



ÓHEGY-HÍREK

ÓBUDA HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK LAPJA • XXIII. ÉVFOLYAM 6. SZÁM • 2018. JÚLIUS

Óhegy Napok – 2018

„MÁTYÁS KIRÁLY ÉS A RENESZÁNSZ”

Az Egyesület Mátyás királlyá választásának 560. és születésének 575. évfordulóját ünneplő három napos rendezvényét Népessy Noémi, az Óbuda Múzeum igazgatója nyitotta meg. Buzás Gergely régész az előadásával, Zumpf András fotóművész a kiállításával szinte beleültette a nézőket a reneszánsz világába. Másnap az egyesület Felolvasó Színháza és Kórusa mindezt tovább gazdagította Mátyásról szóló balladákkal, versekkel, korabeli dalokkal. A lakomát az Alerton táncsoport bemutatója követte, majd a társaság reneszánsz tánclépéseket tanult. A zenei háttérrel a Musica Historica együttes szolgáltatta. Különleges élményt jelentettek a Hunyadiak Örökében Egyesület korabeli fegyver- és viseletbemutatói, párviadalai. A háromnapos rendezvény szakács- és cukrászverseny kulináris élményeivel zárult, háttérben a Békás Zenekar muzsikájával.



Fábrý Zoltán levéltári kutatásai során talált recept alapján készítette versenyművét, és el is nyerte az „Óhegy legjobb szakácsa – 2018” díjat. Íme a recept:

Tárkonyos, káposztás malacleves Bonfíni módra

Hozzávalók 10 - 15 főre számítva: 2-2,5 kg bőrös malachús (comb), 1 kg hagyma, 5-6 gerezd fokhagyma, 1,5 kg sárgarépa, 1,5-2 kg fejes káposzta, fűszerek, só, bors, egy csomag friss tárkony.

Hogyan is készült? A hagymát kis kockára vágtam, a bográcsban mangalica zsí-

ron pirítottam. A húst 1-2 cm-es kockára vágtam, majd a hagymával összepirítottam, szükség szerint kevés vízzel felöntöttem, pároltam. Nem baj, ha a bőrös rész egy kicsit megpirul.

Ezek után egy lábasban a zsíron dinsztelt káposztát szárított tárkonnyal ízesítettem,

majd az előbb elkészült hús és hagyma keverékhez hozzáadtam.

Miután a hús háromnegyed részben megpuhult, hozzáadtam a karikára vágott sárgarépát, és puhára főztem, szükség szerint további vizet adagoltam, és tetsző mennyiségű sóval és borssal ízesítettem. Korábban adtak hozzá kevés koriandert is, én most kihagytam.

A kóstolatók tetszése megnyugtató, ezért szívesen ajánlom e receptet más bográcsosznak is. Ha nem ragaszkodtam volna a történelmi recepthez, akkor talán kis tejföllel dúsítottam volna, vagy paprikával, paradicsommal is gazdagítottam volna.

fázo a faműves

Az igazság az, említi Krzyzewsky Miklós, hogy ma már nem bográcsban szokták a vadast készíteni, de szerintem ez könnyen megoldható. Az alábbi receptúrában leírt mennyiségeket 10 adagra kalkuláltam.

Vadas

Vadas: 1,5-2 kg marha stefánia vagy nudli kell hozzá. Szeletekre vágom és besózom. A bográcsba 4-5 szelet füstölt zsírszalonnát kockára vágva teszek és kisütöm a zsírját. Ebbe teszem a hússzeleteket. Jól megforgatom benne, és amikor már fehéredik, kis vizet teszek hozzá, hogy pároljam. Lehetőleg lassú tűzzel dolgozom. Amikor elfő a víz, akkor kicsit teszek hozzá. Egy óra után hozzáadom a kockára, karikára vágott zöldségeket (sárgarépa, fehérrepa, karalábé, zeller). Ez lesz a szaftja, tehát nem kell spórolni vele (1-1,5 kg). Tovább párolom a zöldséggel együtt még egy órát. Amikor már jó a hús, akkor a szeleteket kivesszem, hogy a zöldségeket botmixerrel pürésíteni tudjam. Visszateszem a húst és ízesítek őrölt fűszerekkel (bors, kömény, babér, kur-

