



ÓHEGY-HÍREK

ÓBUDA HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK LAPJA • XV. ÉVFOLYAM 5. SZÁM • 2010. JÚNIUS

Ókori

Óhegy Napok 2010

JÚNIUS 11-12-13.

Újra történelmi „időutazásra” indulunk. A három nap folyamán bepillantást nyerhet minden kedves vendégünk az ókori Óbuda (Aquincum) mindennapjaiba.

A rendezvény fő védnöke: Bús Balázs polgármester úr

Június 11. péntek, 18 óra

- „Aquincum emlékei” c. fotókiállítás megnyitója.
- „Az elmúlt évek római kori ásatásai Óbudán” - Anderkó Krisztián régész (Aquincumi Múzeum) előadása.
- „Római téglák Aquincumból” - Kádár József előadása.
- „Hogyan harcoltak a gladiátorok?” - a Familia Gladiatoria bemutatója.

Június 12. szombat, 18 óra

- ... induljunk, de dalolva: utunk rövidíti az ének;” /Vergilius/
- Irodalmi összeállítás római költők verseiből.
Előadják: az Erdőalja úti iskola tanulói, és az Óhegy Egyesület tagjai.
- „Phaedrus-mesék” - komédia a Térszínház előadásában.
- „Római lakoma” (közben: költőversenyre érkezett versek felolvasása, díjazása)
- „Kleopátra ajándéka” - Izisz-fátylas tánc a lakoma vendégeinek.

Június 13. vasárnap, 10 órától

- Az „Óhegy Legjobb Szakácsa 2010” cím elnyeréséért, főzőverseny római ételekből, Apicius ókori receptkönyve alapján,
- Az „Óhegy Legjobb Sütise 2010” cím elnyeréséért beérkezett sütemények elbírálása.
- **Kézműves bemutatók** (ékszer-, saru-, mozaik - és kerámia-készítés, római írás)
- „Ki mit tud Aquincumról?” - vetélkedő, római pénzjutalmakért.
- **Rabszolgavásár**” (a vetélkedőn összegyűjtött pénzzel lehet licitálni!)
- a Familia Gladiatoria gladiátorainak és a közönség vállalkozó kedvű tagjainak közreműködésével, Halmágyi Sándor színművész szakavatott irányításával.
- **Főző- és sütiverseny eredményhirdetése.**

A programokon való részvétel ingyenes, a „Római lakomára” a jegyek elővételben kaphatók a Táborhegyi Népházban (430 1326), 2500 Ft-ért.

A vasárnapi szakácsversenyre kóstolójegyek június 13-án a helyszínen kaphatók!

(Részletek a belső oldalakon olvashatók.)



A rendezvényt támogatja a NCA, Óbuda- Békásmegyér Önkormányzata, Interspar Óbuda, Maszka Jelmezkölcsönző.

Az óbudai rőfös

Cipőpertlit, patentot, gombot, miegyebet vásárolhatunk Nála. Az Emilnél.

Birodalma egy varázslatos, mobil pult, melyben jól felszerelt műhely is megbújik. Az Isten szabad ege alatt. A Kispiac bejáratánál. Közvetlenül a Világűr határán!

Ez a szabad, levegős szituáció fontos kontakt a levegőéggel. Látszik, érezhető, lételeme a szabadság. Amint megtudtuk szíves elbeszéléséből – neves sárkányrepülő. A hármashatárhegyi égi légáramlatok, a „termik” lovagja. Vizsgázott sárkányrepülő-oktató, ezüst-koszorús berepülő pilóta. A budapesti Műszaki Egyetem Sportrepülő Egyesület tagja. Volt főpilóta. Versenyeken középmezőnyben jó eredményeket ért el.

Mi meg csak úgy elmegyünk a jeles sportember mellett. Bár igaz, ami igaz –láthatóan – másodállásban, beszélgető klubja is van. Bármerről jövet-menet! Bárkivel, bármikor, bármiről azonnal szót ért. Nem volt nehéz szóra bírni. Lapunk érdeklődő közönsége nevében megkérdeztük: hogy s mint?

Miközben – mint egy régi jó barát – válaszolgotat, szorgalmasan cserélgette a farmerruhák patentjait, övek csattjait. Adminisztrál, számlát is ad. Ahogy egy rendes kisvállalkozáshoz illik.

A sárkányrepülés véletlenül adódott, baráti szívség révén jutott géphez is. Ügyeskező mesteremberként kezdte hajdanán. Így aztán, amikor modellezésbe fogott, az alapok már rendelkezésre álltak. Saját első repülőt, a Magus 3-at, az un. gyalog sárkányt, már önállóan építette. Legmagasabbra, 2800 méterre, a felhő-alapig repült élete során. Fantasztikus élményt jelent a mai napig a magasság. A start előtt mindig megél egy bizonyos félelmet. Odafönt viszont földöntúli boldogság várja. Ha csak beszél is erről, egyből libabőrös lesz a karja. Pedig már huszonhat éve repül.

Akiket itt, felettünk látunk keringeni, mint meséli, sárkányosok és sikló-repülősök. Láthatunk motoros változatot is. Ezek „pondró”-

hevederrel vannak kibiztosítva. Hala-dásra, irányváltoztatásra súlypont-áthelyezéssel kerül sor. Van variometer nevű műszerük is, mely érzékeli a függőleges gyorsulást. A „termik” mentén haladnak. A „termik” egy bizonyos hőkérmény. Igen nagy gyakorlat kell ahhoz, hogy valaki előnyre tudja fordítani a „termik” jobb- vagy balirányú mozgását, a „termik” minőségét. Mindezekhez igen sok gyakorlás, tapasztalat kell. Senki ne gondolja, főleg a fiatalok ne, hogy rengeteg munka nélkül biztonságban lennének odafent. Ez a sport nem olcsó mulatság. Am sporttársi segítséggel sok minden megvalósítható.

A pilóta társadalomban barátai, korrekt, gáláns emberként emlegetik. Sokan ismerik és számontartják, látogatják telephelyén. Valaki elhaladtában odaszólt: „ma tavasznyitó buli van a Hegyen, a nagy hangárnál, elvárunk”...

Családi életét illetően három leánya és egy fia van. Már unokát is kapott. Kedves felesége a fotósa és sporttársa is. Ha különleges fotókat szeretnénk nézegetni, kattintsunk a „sarkanyrepuleslap.hu” – képtár – „campos” oldalra.

A balesetekről is beszélünk kell. Mint mindenütt az életben, adódik itt is. Sajnos volt rá példa. A méltó búcsúzás, - repülős körökben egy tisztelet-repülést jelent, a kedves barát emlékére. Ezt mindig tisztelettel teljesítik is.

Jelenleg egy valamiféle köztes állapot urálja. Menne már repülni, de nagyon, egy kisebb, szerencsés balesete után. Azonban valahogy még nem érett a helyzet – úgy tűnik.

Jó egészséget, szép rekordokat kívánunk és jó erős „pofa-szeleket”!

W. Grass



Bakó Márta színművésznő 90. születésnapját ünnepelte tavasszal. Ezen a napon vendégül látta családját, barátait, szomszédjait, akik nagy lelkesedéssel köszöntötték Őt. Köszöntjük az Egyesület nevében, mi Szerkesztők is, és kívánjuk, hogy éltesse Őt az Isten erőben, egészségben, és változatlan szellemi frissességben. Most pedig olvassák Sáringner Erzsébet ott elhangzott köszöntőjét:

Egy születésnapon

gyönyörű szám a kilencven,
ha az ember még eleven!
és mert ilyen Bakó Márta
hajrá, hajtás hát a százra!
Bízunk ebben a reményben
egy jövőndi ünnepségben,
hogy
tíz év múlva itt e helyen,
ugyanilyen elevenen
köszönhetünk Bakó Márta,
irány tehát FEL A SZÁZRA!

de
mit kívánjunk addig Néked?
Jó erőt és egészséget,
soha semmi betegséget,
jó szerepeknek halmazát,
jó közönség tapsviharat
és, hogy szeresd továbbra is
hegyvidéki barátaid!

ISTEN ÉLTESSEN MÁRTIKÁNK

Ókori Óhegy Napok június 12. szombat 18.00

Térszínház a Népházban

A Térszínház bemutatja Phaedrus néhány mesés példázatát állatokról, vagyis az emberekről. Phaedrus, a művelt római rabszolga igazi bölcs volt. Aiszóposz nyomán ő is úgy gondolta, hibáinkról, jó vagy rossz természetünkéről beszéljenek inkább az állatok, ha már az egyenes emberi beszéd felfoghatatlan, és az igazság sérti magasabb rendű önértéket.

A darabot játsszák: Balázi István, Kovács J. István, Nagy Zsolt Kálmán, Szamosvári Gyöngyvér, Zanotta Veronika.

Író és rendező: Kovács J. István; Művészeti vezető: Bucz Hunor.

Mindenkit szeretettel várunk:

Benyóné, Dr. Mojszsis Dóra

TEAKATLAN
TEABOLT
Vörösvári út 37.
A rendelőtintézetel
szemben
Nyitvatartás:
H-P 10-18
SZO 10-13

A Zichy-kastély titkai

Ki gondolná, amikor belép a Fő tér felől, a Zichy-kastély udvarába, hogy a málladozó vakolatú kaszárnyaépület milyen titkokat rejt. A kultúra barátai még csak-csak meglátogatják a Múzeumot, a Térszínházat, a Kassákat, és megfordulnak erre, az önkormányzat irodáiba ügyintézni betérő, törvénytisztelő óbudai polgárok. Ám alig néhány idetevő vesz a fáradságot, hogy a kastély-együttes hátsó kapuja felé araszolva, felfedezze az épület rejtett titkai.

Igaz, a hátsó kapu, ami – a Kórház utca folytatásában lévő – Hajógyár utcára nyílna, az év nagy részében zárva van. Az udvar felől sem tűnik föl na-

gyon, sétaút nem vezet hozzá közvetlenül, de érdemes mégis elmenni arrafelé.

AkapuntúlelőtáruTerebessy L. Föld (ez a művész neve) izgalmas kőkerthez, tele játékos kőhalmokkal, sajátos kőplasztikákkal. Ez a hely, tulajdonképpen, a díszes kastélyépület mögötti, HÉV felőli, udvar. Avatatlan szem nem is láthatja, amíg közelébe nem megy. Az udvarról, a földszinten, nagyszerű téglaboltozatos helyiségek nyílnak (raktárak, műhelyek), és acéllépcső indul az emeleti kiállítótermekhez, ahol május 17-én nyílt meg, „A futurizmus tegnap, a konstruktivizmus, posztgeometrizmus ma” címmel egy fantasztikus

kiállítás. Ézsaiás István, az értelmi szerző munkát, fáradságot nem kímélve állította össze és rendezte meg a kiállítást. Ő az anyagot a Római Magyar Akadémián bemutatva, egy, a témához kapcsolódó szimpóziumon is részt vett. A kiállítás május 28-án további helyiséggel, és alkotással bővült. A magyar kiállító művészek között, a külföldiek mellett, Pázmándi Antal is jelen van, a „Hódolat Boccioninak” és a „Gabo emlékére” nevű szobraival.

