

1. Pályázó szervezet adatai:

Szervezet megnevezése:	Arts Harmony Szabad Művészeti Társaság
Székhelye:	1029 Budapest, Csongor u. 39.
Levelezési címe:	1029 Budapest, Csongor u. 39.
Szervezeti formája:	egyesület
Közhasznúsági fokozata:	Közhasznú
Nyilvántartásba vevő szervezet	F városi Törvényszék
Bírósági bejegyzésének száma:	01-02-0007192
A pályázó bankszámla-vezet	OTP Bank Nyrt.
A pályázó bankszámlaszáma:	11712004-29904673-
Honlapjának címe:	www.artsharmony.hu
E-mail-címe:	artsharmony@arts.hu

A pályázatért felelős személy/kapcsolattartó adatai*:

Neve	Bartha Katalin
Telefon mobil	06209678011
Email	artsharmony@arts.hu

A pályázó szervezet (bíróság által bejegyzett) képviselőjének adatai

Név	Email	Telefonszám	Képviselői módja
Bartha Katalin	bartha.kat@arts.hu	0620 967 8011	Önálló

A támogatott program címe:

„Szívbjok ellen kisasszony szedjen tangót”

Rehabilitációs foglalkozások idősek számára az argentin tangó eszközeivel

A támogatás indokltsága

Az idős korúak testi, lelki és mentális állapotát alapvetően meghatározza az a társas és érzelmi környezet, amelyben élnek. Az elszigetelődés, a kapcsolatok beszűkülése – amelyet a Covid-időszak különösen felerősített – olyan leépülési folyamatokat indíthat el, amelyeket önmagában az életkor nem indokol. Ezek a folyamatok megfelelő mozgásformákkal, közösségi élményekkel és inspiráló környezettel lassíthatók, sőt részben visszafordíthatók.

Az argentin tangó nem csupán tánc, hanem a test–lélek–szellem egységére épülő komplex mozgás- és kapcsolódási forma. Kíméletes mozgáskultúrája miatt idősek számára is biztonságosan gyakorolható, korhatár nélkül alkalmazható, rendszeres művelése pedig jótékony hatással van a fizikai állapotra, a mentális frissességre és az érzelmi egyensúlyra.

A program célja

A program célja az argentin tangó bizonyított testi-lelki rehabilitációs hatásainak bemutatása és gyakorlati átadása volt az időskorú résztvevők számára. A tangó terápiás alkalmazásával nemzetközi kutatások és gyakorlati tapasztalatok is foglalkoznak, különösen az egyensúlyfejlesztés, a mozgáskoordináció, a kognitív funkciók és a társas kapcsolatok területén.

Programunkkal az volt a célunk, hogy az idősök felismerjék: számukra is létezik élvezetes, biztonságos és közösségi mozgásforma. Ennek alátámasztására számos pozitív nemzetközi és hazai példát is bemutattunk, valamint saját korábbi önkormányzati együttműködések tapasztalataira építettünk (Budapest II., VI., VIII., IX., XII., XIV., XVIII. kerületek).

A projekt célcsoportja (számokkal alátámasztva)

A projekt célcsoportját a **III. kerületben élő idősök és nyugdíjasok** alkották, mind az idősotthonok lakói, mind az önállóan élők.

A kerület több ezer nyugdíjas lakosa közül **mintegy 250 főt** értünk el közvetlenül a program során, akik személyesen részt vettek a foglalkozásokon vagy a kapcsolódó nyilvános eseményeken.