kuma, szerecsendió, gyömbér). Nem sokat, úgy, hogy a fűszerek ne érződjenek ki. Hozzáteszek kis mustárt, worchester szószot, ami valójában tömény húisleves kivonat, fél deci capribogyó sós/ ecetes levével együtt, egy kis kanál cukrot, valamint 3-5 dl tejfölt 3-4 evőkanál finomliszttel behabarva, és aztán rotyantok még rajta. Jól elkeverem, és utána jöhet a 3-4 dl lágy vörösbort hozzáadása. Kb. 10-15 perc múlva készen van. Lehet kapni mirelit vadas szószot, ami igen finom, és abból is lehet beletenni és összedolgozni.

Zsemlegombóc: 4 szikkadt zsemlet kockára vágok. Egy serpenyőben kis kockára vágott szalonnát (15-20 kockát) zsírjára sütök, és ebben megpirítom a zsemlekockát. (minden serpenyőhöz külön szalonna kell). A zsem-

lekockákat nagyobb tábla teszem, hozzáöntök kb. fél liter tejet és hozzáadok kb. fél kg finomlisztet és egy tojást valamint egy csokor petrezselyem zöldjét apróra vágva. Egy kávéskanál sóval és kis őrölt borssal ízesítem és összegyúrom. Gyúrható, nyúlós massa legyen. Lehet kis tejjel vagy liszttel korrigálni. Evőkanállal gombócnyi mennyiséget kivesszek és finomlisztbe teszem, megforgatom benne és gombócformára görgetem vagy hagyom kicsit amorfra, és lobogó, forró vízbe teszem 3-4 percre. Onnan kivéve a pici lángon lévő serpenyőbe teszem, amiben pirítottam a zsemlet és kicsit a gombócot is pirítom.

Együtt tálalom az áfonyadzsemmel.

Jó étvágyat.

Krzyzewsky Miklós

Örömmel készítettem sütit a versenyre, említi Csizmadiané Gál Anna. Nem azért nyert, mert egyedül hozott sütit, hanem mert annak csodálatos ízvilágával nem csak a zsúrit, hanem mindenkit meggyőzött. Ezért elkértük receptjét.

Meggyes-mákos piskóta

Csokoládés piskóta alap: 2 dkg vajot összeolvasztottam 2 dkg étcsokival, lehűtöttem. Majd 3 tojásfehérjét habbá vertem 6 dkg nádcukorral, hozzáadtam a tojások sárgáját, a vajjas csokit, 4 dkg lisztet, fél csomag sütőport. Mikor a keverék elkészült, 22 cm-es tortaformában 160 C-on 25 percig sütöttem.

Krém: 20 dkg meggyet 1 dl vízzel és 10 dkg nádcukorral felfőztem, pürésítettem,

majd besűríttem 1 dl vízben feloldott 1 csomag vaníliás pudिंगporral. Miután kihűlt 10 dkg darált mákot, 2 kávéskanál zselatint (4 ek.vízben feloldva), és 4 dl habbá vert tejszínt adtam hozzá.

Ezt követően a piskótalapot visszahelyeztem a formába, ráöntöttem a krémet és hűtőben néhány órát dermedtettem.

Csizmadiané Gál Anna

A Benyó-csapat második díjat nyert a versenyen. A Malacjava olyan lett, „ahogyan azt Szép Ilonka szerette”

Malacjava áfonyalekváros, vörösbort mártásban, túrógombóccal

Ha 4 személyre készítjük: 1 kg sertéscombot vagy tarját felszeletelünk, kiklopfoljuk, sózzuk, borsozzuk, megszórkodunk majorannával és olajjal meglocsolva pácoljuk egy éjszakán keresztül (nem jégveremben, hanem hűtőszekrényben!). 20 dekányi húsos szalonnát felkockázunk, zsírjára pirítjuk. A porcöket félretesszük. A visszamaradt zsiradékban a hússzeletek mindkét oldalát hirtelen átsütjük, majd tála szedjük a szeleteket. A visszamaradt fűszeres zsiradékhoz keverünk 2 üveg áfonyalekvárt, 2 evőkanál balzsamcetet, egy kis citromlé és 7-8 dl félszáz vagy száraz vörösbort. Összekeverjük, majd beletesszük a hússzeleteket. Adunk hozzá apróra vágott rozmaringot, ízlés szerint sót és egy kis vizet is. Lassú tűzön, fedő alatt főzzük. Ha szükséges, pótoljuk az elpárolgott bort és vizet. Ha már majdnem puha a hús, hozzáadunk nem túl vékony cikkekre vágott almát és körtét. Ha megpuhult, 3-4 dl főzőtejszínből és kb. 3 evőkanál keményítőből készült habarással besűrítjük.