Remélem, sikerült felkeltenem az érdeklődést a Zichy-kastély titkai iránt, abban is bízva, hogy az odalátogató, további titkok felfedezője lesz.

Szász Kálmán

Ókori Óhegy Napokon
- június 11-én és 13-án:

Familia

Gladiatoria

(Legio II Adiutrix)

A Familia Gladiatoria az Ókori Óhegy Napok (pénteken és vasárnap) jeles közreműködői. Csapatukat 1986-ban alapította Weixelbaum János. Ők a világon az elsők, akik modern korunkban felelevenítették a gladiátorjátékokat. Bemutatnak légiós felvonulásokat és barbárok elleni csatákat is. Csapatuk nevűl a Legio II Adiutrix-ot választották, az Aquincumban közel 400 évig állomásozó légió emlékére.

Rendszeresen szerepelnek európai Római Fesztiválokon, Németország, Ausztria, Olaszország, Hollandia, Dánia városában. 1989 óta tagjai az Aquincumi Múzeum által alapított Aquincumi Baráti Körnek, állandó résztvevői a romkertben évente megrendezett Floraliáknak. 1995-től rendszeresen fellépnek a gorsiumi Floraliákon is.

Felszerelésük, ruházatuk a régészeti, történeti kutatások legfrissebb adatai alapján, régészek, történészek segítségével készül. Előadasmódjuk csiszolásában sokat köszönhetnek Halmágyi Sándor, Papp János és Sinkovics Vitai András színművészeknek.

Nagy érdeklődéssel várjuk szereplésüket a gladiátor-bemutatókon és a rabszolgavásáron is!

Benyóné, Dr. Mojszis Dóra

Ókori Óhegy Napokon
- június 13-án, vasárnap

Rabszolgát vegyenek!

Familia Gladiatoria vasárnap délelőtt vetélkedőt tart a Népházban, „Ki mit tud Aquincumról?” címmel. A néző, aki helyes választ ad, római pénzjutalomban részesül, majd ezt követi egy interaktív rabszolgavásár.

A vetélkedőn nyert játékmecet a Rabszolgavásáron költhetik el a résztvevők. A vásár során nem csak a gladiátor-rabszolgákat árúsítják ki, hanem a résztvevő közönség is eladhatja családtagjait, mindezt a Rabszolgák Szabad Collegiumának szigorú felügyelete mellett. Közreműködik Halmágyi Sándor színművész.

Benyóné, Dr. Mojszis Dóra

Június 26-án, szombaton 19.00

SZENT IVÁN éj – a Fény Diadala

a mese...

Szent Iván éjjele az év legrövidebb éjszakája. A sötétség és a fény örök harcának talán legkiegyeztetettebb pillanata ez, amikor az Éj és a Nap a legnagyobb erővel feszülnek egymásnak. Varázslatos éjszaka ez, megidéződnek szerelmek, szellemek, gyógyító és tisztító erők.

Az éjféli eljövetelel a sötétség megnyitja kapuit, hogy táncával mindent eluraljon. Ahogy egyre hatalmasabbá válik, és lassan minden mást kiszorít maga mellől, halványan feltűnnek a hajnal fényei, hogy megküzdjenek a sötétség erőivel, és utat készítsenek a Napnak. Fény áramlik a Földre, az emberek ünneplik a Napot. Táncukkal köszönetet mondanak a világgosságerért, a tisztaságerért, az egészségerért, az eleveenségért, a szenvedélyért, a szerelemért és az örök megújulásért. Ezen a varázslatokkal teli napon megnyílnak az utak a holtak birodalmába is, így a tejtőn haladva az emberek eljuthatnak a szellemvilágba, ahol intelmeket és útmutatást kapnak a jövőre vonatkozóan. Visszatérve a Földre örömtüzeket gyújtanak, véget

nem érő táncba kezdenek, ünneplik a szerelmet, az életet, a Fény végső diadalát.

A Fény diadalának misztikus történetét Hahn Celesztina, Holup Orsolya és a Dunántúl legjobb csoportjaként elismert Menta Táncsoport az orientális tánc köntösébe bújtatva adják elő június 26-án, szombaton, a Táborhegyi Népházban.

a program...

19.00 h Hastáncest – a Cellidance és a Menta Tánciskola tanítványainak estje

20.00 h A Fény Diadala – Misztikus táncjáték

21.00 h Szent Iván éji örömtűz meggyújtása

- tűzszonglőrök, körtánc a tűz körül élő dobszólóra, szerelmi jóslások

- a büfében boszorkányos finomságok

A táncestre belépőjegyek a helyszínen válthatók 1200 Ft-os áron.

Természetesen azokat is várjuk, akik csak a tűzgyújtásra érkeznek, számukra a belépés ingyenes.

Cserezsnyák Veronika

„Óhegy legjobb szakácsa” „Óhegy legjobb sütise” 2010

Jelentkezhet a versenyre bárki, aki meg kívánja méretetni a főzésben vagy sütésben való jártasságát.

A verseny időpontja: június 13. vasárnap 13.30

Készítendő mennyiség:

szakácsoknak cca. 20 adag étel

(főzés reggeltől a helyszínen, eszközöket hozni kell, költségtérítés 10.000.- Ft-ig)

A vendégek mindenből csak kóstoló adagot kapnak, kóstolójegy ára: 300 Ft.

cukrászoknak 1 tepsi sütemény, vagy 1 torta

(sütés otthon, kérjük a pályaműveket a helyszínen, aznap 12 óráig leadni.)

Zsűri tagjai:

Várhelyi Miklós,

Venez-díjas mesterszakács, a Magyar Nemzeti Gasztronómiai Szövetség elnöki megbízottja, a Magyar Országgyűlés Hivatalának vezető szakácsa, és

Szomodí Zsolt,

az Új Sipos Halászkert konyhafőnöke.

Jelentkezni lehet, és a részleteket megtudhatja

Mikes Krisztánál a 430-1326, vagy a 20-886 4045 telefonszámokon

Ókori Óhegy Napok június 12, szombati lakomán

Felhívás költőversenyre!

Felhívjuk költői, vagy netán „rímfaragó” vénával rendelkező, ókori történelmet is kedvelő olvasóink, barátaink figyelmét, hogy az Ókori Óhegy Napokhoz kapcsolódóan, fennkölt vagy éppen vidám, filozófikus, avagy szatirikus verseket írjanak, mindannyiunk okulására és szórakoztatására.

A művek stílusos felolvasására és a közönségdíjazásra az Óhegy Napok szombatján, a lakomán kerül sor. A megszavazott legjobb művet az Egyesület jelképpel ékesített babérkoszorúval díjazzuk, a többi az Óhegy hírek hasábjain, illetve a honlapunkon olvashatja majd a tisztelt hegylakó!

A költeményt kérjük, legkésőbb június 11-én, péntekig adja át Mikes Krisztának, vagy küldje el az egyesület@ohegy.hu címünkre, illetve ha a lakomán is részt vesz, akkor hozza magával.

Fogjon tollat, küldje el versét, vagy személyesen jelenjen meg vele a lakomán! Várjuk:

Benyóné Dr. Mojszis Dóra

Tennünk kell a nyugodt, biztonságos jövőnkért!

Fordítsunk több energiát az energiára!

KlímaBarát Fórum legközelebb június 3-án és 17-én csütörtökön, 18.00 órakor

1,5 kWh energia érkezik a Napból a Föld minden m²-ére, mégis a mélyből bányászott fosszilis energiahordozók (szén, kőolaj, földgáz) szolgálják kényelmünket, működtetik a világot.

Új építéseknel, felújításoknál, karbantartásoknál törekedjünk az energia-takarékosságra. Legyen cél a lehető legmagasabb, az A+ energetikai minőség elérése. A vissza nem térítendő pályázati támogatások segítségével és a kedvezményes kamatozású bankhitelek igénybe vételével, saját erő nélkül, többlet ráfordítás nélkül végleges megoldható háztartásunk energiaigényének kielégítése. A hitel havi törlesztő részlete megfelelő konstrukció esetén nem éri el a növekvő energia költséget, így a megtakarítás azonnal érzékelhető. Komfort

érzetünk, lakásunk értékének emelkedése mellett az ország széndioxidkibocsátása csökken. Arra törekszünk, hogy az átalakítások során magyar beszállítókat, alvállalkozókat alkalmazva új munkahelyek jöjjenek létre, csökkenjen a munkanélküliség és álljon talpra az építőipar!

Meg tudjuk határozni konkrét épületeknél (társasház, családi ház, irodaház) a szükséges és elégséges megoldásokat. Pénzügyi optimumra törekszünk, számítógépes modellezéssel nagy pontossággal meghatározható a lehető legjobb eredmény elérése a lehető legkevesebb (és csak a szükséges) átalakításokkal, fejlesztésekkel. A hővisszanyerős szellőztetés, a hőszivattyú, a 3 rétegű argon gázos nyílászárók, a homlokzat, a padlás és a pince födém szigetelése a napelem, a napkollektor (akár napkövetéssel), pellet tüzelésű kandalló, alacsony energiafogyasztású házat várásolhat a ma még utcát fűtő otthonunkból.

A KlímaBarát Fórum soron következő előadásain, pénzügyi – gazdasági modellekkel, megtakarításokkal, megtérülésekkel, elérhető állami támogatásokkal, kedvezményes energia hatékonysági banki hitelekkel, háromféle finanszírozással, ESCO, Fundamenta, lakáskasz-sza által nyújtott további lehetőségekkel ismertetjük meg az érdeklődőket. Mindenkit szeretettel várunk, régi tagjainkat és új érdeklődőket egyaránt.

*Petridisz Miklós
SOLANOVA/HU Energia
Hatékonysági Klaszter
/Műszaki Integrátor/*

AJÁNLJA HÍRLEVELÜNKET BARÁTAINAK, ISMERŐSEINEK!

Levelünkben előzetes értesítést küldünk az egyesületi eseményekről, rendezvényekről. Jelentkezni lehet a www.ohegy.hu honlapon, vagy az egyesulet@ohegy.hu címen.