A támogatásból megvalósult tevékenységek

A támogatási összeg a pályázatban igényeltnél kisebb volt, ennek ellenére **három alkalmat** sikerült megvalósítani, olyan helyszíneken, ahol korábban is eredményesen működött a program:

- **2025. június 19. (csütörtök), 15:00** – Gaudiopolis Békásmegyéri Evangélikus Szeretetház
- **2025. november 22. (szombat), 16:00** – Óhegy Klubház (csatlakozás az Argentin Nap eseményhez)
- **2025. december 18. (csütörtök), 15:00** – Gaudiopolis Békásmegyéri Evangélikus Szeretetház

A program elemei:

- kb. **40 perces élőzenés koncert és show**, a tangó különböző stílusainak bemutatásával
- kb. **30 perces gyakorlati foglalkozás**, zenére mozgás, együttműködési és kapcsolódási feladatok
- kb. **20 perces tanácsadás**, otthon is végezhető rehabilitációs és fejlesztő gyakorlatok összeállításával

Közreműködők:

- Bartha Katalin – hegedű- és kamarazeneművész, zeneterapeuta, tangótáncos
- Adamik Pál és a Mindörökké Tangó Klub önkéntes fellépői
- Tango Harmony Budapest zenekar

A projekthez saját forrásból biztosítottuk a hangszereket és technikát szállítással, a szervezést, valamint több közreműködő önkéntes részvételét. A támogatás teljes összegét a professzionális művészek fellépti díjaira fordítottuk.

A projekt eredményei

A program során elért mintegy **250 fő nyugdíjas** új inspirációt kapott az aktívabb életvitelhez. A résztvevők saját fizikai adottságaikhoz igazított mozgásformákat ismertek meg, amelyek hozzájárulnak fizikai kondíciójuk javításához, mentális frissességük megőrzéséhez. A közös élmény és a kapcsolódás erős közösségi motivációt teremtett, amely sokaknál a folytatás iránti igényt is felkeltette.

Összegzés és folytatási terv

A „Szívbeteg ellen kisasszony szedjen tangót” program igazolta, hogy az argentin tangó hatékony, élvezetes és biztonságos eszköz az idősök testi-lelki regenerációjának támogatásában. A jövőben célunk a program **rendszeresítése**, kisebb csoportos foglalkozások formájában, valamint további III. kerületi helyszínek bevonásával.

Hosszabb távon szeretnénk egy **állandó, heti-kétheti rendszerességű rehabilitációs tangóprogramot** kialakítani, amely az önkormányzati és civil együttműködésekre építve fenntartható módon segíti az idősök életminőségének javítását.

Költségvetés

kapott támogatás: 500 000 Ft

A kiadásnem megnevezése	Jelen pályázati támogatásból	Más forrásból fedezett	Összesen (Ft-ban)	Szöveges indoklás, részletezés
I. ANYAGKÖLTSÉG	0	0	0	
Felhasznált anyagok,			0	
Közüzemi díjak, fenntartási-,			0	
Szakkönyv, munkaruha,			0	
Egyéb anyagköltség (előzőekben fel nem sorolt)			0	
II. IGÉNYBE VETT SZOLGÁLTATÁSOK	500000	100000	600000	
Bérleti-, szállítási-, rakodási,		100000	100000	hangszerek, technika és szállítás
Javítás, karbantartás,				
Utazási-, kiküldetési költségek				
Posta, telefon, internet, egyéb				
Más, itt fel nem sorolt szolgáltatás	500000		500000	professzionális fellépők tiszteletdíjai
III. SZEMÉLYI JELLEG	0	100000	100000	
Béreköltségek		100000	100000	szervezés, lebonyolítás
Járulékok, egyéb személyi jelleg				
IV. EGYÉB SZOLGÁLTATÁSOK				
- Bankköltség, biztosítási díj			0	
V. ESZKÖZBESZERZÉS	0	0	0	
200 ezer Ft alatti beszerzések			0	
200 ezer Ft feletti beszerzések			0	
ÖSSZESEN (=I.+II.+III.+IV.+V):	500000	200000	700000	

Köszönjük a támogatást!

Budapest, 2026-01-06.

