■ Május 9-én, szombaton 10–18 óráig
Liget Piknik

Helyszín: Heltai tér

10.00: **Az oroslán és a bogár** – Danny Bain zenés meséje

11.00: Óvodák bemutatói

11.15: **Mozgás és tánc** (Senior örömtánc, tai chi, zumba, PixieDance Tánciskola, Fábíán Beáta családi jóga, taekwondo)

13.00: **Kerekítő** Deák Ildikó mesepedagógussal

13.20: **Pajta 7 próba, vándor meseút** – Csíki Loránd élőszavas mesemondás

15.00: **Petruska – Temesvári Bence-duó**

16.00: **Ethnosound dobkőr**

17.00: **Something koncert**

Egész nap: kosaras népi körhinta és népi játszótér, kézműves-foglalkozások, Merende mosoda, Vándor meseút, civil szervezetek sátrai, bográcsozás, egészségügyi szűrések, vásár és sok minden más

■ Május 15-én, pénteken 9 és 11 órától

Pál utcai fiúk a levéltárban

Rendhagyó interaktív irodalomóra

Vezeti: **Mautner Zoltán** főlevéltáros, levéltár-pedagógus, a Budapest Főváros Levéltár munkatársa. Belépő: 500 Ft/fő

A programra négy ötödikes osztályt tudunk fogadni. Jelentkezés május 8-ig: (+36-20) 611-1241; csekohaz.szervezes@vigyazomh.hu

■ Május 29-én, pénteken 17 órától

Mesélő Játsszótér: Csipkerózsika

Helyszín: Heltai téri játszótér

Papírszínházi előadás **Deák Ildikó** mesemondóval. A részvétel ingyenes!

■ Május 29-én, pénteken 19 órától

Zenélő KultUdvar:

Roma est – színforgó vándorzenék

Anyám meséi – Guszti Bácsi meséi – kiállítással egybekötött könyvbemutató, közreműködők: Nagy Gusztáv író, Pukoli Lászlóné mesegyűjtő, Rácz Anikó meseillusztrátor; Sukar Trajo – cigánymesék, világzenék – mesés, zenés előadás; Fláre Beás koncert. A részvétel ingyenes!

■ Május 31-én, vasárnap 16 órától

Rákosligeti Ragályi Elemér Filmklub:

Jimmy Jaguár (magyar játékfilm,

111 perc, 2025. r.: Fliegaufr Bence)

Belépő: 1500 Ft

■ *Június 14-én, vasárnap 16 órától*
Rákosligeti Ragályi Elemér Filmklub:
Csendes barát

(magyar–német–francia játékfilm, 147 perc, 2025, r.: Enyedi Ildikó)
 A vetítést követően beszélgetés meghívott vendégeinkkel. Filmklubvezető: Temesvári-Szepesi Nikoletta és Tóth László
 Belépő: 1500 Ft

■ *Június 20-án, szombaton 10 órától*
Mesélő Játsszótér: Szent György-napi családos mesepedagógia

Helyszín: Fackh Károly téri játszótér
 Közreműködik: **Deák Ildikó**
 A részvétel ingyenes!

■ *Június 20-án, szombaton 17 órától*
Múzeumok Éjszakája

Helyszín: Csekovszky-gyűjtemény Kiállítóháza. Agyagozás, tárlatvezetés, a Majorka Színház zenés-báboos előadása, Fuvalom koncert, sajt- és sörkostoló a Rákosmenti Serház jóvoltából, a Tomor Barnabás Quartet koncertje, tűzzsonglőrök – várjuk a családokat! Részletek a honlapon és Facebook-oldalunkon.

A Csekovszky Árpád Művelődési Ház programjait támogatja: Rákosmente Önkormányzata (dr. Bakos András alpolgármester, Halász Dezső és Rózsahegyí Péter képviselő)

TÁBOROK

■ *Június 29. – július 3-ig, naponta 8–16.30-ig*
A Strausz Eszter Mozgásművészeti Iskola

• **Edzőtábor** 12 éves kortól, előképzettséggel
 Részvétel kurzus jelleggel: 3500 Ft/alk.
 • **Balett Manótábor** 9–11 éveseknek
 A balett-táborok díja: 70 000 Ft/hét (napi három étkezés). Előleg: 30 000 Ft
 Jelentkezés, részletek: www.strauszeszter.hu; eszter@strauszeszter.hu

■ *Június 22–26-ig, naponta 8–16 óráig (7.30-tól és 16.30-ig ügyelettel)*
PixieDance napközis tánc tábor

15 éves korig. Minimum létszám 20 fő.
 Díja: 67 000 Ft (napi két étkezés: ebéd, uzsonna). Jelentkezés: június közepéig.
 További információ:
Kis Nikoletta (+36-30) 783-3710, pixiedance.tanciskola@gmail.com

■ *Augusztus 10–14-ig, naponta 8–16 óráig*
Angel Dance tánc tábor

7–14 éveseknek
 Díja: 50 000 Ft (napi három étkezés)
 Vezető: **Kulcsár Fanni**
 További információ: (+36-70) 594-8028; kulcsarfanni2001@gmail.com

Dinamikus jóga

Hétfőn 19–20 óráig, pénteken
8–9 óráig. Vezeti: **Hernádi-Bella Viktória**,
(+36-30) 594-8894



