

A TARTALOMBÓL:

Bemutatjuk	2
A bor fővárosa	3
Rendbetettük	4
Toll-Hegy	6
Kerti dolgaink	7
Ismerjük fel és óvjuk... ..	8
Így élünk mi	9
Konyha és vidéke	11
Iskolai hírek	12
A tűz leánya	14
Az egyesület hírei	15
Olvasói levelek	16

Barlangi útkeresés

Manapság már semmin sem kell meglepődni – mondják. Ez így igaz, amíg másokat nem sértünk, vagy amíg mások nem sértik alapvető jogainkat, értékeinket. Néhanyan mi hegylakók értéknek tartjuk az erdőt, a friss levegőt, a kiránduláshoz, kikapcsolódáshoz való jogot. Elnézzük, hogy az erdő szélét szorgosan irtják, szemet hunyunk az erdei szeméthegeyek felett és nem értjük, miért költöznek a hegyre olyanok, akik lebetonozzák udvarukat, a friss levegőn autóval korzóznak. Megélünk egymás mellett, nem vagyunk egyformák – mondjuk.

Tavaly tavasszal ÚTELZÁRÁS!!! címmel jelent meg egy cikk az Óhegy-hírekben a Tábor-hegyi barlangba vezető út felszámolásáról. Értetlenül álltunk az eset előtt, mert itt valami egészen új dolog történt, évszázados jogokat (vagy szokásjogokat) sértettek meg. Nem láttuk tisztán mi is történt, mindenki jogszerűségről, szükségszerűségről, magántulajdonról magyarázott. Végül is mindenkinek igaza volt, csak éppen a barlanghoz (ill. az erdőbe) nem lehetett felmenni tisztességes távolságon belül.

A Hegy összefogott: aláírásgyűjtés, az Erdőalja úti iskola lelkes természetvédő csapatának tiltakozása, képviselői interpelláció, újságcikkek, TV-riportok, magyarázatok és ígéreték. Már megoldottnak tűnt a dolog, csak hogy nem történt semmi, sőt ez év elején egy hatalmas építési gödör állta a sétálókat útját. Ezt sérelmeztük az Önkormányzatnál, majd Tarlós István személyes közbenjárásának eredményeképpen immár véglegesen „köbe vésve” (betonkerítésbe vésve) elkészült az új feljáró.

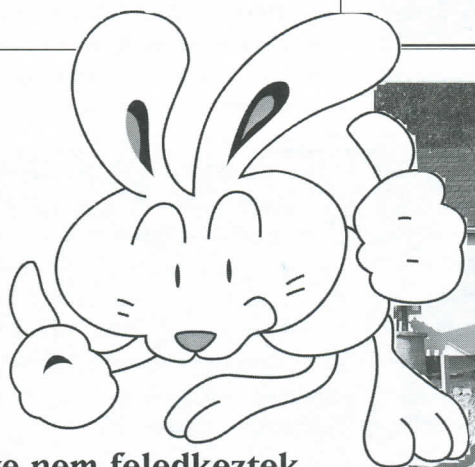
Senki sem vitatja, hogy a képviselőtestületnek joga volt eladni, az új vevőnek megvenni, bekeríteni a telket. A gond csupán az (volt), hogy végül eredményként a szokásjogot és közérdeket sértő helyzet alakult ki, amit nekünk, természetbarát, egészségesen élni vágyó erdőjáróknak kell elviselni. Nem kívánjuk az Önkormányzat működését kritizálni, köztudott, hogy számos napi gonddal kell megküzdeniük. Szinte érthető, hogy néha becsúszik egy-egy rossz megoldás, pláne ilyen egyedi esetben.

Örülünk viszont, hogy polgármesteri közreműködéssel konszenzust keresve és találva sikerült a nem szerencsés döntést kijavítani. Normál körülmények között ez nem is a polgármester dolga lenne, de itt valóban egy olyan esetről volt szó, amelyben senki sem hibázott, csak az eredmény lett torz.

És még egy gondolat, kedves Hegylakók! Sok dolgot természetesnek veszünk, amíg el nem veszítjük. Az útert küzdöttünk, sikerült megoldást és utat találni. Használjuk ki a lehetőséget, de az utat, erdőt, barlangot becsüljük és védjük meg. Óvjuk a rongálóktól, szemetelőktől.

Ez az eset egyben gyakorlati példa arra is, hogy egy civil szervezet fel tud lépni a közérdek védelme érdekében. A Világnak e kis darabjéért mi egy kicsit jobban felelősek vagyunk. Jó kirándulást!

Piroch Zs. — Kádár P.



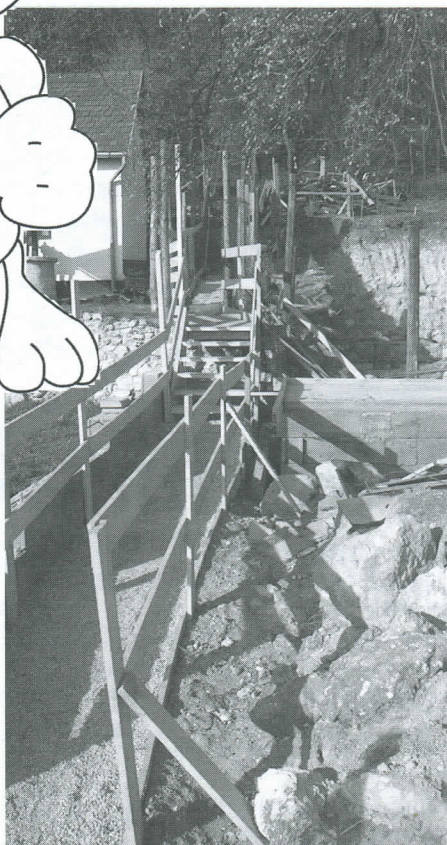
Ugye nem feledkeztek meg róla?

BULI FELNŐTTEKNEK!

**Ma este 7-től
UTÓ-LOCSOLÓBÁL
a Népházban!**

Jegyek a helyszínen kaphatók.

**Műsor, vetélkedő, tánc,
büfé**



2002 március 31-i állapot

A bemutatkozó vezetőségi tagok sorában most Sáringerné Harmath Erzsébet következik:

A mint a mellékelt ábra (ábrázat) mutatja, legrégebb és jelenleg legöregebb tagja én vagyok az Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete vezetőségének. Ott voltam az egyesület születésénél, mint a tíz alapító tag egyike és azóta veszek részt, több-kevesebb sikerrel, az egyesületi munkában.

A bennszülötti titulust ugyan nem érdemlem meg, de mivel 1935 óta lakom ugyanazon 500 négyzetméteres körzeten belül és attól életem során egy hónapnál több időt nem töltöttem távol, joggal vallhatom magam őslakosnak. (Esetleg élő őskövületnek). Nagyon szeretek itt lakni! Emlékeim a hegyről olyan messzire nyúlnak vissza, hogy felidézésükhöz e lap egész terjedelme is kevés lenne.

Itt voltam boldog gyermek a háborús évek ellenére. Innen jártam iskoláimba akkor, amikor még nem volt buszközlekedés. Az utakat télen nem takarították le a hótól, emiatt hatalmas szánkópályák képződtek, amik az egyhónapos szénzünetek alatt egészséges szórakozást nyújtottak az ifjúságnak.

1945-ben elvesztettük Édesanyánkat. A nálam öt évvel fiatalabb húgommal a talajt vesztett Édesapámra maradtunk, a háborút követő inséges időkben. Elmondhatjuk, hogy nem volt éppen felhőtlen zsenge ifjúságunk.

Szerencsémre Isten adományaként, velem született derűm és humorérzésem minden nehézségen átségitett.

Itt váltam felnőtté. Ide jött később a férjem is, akivel közös munkahelyen dolgoztunk, és aki még udvarlása előtt a kollégáinknak kijelentette, hogy "szegény Erzsinek az lesz a tragédiája, hogy akár mennyire aranyos kislány is, oda az istenhátamögé a kutya sem megy udvarolni!" (sic) Később őt is megfogta a hegy varázsa, és ma már ő sem tudná máshol elképzelni az életét.

Azután született három gyermekünk, és ezekből kettő most is itt lakik a közelünkben, és a tíz



unoka közül öt hegylakó! (A többi öt pedig vágyik ide.)

Soha, semmiféle pártnak nem voltam és nem vagyok ma sem tagja, így nem kellett soha véka alá rejtennem a véleményemet.

Közéleti érdeklődésem miatt mindig megtaláltam a társadalmi munka, amit örömmel végeztem. Mivel gyermekeim ide jártak iskolába, évekig voltam a Szülői Munkaközösség tagja, majd elnöke. 1950 óta vagyok a Vöröskereszt tagja. 1962 óta a helyi (hegyi) alapszervezetben tevékenykedem, az utóbbi években, mint alapszer-

vezeti titkár. Több társadalmi szervezet mondhat tagjának (Budapesti Városszépítő Egyesület, Herosz Állatvédő Egyesület, Magyar Madártani Egyesület, Óbudabarátok Köre és nem utolsósorban az Óhegy Egyesület.)

Első munkahelyem a Transzformátor Gyártó N.V. volt, majd a Keményfémipari Vállalatnál voltam alkalmazásban. Első gyermekem megszületése után 18 éven keresztül csak a gyermeknevelés és a háztartásvezetés volt a munkám, amit akkoriban nem ismertek el munkának. Amikor már nem volt rám akkora szükség itthon, elmentem a Zápor utcai Általános Iskolába iskolatitkárnak, majd a Fővárosi Kertészeti Vállalatnál, később a kerületi Tanácsnál dolgoztam, onnan mentem nyugdíjba.

Ma már unokáim is olyan nagyok, hogy egyre kevésbé van igényük rám, így minden érdemet az Óhegy Egyesületnek ajánlhatom fel. (Sajnos ez a „minden erőm” egyre kevesebb!!)

Ez a hegy már nem az a hegy, ami ötven évvel ezelőtt volt. Tudom, hogy azt a családi hangulatot már nem lehet visszahozni. De talán most is kívánatos lenne, hogy korra, nemre, vallásra, politikai nézetre való tekintet nélkül fogadják el egymást az itt lakók.

A jó szomszédság ápolására már eddig is születtek „civil” próbálkozások: igen jó hangulatú szomszéd- és utcabulik vannak évente többször is a környékünkön.

A Toronya utcai Népház, az Egyesület klubháza is tárt kapukkal várja a lakosságot.

Az Egyesület egyik célja az, hogy az itt lakókat ismét összehozza egy – a saját és a lakóhely érdekeit képviselő – baráti közösséggel.

Csak rajtunk, hegylakókon múlik, hogy meginduljon és kiszélesedjen egy értékes klubélet, ami nem csak a magunk, de környezetünk hasznára is válik.



Kozmetika

Ollári Rita elektro-kozmetikus, sminkes

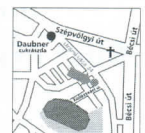
Szolgáltatások:

Tini kezelés • Elektromos arckezelés • Bőrregenerálás
Vákuumos testkezelés és testtekeresés • Lézeres
kezelések (ránctalanítás) • Oxigén kezelés • Pigment
foltok eltüntetése • Mélyhámlassztás • Professzionális
smink készítés • Fülbelövés • Sterilgyanta

Férfi kozmetika

**Az üzletben fodrászat
és szolárium is működik!**

Gigi alapanyagokkal, korszerű felszerelésekkel,
családi környezetben várjuk kedves vendégeinket!



Budapest, II. Úrömi utca 34.
Tel.: 335-4092, 06-30-4731754
Nyitvatartás: H-Sz-P: 8-14 óráig,
K-Cs: 14-20 óráig
Szo: változó

A bor fővárosa

Az oly sok mindent megért Budapestünket joggal nevezhetjük Európában a szőlő-bortörténet fővárosának is. Az itteni szőlő- borkultúra 2000 éves múltra tekint vissza, ahol a rómaiak idején virágzó szőlőkertek jelezték az isteni növény és gyümölcs féltő gondozását, ápolását, a bor kedveltségét. A következőkben érdemes vázlatosan átnézni szűkebb lakóhelyünk utolsó néhány évszázados bortörténetét.

A középkori német lakosú, szabad királyi városi jogállással rendelkező két település, Buda és Pest, valamint a mezővárosi jogállású, szintén német lakossággal rendelkező Óbuda egyesítése 1873-ban történt meg. A XIX. sz. utolsó harmadában az óriási ütemű fejlődéshez a főváros lakosságának ellátását az egyre kijebbszűrű mezőgazdasági termeszto-termelő-feldolgozó övezet biztosította. A külvárosok agrárnépességének fejlődését nagyban elősegítette a kertészeti, a szőlő- és bortermelési, a kiskereskedői (kofa), a viszonteladói tevékenység.