Art's Harmony
Társaság 

1029 Budapest, Csongor u. 39.

OTP: 11712004-29904673

Adósz.: 18083024-2-41

a képviseletre jogosult személy(ek) aláírása(i):

2025

Fotók az eseményekről és média megjelenések:

2025. 06. 19. csütörtök, 15 órától

helyszín: Gaudiopolis Békásmegyeri Evangélikus Szeretetház - 1038 Budapest, Mező u.12.

Fényképek az eseményről:



esemény facebook linkje:

<https://www.facebook.com/events/1201526311280079>

The screenshot shows a Facebook event page. At the top, there's a video thumbnail with the text '2025. június 19. csütörtök, 15.00 óra' and 'Art's Harmony'. Below the video, the event title is '„Szívbjak ellen kisasszony szedjen tangót” -rehabilitáció az argentin tangó segítségével'. The location is 'Gaudiopolis Békásmegyéri Evangélikus Szeretetház - 1038 Budapest, Mező u.12.'. There are buttons for 'Névjegy' and 'Beszélgetés'. On the right, there's a map showing the location. The left sidebar shows various categories like 'Etelek', 'Fitness és kondi', etc.

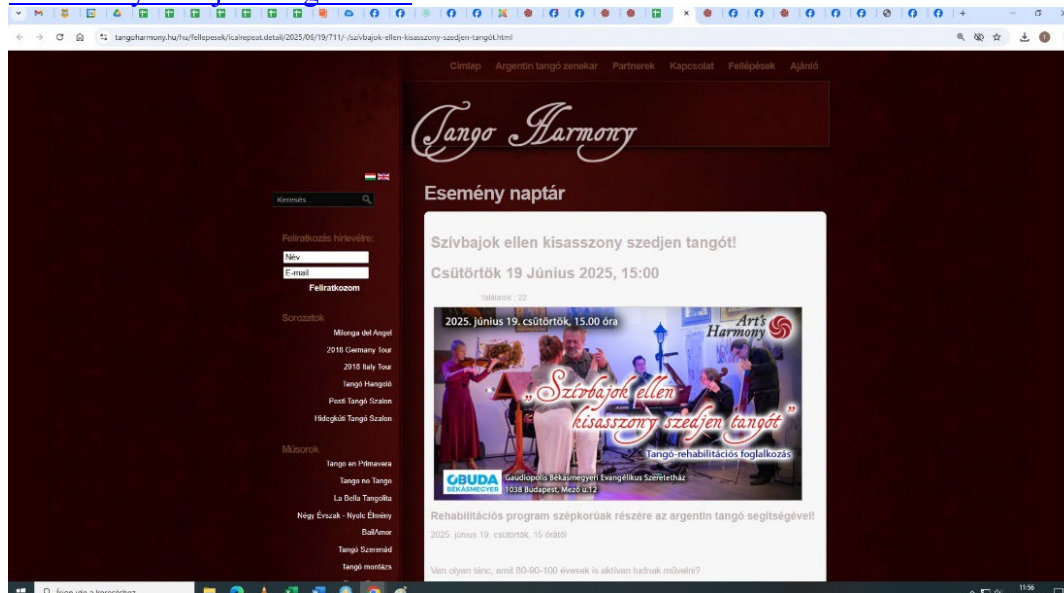
Art's Harmony honlapján:

<https://artsharmony.hu/component/jevents/icalrepeat.detail/2025/06/19/5702/-/szivbjak-ellen-kisasszony-szedjen-tangot?Itemid=27>

The screenshot shows the website page for the event. The header features the 'Art's Harmony' logo and navigation links like 'A TÁRSASÁG', 'MŰVISEK, EGYÜTTESEK', etc. The main content area has the title 'SZÍVBAJOK ELLEN KISSASSZONY SZEDJEN TANGÓT!' and the date 'CSÜTÖRTÖK, 19. JÚNIUS 2025, 15.00'. Below the title is a video thumbnail similar to the Facebook one. To the right of the video, there's detailed text about the event: 'SZÍVBAJOK ELLEN KISSASSZONY SZEDJEN TANGÓT' - REHABILITÁCIÓS FOGLALKOZÁS IDŐSEK SZÁMÁRA AZ ARGENTIN TANGÓ SEGÍTSÉGÉVEL'. It mentions the date, time, and location, and describes the benefits of tango for rehabilitation.