Csillaghegyi piac

Múlt szombaton ellátogattam a csillaghegyi piacra, amit a közelmúltban hozott létre a Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület és a Nagycsaládosok Országos Szövetsége. A polgári kör képviselőjét, Debreczeni Katalint kérdeztem a kezdeményezésről.

Hogyan jutott eszetekbe, hogy piacot hozzatok létre?

Csillaghegynek régen volt piaca, csak amikor a békásmegyeri lakótelepet megépítették és kinyitott a csarnok, a mi piacunk elsorvad, majd megszűnt.

Elsősorban tehát szerettük volna, ha a helyieknek nem kellene messzire menni friss élelmiszerért, másodsorban pedig segíteni szerettünk volna a hazai őstermelőknek. Az ő áruiknál tudni lehet, hogy honnan származnak, nem raknak bele színezőanyagokat, e- anyagokat, hanem hagyományos módszerekkel dolgozzák fel a háziállataikat. Kaphatók baromfi, illetve disznóhúsból készített termékek. A tejtermékeknel is házilag végzik a feldolgozást, vásárolható többféle ízesítésű sajt, joghurt, vaj, tejföl, túró. Megtalálható még nálunk: házi tészta, tojás, gomba, piros paprika, savanyúság, és magyar készítésű viros áru is.

Tanúsítom, hogy a termékek igen jó minőségűek, amit nálatok vettem pillanatok alatt elfogyott a bűtöböl! Mi a pontos cím, ami alatt megtalálhatnak benneteket?

Mátyás király út 27., a TIC parkolója, a 11-es út és a Mátyás király út kereszteződése. Szeretettel várunk mindenkit szombat reggel 6-tól délig!

Sok sikert kívánunk nektek!

Mikes Kriszta

Élettelen természeti értékeket óvunk meg a Hármashatár-hegy térségében

A Pilisi Parkerdő Zrt. által kezelt terület egyik legnagyobb földrajzi egységét a Budai-hegység vonulata jelenti. Ez a táj mind geológiai, mind a növény-, és állatvilág szempontjából Magyarország egyik legösszetettebb hegysége. Az azt felépítő mintegy 30 különféle kőzet-, illetve üledéktípus 220 millió év földtörténeti eseményeit teszi láthatóvá. A hegység alapját a triász kori dolomit és mészkő adja, ami kb. 200 millió éve a Tethys-tenger üledékéből alakult ki. Később, kb. 40 millió évvel ezelőtt, erre hófehér dachsteini mészkő, majd különböző márgás (agyagos mészkő) üledék rakódott le.

Társaságunk az élőhely rehabilitáció, az erdőszerkezet átalakítás és a védett természeti értékek fokozott megóvása mellett nagy hangsúlyt helyez az élettelen természeti értékeinek védelmére is. Ennek részeként különös figyelmet kap a helytelen erdőlátogatás

által jelentősen súlyosbodó eróziós folyamatok megfékezése. A Budai-hegységben az utóbbi évtizedekben jelentősen megnövekedett az extrém sport tevékenység (pl. hegyi kerékpározás), ami sajnos jelentősen súlyosbítja a helyzetet. A kijelölt útról letérők az erdőn átgázolva, ott új utakat kijárva folyamatosan gerjesztik a talajerózió térnyerését. E folyamat korlátozása, megállítás a természetvédelmi érdek, hisz a fellazított talaj vándorlása hosszútávon visszafordíthatatlan folyamatokat eredményez.

A Budai-hegységben egykor nagymértékű külszíni bányászati tevékenység is folyt. Szerencsére a kőfejtőket napjainkra felhagyták. A bányászat azonban nem csak természetkárosítást okozott, hanem a földtörténeti korszakok nyomait is feltárta előttünk.

A felszínre került kőzetrétegek bepillantást engednek a terület

földtörténet múltjába. Mivel a növényzet idővel visszatért a bolygott bányaudvarokra, mára e területek tájképi értéke is igen magas lett; a kőfejtők kedvenc kirándulópihenőkké váltak.

A természeti értékek megőrzése és bemutathatósága érdekében az amúgy önmagában is természetesen málló, morzsolódó kőzetből álló sziklafalakat az omlásveszélyes részek letisztításával, biztonsági háló telepítésével, valamint védőkerítések emelésével tettük biztonságossá. A harmadik kerületi Mátyás-hegyi, a Remete-hegyi és a Rókahegyi bánya a védelmi tevékenység kiemelt helyszínei közé tartozik, de ugyanígy a második kerületi Francia-, Kecsk-hegyi- és Nagy-Hárs-hegyi bánya, valamint a tizenkettedik kerületi Tündér-hegyi és a Tündér-szikla alatti bánya is. Összesen 124 figyelmeztető tábla kihelyezésével hívjuk fel a látogatók figyelmét a



fokozott balesetveszélyre. A figyelmeztetés mellett a védett területekre vonatkozó főbb látogatási szabályokat feltüntető táblák is kikerültek. A látogatók biztonságát minden bánya esetében védőkorlát teszi teljessé.

*Lomniczi Gergely
Pilisi Parkerdő Zrt.*

Aracsi mementó

Utazásunk minden állomásán, magyar testvéreink elhalmoztak vendégszeretetükkel. Kórogyon lakodalmas vendéglátásban részesültünk, az egész falu készült a „magyar csoport” fogadására. A zenészek fáradhatatlanul játszották a szebbnél szebb dalokat, melyeket közösen énekeltünk. Külön kiemelni a tóthfalusi fogadtatást, ahol a templom megtekintése után, a falubeliek kemencében sült helyi ételekkel kedveskedtek, igen jó pálinka kíséretében. Feledhetetlen volt a Magyarok Udvari Kamaraszínház színészeinek „Harangokat kongatunk” című előadása a törökbecsei templomban, majd a szellemi étel után Krisztina finom vacsorája a törökbecsei faluházukban.

A tóthfalusi „fogadás” után, mi (merészebbek) traktorra pattantunk, és kidöcögünk az Aracsi pusztatemplomhoz. Az eső csendesen áztatott bennünket, de megérte, mert páratlan látvány tárult elénk. Szinte a semmiből, egyszer csak ott állott a török idők óta árva romtemplom, néma méltósággal, csonka tornyával, dacolva az eltelt ezer évvel. Meghatódva jártuk körül. Link Lajos, a helyi idegenvezetőnk, előadta a templom viszontagságos történetét, és hogy miként menekítették ki a négy évszázada elhagyott gazzal, bozóttal, törmelékkel betemetett templomot azért, hogy a Délvidéki magyarság jelképévé váljon. Ma is azon dolgoznak, hogy minél több magyar ember megtekinthesse, ezt az Árpád korabeli gyöngyszemet. Lelkünk mélyéig hatolt az a lelkesedés, színtet elre keltette, a templom ódon falait. Mintegy biztatásul az itt élő embereknek. Hogy a kép teljes legyen, a szivárvány is megjelent az égen.

Rózsa és Judit



CSÓKAVÁR

INGATLANKÖZVETÍTŐ BT.

keres és kínál házakat, telkeket, lakásokat a hegyen és a síkságon.

Keressék Seres Erikát!

Telefon: 30-442 1199, e-mail: labor2000@t-online.hu

www.ingatlan.com/csokavar

Délvidéki útiprogram margójára

Az Óhegy Egyesület három országot érintő kirándulásról – mely magába foglalt öt régi magyarországi vármegyét – szeretnénk megemlékezni.

Mikor a tévét, rádiót hallgatom – hála Istennek – sokat hallok Székelyföldről, az ott élő magyarokról. Viszont a horvát és szerb területen lakó testvéreinkről kevesebbet. Pedig vannak, elszigetelve, egyre kevesebben, de vannak.

Az első napon, mikor horvát területen jártunk, szomorúan állapítottuk meg, hogy a történelem miként ismételte meg önmagát az emberi agresszió tekintetében. Láttuk ugyanis Eszék és Vukovár városát, a 1990-es évek háborújának pusztítását. A szerb csapatok által körbezárt településeken csaknem minden elpusztult. Ugyanakkor láttuk azt is, hogyan akar talpra állni a hős horvát nép, az újjáépítés hatalmas erőfeszítéseit, az új háziorokot, a mementőként berendezett Vukovári Kórház alagsorát, ahol a háború alatt is gyógyítottak.

Szerémség területére érve rácsodálkoztam Péterváradra, erre a magyar végvárra, a 12 km hosszú földalatti alagút-rendszerével, ami négy szinten hálózta be a vár alagsorát.

A nevezetes történelmi helyek mellett meg kell említeni egy kis csodát, melynek neve Tóthfalu. Ez a kis falucska Bácska körzetében azért megható számomra, mert a magyarság megmaradásának és tenni akarásának szép példája. A mindössze 150 éves, 1000 lakosú település olyan templomot, iskolát, emlékműveket épített, amely egy kisvárosnak is becsületére válna.

Majd Nándorféyhérvár fenséges falaiban gyönyörködtünk. Aztán Szendrő, majd Galambóc várához értünk, amiről Mikszáth Kálmán így ír:



„Galambóc omladékai büszkén nézik, amint lábaikat a Duna nyaldossa.” És már régen nézik, hiszen a római időkől valók. Aztán a Kazán-szoroson keresztül a Vaskapuig hajóztunk. Gyönyörűre sikeredett világunk egyik gyöngyszeme ez a vidék.

A 3-400 m-es sziklák közé beszorult Duna, melyből hatalmas, tarajos sziklák állnak ki, lehetetlen tette a hajózást. A történelem során sokszor próbálták a hajók számára megnyitni, a római császároknak sem sikerült. Kinek sikerült?

A magyar mérnököknek. Széchenyi megbízta Vásárhelyit az Al-Duna végigtérképezésével, és a folyófelmérés olyan pontos volt, hogy 60 évvel később magyar mérnöki kar tervei és vezetése mellett, egy nemzetközi vállalkozás keretében 1896-ban a hatalmas munka átadásra került.

Köszönet illeti az idegenvezetőnket Faragó Zoltánt, és azokat, akik a programokat szervezték! Ezzel a kedves csoporttal én először voltam kirándulni, de a további életre is mély benyomást tettek rám. A délvidéki úticélt pedig ajánlani tudom mindenkinek, különösen iskoláknak, fiataloknak, akik rácsodálkozhatnak elődeink Magyarországra.

Antócziné Varga Kamilla

Van olyan táj, mely esőben is gyönyörű!