Családi jóga

Hétfőn 16.30–17.30-ig
Vezeti: **Fábián Beáta**, (+36-30) 399-9836

Forgórózsa iskolás néptánc

Kedden 16–17 óráig, csütörtökön
16.15–17.15-ig 6-10 éves gyerekeknek
Vezeti: **Gordos Anna** táncpedagógus
Bővebb információ: (+36-30) 532-7791

Forgórózsa énekegyüttes

Kedden 17.30–18.30-ig
Vegyes korosztályú énekegyüttes.
Vezeti: **Gordos Anna** együttesvezető
Bővebb információ: (+36-30) 532-7791

Kerekítő Manó mondókázója

Pénteken 9.30–10.45-ig
Vezeti: **Deák Ildikó** védjegyes
Kerekítő-foglalkozásvezető,
deakildiko77@gmail.com

Jóga

Kedden 18–20 óráig
Vezeti: **Kárpáti Veronika**
Bővebb információ: (+36-30) 597-8349



Tai Chi és Chi Kung

Kedden 18–20 óráig,
csütörtökön 19–20 óráig
Vezeti: **Szalai Tamás**, (+36-20) 455-2736

PixieDance

Hétfőn 17–20 óráig,
csütörtökön 16.45–18.45-ig,
4 éves kortól, korcsoportos bontásban.
Vezeti: **Kis Nikolett**,
(+36-30) 738-3710,
pixiedance.tanciskola@gmail.com

Szenior örömtánc

Kedden 13–14 óráig, korosztály: 50+
Vezeti: **Derékné Laza Judith**,
(+36-20) 934-8338

Kabóca – Játékkal a tanulásért!

Hétfőn, kedden, csütörtökön és
pénteken 14–19 óráig. Vezeti: **Németh-
Zöld Gabriella** fejlesztőpedagógus
Bővebb információ: (+36-70) 568-4559

Höcögő-döcögő baba-mama klub

Kéthetente kedden 10–12 óráig
Vezeti: **Fábián Beáta**, (+36-30) 399-9836

Mesélők nyugdíjasklub

Minden hónap első hétfőjén 14–16 óráig
*Havonta újabb témák köré építve
mesélünk, beszélgetünk, játszunk.*
Klubvezető: **Hajós Erika** mesemondó,
művelődésszervező

GluténFree Klub

Minden hónap utolsó hétfőjén
17–18.30-ig. Vezeti: **Sipos-Szabó Vivien
Georgina** (+36-70) 415-7025

Bélyeggyűjtők köre

Minden hónap első keddjén 17 órakor
Körvezető: **Erdész Ferenc**

Foltvarró klub

Kéthetente péntek 9-12 óráig
Vezeti: **Pusztai Jánosné**

Magyar Rákellenes Liga rákosmenti alapszervezete

Minden hónap második keddjén
15.30–17.30-ig
Vezeti: **Bódy Csabáné**

ÚJ!

Könyvklub

Minden hónap második hétfőjén 17.30-
19 óráig. Vezeti: **Szilágyi Ildikó**

Magyar–Lengyel Baráti Kör

Minden hónap utolsó péntekén 17 órától
Vezető: **Buskóné Szatai Marianna**

A polgármesteri hivatal nyugdíjasainak klubja

Minden hónap második csütörtökén
14–16 óráig

Rákosligeti sakk- és társasjátéklklub

Kedden 16–20 óráig
Szakmai vezető: **Vági Imre**

Képviselői fogadóóra

Rózsahegy Péter (Rákosliget, 14. vk.):
Minden hónap első csütörtökjén
18–19 óráig

Rendőrségi körzeti megbízotti fogadóóra

Minden hónap első csütörtökjén 18 órától
Körzeti megbízott: **Kalmár Attila** r. zászlós

LIGET UDVAR

Masszázs és pedikűr

Nyirokkeringést támogató masszáz, svédmasszázs, esztétikai és győgyopedikűr
Csortos Andrea okleveles masször
Bejelentkezés: (+36 70) 424-6294,
andi7402@gmail.com

Bobi-bolt

Kutya-, macska-, madár-,
hal- és rágsálóeledel-szaküzlet.
Olcsó húсок, tápok, vitaminok,
felszerelések!
Nyitva: hétköznap 9–18 óráig,
szombaton 8–13 óráig, hétfőn zárva
Telefon: (+36-30) 970-9583

Női-férfi fodrászat

Nyitva: hétköznap 8–19 óráig
Telefon: (+36-30) 201-9780,
(+36-20) 472-6699

Ildikó butik

Női ruházat
Vegyes javítás
Cipzártsere, felhajtás, szűkítés
Függönyvarrás
Nyitva: hétfőn, kedden és
csütörtökön 8–18 óráig
Telefon: (+36-70) 283-8265



Csekovszky-gyűjtemény Kiállítóháza

1172 Budapest-Rákosliget, XVI. utca 1.
Telefon: 257-9482, (+36-20) 299-2624
kiallitohaz@csekovszky.hu
www.csekovszky.hu

Látogatható: telefonos egyeztetés után
Megközelíthető: Az Örs vezér teréről a 276E, Kő-
bánya-Kispestről a 98, Rákoskeresztúrról a 198 jel-
zésű busszal Rákosliget, Hősök tere megállóig,
a Keleti pályaudvarról a Hatvan irányába közle-
kedő vonattal Rákosliget megállóig.

Május 13-án, szerdán 18 órakor

Hol tart a magyar keramikusművészet ma?

– portrészorozat 5.