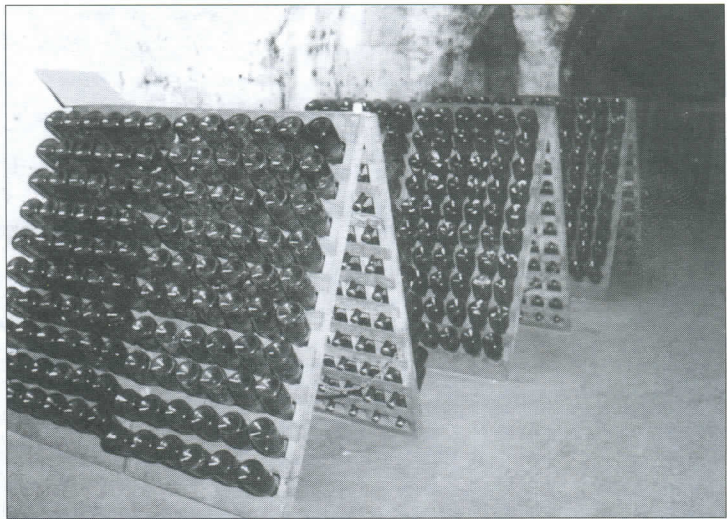
A kedvező ökológiai adottságoknak köszönhetően az ókortól kezdve egyre jelentősebb mértékben termesztettek szőlőt a későbbi Budapest területén. Különösen a budai oldalon, a jó kitétségű déli lankákon virágzott a szőlőművelés. Római kori és középkori régészeti leletek, ásatások bizonyítják a borfogyasztást, a bor kedveltségét. Ezt jelzik a használati és kultikus tárgyakon, épület- és sírkőmaradvá-

nyokon található szőlőmotívumok. Szőlőtelepítésre és ennek érdekében a legnagyobb mértékű erdőirtásra, II. Géza és III. Béla uralkodása idején (XII.sz.) került sor. A középkori és az újkor Buda és Pest német városi polgárságának fontos jövedelemforrása volt már ekkor a szőlő és a bor. A város szegényei a szőlő munkálásából, a hordók fuvarozásából éltek, míg a módosabb polgárság a borkereskedelem hasznából. Mind a királyi udvar, mind az egyéb városok nagymennyiségű és állandó borfogyasztók voltak. A városi tanácsok éberrel ügyeltek a szőlőtermesztés és a borkereskedelem rendjére.

A budai határban már a XVI. sz. elején 26 szőlőhegy terült el. Csak a sasadi határban 17 szőlőhegyet írtak össze és műveltek a szorgos budai és pesti polgárok. A pesti oldalon, Kőbányán az Ó-hegyen, vagy az Öreg-hegyen telepítették az első szőlőket.

Budán és Pesten a XVIII. századig általában fehérborokat készítettek, vörösborról csak elvétve tesznek említést a történeti források. A szüret szeptember közepén kezdődött. A bortárolásra használt budai hordók általában 8,5 hl űrtartalmúak voltak, melyek legnagyobb külső átmérője 118-120 cm lehetett. Ezek a hordók éppen csak befértek a polgárházak alatti pincék kőből készült ajtókeretein. A városi szőlőcsöszök által őrzött, féltett termés ezekben a pincékben érett borrá.

A szőlőkultúra talán a török hódoltság idején (XVI. sz.) érte el egyik fénypontját. Ekkor új fajták és eljárások (a balkáni nyílt erjesztésű vörösborkészítés) terjedtek el a szőlőt és a bort jó adóforrásnak tekintő török földesurak engedélyével. A felszabadító háborúk és a török kiűzése után hamarosan már szüreteltek a városi polgárok.



A XVIII-XIX. században Óbuda dél-német telepés sváb szőlőműves lakói után a pesti, a tabáni, a gellérthegyi, tétényi, nap-hegyi vörösborkok komoly hírnévre tettek szert itthon és külföldön.

A német dominanciájú - bár soknemzetiségű - városoknak, városi polgároknak a városegysítésig és a filoxéra pusztításáig - mely időben igen közel esett egymáshoz - a szőlő és a bor biztos megélhetést, jó jövedelemforrást jelentett.

A városegysítés után Budapest a magyar élelmiszer- és feldolgozóipar központja lett, s világvárossá fejlődött a századfordulóra. Ebben a fejlődésben a borkereskedelemnek is fontos szerep jutott. Míg Buda és Óbuda szőlőtermesztése visszaesett, a város az ország és egyben Közép-Európa borkereskedelmi központjává vált. A borkereskedők Kőbánya és az egykori Promontor-Budafok pincelabirintusában tárolták az értékes nedűket.

A szőlőterületek kipusztulása elszegényítette a gazdákat. A korábbi szőlőtermeszto budai kerületek szőlőhegyei kopárrá váltak, az ültetvények helyén nyaralóövezetek alakultak ki. Tehát az egykori szőlőhegyek, mint munkahelyek megszűntek, és a XX. sz. második felének nagy beépítési hullámaig kedvelt kirándulóhelyek voltak.

A beépítéssel Budapest elvesztette kedves, poharazgatós jellegzetes kiskocsmás és préház-pincés borkultúrák városnegyedeit. Ezek eltűnése nagy hiányt jelent a társasági életben, az idegenforgalomban és a főváros történeti arculatában. A Tabán, a Gellért-hegy, Óbuda, Kislak kiskocsmáinak lebontása után az egyetlen bécsi-grinzingi bortörténeti miliót sugárzó városnegyed talán az 1950 óta Budapesthez tartozó XXII. kerület, Budafok lehet.

viniczai



Rendbetettük

Szerencsénk volt, minden szempontból. Még előző nap is esett, de vasárnapra kisütött a nap is! Reggel kilenckor, a meghirdetett időpontra még teljes üresség mutatkozott. A konténer vonatkozásában is ez volt a helyzet. A maga 6m³-es tátongásával kétségbejuttatón túlzónak tűnt a méret választás.

Hárman fogtunk a munkához, a gondnok felesége, a művelődésszervező, és az egyesület elnöke. Közben számolgattam: az újságunk közel két és félezer háztartásba eljutva, ha csak egy ember is olvasta felhívásunkat, az is kétezer-ötszáz „hegylakó” a jelenlévő hárommal szemben. Vajon mit jelent ez? Hát, mit ne mondjak, nem voltam feldobódva...

10 óra körül erős javulást éreztünk, amikor feltűnt a Scholtz család három tagja, kicsit később Sáringerné Erzsike, és a Benyó család férfi-ifjai is. Na, ez már egy ütőképes csapatnak bizonyult! Erős négy órás munkával a konténer púposodott, a kert összegereblézve, az ágyások felfrissítve, a kertkapura meg kihelyezhettük volna – ha lett volna – a „Tiszta udvar, rendes ház” táblát.

Köszönjük azoknak, akik segítettek, és üzenjük mindenkinek, akik nem tudtak jönni, lesz még alkalom, bátorság!

r.l.



T e l e f o n :
(06-1) 347-0738

REAL MANAGEMENT

www.rm.hu

BUDAPEST – BRATISLAVA – PRAHA

Mi a vágya?

Sorház

- A lakásokhoz sövényvel elválasztott déli fekvésű kert
- Táborhegy Sorház 21-46 MFT

Társasház

- Panoráma, tágas erkély, terasz, tetőkert
- gyermekjátsszótér
- Csendes parkban grillező
- Táborhegy Társasház 21-71 MFT

- Lakásalaprajzok igény szerinti áttervezése
- Lakásméretetek: 57-163 m²
- kiváló tömegközlekedés
 - közelben iskola, bevásárlóközpont, sportpálya
- távirányítású kapu/sorompó,
 - hangszigetelt biztonsági nyílászárók
- legkorszerűbb épületgépészeti megoldások
(Kérje műszaki leírásunkat!)
 - illetékmentesség

70% zöldterület

Kupon!

Nagyértékű repülőjegyeket sorsolunk ki a hirdetést felmutató új lakásvásárlók között.

Az elképzeléseire építünk!

További információ: Real Management
Bp. 1191 Ady Endre út 28.

Örök panoráma

Ó b u d a

TÁBORHEGY
LAKÓPARK
Óbuda

Családi ebéd a Népházban

„Hétféjét főzőcskézéssel,
mosogatással tölti?
Jöjjön ki Óbudára, egy finom
babgulyásra!”

Igy szólt a meghívó, mely sajnos technikai okok miatt nem jelent meg az újságban.

Ennek ellenére március 10-én több mint fél-száz éhes hegylakó gyűlt össze a bográcsban fortyogó, csülkös bableves körül. Bevallom, merész vállalkozás volt ez részemről, mivel ilyen mennyiséget még sohasem főztem egyszerre. De ha már ilyen ötlettel álltam elő, példát kellett mutatnom. Ezúton is elnézést kérek, hogy kis késéssel készült el a vasárnapi éték. Céлом az volt, hogy baráti áron tudjunk egy hétféjei ebédet közösen elfogyasztani, miközben beszélgetünk, megismerjük egymást, egy jó társasággá kovácsolódunk.



Benyó Tibor, a házigazda



Az éhesen is vidám Scholtz család

Korunk „pestise”, az elidegenedés sajnos hegyvidékünket sem kerülte el. Az ilyen, és ehhez hasonló rendezvények fő célja szerintem az, hogy közösséggé formálódjunk, melyhez a Népház kellő terepet tud adni. A vezetőség ezen fáradozik, miközben a Ház üzemeltetésével, fenntartásával kapcsolatos teendőket is el kell látnia.

Az első ilyen családi ebédde szeretnék hagyományt teremteni, ezért sok szeretettel várom a vállalkozó kedvű jelentkezőket, akik folytatják a sort.

Benyó Tibor

Ismét vasárnapi ebéd a Népházban

Április 21-én, vasárnap 13.00 órától

Két fogásos menü:
gulyásleves, vargabéles

Ára: **500 Ft**
(természetesen a büfé nyitva lesz)

A háziasszony:
Laubálné Raffinger Éva

Dal a márciusi bableveshez

Ó, te üstben fortyogó
Bő illatot árasztó
Sok csipetkés csoda
Csülökkel bolondított
Tarkababbal dúsított
Vasárnapi zupa
Háziasszony kímélő
Nyílt tábertűzön fővő
Leveses kaja
Ó, boszorkányos babgulyás
Mit gyomrunk mélyébe ás
A boldog meghívott!
Majd a rétes, tiroli
Az volt ám a papedli
Hamar el is fogyott!
Éljenek az alkotók
A hős önfeláldozók
A HEGYI EMBERKÉK:

Benyó Tibor és Dóra,
A szép Raffinger Éva
És a sok segítség,
Akik a csipetkét
Művészkézzel csipkedték
Bele a levesbe
Örök mély nyomot hagyva
Korgó üres gyomrunkba
S emlékeinkbe.

A magyarok Istenére esküszünk,
esküszünk, hogy mi havonta mind itt
leszünk,
És mindig egy jót eszünk
(Míg el nem megy a jó eszünk) !

Sáringerné Erzsébet

Toll-Hegy

A kultúra luxus?

Ez bizony relatív.

Annak az embernek, akinek nincs igénye rá,
egyáltalán nem az.

•

Akinek igénye van rá,
de nem tudja megfizetni, annak luxus.

•

Akinek igénye van rá és meg is fizeti,
annak szellemi táplálék.

•

Akinek nincs igénye rá, de megfizeti,
az sznob.

•

Akinek van igénye, de nincs ideje rá,
az sajnálatraméltó.

•

Akinek van igénye rá és ideje is lenne,
mégsem él vele, az „lusta”.

•

Akinek van igénye, de nincs ideje rá,
mégis szán rá időt, az tiszteletreméltó.

ÁPRILIS

Áprilisként is Romulus adott nevet a hagyomány szerint, isteni anyjának, Venusnak etruszk neve után (Apru). A szó eredete valószínűleg az „aperire” (kinyitni, feltörni) igére vezethető vissza, ami utal a természet nyiladozására. A hónap római ünnepei általában a termékenységért voltak hivatottak elősegíteni.

Áprilist régen a Bika havának is nevezték. A Bika (Taurus) a zodiákus talán legszebb csillagképe. A harmadik dekád legnépszerűbb szentje után a hónap régi magyar neve Szent György hava.

Április elsején van Hugó napja. Mivel ez a téli napfordulótól számított 100. nap, régen „száznapi” is nevezték. Az indás növények vetőnapja volt, de egyéb munkát nem végeztek ilyenkor, mert a néphit szerint Júdás ezen a napon akasztotta fel magát (kötél-inda), így szerencsétlennek számított. Az „**április bolondja**” vagy „**bolondok napja**” az ókori tavaszkezdő tréfás örömunnepekre vezethető vissza.

Április 24-e **Szent György napja**, amikor a fagyos Kos hava elmúltával végre beköszönt a jó idő. (Ezt kéri a kis dal is: „Süss fel nap, Szent György nap, Kertek alatt a kis bárány majd megfagy”.)