A Délvidéki kirándulás 5. napján elérkeztünk a Duna legszebb részéhez, a Kazán-szoroshoz, azaz a Vaskapuhoz. A 3000 kilométer hosszú Duna fontos, hajózható közlekedési útvonal volt a történelem során, kivéve ezen a szakasz, ahol a folyó 3-400 méteres sziklalfalak közé szorult be, s a medréről hatalmas tarajos sziklák állottak ki, ráadásul a víz a nagy mederszint és eső következtében felgyorsult, ezért a hajóforgalom szinte teljesen lehetetlen volt. Ez a szakasz több évszázadon át az áttörhetetlen kapu: a Vaskapu.

A Kazán-szoros elnevezése a török kazán szóból ered, amely üstben fortyogó vizet jelent. Ma már az „üstben for-

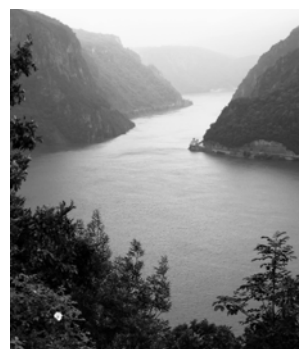
tyogó vizet” nem láthatjuk, mert a gverdápi vízierőműnek köszönhetően a vízszint megemelkedett, hatására a meder alján lévő hatalmas sziklák, amelyek korábban megtörték a víz felszínét, 20-30 méter mélyen a vízszint alá kerültek. A jelenlegi vízierőmű zsilipkapuja 32 m vízszint különbség áthidalására és tengerjáró hajók befogadására képes.

A Duna 5,4 km széles voltával – Galambóc váránál megpillantva – sokkal inkább egy hatalmas tóhoz, mint egy folyóhoz hasonlított. Ez a „tó” a Kazán-szorosnál alig 170 m-re szűkül, a zsilipnél 2,7 km szélességű.

Az autót – a szerb-román határhoz és egyben a zsiliphez közelítve – a hegyoldalban

követte a folyómedret. Mikor hajóra szálltunk és az egymásba ölelkező hegyek vonulatát csodáltuk, még az eső is fátyolfüggönynek tűnt. A Kazán-szoros látványa mind a buszból, mind a hajóról felejthetetlen élményt nyújtott.

PSZK



Ismerjük fel és óvjuk természeti kincseinket!

Csatlakozva az Ókori Óhegy Napok rendezvényeihez, bevezetőként felsorolom a rómaiak milyen fűszernövényeket használtak: bors (fekete-, fehér-), lestyán, zeller, fodormenta, ánizs, hagyma, koriander, ruta, köménymag, kapor, gyömbér. A petrezselymet is használták lakomáikon lehelletük felhűtésére. A levelét rágták nyersen. Ez lehet az alapja a mai konyhaművészeti díszítőként való használatának. Tehát ezt meg kell enni és nem félretenni! Részletesen a petrezselyemről írok, amelynek minden részét felhasználjuk!

Petrezselyem (*Petroselinum crispum* (Mill.) A. W. Hill.). Dél-európai, nyugat-ázsiai eredetű fontos konyhakerti növény, elvadulhat. *Ernyősvirágzatú*, kétéves fűszer és gyógynövény. Minden része használható, vastag karógyökérét megvehetjük a piacon, zöldseges boltban. *Levelét a kertünkben célszerű megtermelni*, a beért „magjai” (ikerkaszat termése) gyógyászati célra felhasználható, ill. ősszel vagy kora tavasszal kertünkben vessük el. Hegyünk kötött talaja inkább alkalmas a **metélő- vagy levélpetrezselyem** fajták „termesztésére”. Jól bírja a téli viszontagságokat, így télen is hozzáférünk értékes leveleihez. Levelei klorofillt, illóolajokat, karotint, C- és E vitamint, vasat,



káliumot, kalciumot tartalmaznak. Gyomorerősítő, vesetisztító, étvágygerjesztő hatása miatt is fogyasszuk bőségesen! Lehetőleg ne főzzük együtt a levesekkel, főzellekkel. Csak fogyasztás előtt tegyük a tányérunkba. Így megőrizhetjük értékes hatóanyagait és jó ízet. Ha töltelékbe tesszük, akkor ízet megőrzi, de C-vitamin tartalmát elvesztjük.

A *petrezselymes újborgonya* a kora nyár jó ízű hímőke.

Töltött kacska (vagy csirke). A fiatal megtisztított szárnyas mellcsontját eltávolítjuk. Darált sertéshúst összedolgozunk zsíron pirított, reszelt vöröshagymával, sok apróra vágott petrezselyem zölddel, áztatott zsemelével, törött borssal, sóval, nyers tojással, párolt gombával és a szárnyas belsejébe töltjük. „Összevarrjuk”, beburkoljuk szálal petrezselyem zölddel és alufóliába csomagolva lassú tűzön megsütjük. Levéve az alufóliát, pirostra piríthatjuk.

Húsos pizza. Darált húst összekeverünk egy egész nyers tojással, sóval, borssal ízesítjük. Összedolgozzuk kockára vágott sajttal, sok apróra vágott petrezselyem zölddel és bazsalikommal. A keveréket tésztára helyezzük és kisütjük.

Jó étvágyat és jó egészséget kívánok!

Stollmayer Ákosné

A Hármashatár-hegy madárvilága

Kertünk madarai között nem mindig vesszük észre a főleg erdőben élő, de olykor lelátogató madarakat. Őket mutatnánk most be, sajnos színes képek nélkül. Mégis arra gondoltunk, ha tudunk rólok, könnyebben észre vesszük őket. Íme:

Cserjések, bozótok madarai közül Európa egyik legkisebb madara az **ökörzem** (*Troglodytes troglodytes*). Farakásokon és bokrosokban folyamatosan rovarok után keresgél. Ősszel az erdőből nádasokba, kertekbe húzódik.

A stíglíc néven is emlegetett **tengelic** (*Carduelis carduelis*) legtarkább madaraink egyike. A fiatalok levéltetveken, hernyókon nevelkednek, a felnőttek aszat- és bogáncsfélék magvaival táplálkoznak.

A **zöldike** (*Carduelis chloris*) szinte kizárólag növényi eredetű táplálékkal él. A párok évente kétszer is költenek, tavasszal és nyáron. A fiókákat úgy etetik, hogy a begyükben tárolt, nyállal kevert, felpuhult magokat visszaöklendezik, és nyelvük segítségével a fiókák torkába juttatják.

A **fenyőpinty** (*Fringilla montifringilla*) nevének megfelelően elsősorban a fenyvesekben fordul elő. Mohából, zuzmóból épített fészket szőrrel, pihével béleli ki.

A fenyvesek téli vendégei az **erdei fülesbaglyok** (*Asio otus*). Akár 50 fős csapatokat is alkothatnak és egészen tavaszig együtt maradnak.

Gyakran megfordulnak itt a **széncinegék** (*Parus major*). Ezek a kis „született túlélők” mindenre képesek – a húslopástól a tejesüvegek felbontásáig – az élelem



Ökörzem

megszerzéséért. Gyakori madarak az **erdei pintyek** (*Fringilla coelebs*) és a jellegzetes hangú **csilpcsalp-füzikék** (*Phylloscopus collybita*).

H. L.

Kerti dolgaink

Az elmúlt május nem terhelte meg a vízóránkat. Remélem, a szokatlanul bőségesen érkezett májusi eső nem tett nagy kárt a kertészkedő hegylakóknál. Ez az időjárás kissé átalakította a júniusi tennivalókat. Nemcsak növényvédelmi, hanem ápolási szinten is.

Nézzük hát a dolgainkat!

- Gyümölcsfaiknál először a csonthéjasoknál, kajszai, ősi, majd az almatermésűeknél kezdődhet a gyümölcseredményezés. Alapvető szempont lehet, hogy két meghagyott gyümölcs közé beférjen egy majdan érett harmadik. Ez nemcsak a szép gyümölcs miatt, hanem az ágak esetleges túlterheltsége miatt is jó.

- Alakfáknál vizsgáljuk át, és újítsuk meg a leköteéseket.

- Fokozódik a kaliforniai pajzstetű rajzása, de ne feledkezzünk meg a lisztharmat, varasodás elleni védekezésről sem.

- Ősziaracknál hajtásválogatást is végezhetünk. Hirtelen megindulnak a szőlőhajtások. Kezdjük el a válogatást, kötözést. Figyeljünk a peronoszpórára, és ha szárazabbra fordul az idő, a lisztharmatra is. A sok eső után, ha melegebb idő jön, hirtelen növekedésnek indulnak kúszó disznónövényeink. Biztosítsuk támasztékukat, kötözésüket. Őszi virágzásra még ültethetünk gladióluszokat. Az íriszféléknek ez a fő virágzási ideje. Elvirágzás után lehet tőosztással szaporítani. A magasra növő évelőket, pl. szarkaláb, vágjuk vissza, lehet még egyszer virágozni fognak. Most kell a krizantém dugványokat is kiültetni. Az elnyílt rózsákat vágjuk le, ne hagyjuk, hogy „csipkebogyó” nőjön rajtuk. Annak energiájával még egyszer virágzik.

- A gyepek az állandó munkát adják. Nyírás, előtte gyomkiszedés tápanyag utánpótlás.

Remélem, kedves madaraink már mindenhol kirepültek. Kedvező körülmények esetén remény lehet egy második költésre is.

Szép időt, jó munkát kíván:

Ort János - kertész

Portré

rajzolás

Lepje meg szeretteit egy portréval gyermekéről, családtagjáról, vagy barátairól, melyhez csak egy jó minőségű fénykép szükséges.

1 db. fekete-fehér A/4 méretű rajz
ára: 10000 Ft

Kapcsolat: Szabó Ágnes 06/70 361-2423



Kutyaposta 10.

Kutyatár?

Megható, de némi tapasztalatlanságot sugárzó levelet tett közzé az egyik napilap.

„Öreg házaspár, 81 és 85 évesek, akiknek tragikus körülmények között pusztult el három éves tarka kutyája, hasonlót keres. Ha lehet, két-három éveset, ne legyen fiatalabb, mert betanítani már biztosan nem tudnánk” – olvasható a kis levélben.

Amiért megható – tán magyaráznom sem kellene –, az örök ragaszkodás a négylábú kis lényhez, akinek tragikus halálába (vajon mi történhetett vele?), lám, beletörődni nem tudnak. És láthatóan nem akarják elveszteni azt az érzést sem, hogy valaki tartozik hozzájuk, hogy akad még valaki, akinek szüksége van rájuk, s aki ezért a szeretet nevű, mind nehezebben beszerezhető árucikkkel fizet...