Beszélgetés **M. Kiss Katalin**
magyar aranydiplomás
kerámiatervező-művésszel
Moderátor: **Albrecht Júlia**
képzőművész

MÁJ
17

■ Május 10-én, vasárnap 17 órakor
Költők a ködből – irodalmi kávéház
 Versek **Balassi Bálint**, **Fazekas Mihály** és
Kodolányi János műveiből a Rákosmenti
 Irodalmi Műhely közreműködésével
 A belépés díjtalan!
 Előzetes jelentkezést kérünk május 9-ig!

■ Május 15-én, pénteken 18 órakor
„Mi, muzsikus lelkek...”
 A Magyar Dalkincskeresők Egyesületének
 cigányzenekari kísérettel
 Belépő elővételtben: 2800 Ft,
 a rendezvény napján: 3200 Ft

■ Május 17-én, vasárnap 16 órakor
A legbelsőbb Ázsia – Magyarok nyomában Mongolországban
 (magyar dokumentumfilm magyar és mongol felirattal, 2024, 81 perc)
 Rendező: **Füredi Zoltán** kulturális antropológus, filmes, mongolista
Milyen messze mennél el, hogy vissza-találj önmagadhoz? Túl a Kárpáteken, túl az Urálon, sőt még a végtelen fűtengeren is túl, él egy nép, amely számontartja és szereti a magyarokat. Füredi Zoltán személyes hangvételű road movie-jában Mongóliába kalauzol, hogy fényt derítsen a magyarok és mongolok közötti furcsa rokonságtudat eredetére, és hogy saját sorsát megváltoztassa. A filmben a rendező egy átkokkal birkózik. Utazásának tétje van. Útja során találkozik többek közt hunokkal, vörös katonákkal, a sonkafőző Angelikával, egy csirkepaprikással az ulánbátori Duna-parton, egy kispörjével és az Orhon-folyó szellemével. A belépés díjtalan!
 Előzetes jelentkezést kérünk május 15-ig!

A Rákoshegyi Községi Ház programjait támogatja: Rákosmente Önkormányzata (Kiss László és Szabó Tiborné képviselő)

■ **Május 20-án, szerdán és 21-én,**
csütörtökön 18 órákor

A kiskakas és a gyémánt félkrajcár, A só – show

A Czimra Gyula Általános Iskola
KisForMák színjátszó csoportjának
előadása

A belépés díjtalan!
Előzetes jelentkezést kérünk május 19-ig!

■ **Május 30-án, szombaton 19.30-tól**

Redneck Roadkill countrykoncert

Western Line Dance tanítás
a Passion Dance tánciskola vezetésével
Belépő elővételben: 2500 Ft,
a program napján: 3500 Ft

■ **Június 12-én, pénteken 9–13 óráig**

Fekete Vihar kincse

– szabadulójáték alsó tagozatosoknak
*Réges-régen a tengereket egy hírherd
kalóz, Fekete Vihar kapitány uralta. Azt
beszélték róla, hatalmas kincset gyűjtött
össze: aranyat, drágaköveket, amiket
elrejtett...*

Az osztályok csapatokra bontva teszik
próbára ügyességüket és logikájukat,
hogy megoldják a küldetést.

A programra négy negyedikes osztályt tudunk
fogadni. Jelentkezés: június 8-ig telefonon vagy
e-mailben (rakoshegy.recepcio@vigyazomh.hu)

TÁBOROK

■ **Június 6–10-ig, naponta 9–16 óráig**
(előtte/utána ügyelettel)

Természetkutató tábor

6–14 éveseknek
Felfedezőtábor kíváncsi gyerekeknek!
Díja: 84 000 Ft (napi három étkezés).
Részletfizetés és támogatás igényelhető!
Jelentkezés, információ: (+36-20) 429-2243;
termeszetkutatoprogram@gmail.com

■ **Június 6–10-ig, naponta 9–16 óráig**
(előtte/utána ügyelettel)

Varázslóképző tábor

1–4. osztályosoknak
Kísértetezős-alkotós tábor!
Díja: 84 000 Ft (napi három étkezés).
Részletfizetés és támogatás igényelhető!
Jelentkezés, információ: (+36-20) 429-2243;
termeszetkutatoprogram@gmail.com

■ **Augusztus 3–7-ig és augusztus 10–14-ig,**
naponta 8–16 óráig

Mesés gyerekjogátábor

5–10 éveseknek
Díja: 55 000 Ft/hét (napi három étkezés)
Testvérkedvezmény: 5000 Ft/fő.
Táborvezető: **Révbéri Nikolett**
Jelentkezés és információ:
nikolettatallosi@gmail.com

Pilates

Pénteken 18.30–19.30-ig
 Vezeti: **Major Melinda**, (+36-30) 992-1707
 Díja: 3200 Ft, 4 alkalmas bérlet: 12 000 Ft

ÚJ!

Kézművesműhely

Pénteken 16–17 óráig. Díja: 4000 Ft/fő/alkalom. Jelentkezés: **Pék Vivien**, (+36-20) 430-1770; pkvivien@gmail.com

Ringató – zenei nevelés 0–3 éves korig, pénteken 9.30–10 óráig
 Vezeti: **Kozma-Tóth Emese**, ringato.mesivel@gmail.com, Facebook: Ringató-Kozma-Tóth Emesével
 Díja: 2500Ft/család

Jógakaland

gyerekjóga Nikivel 6–9 éves korig
 Pénteken 16–17 és 17–18 óráig
 Vezeti: **Tallósi Nikolett**a gyerekjóga-
 oktató. Díja: 2500 Ft/alkalom vagy
 9000 Ft/4 alkalom
 További információ: (+36-30) 814-4695;
 nikolettatallosi@gmail.com

Szenior örömtánc

Csütörtökön 12.30–13.30-ig
 Vezeti: **Derékné Laza Judit**h
 (SZÖSZ Szenior Örömtánc-Szeniortorna);
 (+36-20) 934-8338
 Díja: 1800Ft/fő/alk.