Az egyik legkedvesebb katonaszent, György a legenda szerint Kis-Ázsiában született és Palesztinában halt mártírhálalt Diocletianus alatt. Konstantinápoly védőszentje volt. A cári birodalom Györgyöt a címerébe emelte és később a legmagasabb katonai rendjelet róla nevezte el (györgykereszt). Oroszlánszívű Richárd saját védőszentjének választotta, 1222-től pedig Anglia hivatalos patrónusa lett. Jelvényét – fehér, illetve ezüst alapon vörös kereszt – a legelőkelőbb angol rend, a térdszalagrend viseli. A brit zászló is a skót andrás- és az angol györgykereszt kombinációja.

Hazánkban is korán ismertté vált. A krónikák tanúsága szerint Szent István Szent György és Szent Márton zászlaja alatt verte le Koppányt. Igazán népszerűvé a magyar lovagkorban vált, ezt a Kolozsvári testvérek Prágában látható lovasszobra és a korabeli Szent László képmások mutatják, melyeken a király többnyire györgykeresztes pajzsral látható. Róbert Károly alapította meg a Szent György lovagrendet (1326), amit Zsigmond Sárkányrend néven újított meg (1408). A sárkány a trónkövetelők jelképe lett, akit fiúutód híján le kellett győzni. Innen ered a Szent György ábrázolások legjellemzőbb formája, a sárkányölési jelenet.

Április 25-én ünnepeljük **Márk napját**. Márk a négy evangélista és a 72 tanítvány egyike, akit Pál és Barnabás apostolok magukkal vittek első missziós útjukra, majd Márk Pált Rómába is követte. Zsidó származású volt, eredetileg Johanannak (János) hívták, de mivel nem zsidók között térített, latin nevén (Marcus) vált ismertté. A legenda szerint ő volt az alexandriai egyház alapítója és első püspöke, ott is szenvedett mártírhálalt április 25-én, húsvét napján. Velencei kereskedők ereklyéit magukkal vitték Velencébe (XI. sz.), azóta Márk a város védőszentje. Képzőművészeti ábrázolásokban jelképe a szárnyas oroszlán.

A magyar néphagyományban Márk „elvész a búzában”, ünnepét a „búzaszentelés” szorította háttérbe. A pap ezen a napon a hívekkel együtt kivonul a földekre és a négy égtáj felé hintett szentelt vízzel megáldja a zöld vetést. A nép ezért tulajdonít a búzában varázserőt.

LATIN

A latin **factum** szó jelentése tett, cselekedet, illetve tény, cselekmény. Sokszor használjuk az „ez faktum” (ez tény) kifejezést, immár k betűvel írva.

A jog(szabály), törvény, jogrend latinul ius, ennek ragozott alakja a iure, azaz joggal, jogosan.


Ezek ismeretében már könnyen értelmezhető az alábbi két kifejezés:

de facto – tény szerint

de iure (jure) – jog szerint

A két kifejezés általában egymással szembeállítva használatos. A de facto azt jelenti, hogy valami ténylegesen létezik, bár még nincs jogilag szentesítve, míg a de iure (jure) azt a tényleges és kívánatos állapotot, amely megfelel a jognak, alkotmánynak. A nemzetközi jogban például a de facto elismerés valamely állam, kormány létezésének, területi változásnak tudomásul vétele, vagyis csak korlátozott elismerése, míg a de iure elismerés pl. egy új kormány teljes elismerése, ami általában a diplomáciai kapcsolatok felvételével jár.

JéTéJé



ÓHEGY-HÍREK

polgári havilap

Kiadja: Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete
1037 Budapest, Toronya u. 33.
Telefon: 430-1326

A lapot szerkesztik: Cseresznyák Veronika,
Csige Sándor,
Jármayné Tatár Judit
Piroch Zsuzsa

Hirdetésfelvétel: Óhegy Egyesület
Telefon: 430-1326

Nyomdai előkészítés: DTP-Műhely
grafikai stúdió

Megjelenik: 2.500 példányban

Felelős kiadó: Rajnák László
az egyesület elnöke

Fotók • Fotók

FARSANG, VASÁRNAPI EBÉD, LOCSOLÓBÁL

TABLÓRA KERÜLTÉK A NÉPHÁZBAN ZAJLÓ
RENDEZVÉNYEK FOTÓI

Ígényelhetők a Népházban,
művelődésszervezőknél,
Hiller Adriennél.

Fotók • Fotók

Kerti dolgaink

Április az egyik legszebb kerti hónap. A virágzó gyümölcsfák mellett a hagymások, dísbokrok színesítik házunk környékét. A sok szépség természetesen tennivalókkal is jár. Nézzük ezeket:

Az általános védekezés a lemosás után, kezdődik a gyümölcsfák betegségek elleni védekezése. Ezek egyik legkorábbi – és legfontosabbika a monília elleni védekezés, - elsősorban meggy- és cseresznye- valamint kajszi fáikon.

Virágos cserjéinket, pl. Forzitia, ritkíthatjuk, - de ezeket visszavágni csak virágzás után lehet. Legjobb idő a fák, cserjék ültetésére is. Hőmérséklettől függően elkezdhetjük a dália, kardvirág kiültetését. A zöldsegnővények nagy része is vethető ebben a hónapban. Has a már megtisztított és megszellőztetett gyepen gombás betegséget észlelünk, - permetezzünk, mert sajnos már a gyeppel is vannak ilyen gondok. Megtisztíthatók a halastavak és betelepíthetők.

Madaraink etetését befejezhetjük, azzal segíthetünk, - ha odút vagy fészket ismerünk – tüskés ágakkal akadályozzuk meg, hogy a macskák feljussanak oda.

Egy kívül is szép környezetet gondozó kedves olvasónk hívta fel figyelmem egy jelenségre: Régen szinte minden ház előtt gondozott, vagy legalább karbantartott külső részt, - rézsút lehetett látni. Ma sokan nem törődnek a kerítésen kívüli környezetükkel, sok helyen lerakóhelynek használgák. Közlekedés közben mindannyiunk által látott, külső területekre is fordítsunk gondot.

Legalább a tisztaságra.

Jó munkát kíván:

Ort János kertész

✿ Kertápolás ✿ Permetezés ✿

ORT - KERT
☎ 250-6151

Hegyi referenciakertek!

Kertészbolt

- ✿ Permetezőszerek, rovarító szerek, műtrágyák, vetőmagok
- ✿ Kerti szerszámok, permetezőgépek és alkatrészei
- ✿ Takarító eszközök, spárgák, kötelek
- ✿ Kávéfőző és szifon alkatrészek
- ✿ Konyhafelszerelési eszközök, kerámiák, fonott árúk

Üzletünk a Vörösvári útról megújult környezetbe költözött!

Új cím: 1032 Budapest, Ágoston utca 2.

(Vörösvári úti Plus közért mögötti 10 emeletes ház aljában.)

Nyitva tartás:

Hétfőtől- péntekig: 9.00-18.00, szombaton: 9.00-13.00

Telefon: 240-4447

Törzsvásárlói kártyával kedvezményben részesítjük!



CORAL TOURS

ELKÖLTÖZTÜNK!

Továbbra is szeretettel várjuk Önöket új, tágasabb irodánkban, nagyobb választékkal, változatlan színvonalon!

Ízelítő saját szervezésű repülős útjainkból:

Athén (3 éj R, repülőjegy)	65.000 Ft
Kréta, Cirpus (június, 7 éj FP, repülőjegy)	139.000 Ft
Málta (7 éj R, repülőjegy)	86.500 Ft
Kenya (2 hét TP, repülőjegy)	185.000 Ft
Bali (Indonézia) és Maldív-szigetek verhetetlen áron, Mediterrán Egzotikum (Szicília, Szardínia, Madeira) Mauritius, Mexikó, Sri Lanka...	

és persze nászutak szerte a világon!

HEGYLAKÓKNAK TOVÁBBRA IS 7% KEDVEZMÉNY!

1137 Budapest, Jászai Mari tér 6.

Tel: 412-1212, 412-0101 Fax: 412-1010

nyitvatartás: H-P: 9-19, Sz: 10-14 óráig

www.coraltoours.hu, www.naszut.hu

Hifa-Hungária Egyesület
Hifa (Hilfe für Alle): Segítség Mindenkinnek

**Karitatív
HASZNÁLTRUHA
VÁSÁR**
a
**kárpátaljai árvízkárosultak
megsegítésére**

Szeretettel értesítünk mindenkit, hogy
2002. ÁPRILIS 13-ÁN, 14. -én de. 9-17-ig
„Válogass másokért!” ruha és lakástextil
árúsítást tartunk minden korosztálynak.
Mindenkit szeretettel várunk!

Az árusítás színhelye:

Népházban (Toronya út 33.)
(Az óbudai Eurocentertől a 137-es és 37-es busszal 2 megálló)

Hifa
Fővédnök: Marietta

KÁMÁN MAGASÉPÍTŐ ÉS KER. KFT. ABLAKRENDSZER

NK KÖMERLING
ÚJ, 3-4-5 KAMRÁS PROFILOK

Német profilú műanyag nyílászárók

Bemutató terem:

Budapest III. ker., Erdőalja út 46.

Tel./ Fax: 439-1463, 439-1464

Ismerjük fel és óvjuk természeti kincseinket!

Április hó

Remélem, márciusi sétatáikon sikerült szép virágokkal találkozni a hegyen. Most újabb gyönyörűségekről lesz szó!



Tavaszi hérics
(*Adonis vernalis* L.)

Száraz, meleg, napsütötte lejtősztyeppréteken, karsztbokorerdő tisztásain, sziklagyepekben sokszor már márciusban is találkozhatunk óriási (4-8 cm) fénylő arany-sárga virágaival. Élő növény. Eleinte ülőnek tűnő virágai csalogatják a sok porzóra, termőre az éhes rovarokat. Lassan megnyúlnak a száruk, melye-

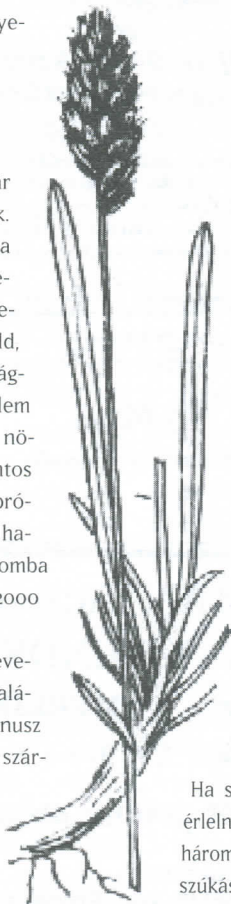
ken többszörösen hasadt, keskenyszálas levelek vannak. Egy gyöktörzsből több szár ered, sokszor 40 cm-re is megnőnek. Hosszú ideig gyönyörködhetünk a nagyszámú (10-20) sárga szíromlevelekben. Később érdekes a bunkószerű terméscsoport, amely először zöld, majd „érés” közben megbarnul. Virágzó hajtásait gyűjtötték, amíg védelem alá nem került. Erősen mérgező növény, az állatok nem legelik. Fontos hatóanyagai miatt természetisével próbálkoznak. Olyan erősen mérgező hatású, hogy kereskedelmi forgalomba nem hozható gyógynövény. III.-V. 2000 Ft. (N.T.E.V.)

Magyar népi neve kaporrózsa, levelei és szép nagy virágai miatt igen találó. Latin nevében az **Adonis** Vénusz kedvesétől, a férfiszépség istenétől származik, a **vernalis**, a vernus - tavasz szóból ered.

Budai nyúlfarkfű

(*Sesleria sadleriana* Janka)

Zárt dolomitsziklagyepek főleg északi oldalán, sziklai bükkösökben, karsztboko-



erdőkben találkozhatunk merev tülevél csomóival. Fűféléként nem dicsekedhet feltűnő színes virágokkal. A sok kis virág tömött, 2-3 cm hosszú, buga virágzatba tömörül. A nyúlfarknyi virágzat fiatalon fénylő, sötét acélkék színével és hosszasan kinyúló, élénk sárga portokjaival teszi látványossá az egyébként jelentéktelen külsejű főcsomót. Védeltségét kis elterjedési területe (Naszály, Budai-hegység, Pilis, Gerecse) és különleges élőhely igénye indokolja. Hazánkban hűvösebb, nyirkosabb időszak növényzetének maradványa (reliktum faj). Tömegesen csak a Budai-hegységben fordul elő. III.-V. 2000 Ft. (N.,T.,E.,V.)

Régi neve: *Sesteria budensis* (Borb.) A. et G. és a magyar **budai** név innen származik. *Sesleria sadleriana*-nak Janka Viktor, a hazai flóra neves kutatója nevezte el **Sadler József**ről (1791-1849), aki a pesti egyetem botanikatanára volt. A magyar **nyúlfarkfű** a virágzat alakjára utal.

Apró nőszirm
(*Iris pumila* L.)