Amiért viszont némi tapasztalatlanságot sugárzó ez a pár sor, annak oka, hogy nem kellett volna újsághoz fordulni, hiszen erre a helyzetre akad tökéletes megoldás. Mégpedig olyan, ami embernek, kutyának a legjobb: a kutyamenhely. A Kutyapostás nagy biztonsággal

állítja: szinte bármelyik menhelyen, szinte bármilyen igényt kielégítő kutyá található, s ha véletlen mégsem, a következőben minden bizonnyal ráakadunk álmaink négylábújára. (S mindehhez társul még az az összehasonlíthatatlanul jó érzés, hogy talán életet mentettünk, de legalábbis egy új élettel ajándékoztunk meg egy magára maradt kutyát.)

Mert a magánynál nincs szörnyűbb – a négylábúak számára sem. Az Ősi Törvény ugyanis kimondja: a falkán kívül nincs élet. Ha a falka kitaszít – meghalsz. És tízezer évek óta a kutyáknak már az ember jelenti a falkát, végleg összekötötték velünk sorsukat. És ha eldobjuk őket – meghalnak.

De előtte még bekerülnek egy telepre. A korábbi rémséges állapotok ugyan lassan megszűnőben, de azért a telepek nagy része még ma sem tévesztendő össze a menhely fogalmával. Van, ahol még ma is csak 14 nap



az élet... Ennyi jár hivatalból, a befogott kutyáknak. Ennyi ideje van a gazdinak, hogy rátaláljon elveszett kedvencére. A leadott kutyáknak pedig még ennyi sem jut...

Az utóbbi években azért elindult valami, egy sor telep valóban menhelyé vált, ahová szerencsére egyre többen látogatnak el kutyát választani. A befogott kutyák fényképe most már rendszeresen felkerül egy-egy weblapra, remélve, hogy a gazdi vagy a szomszéd, vagy a barátok véletlenül odatévednek, és aztán rohannak az elkóborolt ebért.

A leadott kutyák azonnal elvihetőek. Vagy ahogy Weöres Sándor ígéri a Kutyatárban:

„Hűsz forintért tarka kutya

Tízért, fehér kutya jár.

Törzsvevőknek öt forintért

Kapható a kutya már.”

Kölykök, fiatalok, öregek, fajtatiszták és tündéri keverékek – és még csak öt forint sem kell egyikükhöz sem...

Vagyis a Kutyapostás nagy szeretettel biztatja a levélíró idős házaspárt, és mindenki mást is, hogy ha kutyahiányban szenved, látogasson el nyugodtan bármelyik telepre, vagy menhelyre, ott biztos talál magának ragaszkodó, hű társat.

Szücs Gábor

Fésűs Éva:

Palacsintás Király

A mesejátékot május 29-én a II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola 4. b osztályos tanulói mutatták be a Táborhegyi Népházban. Eszes Andrea és Czibi Nóra vezetésével nyolc hétig készült a 11 kisdíák az előadásra. Míg a nézők gyülekeztek a mesefilm pergett a vásznon, majd az előadás megkezdődött. A szereplők, Ákoshegyi Csenge, Bene Anita, Deli Szabolcs, Eszes-Kovács Maxim, Farkas Bence, Kosaras Zita, Lővey Heni, Marján György, Temesy Léna, Tóth Levente és Zsámbokrét György szíven, érthetően, nagy lendülettel adták elő a darabot, gyakran megnevettetve a közönséget. A délutánokénti szorgalmas munka eredménye egy igazán sikeres előadás lett.

A színdarab után a kerti asztal mellett igazi



palacsintát ehetek a gyerekek. A szereplőket pedig Komjáthy Klári néni, az osztályfőnök, köszöntötte hatalmas tortával.

Gratulálunk a szervezőknek, és a szereplőknek.

Mikes Kriszta



WLADÁR TESTVÉREK ÁLLATORVOSI CENTRUMA

- TELJESKÖRŰ ÁLLATORVOSI SZOLGÁLTATÁS
- LEGMAGASABB SZINTŰ HASI ÉS SZÍV ULTRAHANG DIAGNOSZTIKA
- RÖNTGENDIAGNOSZTIKA; DYSPLASIA SZŰRÉS
- ÁLTALÁNOS SEBÉSZET, BELGYÓGYÁSZAT, SZŰLÉSZET
- BALESETI ÉS ORTOPÉD SEBÉSZETI BEAVATKOZÁSOK
- TELJESKÖRŰ LABOR, ÁLLATPATIKA, GYÓGYTÁPOK
- ULTRAHANGOS FOGKÖELTÁVOLÍTÁS
- KISÁLLAT KOZMETIKA
- VÉDŐOLTÁSOK HÁZNÁL IS

NYITVA:
H-P 9-11, 16-19
SZO 9-11, V 17-19
TEL: 387-95-47
SÜRGŐSSÉGI ÜGYELET:
0630-628-57-22

BUDAPEST 1037 KIRÁLYHELMEC UTCA 16.
TELEFON: 387-9547 E-MAIL: WLADARKLINIKA@GMAIL.COM
WWW.WLADARKLINIKA.UW.HU

Brezovits László

Száz év

Száz év is elmúlt tán
 Nebéz küzdelemben
 Rögös úton járván
 Magamat kerestem

A felragyogó fényben
 Mint ezeryni gyémánt
 Megcsillant előttem
 Mi rejtőzött némán

Sorra vívtam meddő
 Árnyék-barcaimat
 Hogy valóra váltsam
 Kődös álmaimat

Nem kell már kutatni
 Szerte a világot
 Megszállva keresni
 Kincset, drágaságot

De elzúgott felettem
 A vágyak vad vihara
 S kitárult szívemben
 A szeretet kapuja

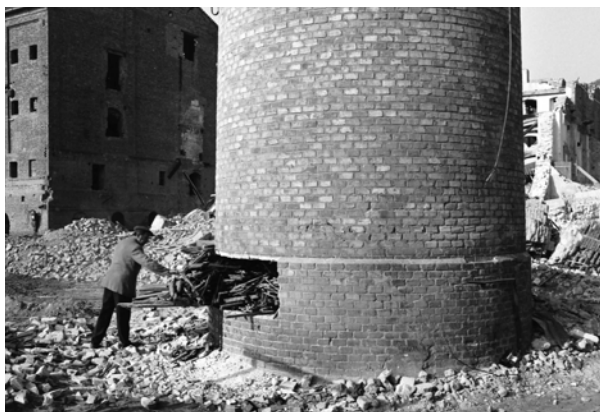
Minden itt van bennem
 Amire csak vágytam
 Világot teremtő
 Örök boldogságban

Bohn téglagyár kéménye

A kiegyezés utáni Magyarországon nagy lendületet vett az iparosítás. Országszerte a legkülönbözőbb iparágakban sorra alakultak a vállalatok, épültek ezek üzemei. Az új ipari telepek energiaigényét a fellendülő kőszénbányászat elégítette ki. A gyárak energia-telepeit sok esetben már eleve úgy méretezték, hogy az a város, vagy a környező települések részére tudjon elektromos áramot szolgáltatni.

Épültek tehát a gyárak, és velük a gyárpar messzitől látható jelei, a gyárkémények. Míg mérete, vagy építészeti kialakítása miatt megcsodálunk egy gyárépületet, könnyen legyintünk; 'á..., csak egy gyárkémény'. De ha meggondoljuk, nem is olyan csekély dolog egy gyárkémény. Méretét alapvetően a megkívánt huzatteljesítmény határozza meg. Óbudai téglagyáraink kéményei 40-50 méter magassággal épültek, de később még rendszerint megtoldották őket tízméternyi szakaszokkal.

A gyárkémények rendkívül karcsú építmények, megépítésük nem egyszerű feladat. Úgy kell alapozni, hogy nagy tömege ellenére ne süllyedjen meg, és ellent tudjon állni a szél, néha nagyerejű nyomásának. Alakja egyenletesen karcsúsodjon, és mindenütt szabályos kör, esetleg sokszög legyen a keresztmetszete. Mindezt pedig darabonként kell összerakni, kb. 150.000-200.000 db téglából. Tisztelet a gyárkéményépítőknél!



Az élet azonban megy tovább. Nemcsak a gyárak energiaszükséglete változott meg, de megváltozott az energiát hordozó anyag is. Már nem kőszén energiája hajtja a gépeket, és már nem szénvel égetik a téglát. Nincs szükség a régi gyárakra, a régi kéményre. A gyárak épületeit még csak le lehet valahogy rombolni, de a kéményhez hozzányúlni már nagyobb bátorság kell. Ma sok egykori gyár telke üres, rajta csak a kémény áll.

A gyárkémények bontásá-

nak egyik érdekes módját alkalmazták 1976-ban, a Bécsi út - Farkastorki út sarkán volt egykori Bohn téglagyár kazánházának kéményénél. A döntés kívánt iránya felőli oldalon meghontották a kéményt, és a nyílást fával, igen erősen alá-dúcolták. Ezután a nyílást kétoldalt a kémény felénél szélesebbre bontották, majd a dúcólást meggyújtották. Amikor az égő dúcolás megroskadt, a kémény eldőlt.

Kádár József
fotó: Antal István



Miről is van szó?

Miért nem találjuk, amit keresünk?

Gondolom, nem vagyok egyedül ezzel a problémával. „Keresek valamit, amit ide tettem nemrég, pontosan azért, mert tudtam, hogy nemsokára szükségem lesz rá. Még mondtam is, hogy vigyázzatok rá, el ne keveredjen valahová.” Azután, persze sosem találom meg.

Előfordul az is, hogy menetközben, valaki, vagy valami megzavar, és kizökkenek, elfeledem, mit is keresek. Ez a letragikusabb! Időnként megtörténik, hogy valahol találok valamit, aminek ott, ahol találom, semmi keresnivalója nincs. „Ez mi - mondom magamban, - hogy kerül ez ide. Lehet, hogy ezt kerestem múltkor napokig?” Általában nem merem bevallani, vagy nem emlékszem rá, hogy... Így aztán ez is hozzácsapódik az élet megfejthetetlen rejtélyeihez. Néha, nyugodt perceimben, néha, próbálok logikus magyarázatot találni a jelenségre. „Az nem lehet igaz, hogy a tárgyak, a tárgyaim, tőlem, az akaratomtól független életet éljenek.” Vagy mégis? Idáig szoktam elmerészkedni gondolatban, az ezen túli világ kicsit megijesztene, ha volna. Lehet, hogy van? Inkább arra hajlom, hogy ezeket a jelenségeket is én irányítom, csak nem tudok róla. Ez már biztatóbb, ugye? Olyan emberes – forma magyarázat. Néha azt hiszem, hogy ez kortünet, az öregedés velejárója. Aztán eszembe jut, mennyit kerestem, gimnazista koromban, reggelente a diáksapkámat. Drága, jó anyám dobta le az ablakból, legtöbbször, miután a gázóra tetején, vagy a fürdőkad alatt, vagy az éjjeliszekrény fiókjában, vagy az egyik spázipolcon megtalálta. Ő mindig megtalálta. Hogyan? Talán nem gondolkodott annyit a tárgyak önálló életén, mint én. Úgy látszik, mégsem a szenilitás a bűnös, hanem az alaptermészet. Vannak keresők, és vannak nem keresők. Az utóbbiak inkább a találók csoportjába tartoznak. Én magam régóta tudok a hibámról, ha ez hiba, de csak mostanság merem beismerni, elmondani másoknak is. Lehet, hogy ezt hívják bölcsességnek? Nem tudom.