Zumba Gold

Zumba az idősebb korosztálynak
 pénteken 11–12 óráig
 Vezeti: **Gáspárfalvi Szabolcs**
 Zumba-instruktor, (+36-20) 418-1091
 Díja: 2500 Ft/alkalom, 4 alkalmas bérlet:
 8000 Ft (6 hétig érvényes), 8 alkalmas
 bérlet: 15 500 Ft (10 hétig érvényes)

Rákoshegyi női torna

Hétfőn és csütörtökön 18.30–19.30-ig
 Vezeti: **Pengő Ágnes** testnevelő tanár,
 rekreációs szakember, (+36-20) 540-6000
 Díja: 1800 Ft/alkalom

Jóga

Szerdán 18.45–19.40-ig: újrakezdő,
 19.50–20.45-ig: haladó
 Vezeti: **Bódy Gabriella** sport-, hatha,
 nőijóga-oktató, (+36-70)309-7913
 Díja: 2000 Ft/alkalom





Hangpancsi – gyermekrelax hangokkal 6–10 éveseknek május 8-án, pénteken és június 4-én, csütörtökön 16.30-tól
 Vezetői: **Király Éva Andrea**;
www.kiralyeva.webnode.hu
 Díja: 4000/alkalom. Bejelentkezés szükséges: (+36-70) 313-8658

Theta Healing – alternatív, önfejlesztő módszer. Csütörtökön 16-20 óráig.
 Kizárólag előzetes egyeztetéssel!
 Konzultáns: **Sütőné Papp Viktória** theta healing konzulens, (+36-20)424-0915

Relaxáló hangfürdő
 Május 8-án, pénteken és június 4-én, csütörtökön 18 órától. Vezetői: **Király Éva Andrea**; www.kiralyeva.webnode.hu
 Díja: 3000 Ft/alkalom. Bejelentkezés szükséges: (+36-70) 313-8658

Passion Dance

Hétfőn 17–18 óráig: Középhaladó társastánc, 18–19 óráig: 4 alkalmas kezdő társastánc és bachata tanfolyam; 19–20 óráig: Lady Style; **Szerdán** 17–18 óráig: Ovis és alsós gyerektársastánc, 18–19 óráig: Középhaladó bachata, 19–20 óráig: Latin Cardio (A hét); 19–20 óráig: Haladó Lady Style (B hét). Vezetői: **Demeter Csilla** és **Csábi Dávid** mestertáncoktató
 Díja: 2500 Ft/alk., bérlet: 8000 Ft/5 hét
 Érdeklődés: (+36-30) 406-6438, (+36-20) 228-5270, latincardio.hungary@gmail.com

Kids Club vidám angol klub

Hétfőn, szerdán, korcsoportos bontásban
 Vezetői: **Tóthné Csohány Katalin**,
 (+36-20)779-67-39; www.vidamangol.hu
 Díja: 2×39 000 Ft/30 alkalom
 vagy 1×70 200 Ft + klubcsomag
 Új érdeklődőknek az első alkalom ingyenes!





Női kör

Május 18-án és június 15-én, hétfőn
19–21 óráig

Vezeti: **Tamás Nikolett**, (+36-20) 361-9905

Beszélő kezek (siketek közössége)

Minden hónap harmadik hétfőjén
14–18 óráig. Vezeti: **Bátkyné Knoll Mária**

Német társalgási klub

Hétfőn 10.45–12.15-ig
Beszédcentrikus klubfoglalkozás
középhaladó szinten
Kapcsolattartó: **Keszthelyi Attila**,
(+36-20) 369-1795
Folyamatos csatlakozási lehetőség!

Rákosmenti Irodalmi Műhely

Minden hónap első szerdáján
18–20 óráig
Vezeti: **Albert Ferenc** elnök

Angol társalgási klub

Minden hónap második és negyedik
csütörtökjén 18 órától
Angol szinten tartó és fejlesztő
díjtalan társalgási klubfoglalkozás
Vezeti: **Baranyai András** világjáró
nyugdíjas tanár/tolmács sokéves
külföldi tapasztalattal
Folyamatos csatlakozási lehetőség!

Rákoshegyi Rezedák Dalkör

Minden szerdán 17–20 óráig
Vezeti: **Palojtay-Érsek Ágnes** dalénekes

Rákoshegyi Kertbarát Kör Egyesület

Minden hónap második és utolsó
hétfőjén 16–18 óráig
Vezeti: **Tukacs Ottó** elnök





Rákosmenti Kisállattenyésztők Egyesülete

Május 7-én és 21-én, június 4-én és 18-án, csütörtökön 18–20 óráig

Vezeti: **Szuffor Mihály** egyesületi titkár

Berky Lili Klub

Minden hónap második csütörtökjén 14 órától

Vezeti: **Sztanics Mihályné**

Rákoshegyi Polgári Kör

Minden hónap első csütörtökjén 18–20 óráig

Vezeti: **Szabó Tiborné**

Baba-mama klub

Páratlan héten pénteken 10–12 óráig

Vezeti: **Törzsök Gabriella** védőnő

Közösség lámpásai

(vakok és gyengénlátók csoportja)