Tango Harmony honlapján:

<https://www.tangoharmony.hu/hu/fellepesek/icalrepeat.detail/2025/06/19/711/-/szivbajok-ellen-kisasszony-szedjen-tangot.html>



2025. 11. 22. szombat, 16 órától

helyszín: Óhegy Klubház - 1037 Budapest, Toronya u. 33.

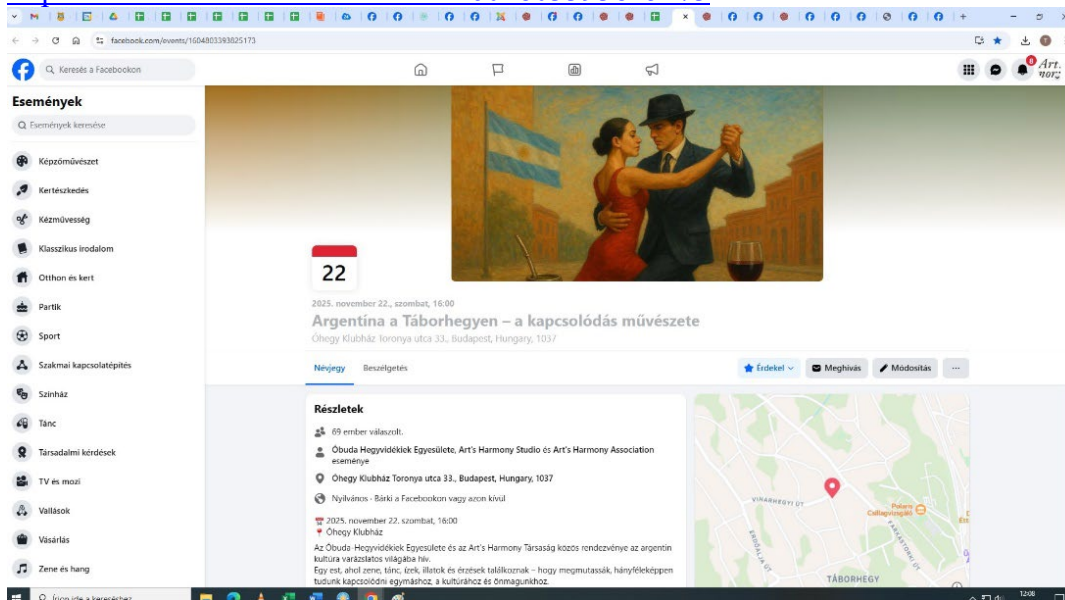
Fényképek az eseményről:





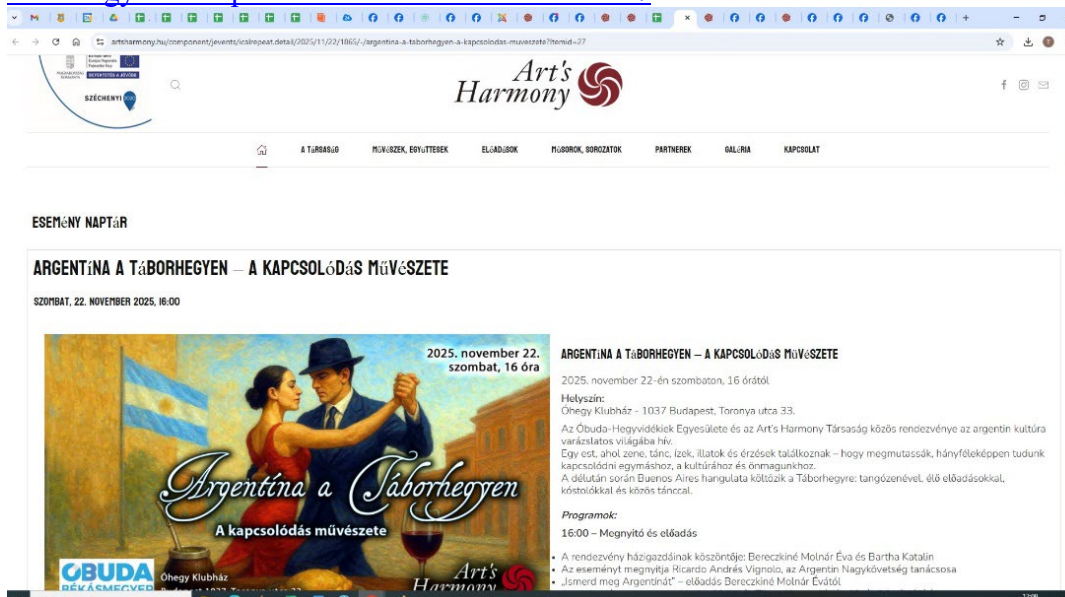
esemény facebook linkje:

<https://www.facebook.com/events/1604803393825173>



Art's Harmony honlapján:

<https://www.artsharmony.hu/component/jevents/icalrepeat.detail/2025/11/22/1865/-/argentina-a-taborhegyen-a-kapcsolodas-muveszete?Itemid=27>



Tango Harmony honlapján:

<https://www.tangoharmony.hu/hu/fellepesek/icalrepeat.detail/2025/11/22/725/-/argent%C3%ADna-a-t%C3%A1borhegyen.html>

Tango Harmony

Esemény naptár

Argentína a Táborhegyen

Szombat 22 November 2025, 16:00

2025. november 22. szombat, 16 óra

Argentína a Táborhegyen

A kapcsolódás művészete

ÓBUDA BÉKÁSMEGYER Óhegy Klubház Budapest 1037, Torony utca 33. Art's Harmony

Argentína a Táborhegyen – a kapcsolódás művészete

Időpont: 2025. november 22. szombat, 16:00
Helyszín: Óhegy Klubház – 1037 Budapest, Torony utca 33.

Az Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete és az Art's Harmony Társaság közös rendezvénye az argentin kultúra varázslatos világaiba hív.

az Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete honlapján:

<https://ohegy.hu/argentina-taborhegyen/>

EGYESÜLETÜNK - ÓHEGY-HÍREK - HELYTÖRTÉNET - KÖZÉRDEKŰ - NÖVÉNYVÉDELEM - HELYI SZOLGÁLTATÓK - KAPCSOLAT

Főoldal - 2025. Események, programok - Argentína Táborhegyen

Argentína Táborhegyen

2025. Események, programok 2025. november 22. szombat, 16:00.

Az „Argentína Táborhegyen” rendezvény az Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete és az Art's Harmony Társaság közös kezdeményezésére jött létre, mely az argentin kultúra világába hívja a jelenlévőket. Egy est, ahol zene, tánc, ízek és illatok találkoznak, hogy megmutassák, milyen sokféleképpen tudunk kapcsolódni a kultúrához, egymáshoz, és önmagunkhoz.

Programok:

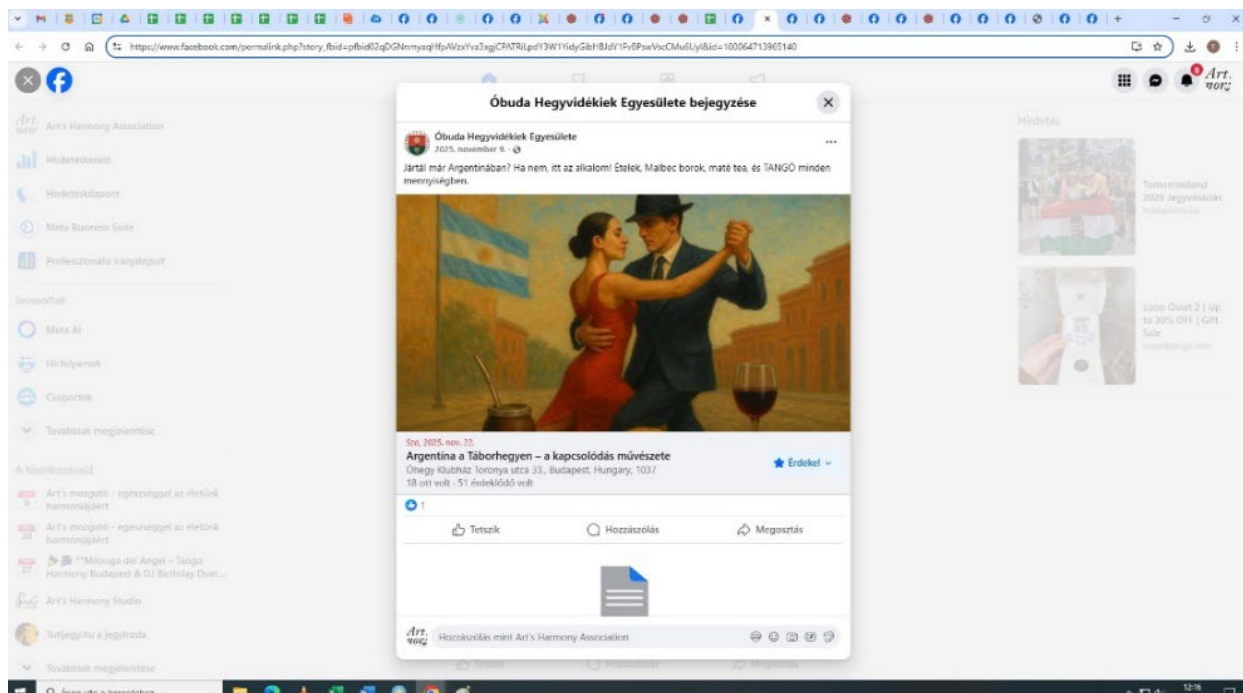
16:00 Megnyitó és előadás

További hírek, programok

- 2026. február 7. Tegyei a Hegyért(II)
- 2026. január 23. Toros vacsora
- 2026. január 17. Táborhegyi díszmótor
- 2026. január 3. Calligrafiás a Hegyvidéken
- 2025. december 7. Jóni a Mikulás!
- 2025. december 6. Mézeskalács-BISZTÓ workshop
- 2025. október 6. Tegyei a Hegyért
- 2025. október 5. Ecsetemmel elmesélve