Szász Kálmán

Óbuda iparosai

Jámbor Vilmos, a kertépítő

Jámbor Vilmos, a hajdan Óbudához tartozó Margitsziget parkosításának megálmodója 1825-ben született. Tanulmányait Pozsonyban és Bécsben végezte, majd ez utóbbi városban kezdte el tájkertészi munkáját. Alig múlt 28 éves, mire beutazta és tanulmányozta Európa jelentős modern kertjeit. Ezután visszatért szülőföldjére, Magyarországra, és a Pálffy, majd az Eszterházy család szolgálatába állott. 1847-ben József főherceg megbízta a tulajdonában lévő Margitsziget főkertészi teendőivel. A sziget ekkor egy elvadult táj volt, de ekkorra már felszínre hozták a gyógyforrások vizét, és ehhez kapcsolódva Ybl Miklós is megépítette a Margit Gyógyfürdőt. /Sajnos, ez utóbbit 1952-ben le-

bontották./ Jámbor Vilmosnak úgy kellett kialakítani a sziget parkját, hogy az az épített környezettel és azok funkcióival összhangba kerüljön.

Ugyanekkor kapott megbízást az alcsúti kastélypark rendezésére is. A két munka maradéktalan elvégzése már meghaladta Jámbor erejét, ezért maga mellé vette munkatársnak Magyar György díszkertészt, aki vele egyenrangú társként vett részt a munkák tervezésében és kivitelezésében.

A korabeli hazai és nemzetközi sajtó egyöntetűen nagyra értékelte, hogy a sziget természetesnek ható növényvilága tájkertészeti remekmű.



Halálakor, 1901-ben, nekrológiájában így emlékeznek meg róla: „Egyik legbecsesebb alkotása Budapest gyöngyének, a híres Margitszigetnek alakítása, amelyet egy eredetileg ösvadonból viruló tündéri kertté alakított át.”

A sziget ma is ékköve fővárosunknak, és bár ma már nem a III. kerülethez tartozik, sokan még ma is kicsit Óbuda részének tekintik. Élvezzük parkját, viruló virágait, a Rózsakertet, sokan pihennek gyepeken a százados fák lombjai alatt. A szigeten sétálva emlékezzünk néha arra a mára már elfeledett emberre, aki nekünk ezt a szépséget megálmodta, létrehozta és maradandóvá tette: Jámbor Vilmos tájkertészre.

Gálosfai Jenőné

Árkossy István noteszéből

Állatok kertje

Hogy valóban így történt vagy sem, ki tudná pontosan megmondani... Mégis úgy beszélnek, miszerint nemrégiben egy ténfergő vaddisznó túnt volna fel a Duna parton, s a főváros forgatagára fittyet hányva egykedvűen a belváros irányába baktatott; miközben oly zavartalanul vágott át az úttesten, mint aki életében zebrát még sosem látott.

Nem tagadom: ma már szinte semmin nem csodálkozom. Így, ezen sem. Hiszen az utóbbi időben egyre gyakrabban találkoztam különönsnek titulálható meglepő történetekkel, amelyek tulajdon szemeim előtt elevenedtek meg óbudai otthonom akár nyugodalmasnak is tekinthető környezetében. Mert bizony mifelénk is újabbnál újabb alkalmi látogatók tettek – és teszik folyamatosan – tiszteletüket az állatvilág népes táborából. Az viszont tény: kutya nincs a ház körül. Meglehet, pont emiatt kerülhetett sor arra, hogy jó ideje már közösen osztozkodunk (két- és négylábúak) a háborítatlanság kincsét érő örömeiben.

A rigóknak, a környék elhíresült

lakóinak száma az utóbbi időben, sajnos, jócskán megcsappant. Talán azért, mert a honfoglaló szarkák szemérmetlen hangoskodókként rendre távol kergetik őket. Ámbár napnyugtakor, szívmengető daluk néha még ma is magasba száll valamelyik kilátónak beillő öreg fenyő csúcsáról. Az, viszont külön örömmünkre szolgál, hogy a vakond (véltetően baráti látogatásra), már hosszabb idő óta „külföldre” távozott. A bagoly is csak ritka vendég. De ha egyszer ellátogat, akkor kitartóan szuggerál a búbos kémény magasából. Bizonyára nyakon is csíp időnként egy-egy ábrándozó kiscincogót, hadd morgolódjanak a macskafélék bajszuk alatt, amiért egyre romlik vadászterületükön az ellátás. A bohókás süncsalád esti felvonulása mára akár hagyományosnak is nevezhető. Azonnal észrevesszük, ha bővül a kiscsalád. Rendszerint fűjatva araszolnak az est homályában, tán a csillagokat ijesztgetik, Tejút szótlán vándorait; ámde azok szemmel láthatóan nemigen törődnek velük. Nyúl féle, ez idáig mindösszesen egy alkalommal tévedt kapun-

kon belül. Úgy hírlík, a szomszéd ketrecéből ruccant ki rövid sétájára; s mielőtt megízlelte tiszta vizét a mohos kővályúknak, tovaszökdécselt, minden köszönet nélkül. Viszont a fácán familia állandó lakója lett a zöldek sűrűjének; s akár ha tyúkok volnának, be-bemerészkednek a kert közepébe; rikácsolásuk ócska automobil kürtjét mímelni a dalos cinkék és vörösbegyek rémületére. A távolból, magányos gerle bűgása érkezik a kis kápolna harangjának édes dallamával, körbe simogatják a kertet, majd tovalibbennek a narancsszínűvé szelidült alkonyattal. És lám csak, sötétedéskor máris fölöttünk a nyest, a virgonc kis bohóc, aki igen régi ismerősünk, miután éjszakák sorát hancúrozta végig szültében-hosszában a tetőgerincen, vagy a számára különösen kedvelt csatorna-futtatóban. Mókás ábrázatával nem egyszer bámult ránk tetőablakon bekukkantva, míg egy nap a táncos fűrészként ki nem billentette a cinkos-

kodó fenyőt, mely a kis állatot rendre a magasba édesgette. Ámde – szinte hihetetlen –, egy ködös reggelen, Pepsi (házi címosunk) mélyeséges megdöbbenésére, a macskaházból egy meglepően hosszúkas orr körvonalai tünedeztek elő, s tüstént rá kellett jönnünk, hogy ami ott moccan, annak latin neve: Vulpes vulpes, azaz: hamisítatlan, testvérhegyi róka.

Hívásunkra, másnap becsengett a hatóság által kijelölt vadász. Három éjszakát bóbiskolva-álmodozva lesben töltött, aztán reggelედvén, megszemlélte a családék sanyarú maradékát, amit az éhes kandúrok (netán a róka?), minden bizonnyal szemfényvesztő csellel dézsmáltak meg. A mesevilág ravaszdíjának fortélyaiiba a vadász beleunt. Sátorfáját sietve fölszedte, és addig ment, mendegélt, míg nem egyszer tán még haza is ért. Róka nélkül.

Igaz, ami igaz: a ravaszdi sem dugta többet mifelénk az orrát...

www.szinekvilaga.hu
Színek Világa Alapítvány
ÓVODA
 Preschool & Kindergarten
 a Testvérhegyen erdei környezetben

Kreativitás fejlesztése,
 Angol, Sport, Zene,
 Kézműves foglalkozások,
 iskola előkészítés és
 színes programok
 várják a gyermekeket.

1% adósz.: 18085208-1-41
 1037 Budapest, Jablonka út 126/B. Tel.: 367-3620

Hat napot töltöttünk Délvidéken. Csodaszép tájakat, gyönyörű épületeket láttunk, és nagyon kedves, szeretnivaló emberekkel ismerkedtünk meg. Törökbecsén Krisztina volt a háziasszonyunk, s igen finom vacsorával örvendeztetett meg bennünket. Ebhez a vacsorához kaptuk azt a sütit, amelynek receptjét elkértem, s most közzéteszem.

Túrós málnatorta

Készítsünk elő egy vékony piskótalapot. Erre a piskótalpra kenjük majd a túrós málnakrémet.

Hozzávalók: 1 zacskó piros zselatin, 4 dl tejszín, 40 dkg túró, 2 dl tej, 10 dkg cukor, 30 dkg friss vagy fagyasztott málna.

Elkészítés: A zselatint a tasakra írt módon készítjük el, a túrót pedig összekeverjük a cukorral és a tejjel, majd hozzáadjuk a zselatint.

2 dl tejszint ferverünk, összekeverjük a málnával, majd hozzáadjuk a túróhoz és összedolgozzuk.

Az így elkészített krémet a piskótalpra kenjük 2-3 cm-es rétegben, és a hűtőbe tesszük kb. 2 órára. Miután lehűlt, felferjük a maradék tejszint, és bevonjuk vele a tortát.

Lovász Ágnes

neogranormon

A BŐRGYÓGYÍTÓ

Hámosító, gyulladáscsökkentő és enyhe fertőtlenítő hatású révén a hámszűkölések gyorsabban és szebben gyógyulnak.

kenőcs 100 g
 1992 Ft helyett **1394 Ft** (13,9 Ft/g)

kenőcs 25 g
 745 Ft helyett **522 Ft** (20,9 Ft/g)

-30%

A BABA EGÉSZ TESTÉRE

Különlegesen finom törőkenődő aloe vera és kamilla kivonattal

kenőcs 72 Lip
 725 Ft helyett **363 Ft** (5,05 Ft/Lip)

-50%

AZ AKCIÓK A GYÓGYSZERTÁRAK NÉPSZERŰSÍTÉSÉT SZOLGÁLTATJÁK, NEM AZ EGYES TERMÉKEK FOGYASZTÁSÁRA ÖSTÖNÖZNEK. A GYÓGYSZERTÁRAKBAN ELFOGADOTT EGÉSZSÉGPÉNZTÁRI KÁRTYÁK ELTÉRŐEK. VÁSÁRLÁS ELŐTT KÉRJÜK, ÉRDEKLŐDJÖN A GYÓGYSZERTÁRBAN. EUROHOLDING KFT. 1134 BUDAPEST, HIBA U. 10.