Minden hónap első hétfőjén 14–16.30-ig

Vezeti: **Krayné Faragó Zsuzsanna** és **Acsay Péter**

RÁCUK (Rákosmenti Cukorbetegért Közhasznú Egyesület)

Ingyenes vércukorszint- és vérnyomásmérés szerdánként 13.30–16.30-ig

Rendőrségi körzeti megbízotti fogadóóra

Minden hónap utolsó csütörtökjén 17–18 óráig

Körzeti mb.: **Tóth Dávid** r.törm. (Felső-Rákoshegy), **Bédi Péter** r.törm. (Rákoshegy)



Képviselői fogadóórák

Szabó Tiborné (Rákoshegy, 5.vk.) és **Kiss László** (Rákoshegy, 6.vk.): minden hónap utolsó csütörtökjén 17–18 óráig. (A fogadóórán kép- és hangfelvétel nem készíthető.)

■ *Május 15-én, pénteken 18 órakor*

Rákoskert története

– könyvbemutató a művelődési ház kertjében

Szelepcsényi Sándorral Kerti Tünde

(Ascher Oszkár Színház) beszélget, majd egy izgalmas helytörténeti kvíztájkra várjuk az érdeklődőket! A játékra 3–6 fős csapatok jelentkezhetnek e-mailben (rakoskert.info@vigyazomh.hu).

A rendezvény ideje alatt:

„Akkor és most” fotókiállítás

a kiállítótérben.

A részvétel ingyenes!

■ *Június 6-án, szombaton 10–19 óráig*

Rákoskert Napja

Helyszín: Platánsor – Rákoskert sugárút
Egész napos családi rendezvény gyerekprogramokkal, bábszínházzal, tűzoltóprogrammal, kerületi óvodák, iskolák előadásaival és veteránautó-találkozóval.

A napot a **Budapest Ragtime Band** nagykoncertjével zárjuk.

A programon való részvétel ingyenes!

A Rákoskerti Művelődési Ház programjait támogatja: Rákosmente Önkormányzata (Hatvani Zoltán és Timmel Ede képviselő)

■ *Június 14-én, vasárnap 9–12 óráig*

Pelenkás Piknik és Börze a kertben

9.00–12.00: **Babajátékbörze**

9.30: **Kerekítő-foglalkozás** Nemcsics Dettivel

10.30: **Bogyó és Babóca mesejoga-foglalkozás** Szabados Andreával

A részvétel a látogatók számára díjtalan!

Árusító asztal: 1 600 Ft, asztalfoglalás:

257-4498, rakoskert.info@vigyazomh.hu

Szélsőséges időjárás esetén a programot a művelődési házban tartjuk meg.

TÁBOROK

■ *Június 22–26-ig, naponta 8–16.30-ig*

Strausz Eszter Mozgásművészeti Iskola

Kicsik balett-tábora 4–9 éveseknek

Díja: 70 000 Ft/hét (napi három étkezés)

Jelentkezés és további részletek:

www.strauszeszter.hu oldalon,

eszter@strauszeszter.hu

■ *Június 29. – július 3-ig, naponta 7.30-16.30-ig*

Kids club indiántábor – angol

nyelvi tábor alsó tagozatosoknak

Díja: 62 000 Ft, klubtagoknak 59 000 Ft.

Jelentkezés: május 30-ig

Részletek és jelentkezés: Tóthné Csohány

Katalin, Kids Club XVII Nyelviskola, (+36-20) 779-6739; csohanykatalin@t-online.hu

■ Május 9., szombat 18 óra

72 perc: Da Szvidányija, Anton Pavlovics! / Nincs jelen

Négy egymástól független történetből kettőt mutatunk be a váratlan és megkerülhetetlen végzet témájában.

Da Szvidányija, Anton Pavlovics! Alsó-Bokrod. Ruhák a second handból, pofonok első kézből. A ruhabolt eladói szabadidejükben a bokrodi Anton Pavlovics Csehov irodalmi színpadon próbálják a Három nővért.

Alkotók: Balla Éva, Talján Violetta, Szabó Zsuzsa, Katona Bálint, Végh Ildikó, Csajtay Csaba

Nincs jelen (lírai végjáték egy képben): Szavak, egymásba fonódó mondatok, amelyek megidézik az elveszett időt, és egy világot, amely nem tudja, hová tart, amelyben van múlt, biztosnak gondolt jövő, csak egyvalami hiányzik egyre jobban. Nincs jelen.

Alkotók: Czukás Csenge Alexia, Hutter Franciska, Hajdú Levente Máté, Hegyi Norbert, Kalán Era
Technikai munkatársak: Spriggs Livia, Harangi Viktória és Czukás Zsombor

■ Május 10., vasárnap 18 óra

Füst Milán: Máli néni

– komédia két részben

Rendező: **Cserkó Zolt**

■ Május 16., szombat 19 óra – PREMIER!

Május 17., vasárnap 18 óra

72 perc: istenbácsi!

Ficsku Pál „Az Év Árvája” című novellája alapján

Hogyan lehet megbirkózni a sorssal, akármilyen legyen is a szándéka?

Hogyan birkózik meg velünk a sors, akármilyen legyen is a szándékunk?

Két árva lány története.

Alkotók: Gulyás Kata, Horváth Imre, Katona-Szentpétery Hajnalka, Kecső Andrea, Mikó Alexander, Ökördy Kornél
Az előadást 18 éven felülieknek ajánljuk!