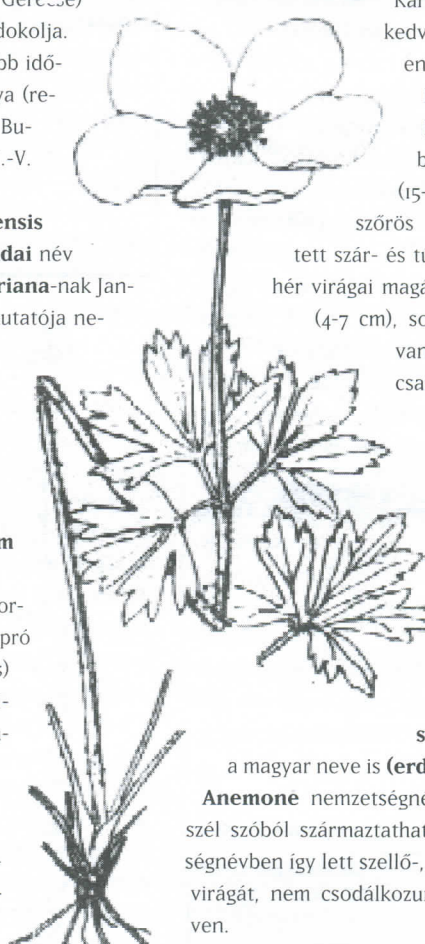
Főleg karsztbokorerdők, sziklagyepek apró termetű (alig 10 cm-es) feltűnően szép halvány-sárga és ibolyakék, nagy virágú tavaszi növénye. Előfordul még löszgyepekben, pusztafüves lejtőkön, sőt szikes réteken is. A nőszirmok között a legkisebb termetű, ún. „szakállas” nőszirm. Ezt a nevet a külső lepelcimpák közepén felálló fehér

szőrökről kapta. Hegyünkön a taposás, kiásás miatt igen veszélyeztetett növény.

Ha sikerül termést érlelnie, akkor nagy, háromrekeszű, hosszúkás toktermése, a sok lapos maggal is szép látvány. IV.-V. 5000 Ft. (N.,T.,E.,V.)

Latin nemzetség neve **Iris**, a görög iris - szivárvány szóból ered. A nemzetség magyar neve a **nőszirm** Diószegei Sámuel-től származik, aki a virág széles, levélszerűen kihajló, szíromszerű bibéiről nevezte el. (A bibe a virág női ivarlevelének része.)

Erdei szellőrózsa (*Anemone sylvestris* L.)



Karsztbokorerdők, mészkedvelő tölgyesek feltűnően szép tavaszi növénye. Közép-európai faj, nálunk a középhegységben fordul elő. Magas (15-40 cm), gyapjasan szőrös szárú növény. Összetett szár- és tülevelei vannak. Hófehér virágai magánosan nőnek, nagyok (4-7 cm), sok porzója és termője van. A tülevelek teljesen csak a virágzás után fejlődnek ki. Szórványos előfordulása, feltűnő szépsége csak fokozza veszélyeztetettségét. Vigyázzunk rá! Mérgező növény. IV.-V. 2000 Ft. (N., T., E., V.)

Latin nevében a **sylvestris** (erdő), és a magyar neve is (**erdei**) élőhelyére utal. Az **Anemone** nemzetségnév a görög anemos - szél szóból származtatható. A magyar nemzetségnévben így lett szellő-, és ha megnézzük szép virágát, nem csodálkozunk a **szellőrózsa** néven.

A májusi „vizontlátásig” sok szabadidőt és jó kirándulásokat kívánok!

Stollmayer Ákosné

Automata öntözőrendszerek

tervezése, kivitelezése

Kertépítés

Tízéves szakmai gyakorlat.
Harminc működő rendszer csak itt a hegyen.
Mérnöki színvonalú munka.

V. 31 Kft., Bp. III., Jablonka u. 51.
Tel.: 250-4557, (06-20) 934-2740

Túlélési stratégiák kezdőknek és haladóknak Így élünk mi

Túlélési stratégiák kezdőknek és haladóknak. Nem is tudom, hol olvastam az alábbi bölcs mondást:

„Akinek nincs gyermeke, nem is tudja, mi az igazi öröm és mi az igazi bánat.”
Kevésbé szépen fogalmaztam egyszer, mentségemre legyen említve, hogy hirtelen felindulásból:

„Gyerek nélkül nem érdemes élni, gyerekekkel meg nem lehet...”

Némi kárörömmel, de határozott déja vu érzéssel olvastam kedves barátném második osztályfőnöki óráját. Az eredményt előre borítékolom. (Továbbra is várjuk rovatunkba ez elméleti és gyakorlati tudnivalók közkinccsé tehető gyűjteményeit)

(a szerk.)

Második óra...

1. Tisztálkodás

Mosni nem csak a ruhaneműt kell, hanem azt is, ami benne van. Testünkkel sok mindent csinálhatunk, de ha annak tisztításáról beszélünk, azt **mosakodásnak** nevezzük (visszaható ige). Az erre a tevékenységre felszólító leggyakoribb mondat, mint a „Menj fürödni!” vagy „Mosakodj meg!” a több generációs családokban nem annyira közkedvelt, kiváltképp a fiatalabb generáció tanúsít kisebb vagy nagyobb ellenállást ezek hallatán. Nem ritkán a szelektív hallás demonstrálható tökéletesen eme buzdítások elhangzása kapcsán az ezekre való reakció tömeges elmaradásával.

A mosakodást végezhetjük **szappannal** vagy **tusfürdővel**. És vízzel. Ez utóbbi nélkül sz. t sem ér az egész. Bevizezzük a kezünket, beszappanozzuk (ugyanaz a menet tusfürdő esetén is), majd habos kezünkkel rávisszük a tisztító anyagot testünkre. Utána vízzel leöblítjük az immár maszatot habot. Ezen tisztálkodási folyamatot végezhetjük zuhanyfülkében vagy fürdőkádban. A kettő között az a különbség, hogy a zuhanyozóban normális esetben állunk, míg a fürdőkádban kombinálhatjuk az állást az üléssel. Ez utóbbi nagyobb szabadságra ad lehetőséget, változatossá tehető. S mint tudjuk, varietas delectat. Ez pedig – valljuk be –, figyelemreméltó.

2. A fürdőkád

Két eset fordulhat elő. **Fürdünk** vagy **zuhanyozunk**. Fürdés esetén először bedugjuk a kádat, majd kinyitjuk a vízcsapot. A két tevékenység nem felcserélendő, mert ha megengedjük a vizet, de nem dugjuk be rögtön a kádat, előfordulhat, hogy elfelejtjük és a víz csak folyik, folyik és a lassan konvertibilissé váló forintok haszontalanul és visszafordíthatatlanul elfolynak a lefolyóba. Az ajánlott

esetben is figyelni kell azonban, mert ha helyesen is cselekszünk, de elfelejtjük elzárni a csapot időben, akkor a víz (ami nagy úr) egy idő után ellepi a fürdőszobát, rosszabb esetben a lakás többi részét is, sőt az alsó szomszédunkkal (ha van ilyen) való jövőbeni viszonyunkat is megpecsételi.

A kádba tehetünk egy kis habfürdőt vagy fürdőolajat, de használhatjuk az előbb említett szereket is. A szermennyiségre figyeljünk. Az „annyit tegyünk bele, amennyit felvesz” kezdetű, receptkönyvben olvasható mondat nem itt alkalmazandó.

A fürdőkádban való zuhanyozás esetén, tehát folyóvíznél, ildomos először állva a köldök alatti fertályt megmosni, hogy ne fázzunk. Ezután következhet a felsőtest, de ez már ülve, mert ha nem, fennáll a veszélye annak, hogy tetemes mennyiségű víz kerül a fürdőszoba kövezetére a későbbiekben többszintű bosszúságot okozván. E történet nevezetesen kőkemény anyázást indukálhat a később idetevődő egyének körében, nem beszélve az elcsúszás veszélyéről, melynek bekövetkezése kapcsán, ha a nyaktörést, és így a hullaházat el is kerüljük, többnapos kórházi kezelésre azért szorulhatunk.

3. Törülközés

Miután elzártuk a csapot, magunkra terítjük a törülközőt, imígyen szárogatva fel a nedveséget testünkről. Jó, ha a törülközőt a törülközőtartóról tudjuk leszedni, ahova előzőleg akkurátusan felterítettük, ugyanis ha lehánytuk valahova, akkor bebűdösödhet vagy vizes maradhat, és így veszélyben a szárazra törlés művelete. A szárítkozást viszont, – ellentétben a mosdással –, felülről kezdjük, úgyszintén a didergés elkerülése céljából. A lábfejünk elérése után azonban időzzünk el itt egy kicsit, amennyiben a lábujjaink közül alaposan, szép sorjában itassuk fel az ottrekedt vizet, hogy ezzel

megelőzzük a patikában kenőcsért sorbanállás fölösleges aktusát.

Miután szárazak lettünk, lépünk bele a kád mellett levő papucsunkba, már amennyiben ott van. Ha nincs ott mégsem, akkor vagy nem ott hagytuk, vagy valaki furfangosan kicsempészte onnan, miközben testünk fárasztó és nagy koncentrációt igénylő tisztogatásával foglalkoztunk. Ez utóbbi azonban csak az esetek elemyésző százalékában fordul elő.

Ha mindezzel végeztünk, ruhát öltünk. Hogy éjszakai vagy nappali öltözetek-e, ez függ a napszaktól, illetve a foglalkozásunktól. Igen bonyolult konstelláció is előadódhat, amennyiben például éjjeli örök vagy bárzongoristák vagyunk.

4. Fogmosás

Igen. A fogakat mosni kell. Nem a különböző szerkentyűk fogaskerekeiről beszélnek, hanem a szájban levő fogakról, ha még vannak. Alap esetben naponta kétszer végezzük e tevékenységet, reggel és este. Úgy lehet megjegyezni a két időpontot, hogy az ágyra asszociálunk, vagyis amikor onnan felkelünk, illetve abba belefekszünk, akkor aktuális e tett. Még jobb, ha minden étkezés után fogat tudunk mosni, de ezt inkább hagyjuk, mert nem szeretném, ha e sorok olvasója „ez hülye!” felkiáltással egy mozdulattal a sutba dobna a jelen írást.

Tehát. A fogmosást fogkefével és fogkrémmel végezzük. Ha fogmosó pohár is van, az nagymértékben megkönnyíti a fogápolás menetét. A fogkrémes tubusból némi fogkrém mennyiséget nyomunk a fogkefe szőrös részére. Nem annyit, hogy a fele belecsússzon a mosdóba, hiszen az kidobott pénz, hanem épp megfelelő mennyiséget. Hogy mennyit, arra majd némi gyakorlás után rájövünk. A tubust ezután lezárjuk vagy visszatekerjük rá a kupakot (tubusa válogatja), ugyanis beszáradhat a krém, ha nyitva hagyjuk. Az sem mellékes, hogy honnan nyomjuk a krémet kifelé. Ildomos a végétől indítani, és ha hagyja magát, visszatekerni kicsit a tubus végét. Így elkerüljük a legközelebbi alkalommal, hogy sokat kintlódjunk vele, valamint így lehet a tubusból a krém írmagját is kinyomni és felhasználni, ezzel elkerülvén a pazarlás súlyos vétjét.

A fogakat alaposan, öblítés után megkeféljük. Mindenkinek ki kell, hogy alakuljon egy menetrend, hogy milyen sorrendben végzi a fogak tisztítását. Elöl és hátul, balra és jobbra, fönt és lent. Egyszóval mindenhol, a fogak felszínét is és a fogközöket is. Csak így érhető el, hogy az alattomosan, szemtelenül ott megbúvó ételmaradékokat onnan kicsalogassuk. Mert szép szóval bizony nem jönnek ki. Ha pedig ott maradnak, elkezdik bomlasztani az ép fogakat, ez pedig nem jó. Nagyon nem jó. Későbbi fájdalmakat, keserűséget, költsé-

ges fogorvosi viziteket spórolhatunk meg ezzel. A fogkrémes mosás után kiöblítjük a szánkat, többször is egymás után, amivel egyrészt a kikévelt maszatok kiköpődnek (persze ha köpünk és nem nyeljük le az egészet úgy, ahogy van), másrészt a habot is megszüntetjük. Nagyon kellemetlen, ha az emberre rásütik, hogy habzik a szája.

Egy idő után ez az egész teljesen automatikussá válik. Bizisten.

JéTéJé

SZOMORÚ SZALÁMI A SZAKADÉK SZÉLÉN

Salome!

Szalámi vagyok. Elmesélem Önöknek röviden történetemet, nagyon tanulságos.

Régebben hallottam, hogy egy szaláminak az élete legszebb pillanata az, amikor a hentes pultnál egy vevő rámutat, hogy ezt a gyönyörű darabot kérem! Ezt már csak az tetőzi be, amikor jóízűen, dicséző szavakkal megeszik.

Szóval, amint a füstölőben lógtam, egyszer csak megpillantottam a kolbászt. Hát azt látniuk kellett volna! Szépen, kecsesen, soványan himbálózott. Jaj de szeretnék én is ilyen lenni! – gondoltam s csak füstölögtem magamban. Ekkor

kipattant a szikra, megvan! Majd kiugrottam a bőromból.