A Neogranormon kenőcs vény nélkül kapható gyógyszer. Alkalmazás: az érintett felületet bekenni a gyulladáscsökkentő teljes gyógyulásig. Ellenjavallat: a hatóanyagokkal vagy a készítmény bármely összetevőjével szembeni túlérzékenység.

A kockázatokról és mellékhatásokról olvassa el a betegtájékoztatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét.

TESTVÉRHEGYI PATIKA
EuroCenter, 1037 Budapest, Bécsi út 154. Telefon: 437 4618

Komolyra fordítva a szót...

Beszélgetés Komjáthy Klári tanító nénivel

- Azt hallottam, hogy az olvasástanulásban semmi nem változott az évtizedek alatt, mégis valahogy az eredménnyel sokszor baj van, romlott a szövegértés. Erről sokat olvasni mostanában.

A „szótagolva” módszerrel valóban semmi baj. A körülmények változása teszi a mi dolgunkat nehezebbé.

A legnagyobb probléma az, hogy kevesebb szókinccsel érkezik a gyerekek, mint régebben. Az óvodában is kevesebb mesét hallgatnak, mert nem kötelező végighallgatni az óvó néni, ha a gyermeknek nincs kedve, s a rohanó világ következtében a gyerekeknek otthon is kevesebb meghitt mesélésben van részük.

- Ez kibat az olvasás megtanulására?

Legalábbis az olvasás szeretetére. - Könnyebb azt a gyermeket megtanítani olvasni, ahol a szülőknek jutott energiája esténként odaülni az ágy szélére mesekönyvet a kézben?

Igen. Az ilyen gyermeknek van egy belső indítatása. Ha otthon látja a felnőtteket könyvvel a kézben, ha az olvasás, mint tevékenység nem ritka a család életében. Ha te-

levízió nézés és a számítógépes játékok nem vesznek el túl sok időt a mesekönyvtől.

- Mit tud tenni az első tanító néni és mit a szülő, hogy jó olvasóvá váljon a kisiskolás?

A jövő tanév kis elsőseinek a szüleit arra biztattam az első szülői értekezleten, hogy ne tanítsanak meg semmit az elkövetkező hónapokban. De meséljen sokat, szókinccset gyarapítson. Ha a gyermek érti, amit én felolvasok, vagy azt, amit Ő olvas majd el, akkor nagyobb kedve lesz az olvasáshoz. A szókinccs pedig a mesékből, a szülői beszélgetésekből szerezhető meg. Hogy mód van visszakérdezni: ez mit jelent? Ehhez bizony türelem kell, és olyan anyuka és apuka, aki bármennyire is fáradt, még jut erre energiája. Ez a tevékenység nem váltható ki azzal, hogy bekapcsoljuk a televíziót, majd az mesél neki, mert nekünk felnőtteknek fontos dolgunk van. Az értő olvasást a mesék világán túl az is segíti, ha jut idő esténként, akár csak öt percre az ágy szélén ülve, beszélgetni. Amelyik kisgyermeknek „értési” problémája van, annak a kedve elmegy az olvasástól.

- Mivel lehet az iskolában kedvet

csinálni az olvasáshoz, van erre módszer?

Minden osztályban vannak olyan gyerekek, akik szeretnek olvasni. Akkor őket megkérem, hogy mutassa be kedvenc könyvét. Olvasson fel belőle, mutassa meg a többieknek. Az Ő példája motiválja az olvasást. Hogy ne csak a házi feladatot lehessen olvasni. Ennek sikere szokott lenni, segít abban, hogy megszülessen az élmény, hogy jó, ha van kedvenc könyvem!

- Ha azt ballom, mint szülő, hogy gyermekemnek gondjai vannak az olvasással, akkor mi a teendőm?

Akkor nem ütni-vágni kell a gyermeket, hanem visszalépni oda, ahol még biztos a tudása és onnan építeni újra a tudását. Akár a rövidebb szavakhoz. A biztos ismeret a legfontosabb. A fejlődési üteme nem egyforma a gyerekeknek, de nem a gyorsaság számít, hanem a biztos alapok megszerzése. Sokszor az a jó, ha nem rohanunk előre! Fontos, hogy ne ugorjunk át lépcsőket.

- Meddig kell eljutni az első év végére, hogy mint szülő nyugodt lehessen: minden rendben?

Gyorsan és biztosan kell felismerni a betűket, és négy-öt betűs szava-



kat könnyedén olvasni. Ez már nagyon jó eredmény. A negyedik év végére kell megtanulni olvasni, de addigra ezt a tevékenységet meg is kell szeretni, és amit sikerül elolvasni azt érteni is kell! Mi az „Erdőalján” a felsőbe lépő gyerekekről részletesen elmondunk mindent új tanáriknak, nem általában az osztályról, hanem egyenként mindenkiről, hogy fejlesztés folyamata ne szakadjon meg. Az alsó tagozat legfontosabb feladata az, hogy stabil alapot rakjunk le az olvasásban, szövegértésben, számolásban és akkor erre már lehet később építkezni.

- Mit tanácsolsz most végezetül jövődöbéli elsőseid szüleinek?

Meséljenek, beszélgessenek a nyáron nagyon sokat, fejlődjön a szókinccs, és türelem, türelem, türelem, most ez hoz igazi eredményt!

Lejegyezte: Babiczky László

Kinyílik a világ, és ez nem kevés!

Beszélgetés Rátkay Judit tanító nénivel

Hogyan lehet a kis elsőöket rávenni arra, hogy szorongás nélkül járjanak iskolába?

Türelemmel, szeretettel, mosollyal és jókedvvel, valamint nagy adag dicsérettel. Azon kívül a lehető leghamarabb meg kell egymást ismerni és szokni. Már az első májusi szülőin elmeséltük a szülőknek, hogy mire figyeljenek a nyáron. Beszélgessenek gyerekeikkel, hallgassák meg őket. Kicsit kezdjék meg a leválást, az elválást. Engedjék őket szabadabban játszani. Hagyják kiabálni, szaladgálni, tenni-venni. Ezzel segítik a szeptemberi munkánkat is. Itt új barátokkal, új élményekkel fognak találkozni és velem, aki nem ismeri őket, sem a reakciójukat, sem a kis rezdüléseiket. Így még hatékonyabban tudok majd segíteni a szorongásuk leküzdésében is.

Mik az első év legfontosabb feladatai?

Elsősorban a beilleszkedés, az iskolai élettel és egymással való ismerkedés. Merőben más, mint az

óvodai élet. Szabályokat, rendet kell elsajátítani. Alkalmazkodni kell a társakhoz, az Iskolához. Meg kell ismerkedni a kudarccal, és kezelni kell tudni. Később el kell sajátítani a betűtanulás menetét. A számok világában is elkezdünk barangolni. Mindezt játékosan, az életkorhoz igazítva. A betűtanulás végén összeolvasunk és tavasszal már mindenki birtokában lesz az olvasásnak. Kinyílik a világ, és ez nem kevés!

Mit tanácsol a szülőknek, mit tegyenek, hogy sikeres legyen gyermekük beilleszkedése az iskolába?

A szülőknek nagyon nagy feladatuk van a beilleszkedésben. Bátorítani kell őket nap mint nap. Érdeklődve fordulni a dolgaik iránt, beszélgetni és beszéltetni. Ha a gyerek azt érzi, hogy fontos, ha figyelnek rá, ha nyugodt és szerető otthon és család veszi körül, akkor sokkal könnyebb a változó helyzetekhez igazodnia.

Hogyan alakul át a gyerekek napirendje az iskolába járás követ-

kezésben? Miben segíthet a szülő? Mit hagyjon a tanító nénire?

Gyökeresen átalakul. Feladatunk ebben segíteni és a lehető legkisebb töréssel átmenetelt a gyerekeket az oviból az iskolába. Habár nem tartunk 45 perces órákat az első időszakban, ettől függetlenül az egész délelőtt „vezetéssel” zajlik. Megmondjuk, mit tegyen a gyerek. Igyekszünk játékkal, pihenéssel tarkítani az órákat, de a gyerekek így is elfáradnak. A tanító néni elsőben az osztályt tanítja, és kevesebb figyelem jut a személyre. Az elsőnek ettől természetesen nem szabad rosszkedvűvé vagy mellőzötté válnia, éppen ez a nehéz és a szép ebben a szakmában, hogy így is azt érezze a nebuló, hogy Judit néni „mindig ott van” és segít.

Mit tanácsol az új elsőök szüleinek, mit tegyenek most nyáron a sikeres iskolakezdésért?

Segíteni az önállósodás útjára lépni. Komoly feladat ez szülőnek és gyermeknek egyaránt, de csak így tudunk eljutni addig, hogy



harmonikus és nyugodt kiegyensúlyozott gyermekeket neveljünk. És még valami: mindenkit saját magához kell mérni, én ezt valom. A dicséret és az elfogadás, valamint a személyre való állandó odafigyelés minden élethelyzetben teremthet egy olyan légkört, amibe örömmel reggel megérkezni. Ha ebben a szülők partnerek, ha a problémákhoz a megoldás felől közelítenek, ha bíznak a gyermekeikben, magukban és bennünk, akkor nekünk jövőre nagyon könnyű dolgunk lesz. Mottóm: akkor végzi jól egy tanító a dolgát ha egy idő után feleslegessé válik.

Lejegyezte: Babiczky László

AZ EGYESÜLET HÍREI



„Egynek minden nehéz,
sokaknak
semmi sem lehetetlen”

Ha tud, segítsen!

Július-augusztusban újra gyógyítunk valamit a székházunkon, a Táborhegyi Népházban. Mit? Amire futja a pénzünk és energiánk. Akut téma a bejárati előlépcső, a kapu és a szélfogó.

Másik komoly téma a nagyterem padlója, ami szinte már balesetveszélyes. A felkunkorodó pvc burkolatot – hogy hasra ne essünk - celluluxal újra és újra le kell ragasztani. Egy új burkolat nagy feladat, mert a funkció miatt az csak parketta lehet, a parkettázását pedig meg kell, hogy előzze a radiátorok padlóban vezetett csövezése és cseréje. De most cseréljük cserélni a működésképtelen ajtókat is. A munkát persze a festés-mázolás zárja.