■ Május 30-án, szombaton 19 órakor

A whiskybe mártott táncosnő

– monodráma

Előadja: Talján Violetta

Írta és rendezte: **Oláh Sándor**

Színházi technikus: Csorba Dániel

Az előadást 16 éven felülieknek ajánljuk!

Belépő az előadásokra

elővételtben: 2500 Ft,

az előadás napján: 3000 Ft

Jegyek online is vásárolhatók: jegyx1.hu

Life coaching

Kedden 16–17 óráig
Nehézségek, elakadások oldása; a harmónia, kiegyensúlyozottság helyreállítása; önbizalommal kapcsolatos problémák kezelése; kommunikációs nehézségek, konfliktuskezelés, emberi kapcsolatok javítása; szorongás oldása; célkitűzések, tervek megvalósítása; időgazdálkodás, hatékonyságnövelés; tudatos jelenlét, relaxációs technikák
 Vezeti: **Hock-Károly Beáta**
 Díjmentes! Előzetes bejelentkezés szükséges: (+36-20) 399-1030

ÚJ!

Mesejoga 3-6 éveseknek

Csütörtökön 17–18 óráig
Játékos mozgás, mesebeli, tartást javító, átmozgató gyakorlatok, rövid mesébe építve, jógaelemekkel .
 Vezeti: **Szabados Andrea**, (+36-30) 622-3866. Jelenkezni telefonon vagy Messenger-üzenetben: mesejoga17

ÚJ!

Annamánia – a táncélmény kikötője
 Örömtánc az 50+ korosztálynak
 Kedden (kivéve a hónap utolsó keddjét) és csütörtökön 14–15.30-ig
 Vezeti: **Fellegi Annamária**, (+36-30) 966-1515, annamaniaatanc@gmail.com
 Díja: 5200 Ft/4 alkalmas bérlet (két hónapig felhasználható)

Zumba

Kedden és pénteken 18–19 óráig
 Díja: 2500 Ft/alkalom, 22 000 Ft/10 alkalmas bérlet, 11 500 Ft/5 alkalmas bérlet (16 éves korig 50%)
 Vezeti: **Takács Viktória** Zumba fitness-edző
 Folyamatos bekapcsolódás lehetséges!

Színjátékos csoport 8–15 éveseknek

Szerdán 16–19 óráig
Az első órában beszédet, légzést és koncentrációs gyakorlatokat, a második órában mozgást és színpadi mozgást, a harmadik órában pedig színészmesterséget tanulnak a gyerekek játékos formában.
 Vezeti: **Varga Balázs** színművész
 Díja: 23 990 Ft/4 alkalom
 További információ, jelentkezés: balazsvarga.vb@gmail.com

Kerekítő

Mondókázó 0–3 éveseknek:
 kedden 10–10.30-ig
 Manó torna 1–3 éveseknek:
 kedden 10.45–11.30-ig
 Vezeti: **Nemcsics Bernadett**
 Díja: 2500 Ft/alkalom,
 11 000 Ft/5 alkalom
 Részletek és bejelentkezés:
 www.kerekito.hu,
 nemcsicsdetti@gmail.com

A Gravity Táncstúdió moderntánc-tanfolyamai

Hétfőn 15.30–16.25-ig: versenyzők,
16.30–17.20-ig: alsós/kezdő csoport,
17.30–18.20-ig: tini/haladó csoport,
18.30–19.30-ig: felnőtt csoport.
Csütörtökön 16.30–17.20-ig:
alsós/kezdő csoport,
17.30–18.15-ig: ovis csoport,
18.20–19.20-ig: tini/haladó csoport
Vezeti: **Grandpierre Antónia**
Díja iskolásoknak: 15 000 Ft/hó
(2500 Ft/alkalom, heti 2 óra),
ovisoknak: 7500 Ft/hó
(2500 Ft/alkalom, heti 1 óra),
felnőtteknek: 2500 Ft/alkalom
Bővebb információ:
www.gravitytanc.com

Cassandra TSE

Szerdán 17.30–18.30-ig:

**Jazzbalett,
művészi tánc tanfolyam**
7–11 éveseknek;

Szerdán 18.30–19.30-ig:

Konditorna felnőtteknek
Vezeti: **Takács Zsuzsanna** nívódíjas
moderntánc-pedagógus
Díja: 8000 Ft/hó
Bővebb információ:
www.cassandratse.hu
Polifoam szükséges!



Gyógytorna

Kedden 19.15–20.15-ig
Vezeti: **Török Tamásné** gyógytornász
Díja: 1600 Ft/alkalom
Polifoam szükséges! Folyamatos
bekapcsolódás lehetséges.