Elkészültem után megszöktem, elmentem egy plasztikai sebészhez. Elmondtam kérésemet, ő vállalta a műtétet. Innen is levágott egy kicsit, onnan is levágott egy kicsit. A bőromet is átszabta. Mikor készen lettem, elégedetten nyugtáztam a tükör előtt, hogy most már én is olyan szép sudár vagyok, mint a kolbász.

Visszasiettem és beosontam a többiek közé. Nem sokkal később jött egy áruszállító hűtökocsi, majd szétszórttak minket a hentesboltok között. Így kerültem ide. Na de hogy aztán mi történt!

Egyre másra jöttek a vevők, s szalámi társaim mind elfogytak mellőlem. Egyszer csak bejött egy asszony nagy bevásárlószatyorral az egyik kezében, a másik kezébe egy fiúcska csimpaszkodott. A gyerek kérte a mamáját, hogy vegyen neki szalámit. A mama erre azt mondta, hogy úgy látszik, elfogyott, majd máshol vesznek. Mire a hentes közbeszólt: „Asszonyom! Szerencséje van, van még egy utolsó szalámim!” Ezzel a kezébe fogott. Mire az asszony sandán rámosolygott: „Na de uram! Ezt a satnya, gebe, vékony szalámit akarja rám szólni? Hát ez olyan, mint egy kolbász! Én szalámit szeretnék venni!” Ezzel kifordult az ajtón.

Ennél nagyobb sértést szalámi még nem szenvedett el életében. Lehet, hogy senki nem fog szeretni? Kérem, (v)egyenek meg!

JéTéJé

ENNYI IS ELÉG...

Fészekből kiesett ártatlan kis test,
Elárvult, elnemt, puha és meleg
Kicsiny madárfióka, szárnyaszegett.

Megláttam, amint lent a földön hevert.
Szárnyával verdeste mindkét kezemet,
Melyekből életerőt meríthetett.

Két tenyerem óvó fészket imitált,
Párnácskái között otthonra talált,
Elkerülte a leselkedő halált...

1999.okt.18.

Kertek rendszeres fűnyírását vállalom. Érdeklődni 18.00 óra után lehet a 06-30-9864-804-es telefonszámon.

A DOHÁNYZÁS ÁRTALMAI ÉS ABBAHAGYÁSA

A dohányzás valószínűleg a légzőszervekben okoz a legdrámaibb károsodást.

A dohányfüstben néhány ezer anyagot mutattak ki, kiemelendő a nikotin, kátrány, szén-monoxid, benzpirének és a nitrózaminok. A nikotint tartják a függőség okozójának, míg a kátrány, benzpirén és nitrózamin bizonyítottan rákkeltőek. A nikotin függőség jellemzői: tolerancia, elvonási tünetek, sikertelen leszokási kísérletek.

A dohányzás által kiváltott kóros változások nagyjából a következők lehetnek:

1. Légzőszervek. Az egyik leggyakoribb daganatos betegség a tüdőrák. Viszont a gége, száj, hólyagrák kialakulásában is vezető tényező.

2. Kardiovaszkuláris (szív és érrendszeri) betegségek. A cigarettázás károsítja a verőereket belülről borító endothel sejteket, ez fokozza az érelmeszesedés kialakulását. A koszorúér betegek mortalitása 70 %-kal nagyobb a cigarettázókban, mint a nem dohányzóknál. Rizikófaktora lehet a perifériás érrendszer, főleg alsó lábszár érszűkületének és az agyvérzéses jelenségeknek is.

3. Már a fiatal, még nem terhes nők fogamzását

és a születendő gyermek egészségét is károsítja. A dohányzó nők újszülöttjeinek születési súlya mindig kevesebb a másik csoporttal összehasonlítva.

4. Egyéb szervek. A cigarettázás hátráltatja a gyomor és nyombélfekély gyógyulását. A depressziós betegeknek gyakoribb a dohányzás, nehezebben is szoknak le róla.

5. A „PASSZÍV” dohányzás szintén ártalmas! A nem dohányzó kollegák, családtagoknak gyakran ég a szemük, Közöttük is gyakoribb a tüdőrákos, a levegőbe jutó anyagokból ugyanúgy „részesülnek”. Az ilyen családok gyerekeinek gyakoribb a légúti betegség, középfülgyulladás.

Leszokás a dohányzásról!!!

Ideális megoldás lenne a rászokás megátlása. Ez mindaddig lehetetlen amíg a füstölés negatív példája vonzó a fiatalok számára.

Sokan szeretnék már leszokni, de kevés a sikerek aránya. Kb. 20-25 %.

Fontos az érvelő rábeszélés:

1. A betegségek kockázata szignifikánsan csökken.
2. A korral járó légzőfunkciók romlása lassul.
3. A krónikus tüdőbetegségek tünetei enyhülnek!
4. A tüdőrák kockázata szintén csökken.

Hátrányok:

1. A cigarettázás feladása általában testsúlynövekedést idéz elő, mert megváltozik az étvágy, az alap

anyagcsere. Intenzív testmozgással ez kivédhető!

2. Ha depresszió áll a dohányzás mögött, az orvos átmenetileg bupropion tartalmú gyógyszert ír fel, melyhez nem lehet hozzászokni. Szinte észrevétlenül elhagyja ilyenkor a dohányos a füstölést, növekedett az akaraterje, jobb a hangulata.

3. A leszokáshoz egy kellemes időszakot jelöljünk ki magunknak, nem amikor sok problémánk merül fel.

4. A patikában is már rendelkezésre állnak bizonyos készítmények, melyek elősegítik a leszokást. NIKOTINOS RÁGÓGUMI 2-4 mg nikotint tartalmaz, a beteg a rágással maga befolyásolja az elvonási tünetek megjelenését.

5. Transzdermális tapasz, amely nikotint tartalmaz. Kb. 6 héten át mindennap használják, de lehetőleg a bőr más más felületére tegyék a bőrirritáció miatt.

6. A nem nikotinos készítmények közül a bupropion és a buspiron használatos, mint hatóanyag. Az előbbi már említettem, antidepresszáns vegyület. Az utóbbinak sem sedatív, sem izomrelaxans hatása nincs.

ÁTMENETI GYÓGYSZERHASZNÁLATTAL és NIKOTIN TARTALMÚ RÁGÓGUMIVAL már nagyon sokan leszoktak a dohányzásról és kb.50 %-uk nem is szokott vissza többé e mutató, de káros szenvedélyre.

Köszegi Péterné

Gyógyszerész, Marti@eposta.hu

Konyha és vidéke

Rideg Sándor, csodálatos regénye első soraiban arra int, hogy nem nevezheti magát művelt embernek, aki nem olvasta a bakterház történetét. Elhíhetjük neki.

Én meg azt mondom, hogy senki nem lehet kiegyensúlyozott, bölcs és boldog, ha nem olvasta Hamvas könyvét. Akadhatnak kiválasztottak, akik maguktól érzik meg a világ nagy, kerek, igazságát. Nekik, pusztán a gyönyörűségért ajánlom a művet.

Ennek a könyvnek egyetlen oldalán több intellektuális élvezet van, mint az összes televíziós műsor egész évi erőlködésében.

A borok és az ételsorok leírásának arisztokratikus igényessége magával ragad.

Ha az „arisztokratikus” kifejezés, valakit, rossz beidegződése miatt, zavar – helyettesítse, tökéletessel, vagy nagyszerűvel. Nem lesz ugyan pontos, de jobb a békesség.

Az elmúlt napok másik kedves olvasmányá volt: Kiszely Istvánnak – ősi ételkultúránk c. írása.

Nagyon fontos lenne végre több figyelmet fordítani nemzeti konyhánkra, amely még száz évvel ezelőtt is nagyok és híresnek számított a világban. A múlt század közepének, mindent romboló hatására azonban nemzetközivé vált. Az igénytelenség azóta is tombol.

Ha a „nemzeti” kifejezés, valakit, rossz beidegződése miatt zavar – neki nem tudok alternatívát ajánlani. Ítéletemet pedig nem tudnám úgy megfogalmazni, hogy a képernyőmon ne jelenjen meg a figyelmeztetés, „Ilyen szót nem illik papírra /képernyőre/ vinni.”

Jelen világunkban elengedhetetlen, hogy Hamvast, Tamási Áront, Krúdy Gyulát olvassunk, hogy ne váljunk újkori barbárokká.

Az evolúció a múlt század közepén érte el azt a pontot, amikor a Homo Sapiens a maga útján kétféle indult el. Az egyik az EMBER, a másik /csupa kisbetűvel/ a „fogyasztó”.

Hogy az utóbbivá válást elkerülhessük a következőket kell olvasnunk, és követnünk.

„Mint már mondtam, s e tételem mellett ki kell tartanom, a legfontosabb és legáltalánosabb borágy a disznóhús. Másodsorban figyelembe veendő a saját zsirjában sült hizott liba, októberben és novemberben, vörös-káposztával, krumpligombóccal, és benne sült bőr-ranett almával. Ha ennek az ételnek idénye van, kéthetenként meg kell ismételni. Előtte ráklevés, utána mokka vagyogyorókrémtorta.

Két vagy háromféle bort kell inni, éspedig: fiatal és könnyű vöröset, főleg badacsonyit, vagy csopakit, végül Szentgyörgyhegyen termelt rajnai rizlinget.”

Ha csak ennyit olvasnánk Hamvastól – már akkor is távolabb kerülnénk a barbárságtól. De folytassuk csak máshol!

„Ennyit most hamarjában a húsokról. Kizárólag ivásra /nyáron vagy kora ősszel a verandán/ összegyűlt férfitársaság számára egyetlenegy ételt ajánlok. Vajastésztában sült vegyes darált húst. A hús összetétele: egy rész kockára vágott füstölt szalonna, két rész disznóhús, egy rész birkahús, egy rész szárnyas, egy rész libamáj, egy rész velő. Kéves hagymával, borssal, petrezselyemmel és beledarált leveszöldséggel. Tárkony nem szokott ártani. Langyosan kell enni. Sokan egészen melegen szeretik, s én magam is ezek közé tartozom.”

Akit a fenti sorok nem indítanak meg – az menthetetlen, barbár, már-már szcientifista, akivel nem is érdemes foglalkoznunk. És újra Hamvastól:

„A **szcientifizmusra jellemző, hogy nem ismeri a szerelmet, hanem a szexuális ösztönt, - nem dolgozik, hanem termel, - nem alszik, hanem biológiai energiáit restaurálja, - nem húst, krumplit, szilvát, körtét, almát, mézes vajas kenyeret eszik, hanem kalóriát, vitamint, szénhid-

rátot és fehérjét, nem bort iszik, hanem alkoholt, hetenként méri a testsúlyát, ha a feje fáj, nyolcféle port vesz be, amikor a musttól hasmenése van, orvoshoz rohan, az ember életkorának növekedéséről vitatkozik, a higiéne kérdéseit megoldhatatlannak tartja, mert a körömkefét meg tudja mosni szappannal, a szappant meg tudja mosni vízzel, de a vizet nem tudja megmosni semmivel”

Kérek, tehát mindenkit, hogy térjen észre! Alkosson minden héten egy új ételkölteményt! Olvasson naponta legalább kétszáz oldalt, a legnépszerűbb irodalomból.

Igyon jó borokat, és tiltsa el gyermekeit a televízió elől.

Csak így kerülhető el hogy az evolúció mellékvágányára, tévútjára kerüljünk.

Befejezésül – újra Hamvas Béla:

„És jegyezd meg jól, hogy az utolsó pillanatig nem vesztél el. Nem vagy kívülről kárhozatra ítélve. Te magad tartod magad kárhozatban. Minden tőled függ. Minden lélek egésznek születik és egészségét nem veszítheti el. Légy okos, szerezd vissza egészségedet.”

Pirchala István

* a forrásra vonatkozóan információ a szerzőtől kérhető

(a szerk.)

** szcientizmus lat el., fil {Bakos Ferenc: Idegen szavak és kifejezések szótára 1974.}

1. természettudományos világnézet
2. a társadalomra vonatkozó sajátos törvények és az emberi viszonylatok elkerülhetetlen szubjektív jellegének tagadásával a természettudományok módszerének túlzott és egyoldalú kiterjesztése a társadalomtudományi kutatásra

(a szerk.)

Óbudán, itt helyben, fent a hegyen

Remete Panzió és Étterem

színvonalas szállodai szolgáltatásokkal várja vendégeit.

Hegylakóknak 10% engedmény!