Túrógombóc: 1 kg túróat áttörünk, megsózzuk, hozzáadunk 6-7 evőkanál lisztet, 6-7 evőkanál búzadarát és 6 tojásárgáját. A tojásfehérjét pici sóval kemény habbá verjük és óvatosan ezt is a masszához keverjük. Legalább 1 órát hűtőben (nem jégveremben!) pihentetjük. Vizes kézzel kis gombócokat formázunk a masszából, majd kis olajjal, sóval felforralt vízben kifőzzük, amíg a gombócok feljönnek a víz színére. Leszűrjük és meglocsoljuk egy kis olvasztott vajjal. A mártásos hús mellé tálaljuk, rozmaring-ággal, citromkarikával díszítjük. Bizonyosan így készítette Szép Ilonka is, amikor vadászat után vendégül látta Mátyás királyt!

Jó étvágyat kíván:

a „Benyó-csapat”



Bende Csaba



Benyó csapata



Fábry Zoltán



Krzyszewsky Miklós



Varga Béla

Szakács és cukrász-verseny győztesei

Az Egyesület 16. versenyén a szakácsok a reneszánsz kort idézték fel. Nehéz volt a feladat, mert paprika és paradicsom nélkül nem lehet egykönnyen meghódítani mai ízekhez szokott vendégeket. Őt szakács mérte össze tudását. Volt, aki egykori receptek után kutatott, volt, aki megszokott repertoárjából választott, kihagyva belőle a XV. századi konyhákban nem ismert zöldségeket.

A zsűri elnöke idén Horváth Péter történész, kulináris szakember, tagjai voltak Koch Danica mestercukrász, Kovács Kati a közönség küldötte, aki kiváló ételeiről ismert szakács. Vizsgálták a versenyművek ízvilágát, a korhűségét. Szokás szerint most sem volt könnyű dönteni, hisz mindegyik szakács komoly gyakorlattal rendelkezik. Ezért különös hangsúlyt kapott a korhű tálalás, és annak igényessége.

Kemény vita előzte meg a sorrendet. Végül első helyre került Fábry Zoltán főztje, amely tárkonyos, káposztás malaclevés volt Bonfini módra, és amely levéltári kutatások során talált recept alapján készült. Fábry immár másodszor nyerte el e jeles díjat. A zsűri egyetértett abban, hogy ez a fogás méltó helyen lett volna Mátyás király asztalán is. Az összetevők ötletes felhasználása fejedelmi ízorgiává vált, mely igényes tálalással párosult.

Második díjat „Benyó csapat” (Benyó Dávid és Benyó Dóra) malacjává nyerte, áfonyás vörösboros mártásban túrógombóccal, „ahogy Szép Ilonka szerette” című versenyművével, szigorúan a korszakban ismert alapanyagokat és fűszereket alkalmazva.

Harmadik díjat nyert Bende Csaba „fokhagymás sertés szelet házi lepénnyel” nevű ételével, a „Hunyadi Örökében” Egyesület tagjaival közösen. Az Egyesület hölgyei a sátor alatt lepényt gyúrtak, és kellő módon ízesítve sertészsíron sütötték ki.

A közönség díját Varga Béla nyerte, aki sült malackarajt készített rostélyon, mézes mártással. A munka és a sok kóstolgotó vendég annyira a rostélyhoz kötötte, hogy a díj átvételére is barátját, Rácz Andrist küldte.

Az „Óhegy Legjobb Cukrásza” címért most nem volt verseny, mert egyedül Csizmadiáné Gál Anna hozott tortát, meggyes-mákos piskótát, igényes tálalásban. A torta íze, esztétikai megjelenése azonban minden várakozást felülmúlt. A zsűri úgy döntött, hogy e jeles címet méltó módon kiérdemli. A kiváló, finom torta cukrászdák polcain is megállná a helyét.