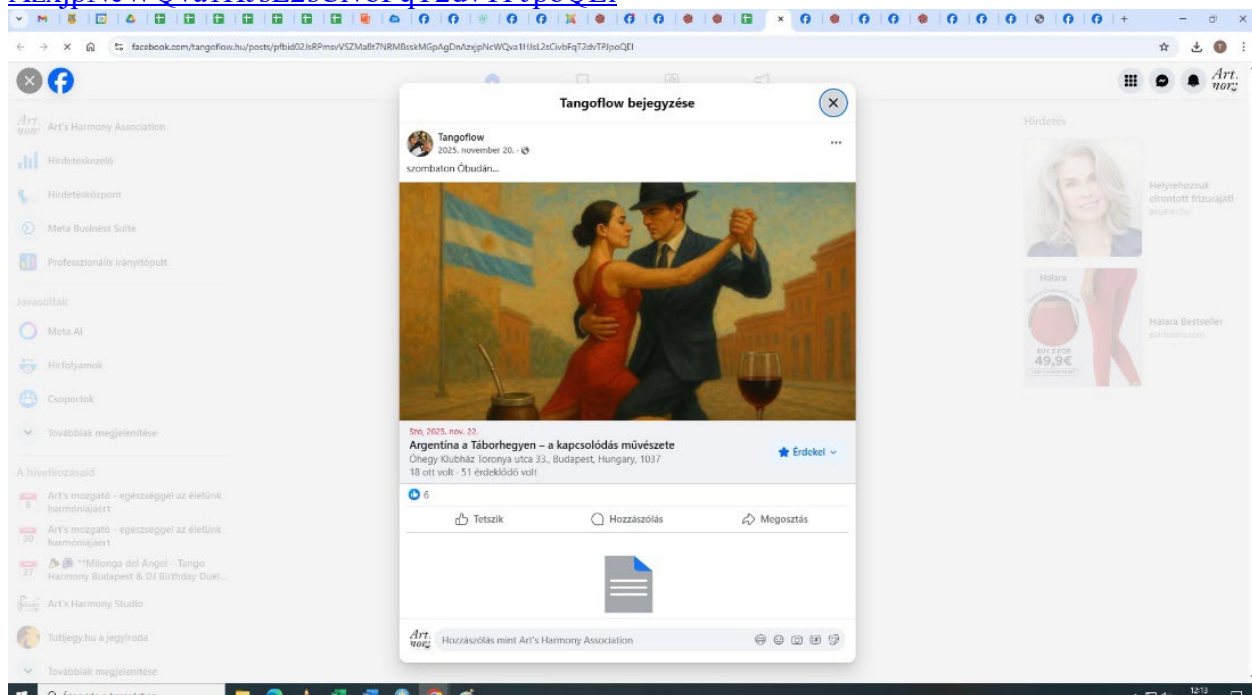
Bejegyzés az Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete facebook oldalán:

https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02qDGNnmyaqHfpAVzxYva3xgjCPATRiLpdY3W1YidyGibHBjY1FvBPswVscCMu6Uyl&id=100064713965140



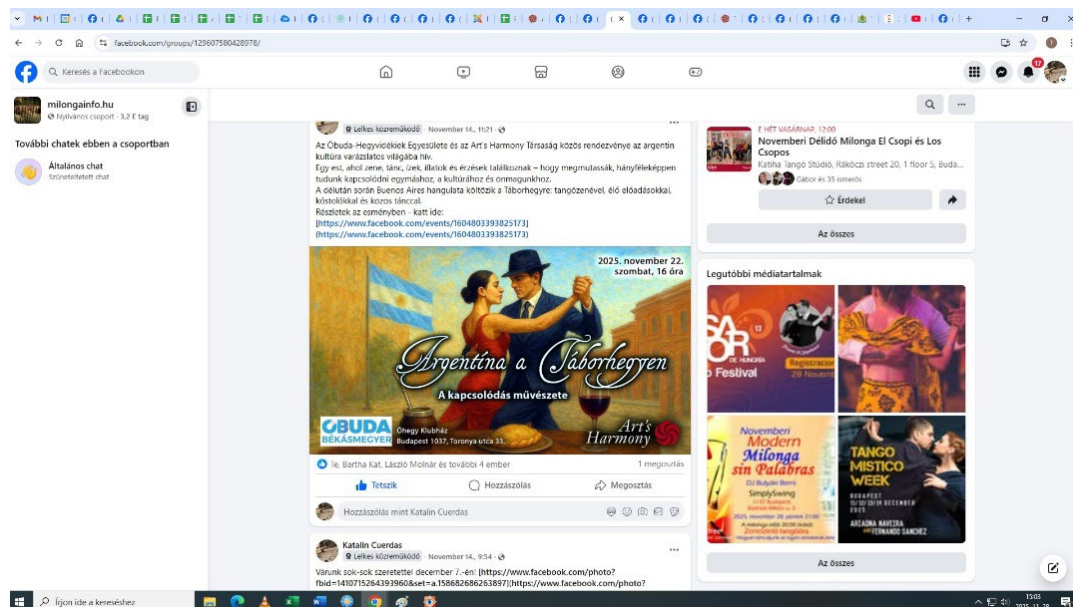
Bejegyzés a TangoFlow facebook oldalán:

<https://www.facebook.com/tangoflow.hu/posts/pfbid02JsRPmsvVSZMa8t7NRMBsskMGpAgDnAzxjpNcWQva1HJsL2sCivbFqT2dvTPjpoQE1>



bejegyzés a milongainfo.hu facebook oldalán:

<https://www.facebook.com/groups/milongainfo/posts/25213989704897419/>



2025. 12. 18. csütörtök, 15 órától

helyszín: Gaudiopolis Békásmegyéri Evangélikus Szeretetház - 1038 Budapest, Mező u.12.
Fényképek az eseményről:





esemény facebook linkje:

<https://www.facebook.com/events/1176581431229823/>

2025. december 18. (csütörtök), 15:00

„Szívajok ellen, kisasszony, szedjen tangót!”

2025. december 18., csütörtök, 15:00

👉👉 „Szívajok ellen, kisasszony, szedjen tangót!”

Gaudiopolis Szeretetház 1038 Budapest, Mező utca 12.

Részletek

- 1 ember választott.
- Art's Harmony Association és Katalin Cuerosas eseménye
- Gaudiopolis Szeretetház 1038 Budapest, Mező utca 12.
- Nyilvános - Bárki a Facebookon vagy azon kívül
- „Szívajok ellen, kisasszony, szedjen tangót!”
- Unrepi regenerációs tangóprogram a Gaudiopolis Szeretetházban
- A Budapest Főváros III. kerület Óbuda-Békásmegyér Önkormányzat támo... Továbbiak

Budapest

Art's Harmony honlapján:

<https://www.artsharmony.hu/eloadasok-2025-jevents/icalrepeat.detail/2025/12/18/5906/-/szivbajok-ellen-kisasszony-szedjen-tangot>

The screenshot shows the website interface for Art's Harmony. At the top, there is a navigation menu with links for 'A TÁRSASÁG', 'MŰVÉSZEK, EGYÜTTESÉK', 'ELŐADÁSOK', 'MŰSOROK, SZOROZATOK', 'PARTNEREK', 'GALÉRIA', and 'KAPCSOLAT'. Below the menu is a search bar and the Art's Harmony logo. The main content area is titled 'ESEMÉNY NAPTÁR' and features a prominent event listing for 'SZÍVBÁJOK ELLEN KISASSZONY SZEDJEN TANGÓT!' on 'CSÜTÖRTÖK, 18. DECEMBER 2025, 15:00'. The event description includes the following text:

SZÍVBÁJOK ELLEN KISASSZONY SZEDJEN TANGÓT! - REHABILITÁCIÓS FOGLALKOZÁS IDŐSEK SZÁMÁRA AZ ARGENTIN TANGÓ SEGÍTSÉGÉVEL

2025. december 18. csütörtök, 15 órától

Helyszín:
Gaudiopolis Szeretetház - 1038 Budapest, Mező u. 12.

A tangó testi-lelki gyógyító hatásait egyre több helyen ismerik fel, számos orvosi és egyéb kutatás foglalkozik a legkülönbözőbb területeken a tangó terápiás alkalmazási lehetőségeivel.

A tangó nem egyszerűen egy tánc, sokkal több annál, a teljes emberi struktúra, a test, lélek, és szellem egysége, egyensúlya és harmóniája megteremtésének eszköze lehet. Bár a tangó minden korosztálynak ajánlott, az idősek számára különleges lehetőséget nyújt, mert sok más táncnál elülsőbb mozgáskultúrája nem jelent megterhelést a szervezet számára, korhatár nélkül gyakorolható, rendszeres művelése jótékony hatású testileg, lelkileg, szellemileg egyaránt.

A fentiekre építve állítottuk össze programunkat kifejezetten idősek számára.

A foglalkozást vezeti Bartha Kat és Pablo Tango, közreműködik a Mindörökké Tangó Klub csoport.

Zene: Tango Harmony Budapest zenekar