Mi az, ami segítené? 80-85 m² bontott, de jó lécparketta, vagy új ipari padló beszerzése. Jutányos áron lemezradiátor, és 100/240-es valamint egy 180/240-es acéltokos ajtó beszerzése.

Mi az, ami még segítené? A szakmunka. Kedvező árfekvésű parkettázó és lakatos munka, fűtésszerelő munka, kőműves és festő-mázoló munka.

Mi az, ami a tervekben megvalósul? Majd ami összejön. Tanult barátom vígasztal ilyenkor vidáman: „Ja, a pénz az nem számít, ... az egészségben az a legkevesebb.”

Felcsuti László

Készülődünk az Óhegy Napokra

Tóga-varrás

A készülődés jegyében szerdánként 18.00 órától tógát varrunk a Táborhegyi Népházban! Szívesen fogadjuk, ha a tisztelt látogatónk az Óhegy Napokon egyszerű tógában jelenik meg. Aki ezt maga kívánja elkészíteni /nem kell hozzá varrónői szaktudás és előképzettség/ megteheti. Anyagot adunk, csak ollót, tűt, cernát és persze lelkesedést hozzon magával. Varrás közben szó esik majd a korabeli öltözködésről, ékszerrekről, hajviseletekről és a mindennapi életről az egykori Aquincumban.

További információ kapható a 30-333 2902 telefonszámon.

Benyóné Dr. Mojszis Dóra

Közgyűlési beszámoló

Az egyesület megtartotta a 2010. évi rendes közgyűlését, amelyen a tagok jóváhagyták a 2009. év gazdálkodásáról szóló jelentést, a közhasznúsági jelentést, valamint a 2010. év gazdálkodásának tervezését.

A 9 millió forint költségvetésű Egyesület 288 tagot tart nyilván, az aktív taglétszámot (tevékenykedőket és a rendezvényen rendszeresen résztvevőket) 180-ra be-

csüli, akiknek több mint fele a tagdíjat is befizette.

Elmúlt évben az épület csatornázása és a mosdóblokk felújítása megtörtént. Gondunk marad az „ájtárház” nagyterem, a leromlott külső homlokzat, de a bejárat iszonyú kinézete is. Idénre vonatkozó fő tervünk a nagyterem kifestése.

Az elmúlt év rendezvényei közül megemlítjük az Óhegy Napokat, a Táborhegyi Szüretet, a Disznótort, a

Tavaszi takarítást, az Egészségnapot, a Mikulás a Virágosnyeregben rendezvényt, a csehországi tanulmányutat, és még néhány érdekességet, mint például az Ír estét, a Márkus Színház előadásait, vagy Petrás Mária estjét.

Változatlanul célunk harmonikus egyensúlyt találni a kultúra, a szórakozás, a tanulás, és a közügyek gyakorlása között, a Hegyvidék lakói javára.

Mikes Kriszta

Tavaszi takarítás a hegyi utcákon

Május 8-án alig 20 főből álló kis csapat gyűlt össze az iskola előtt. Több mint egy évtizede, hogy az Egyesületünk tavaszi takarítást szervez az iskola támogatásával, eleinte az erdei utak, utóbbi időben, az Önkormányzattal összehangoltan, a közutak mentén. A képen a gyűjtést szervező Zsigó Eszter indítja útjára a 4-5 fős csoportokat. A munkát idén is közös ebédrel zártuk, a takarítókat Kiss Kati milánói makarónija várta a Táborhegyi Népházban.

Ezúton is köszönjük az Óbuda-Békásmegyeri Polgármesteri Hivatalnak a támogatást, Zsigó Eszternek a lelkesítést, résztvevőknek pedig utcáink tisztaságát.

Reméljük jövőre még többen leszünk. De mi legyen az ebéd?

Mikes Kriszta



Apróhirdetés

- **Kerti kisgéppel** kertrendezést, építést, termőföld szállítást, elterítést, gyökértelenítést vállal hegyi vállalkozó. Tel.: 20-338 1966
- **Olsón eladó** egy nyáron át használt, peremén felfújható, 90 cm mély, 5 m átmérőjű gumimedence. Tel.: 250 2513
- **Reuma és Lézerterápiás rendelését** megnyitotta Dr. Szabó Katalin: DUNA MEDICAL 1036 Budapest, Kiskorona u. 20. Bejelentkezés: 387 1508; Szükség esetén háznál is kezel.
- **Fodrász hajvágást vállal!** Férfi-női, a klasszikustól a divathajig. Szükség esetén házhoz megyek. Viniczai Sára, tel.: 30-457 1021
- **„Szakemberek a Hegyvidéken”.** Aki ismer jó hegyi szakembert, adja meg nekünk elérhetőségét. Mi felvesszük vele a kapcsolatot, és ha ő is kívánja, díjmentesen közzé tesszük a www.ohegy.hu honlapunkon. Tel: 20-886 4045
- **Bütorklinika a hegyen!** Mindenféle bűtor javítása, felújítása, antik és stíl-bűtorok szakszerű restaurálása! Tel: 388 2464 vagy 20-378 8017

Ünnepeljétek a Táborhegyi Népházban!

Örömünkre, egyre több megkeresés érkezik, hogy kivennék a Házat esküvőre, házassági évfordulókat, születésnapok megünneplésére, céges partik megrendezésére.

Hirdetjük hát magunkat: ünnepeljenek nálunk, lakóhelyükhöz közel, reális áron bérelhető termeinkben.

A terembérelti díjak megtalálhatók a honlapunkon: www.ohegy.hu, vagy érdeklődni lehet Mikes Krisztánál a 20-886 4045 telefonszámon.

Elnökség

Kedves egyesületi tagok!

Szeretettel kérek mindenkit, hogy aki még nem rendezte az idei, 2009-es tagdíját, utalja el az Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete 11703006-20032630 számú OTP számlájára, vagy fizesse be személyesen nálam, a Táborhegyi Népházban (hétfőnként 8-12-ig vagy szerdánként 16-19 óráig). A tagdíj összege: keresőknek 2000 Ft, nyugdíjasoknak és diákoknak 1000 Ft. További adományokat is szívesen fogadunk, sokat segít vele, köszönöm!

Mikes Kriszta

ÓHEGY-HÍREK

HAVILAP (MKM 226.674/1998)

Kiadja:

Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete,
1037 Bp., Toronya u. 33.

Telefon: 430-1326

E-mail: egyesulet@ohegy.hu,
web: www.ohegy.hu

Felelős kiadó:

Felcsuti László elnök.

Szerkesztők:

Jármayné Tatár Judit, Mikes Kriszta,
Szász Kálmán.

Hirdetésfelvétel: Óhegy Egyesület.
Telefon: 430-1326

Előkészítés: Petit Typo Bt.

Nyomás: MédiaPress 1990 Kft.

Megjelenik: 3000 példányban

ÓBUDAI HEGYVIDÉK INGATLANIRODÁI ÓBUDALUX ÉS REMETEHEGYI INGATLANIRODA

Ingyenböringirodáink tevékenysége változatlanul az Óbudai hegyvidék ingatlanok, építési telkek, családi házak, újépítésű és használt öröklakások értékesítése és bérbeadása.

Összesített ingatlan kínálatunk: www.obudaihegyvidek.hu, www.oi.hu

Testvérhegy, Táborhegy



ÓBUDALUX INGATLANIRODA
1057 Budapest, Erdőalja út 46.
www.obudalux.hu
obudalux@oi.hu
FORSTER JUDIT
Tel.: 242-1096; +36-30-696-696-9

Amit sürgősen keresünk:

- kb. 60 m² körüli, újszerű,
nappali+1 háló kert-, vagy
erkélykapcsolatos lakást,
50 Mft-ig.

Kínálatunkból:

Erdőalja út csendes
mellékutcájában
befejezés előtt álló,
4 szobás, 2 gará-
zsos sorházi lakás
kulcsrakészen
61+4 Mft-ért eladó.



Remetehegy, Mátyáshegy

REMETEHEGYI INGATLANIRODA
1057 Budapest, Remetehegyi út 52.
www.remetehegyi.hu
sagimagdi@oi.hu
SÁGI MAGDOLNA
Tel.: 388-5919; +36-30-696-696-5



Kínálatunkból:

- 46 m²-es,
panorámás,
kertkapcsolatos,
nappali+1 háló,
2007-es építésű,
parkolóval
25,5 Mft.



Amit sürgősen keresünk:

- Panorámás, nem
meredek fekvésű,
építési telket
70 Mft. értékig.

Gyors, diszkrét, magas színvonalú és szakszerű ügyintézésel állunk ügyfeleink rendelkezésére.

Bilobil®. Keringés mesterfokon!

Szédülésre, fülzúgásra, memóriagondokra,
az agy és a végtagok keringési zavaraira

KEDVEZMÉNYEK MESTERFOKON:

Bilobil forte 80 mg kapszula (60 db)
~~4x3,- Ft~~
2970,- Ft (49,5 Ft/db)
30% kedvezmény

Bilobil Vital 120 mg kemény kapszula (60 db)
~~4x49,- Ft~~
3249,- Ft (54,2 Ft/db)
35% kedvezmény

TEVA
www.bilobil.hu

A Bilobil forte 80mg kapszula és a Bilobil Vital kemény kapszula vény nélküli kapható gyógyszer. Hatóanyag: Ginkgo biloba levél száraz kivonata. Ellenjavallat: az összetevők bármelyikével szembeni túlérzékenységet. Az akciós készlet erejéig tart! Az akciós gyógyszer tárolásának feltételeit szolgálatunk nem az egyes termékek fogadására osztónőnek. Euroholding Kft. 1134 Bp. Hubautca 10.

A kockázatokról és mellékhatásokról olvassa el a beteg tájékoztatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét.

TESTVÉRHEGYI PATIKA

EuroCenter, 1037 Budapest, Bécsi út 154. Telefon: 437 4618

pH: 7.9

ATLANTIS Aqua

SZÉNSAVMENTES TERMÉSZETES LÚGOS ÁSVÁNVÍZ

Ahol az ÉLET VIZE folyamatosan kapható!

A világon 3 helyen található természetes lúgos ásványvíz.

- 1.) Testvérhegy: ABC és Presszó, Domszló útja 36.
- 2.) Erdőalja ABC Erdőalja út 79.
- 3.) Agip benzinkútnál Gémeskút u. 12.
- 4.) NON STOP ABC Oázis Kifőzde és Pizzeria Bécsi út 377.

ATLANTIS Aqua természetes lúgos ásványvíz. pH: 7.9

Morway Pálma operaénekesnő az Atlantis Aqua főmunkatársának ajánlásával.