Az idei versenyre készült ételek és sütemények színvonalát mi sem jelzi jobban, hogy az eredményhirdetésre csaknem az összes fogás elfogyott. A szervezők és a zsűri köszöni a versenyzők részvételét, a finom ételeket és a jó hangulatot. Reméljük jövőre is hasonló finomságok készülnek a mesés diófa árnyékában.



A zsűri tagjai Koch Danica, Horváth Péter és Kovács Kati



Fábry Zoltán az veszi át az „Óhegy legjobb szakácsa - 2018” oklevelet



Csizmadiáné Gál Anna veszi át az „Óhegy legjobb cukrásza - 2018” oklevelet

Miről is lettek utcáink elnevezve?

III. kerület, Testvérhegy Kubik utca

A Bécsi út 256. számtól egészen a Testvérhegyi lejtőig fut az érdekes elnevezésű Kubik utca. Mire is utalhat az elnevezés?

Talán nem meglepő, hogy pár száz évvel ezelőtt, ezen a területen is aktív szőlőművelés zajlott, amely Óbudára jellemzően, kisebb parcellákon történt. A fellelhető és kutatható térképeken jól látszik, hogy a későbbi utcán parcellahatár

húzódott a Bécsi útig. Ezekon a keskeny földszalvokon közlekedtek a szőlőművelők, tehát „utca” rendeltetése már korábban megjelent.

A XX. század elején már a Kőbányai Gőztéglagyár Óbudai Gyártelepének tekintélyt parancsoló komplexuma működött az egyre jobban igénybe vett földszektoron. Szomszédságában még egy futballpálya is működött, amely az 1944-es

háborús légifotókon jól látszik. Az idők során a szőlőföldek kikapusztultak, a téglagyár bezárt, a területet szép fokozatosan beépítették. 1972-ben kapta az utca „Kubik” nevet.

Gondolhatnánk, hogy az utcanév-választás a szegénysorsú, főleg a Viharsarokból származó munkásrétegre utal, akik óriási munkájukkal szinte felépítették a XIX. század második felétől a megszülető, modern Magyarországot.

Hatalmas földtömeget mozgattak meg fatalicskájukkal (plusz csákány, ásó, lapát), A bérüket a megmozgatott föld mennyisége után kapták. Egy kubik (mint egység) 6,86 köbméter volt, amely alapján pontosan meghatározták a munkások fizetését, ami igen csekély volt az elvégzett munkájuk után. Kubikosok

természetesen Óbudán is voltak, leginkább a Flórián téren gyülekeztek és az akkor még ott álló Fogadalmi-Szent Flórián szobor árnyékában várták a munkalehetőséget.

Leginkább ún. bandákba csoportosultak és vállaltak munkát, együtt laktak, főztek egymásra. Esetünkben azonban a kubik szó az egykori téglagyári bányagödörre vezethető vissza. Nemcsak Óbudán, hanem országszerte voltak téglagyári kubikok (nagyobb gödrök), amelyeket utóbb vagy feltöltöttek, vagy más funkciót kaptak.

Horváth Péter

Alul a Drasche agyagbánya, felette a Bécs út, afelett a téglagyár. A bányából levezető rövid földút a Kubik utca. (Részlet Harmat József Vihar-hegyről készült felvételéből. Készült 1930 körül)



Dizájn Piknik az Esernyősből

Július 5 – szeptember 6.

Manapság egyre többen keresik a minőségi designtermékeket. Főleg a hölgyek körében nő a kereslet a hagyományos, kézzel készített, egyedi tervezésű ékszerekre és kiegészítőkre, lakásba illő dísz tárgyakra. A III. kerületben erre kínál megoldást a Fő téren található Esernyős kezdeményezése. Július 15-én, vasárnap már második alkalommal költöznek be hazai tervezők egyedi márkái a közösségi tér árnyas, fás belső udvarán felállított tervezői piacra, ahol kedvükre böngészhetnek a vásárlók 10.00 és 17.00 óra között.