Cím: 1037 Bp., Remetehegyi út 91. Telefon: 368-4248, 250-3437

1037 Budapest
Farkastorki-
Királyhelmece út sarok
Telefon: 387-9547



Rendelési idő:
hétfő-péntek: 9-11, 16-19
szombat: 9-11
vasárnap: 17-19

Kötelező veszélyesség elleni oltásra kijelölt rendelő

VÉDŐOLTÁSOK BEADÁSA HÁZNÁL IS,
HASI ÉS SZÍVULTRAHANG
ELŐZETES BEJELENTKEZÉS ALAPJÁN,
EKG-SZAKVIZSGÁLAT,
SEBÉSZETI-SZÜLÉSZETI BEAVATKOZÁSOK,
RÖNTGENVIZSGÁLAT

Iskolai hírek

1 Örömmel számolunk be a tanulmányi versenyek márciusi eseményeiről:

A kerületi magyar nyelvtan és helyesírás verseny 36 fő 3. osztályos indulója között Gazsi Tilda 3. helyezést, Ambrus Borbála oklevelet szerzett. A 4. osztályosok között Török Réka a 7., Molnár Sarolta a 13. helyen végzett.

Különösen büszkék vagyunk Mező Virág 4. osztályos tanulónkra, aki a Bendegúz Gyermekek-és Ifjúsági Akadémia által szervezett **nyelvész verseny megyei fordulóján** VI. helyezést ért el.

Matematikából a kerületi fordulón a 3. évfolyamosok versenyében Matolcsy Balázs 5. lett, Kérges János pedig a 7. helyet szerezte meg.

A 4. évfolyamosok között induló Gleich Barbara és Gazsi Zoltán holtversenyben az 5. helyezést érték el.

A Zrínyi matematika versenyen a hagyományokhoz híven sok tanulónk mérette meg magát. Idén is 18 fő vett részt és többségük, ha nem is ért el pontszerző helyet, de a biztos tudást igénylő középmezőnyben végzett.

Továbbra is támogatjuk, biztatjuk tanulóinkat az iskolán kívüli megmérettetésekben való részvétellel.

Egyértelműen bebizonyosodik, hogy tanulóink többnyire az élmezőnyben végeznek, de szinte mindig az átlagnál jobban szerepelnek.

Köszönjük a felkészítők és a résztvevők munkáját is.

2.) Idén is megemlékeztünk március 26-án iskolánk névadójáról, II. Rákóczi Ferencről.

Ezen a napon az első órán osztálykeretekben elemezték a diákok a minőségbiztosítással kapcsolatosan kiadott kérdőívek tapasztalatait, és foglalkoztak meg javaslataikat társaik és az iskola vezetés részére, a még jobb munkavégzés érdekében.

A javaslataikat az osztályok összegezték és megbízott képviselőik a Diákönkormányzat közgyűlésén ismertették véleményüket.

Javaslatok hangoztak el a tisztaság, az egymásra figyelés, a szabadidővel való gazdálkodás és a még jobb tanulási feltételek témakörében.

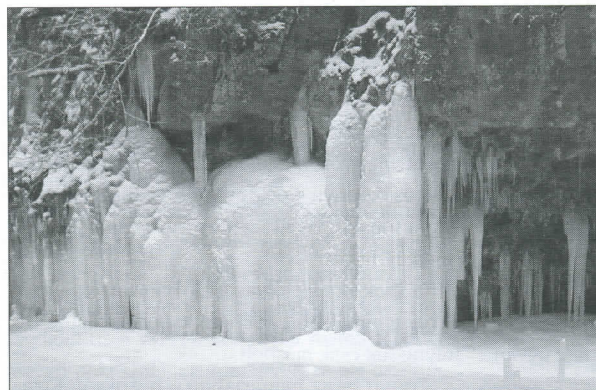
Vélemények ütköztek kulturált formában. Elmondhatjuk, hogy most tanulóink nemcsak átérték, de gyakorolták is a demokráciát.

A gyűlés végén szép műsorral ünnepeltük meg Rákóczi születésének napját. Az ünnepély keretében került átadásra sok igazgatói dicséret és **intézményünk legrangosabb kitüntetése, a Rákóczi Jelvény**, melyet több éven keresztül nyújtott tanulmányi és kiemelkedő közösségi tevékenységéért most 8 tanulóknak: Gleich Barbara 4. osztályos, Bíró Nóra és Török Gergő 5. osztályos, Tower Edvina 6. osztályos és Balla Szabolcs, Soós Márton, Ta-

kács Rita és Turtsányi Bence 8. osztályos tanulók.

Reméljük, példájukat a következő években is sokan követik.

3.) Tanulóink közül **sokan szívesen túráznak:**



A kanyonokban jégpáncélba burkolózott zuhatagok morajlottak.

Idén tavasszal is, már-már hagyománnyá válna túrát szerveztünk a Szlovák paradicsomba Erdőaljas diákokkal és szüleikkel.

Gyönyörködtünk a Magas-Tátra havas csúcsaiban és csatangoltunk a Tarpataki-vízesés mellett havas tájakon. Jártunk a 90m-es Fátyol vízesésnél, melyet a körülötte levő függőhidakról és létrákról lehet bejárni.

A két túranap alatt összesen 4 szurdokvölgy szépségeiben gyönyörködhattunk.

Jövőre újra elmegyünk.

A tavalyi évi sikeres Tisza túrán felbuzdulva **idén is szervezünk egy hasonló eseménydús programot.**

Július 31-én indulunk Tiszabecsrre. Innen másnap hajnalban indulnak velünk a buszok Kárpátaljára a hegyek közé a Tisza felsőfolyásához. Végig kíséri minket busz, mely szállítja a felszereléseket. A kisebb gyermekek mentőmellényt kapnak. Túrazvezető lesz velünk végig. Reggeli, és esténként meleg vacsora vár minket. A kárpátaljai két éjszaka után hazai vízeken evezünk tovább

/Tiszabecs-Szatmárcseke-Tiszamogyorós-Gergelyugornya/ 7 éjszaka/8 nap.

Az utolsó szálláshelyen megmártozunk megint a kellemes termálfürdő vizében is.

Minden régi és mostani Erdőaljást és családját szeretettel várjuk.

A részletekkel kapcsolatban Szirtes Csaba tanár urat keressék meg.

4.) Várjuk jövőendő első osztályosaink beiratkozását. A beiratkozás április 25-én csütörtökön, és 26-án pénteken lesz.

A tájékoztató plakátokon minden fontos információt megtalálnak majd. Ennek ellenére előzetesen jelezzük, hogy a szülőnek feltétlenül magával kell hozni a gyermek születési anyakönyvi kivonatát, a lakcím nyilvántartó lap-

ját, és az óvodai vagy nevelési tanácsadói javaslatot.

A további tudnivalókat a beiratkozás alkalmával személyesen mondjuk el.

Szeretettel várjuk a leendő első osztályos kisgyermeküket és kedves szüleiket.

Marótiné Horváth Gizella
igazgató

Élelmiszer – ital – vegyiáru ingyenes házhoz szállítása

Sütés-főzés? Takarítás? Otthon vagy az irodában?
NE CIPEKEDJEN, RENDELJEN!
Csak egy telefon vagy fax, a többi a mi dolgunk!

Kérje részletes katalógusunkat!
Tel.: 387-6603. Fax: 387-6604

Ízelítő árainkból:

Vénusz étolaj	279
Nescafe Classic utántöltő 75 g	599
Delma light 500 g	179
Omnia 250 g	499
Theodora Quelle 1,5 l	99
Győri pilóta 670 g	699
Margitszigeti 1,5 l	119
Milli tej 1,5%-2,8 %	199
Hohes-C üdítők 1 l	279
Szilvia kéztörölő 2 db	239
Mokkacukor 500 g	139
Darling konzerv 400 g	149
Kristálycukor 1 kg	199
Crepto eü. papír 12 tekerces	449
Pickwick gyümölcssteák	259
Completa utántöltő 200 g	329

- Szállítási vagy egyéb felár nincs!
- Több mint 1200 árucikk, egyéni igények kielégítése!
- A betétdíjas üvegeket visszaváltjuk!
- Kiszállítás akár a rendelés napján!

„Folytatjuk?!”

– cinkos mosollyal és nagy lelkesedéssel köszöntöttek minap ismerőseim az utcán. „Folytatjuk?” – kérdezték kollégáim közül is néhányan. Folytatjuk! Hogyne folytatnánk. Hiszen márciusi számban még csak éppen megnyitottuk – helytörténeti sorozatunkban – iskolánk kapuját (1948. április 4.), és a figyelmes olvasó észrevehette, hogy az az iskolaépület nem ez.

A változások szerencsére fejlődést hoztak, de a **hegyen lakók önfeláldozó munkája** soha sem hiányzott: Az első, 1947-48-as tanévet 54 gyermek fejezte be, és a következő őszi, augusztus 31-én sajnálattal kellett tudomásul vennünk, hogy az Óbudán folyó nagyszabású építkezések (Sztálin-híd, fűgyűjtő-csatorna, lakásépítkezés stb.) miatt a Főváros nem tudja az iskola építését befejezni. A tábor-hegyi és testvér-hegyi gyerekek tehát tanterem hiányában, az erre a célra ideiglenesen használt orvosi és a kicsike napközis szobában zsúfolódtak össze két-két osztályonként.

A gyermekek és a tanítás hátrányos helyzetét felismerve rögtönzött értekezleten jelentette be az MDP III/9 vezetősége, hogy a párttagok rohammunkával végzik el az építkezést. Nem csak a párttagok, de a szülők, a hegyvidék egész lakossága, öregek és fiatalok, férfiak és nők egyaránt segítettek szabad hétköznapjaikon, főként azonban szabad vasárnapjaikon. Már 1949 szeptemberének első napjaiban hozzákezdtek a földmunkákhoz, mészsoltáshoz, a téglák rakásához. A munkanapló tanúsága szerint december 18-ig tevékenykedtek az óbudai üzemek támogatásával, akik anyaggal és munkaerővel egyaránt segítettek az építkezést. A rendelkezésre álló idő rövid volt, a tanterem siralmas állapotban, a folyosók és a tetőtér felkészén álltak. Fel kellett hát venni a pártkörzet csoportjaiba kőműveseket, akik mellé beoszthatták az önként jelentkező rohammunkásokat.

A fizetésükre szükséges pénzalap az 1948. november 27-én megtartott első kultúresten jött

létre. Az iskola előcsarnokában előadott műsor több mint két és félezer forintos bevételt jelentett, hiszen a tiszteletjegyeket Óbuda üzemében és nyomdáiban is elhelyezték, a büfét pedig a **szülők és a környék lakossága adta össze. (Ezt a hagyományt azóta is lelkesen ápolják az érintett felek).** Akkor tehát elkészülhetett a tantestületi szoba és a hiányzó lépcsőház ideiglenes védőfala.

A szülői munkaközösség akkori elnöke, Lerner Gábor ezen a kultúresten jelentette be, hogy a III/9 körzet kezdeményezésére **kialakult nagy társadalmi összefogás** és az építkezés **komoly eredményei** láttán a Főváros bekapcsolódik, sőt átveszi a szülőktől a további feladatokat. Ez akkor közel 1 millió Ft költséget jelentett a szülők által téglával kirakott tanterem szabályos beton padlózatot kapott 1949 januárjában, bevezették a villanyt(!) és a vizet(!), és megérkezett a modern iskola-be rendezés is. A második félévben a tanítás az elkészült új tanteremben kezdődött meg. A hegyvidék több problémájának rendezése kapcsán még ebben az évben megoldották az iskola csatornázásának kérdését, hiszen a korszerű mellékhelyiségeken kívül még zuhanyozót (!) is építettek a gyerek számára.

A lakosság iskola mellé tömörítése mellett már akkor is komoly eredményeket ért el ez a pazar fekvésű, igényes, modern intézmény tanulmányi vonalon is. Különösen Nezvál elvtárs távozása után a III. kerületi Tanács Közoktatási Osztályán sok meg nem értéssel és indokolatlan féltékenységgel kel-

lett szembesülnie. A régebbi tervezési hibákat kijavították.

1949. április 4-én Nezvál elvtárs, már mint a Fővárosi Tanács képviselője ünnepélyesen adta át az április 2-án 115 tanulóval indult, évente egy osztállyal bővülő iskolát. 1955-ben már 271 fő tanult itt.

1950. március elsején önállósították az intézményt, különválasztották a Vörösvári úti iskolától és önálló igazgatás alá került, önálló testülettel. Így kezdődött. Tehát...Folytatjuk!

Kádár Eszter

Eladó egy kisméretű fekete Hofmann-Czerny páncéltökés zongora.
Tel: 388-2374 vagy 06-30-999-8268
(Bérci Mária)

Nyájas Olvasó!

A dokumentumokat és visszaemlékezéseket is tartalmazó iskolai Emlékkönyv már csak korlátozott számban kapható a nevezett helyen, mégis szíves figyelmébe ajánlom azt, hiszen itt helyszűke miatt vissza nem adhatók izes történetei.

FESTÉKÁRUHÁZ-DISZKONT

Budapest XIII., Véső u. 5. Telefon: 350-77-59
Budapest III., Vörösvári út 125. Telefon/fax: 367-34-14
Budapest II., Budakeszi út 55. Telefon: 392-04-00

AKCIÓ! Hőszigetelő vakolatrendszer 2629 FT/nm-től

Díszstukkók nagy választékban!