Kids Club – vidám angol nyelvi klub

Kedden 16–16.30-ig 2–4 éveseknek;
16.45–17.30-ig: 2–3. osztályosoknak
(haladó csoport); 17.45–18.30-ig: 4–5
éveseknek.
Csütörtökön 16.50–17.35-ig: Teens Club
(5–6. osztályosoknak);
17.45–18.30-ig: 1–2. osztályosoknak
(haladó csoport)
Vezeti: **Tóthné Csohány Katalin**
Díja: 2×39 000 Ft/30 alkalom vagy
1×70 200 Ft + klubcsomag, aminek díja
tanfolyamonként változik. Új érdeklődők-
nek az első alkalom ingyenes!
Info: (+36-20) 779-6739,
www.vidamangol.hu

Rákoskerti Dalos Klub

Kéthetente szerdán 15–18 óráig
Klubvezető: **Zsuzsa Mihály** énekes,
előadóművész
Éves tagsági díj: 4000 Ft

Rákoskerti Kertbarát Kör

Kéthetente szerdán 17.30–19.30-ig
Klubvezető: **András Károly** kertészmérnök
Éves tagsági díj: 3000 Ft

Rákoskerti Templom Alapítvány

Minden hónap második péntekén
16–17 óráig. Vezetői: **Vidáné Válóczy Éva**

Rákoskerti Polgári Kör

Minden hónap második péntekén
18–20 óráig. Elnök: **Szelepcsényi Sándor**

Baba–mama klub

Kéthetente csütörtökön 10–12 óráig
Klubvezető: **Hajzer Edina** és **Kovácsné
Borbély Krisztina** védőnő



Rákosmenti Cukorbetegékért Közhasznú Egyesület (RÁCUK)

Minden hónap utolsó keddjén
13.30–17 óráig. Tagoknak ingyenes!
Az egyesület elnöke: **Illés Jánosné**

Rendőrségi körzeti megbízotti fogadóóra

Minden hónap második péntekjén
18 órától
Körzeti megbízott: **Orosz Patrik** t. zászlós
(Rákoskert, Strázahegy)

Képviselői fogadóórák

Timmel Ede (Rákoskert, 8. vk.): minden
hónap második péntekjén 17–18 óráig.
Bejelentkezés a felesleges
várakozás és sorban állás elkerülése
érdekében szükséges!
E-mail: ede.timmel@gmail.com;
telefon: (+36-20) 310-1700

Hatvani Zoltán (Rákoskert, 9. vk.): minden
hónap második keddjén 7.45–8.45-ig és
minden hónap második péntekjén
17–18 óráig. Bejelentkezés a felesleges
várakozás és sorban állás elkerülése
érdekében szükséges!
E-mail: hatvani.zoltan@hatvanizoltan.hu;
telefon: (+36-30) 944-0203

ÁLLANDÓ KIÁLLÍTÁSOK

- **Elágazások:** A négy önálló elődközség és településrészeik története 1950-ig.
- **Néprajzi kiállítás:** Főleg az egykori, rákoskeresztúri Néprajzi emlékház anyagára épülő kiállítás: szlovák konyha, német szoba és egy padlás „metszete”.
- **A Merzse-mocsár világa:** Multimédiás dioráma-kiállítás
- **Erdős Renée-emlékszoba:** Tisztelegés az 1927 és 1944 között a villában élő író nő emléke előtt

Az Erdős Renée Ház gyűjti a Rákosmente történetére vonatkozó dokumentumokat és tárgyi emlékeket – az adományokat köszönjük!

PROGRAMOK

- **Május 10-ig**
Ádámffy Pál képzőművész-tanár
tárlata a Vigyázó Ferenc Művelődési Társaság szervezésében
- **Május 16. – június 14.**
Judith NEM'S festőművész kiállítása
Megnyitó: május 16-án,
szombaton 18 órakor
Megnyitja: **Ébli Gábor** esztéta



- **Május 28-án, csütörtökön 18.30-tól**
Vigyázó Művészeti Szalon:
Húsvét a képzőművészetben
– Lisányi Endre képzőművész-esztéta előadása

- **Június 20-án, szombaton 18–24 óráig**
Múzeumok Éjszakája
Régi és kortárs falvédőktől a folkmetálig
Kiállítások, tárlatvezetések, zenés programok. Részletes program:
www.muzej.hu és www.erdosrenehaz.hu



Az RV17 Rákosmenti Vállalkozásfejlesztési Iroda létrehozásával, a helyben elérhető szolgáltatásokkal Rákosmente Önkormányzata a már működő vagy újonnan induló vállalkozások, vállalkozók számára kíván segítséget nyújtani az ötlettől a megvalósulásig.

Az iroda szolgáltatásai

(kedvező áron vehetők igénybe):

- Coworking: bérelhető munkaállomások, íróasztal irodai székekkel, számítástechnikai eszközökkel felszerelve, internethasználattal;
- tárgyaló és közösségi tér használata
- Workshopok, tanácskozások, tréningek szervezése
- Vállalkozókat segítő hitellehetőség
- Információnyújtás, vállalkozói adatbázis létrehozása
- Általános üzletviteli tanácsadás
- Gazdasági mediáció, coaching
- Bérelhető tárgyalóterem
- Nyomdai szolgáltatások tervezéstől gyártásig
- Wifi szolgáltatás

Közösségi irodabérlés 24 000 Ft/hótól, kedvezményes terembérlési lehetőségek: 5000 Ft/órától.

Hétfélig terembérlés

- fél napra (4 óra): 30 000 Ft
- egész napra (9 –19 óráig): 50 000 Ft

Előzetes időpontfoglalással: adó- és könyvelési tanácsadás, általános üzletviteli és biztosítási tanácsadás, jogi tanácsadás, online jelenlét felmérése marketing-tanácsadással, coaching és karriertanácsadás, hiteltanácsadás.

PROGRAMOK

■ *Május 13-án, szerdán 17–19 óráig*

Banki körkép – pénzügyi megoldások fóruma vállalkozóknak

Ismerje meg a kerületi bankok, pénzügyintézetek vállalkozásoknak szóló szolgáltatásait egy helyen, egy délután alatt!

A részvétel ingyenes!