A barátságos hangulatú tervezői eseményen természetes anyagokból összeállított tárgyak közül válogathatnak a tudatos vásárlók. Aki pedig már beszerezte új kincseit, az Esernyős kávézóban frissülhet fel kávéval, üdítővel és vegándesszerttel, vagy a Gázlámpa Kioszk teraszán ülve fagyaltozhat a gyerekekkel, hiszen akár családi programnak is ideális a dizájn piknik.

Deme László
www.esernyos.hu

A szereplők: **Bella** a naplóvezető, **Elina** és **Panni** 5. osztályos barátnők, **Lili** és **Ádám** Elina szülei, **Linda** és **Gábor** Panni szülei, **Bella** egy 9 hetes golden retriever, **Elina** kutyája, **Zsömi** egy kéthetes vizsla, **Panni** kutyája, **Laura** a lányok osztálytársa, **Goldi** Laura kutyája, egy két éves spániel, **Viki** néni az osztályfőnök, **Ikarus** Elina lova, **Parázs** Panni lova, **Orsi** a lányok lovasoktatója.

Bella naplója 5. fejezet

Csörr csörr - csörren meg Elina telefonja. Á áááááá - ásít Elina, - miért ilyen korán? De az arca felderült, amikor meglátta, hogy ki hívja.

- Panni! - csodálkozik amikor felvette a telefont, - te sosem szoktál korán kelni!

- Tudom, de annyit akartam mondani, hogy ma lesz az Állatnap a suliban. Ma nem kell egyenruhában jönni, és úgy készülj, hogy a pad már nem csak Belláé.

- Miért?

- Mert kaptam egy kéthetes vizslát a szüleimtől. Kifli a neve.

- Ó biztos aranyos. De most leteszem a telefont, mert elkezdek készülni. Szia!

Elina az iskola kapujában áll és épp Ádámot (az apukáját) öleli meg amikor észreveszek valamit. Laura jött felénk. Elina búcsút intett apukájának, és amikor meg akart fordulni, éles hang hasított a levegőbe.

- Te még pusztit adsz a szüleidnek? - kérdezte gonoszul Laura.

- Igen. És most engedj el, mert bemegegyek.

Elina bement a terembe és

amint körülnézett, még a lélegzete is elállt. Soha nem látott ennyi kutyát és macskát egy helyen.

Volt közöttük perzsa macska, németjuhász, golden retriever, tacsí, csivava, vizsla, border collie, jack-russel terrier és még sok más fajta kutya.

- Juj de édes - mondja Elina amikor meglátja Kiflit.

- Kicsöngettek - mondja Viki néni, a tanár - lehet menni.

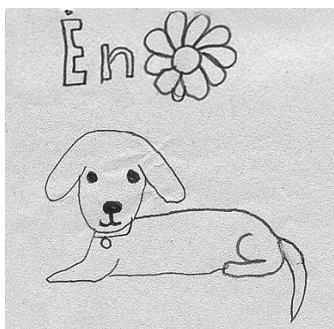
Elina és Panni leülnek a padra, s amikor elő akarják venni az uzsonnát, Laura megáll a pad mellett.

- Figyu - kezdte - csak annyit akartam mondani neked, Elina, hogy örülhetsz, hogy van egy olyan hasznavehetetlen kutya mint a tiéd - fejével Kifli felé bökött - ezek a kis patkányok soha nem lesznek olyanok, mint az én kis Goldim.

- Figyelj - védte a kutyákat Elina - lehet, hogy te úgy gondold, hogy Goldi (Laura spánielje) okosabb. De az csak azért lehet, mert idősebb, mint a miénk, és több.

- Így gondolod? - lépett oda Laura barátnője Chloé.

- Igen, így gondolja. Mivel Goldi 5, Bella 1 éves, Kifli pedig



2 hetes. - kelt Elina védelmére Panni.

Laura a csatlósa (Chloé) kezébe nyomta Goldi pórázát.

- Vigyázz rá - parancsolta neki.

- Rendben! - monda Chloé gúnyos mosollyal az arcán és rám nézett - remélem Elina, van miből kifizetned a kutyakáját! - Hahaha! Azzal elment.

Csing-csöngetnek be.