Gipszkarton kapható!

Számítógépes színkeverés: bel- és kültéri falfestékek, zománcok, lazúrok.
Számítógépes színtervezés*: nálunk megláthatja otthonát az elképzelt színekben!
Festéktutár:** a vásárolt termékeket haza is szállítjuk!

Színtervezés és házhoz szállítás időpont-egyeztetése: 288-08-18

*50 000 Ft feletti vásárlás esetén a színtervezés és a házhoz szállítás Budapesten ingyenes.

Caparol mosható !! falfesték 16 l	3590 Ft	Trinát fehér zománc 5 l	4520 Ft
CMC tapétaragasztó 1 kg	340 Ft	Padlopon aljzatkiegyenlítő 25 kg	2520 Ft
Héra jól takaró falfesték 16 l	3940 Ft	Trinát mestertapasztó 1 l	1100 Ft
Metylan tapétaragasztó 125 g	560 Ft	Modellgipsz 40 kg	1400 Ft
Diszperzit falfesték 16 l	3590 Ft	Modakril külső falfesték, fehér 25 kg	10240 Ft
Mester puhab 500 ml	970 Ft	Rigips glettgipsz 5 kg	860 Ft
Polifarbe falfesték	2290 Ft	Homlokzati külső falfesték 25 kg	7200 Ft
Festhető fugatömítő 310 ml	360 Ft	Fehér glettgipsz 25 kg	1800 Ft
Trinát alapozó 0,75 l	750 Ft	Prolux magasfényű parkettalakk 4 l	3920 Ft
Evipass	250 Ft	Rigips glettgipsz 25 kg	2590 Ft
Trinát alapozó 5 l	4080 Ft	Lignodekor falazúr színekben 1 l	1070 Ft
Fűrészpors tapéta, Eugranna	850 Ft-tól	Rigips kézivakolat 25 kg	2390 Ft
Trinát korroziógátló alapozó 1 l	1000 Ft	Bostik csemperagasztó 6 kg	2620 Ft
Úvegsvövet-tapéta 25 nm	8200 Ft-tól	Trinát fehér zománc 1 l	1000 Ft
Trinát fehér zománc 1 l	1000 Ft	Olajfesték fehér 2,5 l	2070 Ft
Csemperagasztó fagyálló 25 kg	1100 Ft	Bostik PVC-, szőnyegragasztó 6 kg	3670 Ft

A festő- és mázóiparhoz szükséges anyagok legszélesebb választékával várjuk kedves vásárlóinkat!

Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 7-18, szombaton 7-12 óráig

Egészség Szalon

Női- férfi- gyermek fodrászat (Telefon: 250-08-00)
manikűr, műköröm, szolárium, kozmetika,
parafinos kézápolás (Telefon: 250-51-33)

Nyitva tartás:

hétfőtől péntekig: 8.00-20.00: szombaton: 8.00-12.00

Cím: 1032 Budapest, Ágoston utca 2.
(Vörösvári úti Plus közért mögötti 10 emeletes ház aljában)

A hirdetés felmutatójának 10% kedvezményt biztosítunk bármelyik szolgáltatásunk igénybevételénél.

A tűz leánya

Egy kora tavaszi délutánon izgatottan kopogott lakásunk ajtaján Karcsi barátom. – Szia Öcsi! Láttam egy jópofa figurát a Duna parton – szolt be, és máris ráncigált kifelé a lakásból, gyere, nézd meg te is!

Tizenhét, tizennyolc évesek lehettünk akkor-tájt, és vég nélküli, délutáni csavargásaimban volt hű társam Karcsi. El sem tudtam képzelni, mi zaklathatta fel ennyire, felkaptam egy könynyű dzsekit, és elindultunk a Duna felé.

A Duna partra érve, távolabb egy lángvörös hajú, kipirult arcú, vézna kislányt pillantottam meg röhögő kamasz fiúk gyűrűjében. A kislány sűrűn osztogatta a pofonokat és fenékberügásokat a fiúknak, azok meg gúnyolódva, incselkedve röhögtek rajta. Közlebb érve aztán láttam, hogy itt heccről van szó. A sarokba szorított tizenhárom-tizennégy éves forma, szeplős csitrit a fiúk hol a hajsziánéval, hol a szeplőivel, hol pedig vékony, deszka, fiús alakjával cukkolták. Ő pedig kissé rekedtes, mély hangon cserfelt velük, miközben jókora fülesek és rúgásokat osztott ki nekik. A hecc nem volt durva, a kislány láthatóan élvezte.

- Gyere Öcsi, te is mondjal valamit neki! – biztatott Karcsi – lássam, tudsz-e ugrani a pofon elől!

Nem emlékszem már pontosan, de azt hiszem a fogaira tehettem valami megjegyzést, ugyanis a két elülső metszőfoga között kacér kis hézag sötétlett, és ez nekem nagyon tetszett.

- Te is megkaphatod, hiába vagy szemüveges! – rikkantotta a kislány rám villantva dühös tekintetét, és már csattant is a villámgyors pofon.

A szemüvegem két métert repült a kavicsos parti úton. A fiúk felröhögtek, én meg öt csitri-ujj pirosuló lenyomatával az ábrázatomon az elröpült szemüvegemért baktattam. A hecc tovább folytatódott még egy darabig, aztán alkonyodni kezdett, és mi lassan szétozlottunk. A kislány csibészesen zsebredugott kézzel, a Tímár utca felé vette útját, időnként vissza-vissz-

szanézve, és megvetően hegyeseket sercintett a két elülső foga között. Mi, fiúk, idétlen, mutáló kamaszhangon óbégatva a Nagyszombat utca felé vonaglottunk, ugyanis majd mind arrafelé laktunk. Jót mulattunk – mint más hasonló csinyeken – és ezzel feledésbe is merült a hecc.

Az esetet követő napok komótosan követték egymást, és mi Karcsival délutánonként tovább röttünk az óbudai utcákat. El is felejtettük a vöröshajú kislányt, viszont egyre komorabban gondoltunk az évvégi gimnáziumi vizsgákra. Aztán, mint eddig mindig, mégiscsak leküzdöttük az akadályokat és abszolvtunk a tanévet.

Jött a nyár, a vakáció, és mindenki ment a maga dolgára. Karcsi akkorra már ragyogóan teniszezett, a nyarat jórészt edzőtáborokban, illetve versenyekkel töltötte. Én nyári diákmunkára mentem a Lukács Gyógyfürdőbe, a karbantartókhoz, segédmunkásnak. Két hónapig ingyen úszhattam, az „usziban” a kis keresetem megmaradó részét leadva szüleim anyagi gondjain segíthettem valamicskét.

A vakáció hamar elmúlt, ismét jöttek a gimis napok, amik most már egyre keményebbé váltak.

Negyedikesek lettünk, és készültünk az érettségire. Barangolásaink Karcsival egyre ritkultak. Rohanó léptekkel közeledett a maturálás ideje, és mi egyre jobban szorongtunk. – mi lesz? – hogy lesz? – mi lesz az érettségim? Aztán sok izgalom, kétségbeesés után megkönnyebbülten fellélegezve végül csak leérettségiztünk. Jött a ballagás, egyetemre jelentkezés, és az elutasítás (származás miatt), munkahelykeresés, stb., stb...

A nagy szabadság a „bilincses iskola” után nem is volt olyan édes. Lassan azért belerázódunk az ÉLET-be, ki-ki megtalálta a maga ideiglenes helyét, és nagyjából éltük tovább ifjúságunkat. Sportoltunk, Dunát úsztunk, táncolni és lányok után jártunk.

Még ugyanebben az évben, valamelyik novemberi szombaton elmentem szokott szórako-

zóhelyemre, a „Klári-néni” címzetű, Lajos utcai tánciskolába ösztánra. Tavasszal kezdtünk ide járni néhány barátommal azután, hogy a „Kis-öreg”-nél az érettségi előtt salon- és modern táncból vizsgát tettünk. Sok ügyes, táncos lábú fiút és lányt nevelt ki Klári néni. A lányok szépek voltak, a fiúk kajlak, szinte mindenkit ismerem, szerettem oda járni.

Ezen a késő délutánon a táncparketten egy új lányfigura bukkant föl. Amikor a terembe léptem, rögtön észrevettem. Egybe szabott, rövid-ujjas, türkizkék ruhát viselt. Ékszert nem hordott. Alakja telt volt, – és mégis karcsú. Bronzvörös haja félrövid csikófrizurára volt vágva. Jó táncosnak látszott, így aztán az első adandó alkalommal lekértem. A bemutatkozás-kor hirtelen ráismertem a Duna-parti pofozkodó kislányra. De micsoda változáson ment át másfél év alatt! A szeplői még megvoltak (hál’ Istennek!), de korábbi nyers, fiús vonásai kedves, derűs leányarccá finomultak. Zöldeskék macskaszemeiben tűz égett, de eltűnt belőle a vadság. Kicsit szétnyitotta ajkait, rám nézett, és azt mondta:

- Szervusz!

Én sem voltam akárci a táncparketten, volt néhány igen jó partnernőm is, ám ez a lány mind egyiken túltett. Fantasztikusan táncolt! A derekát fogó kezem alig észrevehető nyomására könnyű léptekkel perdült ki a rock and roll kidobós figurájánál, a „belépős” tangónál pedig lágyan simult hozzám, – nem tolakodóan, de nem is elutasítóan. Észrevettem, hogy a lassú számok alatt nem támaszkodik teljes tenyerével a jobb vállamra. Szétnyitott tenyerének csak a kis- és gyűrűs ujjá érintette vállamat, hüvelykujjával pedig – szinte magára bökve – ruhakívágásának szélét kulcsontjához szorította.

- Miért tartod így a kezed? – kérdeztem tőle. (Folytatása következik)

Szász Kálmán

TERMÉSZETES, FAGYÁLLÓ, KÜLTÉRI KŐBURKOLATOK

járdára, útra, lépcsőre, lábazatra,
kerti tipegőnek, garázsbeállónak,
kocka, szabályos, szabálytalan alakzatban

PORPHYR KFT.

1037 Bp., Bécsi út 302.
Telefon: 250-6036. Fax: 387-9895

Egyszer és mindenkorra!

High Jump Nyelvstúdió Pomáz

Angoltanfolyamokat indít minden szinten

Állami nyelvvizsgálóra (Rigó u.)
felkészítés vizsgáztató tanárnál.

Telefon:
06-26-326-351
(este)
vagy

Kis csoportos (4-6 fő) szemeszterek,
szombaton is.

06-20-927-837
(napközben)

Az egyesület hírei



**„EGYNEK MINDEN NEHÉZ,
SOKAKNAK SEMMI SEM
LEHETETLEN”**

Van egy jó hírem...

Talán mindannyian ismerik a viccet: Van egy jó hírem, meg egy rossz. Melyikkel kezdjem? ...

Új gondnoki lettek a Népháznak! Gib János és Erika március 24-én fogtak a kis ház belső helyiségeinek rendbetételéhez. Gyakorlatilag a tégláig kellett levérni a vakolatot az elhanyagolt állapotok miatt. Kiderült, a mellékhelyiség nincs rákötve a közcsatornára. Hosszú évek alatt az emésztőt senki nem szippantatta, mostanra csak WC kagyló csere, és a teljes csatorna szakasz illetve az emésztő speciális tisztítása tette használhatóvá a szobán forgó helyiséget. Az egyesületnek

55.000,-forintjába került ez a beavatkozás.

Ez az ügy ismételen rávilágít az önkormányzat és az egyesület között kötött megállapodás gyenge pontjaira, miszerint a használat fejében az egyesületünk kötelezett a fenntartási munkálatok kapcsán felmerülő valamennyi költség viselésére. Ugyanakkor második éve nem kapunk semmilyen keretet az önkormányzati költségvetésből, mert 2001-ben a költségvetés újratárgyalásánál egyetlen képviselőnknek sem tűnt fel, hogy a korábban elfogadott, egymillió forintnál magasabb támogatásunk már nem szerepel „soron”. Ebben az esztendőben – mire kezdett az új vezetőség valamelyest talpra állni – pedig már februárban elfogadott költségvetése

volt az önkormányzatnak, amely költségvetésben – igénybejelentés hiányában – fel sem merült egyesületünk támogatása.

Az önkormányzati tulajdonú kijelölt ingatlanok fenntartását, illetve ugyanezen épületek felújítási munkálatait a Celer Kft. végzi, az önkormányzat megbízása, és az általa biztosított keret terhére. Sajnálatos módon a Népház ezen ingatlanok között sem szerepel.

Ezért a legsürgősebb feladatnak tekintjük az önkormányzat egyidejű tájékoztatása mellett elérni, ennek a tarthatatlan állapotnak az önkormányzat segítségével történő feloldását.

r.l.

Bridzs és gyógyturizmus

A szokásos havi pezsgőtornán Raksányi György és feleséget az első, második Décsy Krisztina – Szász Kálmán, harmadik Reimann Rudolfné Kati – Pázmándi Antal alkotta páros lett. A győzteseknek gratulálunk, a pezsgőt megittuk.