Regisztráció szükséges: info@rv17.hu

■ *Május 27-én, szerdán 17–20 óráig*

Tudatos vállalkozói program

– coaching eszközökkel a sikeres vállalkozásért!

A részvétel ingyenes!

Regisztráció szükséges: info@rv17.hu

További részletek honlapunkon, szórólapjainkon.

VIGYÁZÓ SÁNDOR MŰVELŐDÉSI KÖZPONT

- facebook/instagram: vigyazomh
- **Nyitva:** hétköznap 8–21 óráig, hétfévégén a programokhoz igazodva
- **Megközelíthető:** az Őrs vezér teréről a 97E, 169E, 161, Kőbánya alsó vasútállomástól a 162A, valamint Kőbánya-Kispestről a 202E jelzésű busszal

**CSABA HÁZ –
RÁKOSCSABAI KÖZÖSSÉGI HÁZ**

- facebook.com/csaba ház
- **Nyitva:** hétfőn 8–21 óráig, szerdán 14–21 óráig, csütörtökön 8–21 óráig, pénteken 8–20 óráig, hétfévégén a programokhoz igazodva
- **Megközelíthető:** az Őrs vezér teréről és Pécelről a 169E, Kőbánya-Kispestről a 202E busszal, vonattal Pécelről és a Keleti pályaudvarról Rákoscsaba vasútállomásig

CSEKOVSZKY ÁRPÁD MŰVELŐDÉSI HÁZ

- facebook.com/csekohaz
- **Nyitva:** hétfőn 14–20 óráig, kedden 8–21 óráig, csütörtökön 8–21 óráig, pénteken 8–20 óráig, hétfévégén a programokhoz igazodva
- **Megközelíthető:** az Őrs vezér teréről a 276E, Kőbánya-Kispestről a 98, Rákoskeresztúrról a 198 jelzésű busszal, valamint a Keleti pályaudvarról vonattal Rákosliget vasútállomásig

RÁKOSHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

- facebook.com/rakoshegyikozosseghaz
- **Nyitva:** hétfőn 8–21 óráig, szerdán 8–21 óráig, csütörtökön 12–21 óráig, pénteken 8–20 óráig, hétfévégén a programokhoz igazodva

- **Megközelíthető:** Kőbánya-Kispestről a 98-as, a rákoskeresztúri Elágazástól a 98-as és a 46-os, az Őrs vezér teréről a 168E busszal, valamint a Keleti pályaudvarról vonattal Rákoshegy vasútállomásig

RÁKOSKERTI MŰVELŐDÉSI HÁZ

- facebook.com/rakoskertimh
- **Nyitva:** hétfőn: szünnap, kedden 8–21 óráig, szerdán 14–21 óráig, csütörtökön 8–21 óráig, pénteken 8–20 óráig, hétfévégén a programokhoz igazodva
- **Megközelíthető:** az Őrs vezér teréről a 97E jelzésű busszal, a Keleti pályaudvarról vonattal Rákoskert vasútállomásig, majd onnan a 197 jelzésű busszal.

**ERDŐS RENÉE HÁZ MUZEÁLIS
GYŰJTEMÉNY ÉS KIÁLLÍTÓHELY**

- facebook.com/erdos.haz
- A kiállítások szerdától vasárnapig 14–18 óráig látogathatók
- **Megközelíthető:** az Őrs vezér teréről a 169E vagy a 97E jelű járral Rákoskeresztúr városközpontig, onnan a 98-as busszal, vagy a 67-es busszal a Szürkebegy utcai megállóig; Kőbánya-Kispestről a 98-as busszal a Bulyovszky utcai megállóig; vonattal a Keleti pályaudvarról Rákoshegy megállóig

**RV17 RÁKOSMENTI
VÁLLALKOZÁSFEJLESZTÉSI IRODA**

- facebook.com/rv17iroda
- **Nyitva:** hétköznap 8–20 óráig

www.vigyazomk.hu



Rákospalota
Önkormányzata

(Horváth Tamás polgármester,
dr. Füzesi Péter alpolgármester, dr. Bakos András alpolgármester,
Halász Dezső, Hatvani Zoltán, Kiss László, Lambert Krisztina, M. Tóth Katalin,
Nagy Anikó, Pappné Veszprémi Júlia, Petrőczy Dániel, Rózsahegyi Péter,
Timmel Ede, Szabó Tiborné, Virág Mihály képviselő)



Nemzeti Kulturális Alap

Delta 17 Polgárórség, Friss házi tej-tejtermék Lajosmizséről,
Rauch Hungária Kft.



fidelio

est.hu



KIEMELT

17.
oldal

Május 16-án, szombaton 10–18 óráig
„Miénk a tér!” Családi nap Rákoscsaba főterén

41.
oldal

Május 27-én, szerdán 17–20 óráig
Tudatos vállalkozói program

24.
oldal

Május 29-én, pénteken 19 órától
Zenélő Kultúvvar: Roma est – színporgó vándorzenék

30.
oldal

Május 30-án, szombaton 19.30-tól
Redneck Roadkill countrykoncert

07.
oldal

Május 31-én, vasárnap 10–17 óráig a csúszdaparkban
Gyereknapi Rákosmentén

35.
oldal

Június 6-án, szombaton 10–19 óráig
Rákoskert Napja – Egész napos családi program

40.
oldal

Június 20-án, szombaton 18–24 óráig
Múzeumok Éjszakája



F. k.: Klein Marianna igazgató
Grafika: VMK nyomda
Nyomás: Europrinting Nyomda

www.vigyazomk.hu