- És most mindenki előadja a bemutatóját, amit az állattárol készített. - mondja Viki néni. - Te jössz Elina.

- Mint tudjuk a golden retrievert nagyon sokan a csodás kutyának nevezik, - kezdi - mindenki szereti és én úgy gondolom ez egy különleges fajta. Most nem azt mondom, hogy a többi fajta nem különleges vagy okos.

Erről pedig mutatok egy bemutatót. Bella, gyere ide! - amikor odamegyek, Elina jutalomfalatot ad nekem. Így volt ez a marad, fekszik, ül és a pasci paranccsal.

- Te jössz Laura! - szólítja fel Laurát a tanár.

Pető Panna (9 éves)

Brezovits László

Norvég nyár

*Ahogy olvad a lassú gleccser
S elnyeli a hideg tenger
Úgy fogytak el szép sorjában
Csodás utunk napjai*

*A hajó halad, szívünk szakad
Egy darabkája ott is marad
Eltűntek a köd-homályban
Norvégia partjai*

*De észak fénylő koronája
A fjordok színes, vad világa
Emlékei bódult tánca
Még itt forog velünk*

*Hófoltokból vizet gyűjtő
Völgybe futó gyors patakok
Hegycsúcsokról mélybe dörgő
Sziklán omló zuhatagok*

*A hegyek közé szorult tenger
Méltósággal nyugvó csendje
Hová menne? Lába elér
Az óceán-végtelenbe*

*Nem alszik a kíváncsi Nap
Éjjel is küld sugarakat
S áttörve a felhők között
Szivárványt húz partok fölött*

*Minden útnak vége eljő
Búcsút int a hűvös szellő
S ha segít a Vén Teremtő
Az északi táj visszavár*

*Hazatérve a nagy melegbe
Ülök némán, elmerengve
S verítékem kövér cseppje
Az arcomon fjordogál...*

Szelfi

Régóta álmodom arról, hogy olyan jó-fajta, igazi férfi, mint valamikor Ives Montand (azaz Ivó Livi), vagy mint egykor Jean Valjean (azaz Jean Gabin), sőt Alain Delon (ezer film főhőse, és milliárdnyi bombázó-azaz csudaszép nő- szívének elrablója) lehessen én is. Persze ez csak álom volt és lett mindmáig - mert sohasem tudtam úgy, zsebre csapott kézzel, csikkel a száj sarkában az utcasarkon állni, mint ő tették. Pedig nagyon szerettem volna. És, még valami. Egyben szerettem volna olyan imádott jófiú, azaz rosszfiú is lenni, ahogy, amilyenek ők voltak. Sajnos, Jean Paul Belmondoval, a laposra vert orrú boxoló hőssel együtt, mind elmentek közülünk egy végtelen hosszú filmbe, amely már nagyon rég' elkezdődött, és remélem soha nem ér véget, és mindig újrateremtí azokat

a vagány, legyőzhetetleneket, akik elporolják helyettünk is a nem jókat.

Nos. . . , de visszatérve az én álmaimhoz, hát ezeknek a hősöknek majdnem mindegyike viselt az orrán, olyan foncsorozott, gengszter-rendőr szemüveget, aminek az objektívje mögött meglapulhatott, eljátszva azt, hogy őket senki nem ismeri föl soha, vagyis, az volna a jó, hogy mindenki felismerje őket, csudaszép férfiarucát és marcóna megjelenésüket, akár a Hősök-tere túldaláról is.

Hát, most nekem is sikerült szert tennem egy ilyen napszemüvegre. Még pedig az okmián, mert a doktorok mindkét szememben kicserélték viseltes, régi szemlencsémeket. A műtétek következtében az érzékeny szemeim jobban kezdtek látni, mint azelőtt tet-

ték, de változatlanul érzékenyek maradtak a hirtelen, és oldalról jövő, tört fényre. Ezt, mármint a megmaradt érzékenységből maradó látászavart enyhítette egy, szürkésen homályos, és a kártékony fényhatásokat visszaverni akaró, foncsorozott üvegű, úgynevezett napszemüveg. Kénytelen voltam egy ilyen típusú okuláret beszerezni, orvosi tanácsra. Meglett tehát a hön áhított, csodatevő szemövegem, az Alain Delont utánozni akaró, gengszter maszkom. Meg is kérdeztem egyik csinos nőismerősömet: „Szép vagyok? És elég alaindelonos?” Azt felelte: „Igen, nagyon, mert, ha belenézek ebbe a csodás, foncsorozott lencsébe, akkor csupán magamat látom, és az nagyon szép. És eléggé alaindelonos is.”