A bridzs klub tagjai márciusban most először – reméljük még sokszor – „edzőtáborozáson” vettek részt. Erről írt élménybeszámolót egy kedves klubtársunk:

Az elmúlt év végén bridzs-klubunk tagjai elhatározták, hogy kirándulni mennek egy hétvégére. Széles sportjuk, a bridzselés kellemes időtöltését kívánták összekapcsolni a természetjárás élvezetével.

A túra szervezése dőcögve indult, és a társaság sem volt egységes véleményen a helyszíneket illetően. Kinél a közelség, kinél a táj jellege (sík vagy hegyes) volt az elsődleges szempont. Az ügy kilátástalannak tűnt. Végül február elején egyik klubtársunk, Décsy Krisztina – aki tagja az Óhegy Egyesületnek – állt elő a többség tetszését is elnyerő javaslattal, és szinte kész programmal; Mezőkövesd-Zsóry fürdőt jelölve meg célpontként. Elmondta, hogy szűkebb társaságával évente (néha többször is) elmennek erre a közismert gyógyhelyre, és mindig nagyon kellemesen érik ott magukat. A Zsóryban a gyógyfürdőzés mel-

lett úszásra, szaunázásra is van lehetőség, és előszobában az árak kedvezőbbek, mint a főidényben. A társaság elfogadta a javaslatot, és gyors, előzetes fölmérés után Kriszta a szobákat is lefoglalta a Thermál Szállóban – a jelentkezők kívánságának megfelelően. A február 28-ától március 3-ig javasolt időszakot is megszavaztuk.

Amikor aztán elérkezett az idő, a csapat nagy része 28-án, csütörtökön útnak eredt Zsóry felé, és délutánra már a Thermál Szálló étterme a bridzs játék szokásos kísérőhangjaitól (licitálás, játékértékelés) zengett. A kisebbik különítmény pénteken érkezett. A zsigás társaság kiegészülve, teljes egészében összeállt, és mintegy három játékszatalnyi állandó játékosal (6 játékpár) megindulhatott az estéknenti, Mitchell rendszerű párosverseny-sorozat.

Napközben ki-ki a kedve szerint töltötte szabadidejét. Legtöbben a közeli gyógyfürdő és uszoda szolgáltatásait vették igénybe. Volt, aki a szállodában maradt, pihent, olvasgatott, vagy a TV sportközvetítéseit (Forma 1 – ausztrál nagydíj ment éppen) kísérte figyelemmel. Szombaton délelőtt például egy autónyi (4 fős) csoport kiruccant a közeli Eger városának Szépasszony völgyébe. Az ég borult volt, az eső is szemerélt, ám mindennek ellenére elég élénk vendégjárás lehetett észlelni a völgyben. A pincék előtti tornacoktat szépen felújították a tulajdonosok, nyáron majd kellemes borozgatás helyszínei lehetnek, most azonban még korai lett volna kiülni. A külső zimankót viszont kárpótolta a pincék belseje, pontosabban az ott kapható finom borok kedvverítő zamata, illata. A mi-

eink - főre éppen kiadtak volna egy bridzszatalnyit, ám a hegy levéneke élvezete előbbre valónak tűnt, így a völgyi bridzs elmaradt. Sietni sem ártott, mivel a fürdőn maradt társaság már igencsak várta a „harmadik asztalt”, nem kevésbé a beígért kannás borokat. Gyors számla-kiegyenlítés, visszautazás, ebédelés és rövid szieszta után a kora délután már az Eger-járókat is a kártyaasztalok mellett találta. A rügyező jó hangulatot a borospoharas öntözés virágba borította. Késő estig tartott aznap a játék.

Aztán vasárnap elérkezett az utolsó, a hazautazás napja. Bridzsezőink több hullámban hagyták el a Thermált, bár a szálloda vezetősége megengedte, hogy a szobák 10 órai elhagyása után délután 16 óráig az étteremben zsigázhassunk. Néhányan, még egy utolsó, izommozgató úszás erejéig megrohmozták a gyógyfürdőt. A délutáni partikra már csak kétaszatalnyi játékos maradt, így a csapatverseny formáció is szerepet kaphatott a nemes küzdelemben. Az utolsó játékkértékelések után már végképp elkerülhetetlen maradt a hazaindulás. A közeli M3-as út hátán a kirándulók maroknyi csapata hamarosan, még teljes sötétedés előtt épségben hazaért.

Visszatekintve az együtt eltöltött hétvégére, úgy tűnik, csak kellemes nyomai maradtak. A klubtagok közelebb kerültek egymáshoz, a korábbi barátságok elmélyültek és létrejöttek újjak is. Sok értékes dolgot tudtunk meg egymásról, és néhány félreértés is tisztázódott a szabadidőzés közben. Titokban azt reméli a társaság, hogy ez a kirándulás egy végtelenben nyúló gyógybridzs túra-sorozat első állomása volt.

Szász Kálmán

Hegyi Ovi

erdei környezet • jó levegő • nyelvoktatás • sportfoglalkozások
SZÍNEK VILÁGA ALAPÍTVÁNY
Beiratkozás 2002–2003. tanévre, április 30-ig. Szabó Judit, tel.: 367-3620
Cím: 1037 Budapest, Jablonka út 126/B.

Olvasói levelek

NYÍLT LEVÉL AZ ÓHEGY EGYESÜLET VEZETŐSÉGÉNEK, TAGJAINAK ÉS VENDÉGEINEK

Nagyon örültünk, hogy a valamikori pártház, a mai Népház újra életre kelt, és valóban sokszínű, érdekes, minden korosztály számára vonzó programokkal várja a látogatóit. Örömmel azonban nagyon hamar öröm is vegyült. A Népház vezetői és látogatói ugyanis elfelejtették azt, hogy csak akkor érezhetik jól magukat, ha a környezetük, nevezetesen a Toronya utca lakói is jól érzik magukat. Ehhez pedig nem kellene más, csak egy kis odafigyelés. Ha valamilyen rendezvény van, az utcába már be sem lehet fordulni, mert mindenki csak és kizárólag a bejáratnál szeretne parkolni, és ha az a hely az utca mindkét oldalán már foglalt, elállják a kapukijárókat, garázsbejárókat és minden lehetséges helyet. Mindegy, hogy tél van, csúszós, jeges út, vagy nyár, az a lényeg, hogy minél közelebb a bejáratához, nem törődve az ott lakók jogos igényével, hogy haza szeretnének menni. Egy kis társadalmi munkával pedig a Népház semmire sem használt, gazos, ápolatlan udvarát rendbe téve, legalább 6-8 autó parkolási gondját lehetne megoldani, azonkívül a Jablonka út és a Viharhegyi út sarkán nagy terület van, ahol senkit sem akadályozva további 10-15 autó férne el. (Természetesen csak akkor, ha a parkoló kocsik között nem a szűkeségnél másfél-kétszer nagyobb helyet hagynának.) Igaz, akkor néhány lépést gyalogni is kellene! A Toronya utca kicsi, keskeny utca. Ha csak az

egyik oldalán parkolnának, nem is lenne semmi baj, és az ott lakók is örülni tudnának a Népház rendezvényeinek.

Szeretnénk, ha ez a nyílt levél megjelenne az Óhegy Újság következő számában, esetleg azok, akik elolvassák, talán megszívelnék a fentieket. (Bár meggyőződésünk, hogy levelünk nem fog megjelenni...)

Budapest, 2002. 03. 11.

a Toronya utca lakói

VÁLASZLEVÉL

Egyetértünk! Mi magunk sem tartjuk elfogadható állapotnak a bejárók előtti parkolást! Ezért igyekszünk lehetőségeinkhez mérten a figyelmet a problémára irányítani, ezen túlmenően a rendezvényeinkre érkező valamennyi vendégünket tájékoztatni fogjuk a KRESZ vonatkozó előírásairól!

Ellenben nem érthetünk egyet azzal, ha a sérelem felvetése mások mögé bújva történik, sem azzal, ha rossz beidegződésből hibás feltételezéseket a levél írója „előre borítékol”.

Tudni illik komolyan gondoljuk: az egyesület Önökért van!

(a szerk.)

VALÓBAN NINCS MÁS VÁLASZTÁS?

A III. ker. Önkormányzat Oktatási Osztálya anyagi okokra hivatkozva meg kívánja szüntetni a Váradi utcai Napközi Otthonos Óvoda földszintes épületét, melyben jelenleg három csoport működik. Itt található az óvoda tornaterme is, melyet az Oktatási Törvény megkövetel az intézményektől.

Az óvoda két épületben működik, az emeletes részben négy csoporttal. Az itt levő kimenő nagycsoportból 12 gyermek marad, a földszinti épületben a három csoportból 27 gyermek marad óvodás a 2002/2003-as tanévben. Összesen tehát 39 gyermek elhelyezéséről kellene gondoskodni. Nem lenne jó, ha ezek a gyermekek az iskolakezdés előtti évet azzal kezdenék, hogy idegen csoportokban szétszórva új társakhoz és óvo nénikhez kellene igazodniuk. Elég nagy változás lesz nekik az iskolába lépés ideje.

Azt szeretnénk, ha az Önkormányzat betartaná a szavát és valóban kimenő rendszerben szüntetné meg a kis épületet, azaz azok a gyermekek, akik a következő tanévben nagycsoportosok lesznek, itt fejezhetnék be óvodás éveiket. Nem összevont, zsúfolt, hanem normális létszámú nagycsoportban az ismerős óvo nénikkel. A 39 gyermek két kimenő nagycsoportot alkotna.

Az is bánt bennünket, hogy bár még semmilyen hivatalos határozat nincs a kezünkben, a jelenlegi megbízott vezető sorban küldi el a hozzánk jelentkező gyermekeket. Úgy gondoljuk, hogy ez veszélyezteti óvodánk hosszú távú működését. A jelenleg hozzánk járó gyermekek szülei és mi pedagógusok, valamint a dadusok is úgy gondoljuk, hogy kár egy jól működő, jó helyen levő óvoda csoportjainak számát csökkenteni. Jobb lenne, ha az Önkormányzat azoktól az óvodáktól válna meg, ahová nem jelentkeznek eleget. A mai világban az is fontos szempontnak számít, hogy egy óvodába azért jelentkeznek többen, mert a szülők egymás között azt tartják jobbnak.

Az Önkormányzatnak ezt is figyelembe kellene vennie, hiszen neki sem mindegy, hogy mennyire keresett egy-egy óvoda. Az ő érdeke is, hogy a szülők elégedettek legyenek. Az anyagiakra való hivatkozással nem értünk egyet. Az a pénz, amivel az Önkormányzat rendelkezik, az adófizetők, azaz a hozzánk járó gyermekek szüleinek is a pénze. Ha így néznék a helyzetet, talán jobban odafigyelnének a gyermekek és a szülők jogos igényeire.

Az óvoda dolgozói

TAVASZI NAGYTAKARÍTÁS A SUZUKI RÓMAINÁL!



**SUZUKI
RÓMAI -NÁL!**

Bp. III., Rákóczi u. 33.
Tel.: 240-4444 (Szalon)
436-7920 (Szerviz)
Ny.: H-P: 8-18, Szo-V: 9-13

**Lesöpörtük a kamatokat és az előleget!
10% kamatkedvezmény VAGY 0% előleg
vagy
régii Suzukija nálunk most többet ér!**

Limitált modellek sok extrával, alacsony áron!
**Swift 1.0 GL SILVER, SEDAN MANAGER, WAGON R+ SUN!
40%-tól CASCO-mentesség!**

Április 30-ig szervizünk szolgáltatásaiból 15 % kedvezményt adunk!

ÓRIÁSI használt autó VÁSÁR!
Megkímélt állapotú, használt Suzukik, kedvező hitelfeltételekkel!
(Amíg a készlet tart!)

Pl.: '94-es Swift 14.302 Ft/hó + Casco-mentesség!

E hónapban minden vásárlónk meglepetést kap!
A LEGJOBB AJÁNLATOT BIZTOS TÖLÜNK KAPJA!

www.suzukibarta.hu, www.autodata.hu, www.vezess.hu

Teljes körű szervizszolgáltatás ♦ Zöldkártya ♦ Karosszéria- és biztosítási munkák

PAN-NA 2001 KFT.

**HOZZÁNK
ÉRDEMES BETÉRNI!**

**APEH és ügyviteli
NYOMTATVÁNYOK**
Iskola- és irodaszerek,
különleges csomagolóanyagok,
képeslapok kaphatók,
ill. postai bélyeggel állunk
rendelkezésére.

KREATÍV ÖTLETEI
megvalósításához szükséges
eszközök
széles és egyre bővülő választéka
várja kedves vásárlóinkat.

Nyitva tartás:
H-P: 9.00-18.00 óráig
Szo: 9.30-13.00 óráig
Címünk :
1035 Budapest, Vörösvári út 39.
Tel.: 430-0928. Fax: 430-0929