Ez jutott hát eszembe most, megnézve a 'Pitypangdzsungel' című kiállítás „Szelfi” nevű korpuszát az Esernyős - ben.

Szász Kálmán

Patika a Táborhegyen

Ennek a patikának nincsenek GPS koordinátái, sem irányítószáma. Körülöttünk van, benne élünk. Szomszédos utcáinkon, vagy a kiserdőben sétálva találhatunk néhány gyógynövényt abból a sorból, melyeket a (népi) gyógyászat évszázadok óta használ. Kis gyakorlattal, utánajárással mi is felismerhetjük, és szükség esetén alkalmazhatjuk őket. Mellékhatást nem okoznak, a segéd- és vívőanyagok is hiányoznak belőlük, és garantáltan kikúrálnak bajainkból. A Táborhegyen honos gyógyhatású növények a következők, a teljesség igénye nélkül.



Egybibés galagonya

A szív oxigénellátását javítja, ezért mindenféle szívbetegség esetén javallott. Hatóanyaga hasonlít a sárga gyűszűvirágéra, de káros mellékhatásai nincsenek. Gyógyteát friss hajtásokból, levelekből, vagy terméséből készíthetünk, de utóbbiak nyersen is fogyaszthatók.

Konyhánkban: fiatal levelét nyersen salátába, virágait borok és likőrök ízesítéséhez használhatjuk fel. Gyümölcséből zselét, lekvárt főzhetünk, de nyersen is fogyasztható. Bort is készíthetünk belőle.



Tavaszi kankalin

Elsősorban felső légúti hurutokban, asztmatikus, köszvényes és neuralgikus panaszok, idegi eredetű fejfájás esetében és szívgyengeség ellen használják. Ha nehezen múló köhögést kell kezelni, ha a váladék nem akar felszakadozni, mindig beválk ez a magas szaponintartalmú gyógynövény. Különösen teaként oldja jól a nyúlós garatváladékot és könnyíti meg kiköhögését. A kankalin gyökere szaponinban nagyon gazdag; 5-10%-ot is tartalmazhat. Ezért a kankalin szinte valamennyi köhögéscsillapító tea fő alkotórésze.



Salamonpecsét:

Gyógynövényként ismert a gyógyszeriparban is: gyöktörzsét használják fel, mivel szívserkentő, vizelethajtó hatású, illetve cukorbetegségre hatásos anyag található benne. Háziszerként való alkalmazása veszélyes, fokozott óvatosságot igényel, mivel erősen mérgező hatású.

Gyöktörzsének porából régen kenőcsöt készítettek, mellyel gennyes daganatokat kentek be azok elmulasztására, de hölgyek is használták arcpirosítónak, köszönhetően hajszálértágító, vagyis a bőr vérbőségét, pirosodását okozó hatása miatt.

Cserszömörce

Levelét megszáritva készül belőle a főzet, mely gyulladáscsökkentő és fertőtlenítőszer: belsőleg bélhurut, gyomor- és bélvérzés ellen, külsőleg fogíny- és torokgyulladásra öblögetőként (a cserszömörce latin nevéből ered a Cotinus szájvíz neve is), aranyeres bántalmakra ülőfürdőként alkalmazható. A főzetet izzadó testrészek kezelésére is használják.

Egyéb felhasználás: a belőle kinyert cserzőanyagot állatbőrök cserzésére (azaz kikészítésére és tartósítására) alkalmazták. Fájából sárga festékanyagot is nyertek („magyar sárgafa”), amellyel a kézműiparban kelméket festettek; a népművészek ma is hasznosítják ilyen célra.



Zamatos turbolya

A virágzó leveles hajtást és a termését használják. Teája vese, hólyag, és emésztőszervi megbetegedéskor jó hatású.

A konyhában: zöldség- és csontleves, baromfiételek, mártások ízesítője. Kiváló még sült húsok, tojáskételek fűszerezésére is. Mindenféle gomba, gombás ételek és gombás mártások elengedhetetlen fűszere. Kora tavasszal megjelenő, zsenge hajtásaiból salátát is készítenek.



Kányzacsombor

A légutak megbetegedéseire, „vértisztítóként”, sebek borogatására, fogínygyulladás elleni szájvíz készítésénél alkalmazhatjuk.

A konyhában: friss, növényi részeit használhatjuk. Fokhagymára és mustárra emlékeztető aromája miatt fűszerként, salátát vagy pestót ízesíthetünk vele. Enyhe emésztésvajító hatással és gyenge antibiotikus jellemzőkkel is rendelkezik.



Nehézszagú gólyaorr

Cseranyag tartalma miatt hasmenésre, a gyomor és a belek nyálkahártyájának gyulladásaira, belső vérzések kezelésére, máj- és epebetegségek kezelésére, gargarizáló szerként a száj és garat gyulladásaira is alkalmazták. Külsőleg fekélyeket, kiütéseket, nehezen gyógyuló sebeket kezeltek a friss növényvel. A homeopátiában hasmenésre, vérzésekre, fájdalmas vizelésre és krónikus mandulagyulladásra adják.



Fenti ismeretek forrása többek között a Wikipédia, mely számomra azt sugallja, hogy szerencsére elég sokan vannak a régi tudás birtokában. Ez a tudás nem avul el. Becsüljük hát meg a Táborhegy növényeit, melyek nem csak szépek, de értékesek is. Ha időnkül

egy keveset tanulmányozásukra fordítunk, új ismereteink biztosan hasznosak lesznek nem csak magunk, de családunk, barátaink számára is.

Mikóné Ormos Márta

Növényorvosok a hegyen

Napsütéses júniusi péntek délután gyülekezett a kis csapat a Szent Donát kápolna lépcsője előtt. A Növényvédelmi Klub évadzáró kirándulására jöttek az ország minden pontjáról a növényorvosok. (Néhány éve módosították a jogszabályt, miszerint egységesen így kell hívni azokat a kertész-, illetve agrármérnököket, akik elvégezték a növényvédelmi szakmérnöki képzést is.)

Kádár Jóska hely- és művészettörténeti előadása után a kápolna két falfestményére, a Budai zöld és a Fekete kadarka szőlőfajták levelét és fürtjeit ábrázoló freskókra terelődött a szó. Érthető módon, hiszen a filoxérajárvány mindmáig a legnagyobb kárral járó rovartámadása volt a hazai kertészetnek. Ekkor tűntek el az említett, akkoriban nemzetközileg is ismert fajtáink.

Ezeket nevelgették a sváb kertészek, a Braunhaxlerék. Ők álltak meg egy-egy imára, fohászra a kápolna előtt, több napsütést és kevesebb jégesőt kérve a szőlőtőkéknek.

Milyen talajra telepítették a dugványokat? – kérdezték a szakemberek. Kádár Jóska adta meg a válasz egyik felét. Az nemzetközi szakkönyvekben is kiscelli agyagként ismert kőzet kialakulásáról, a téglagyártásban betöltött szerepéről beszélt, már Népház téglafala előtt.

Az igazi szakmai program a Toronya utcai Óbudai Megfigyelőkertben folytatódott, már az én vezetésemmel. Az agyagot formáló fizikai és kémiai átalakulás eredményeként jött létre az a felszíni réteg, amit az emberek művelésbe fognak és talajjá alakítanak. A kert termőtalajáról, a legfrissebb labor-

vizsgálati eredményekről és a kertben megtalálható növényi károsítókról beszélgettünk. A fákat és bokrokat évek óta nem permetezem, így a baktériumok, gombák, rovarok és atkák károsítását már a kezdeteknél jelezni tudom.

Az Ineternet Gazda Áruház Kft. évek óta rendszeresen videózza a kerti történéseket, megtekintheti a www.gzadabolt.tv honlapon. A Kwizda Agro Kft. pedig egy paradicsomtermesztési kísérletet állított be a kertemben, két azonos ágyásban. Csupán biológiai készítményekkel (algát, aminosavat, hasznos gombaszervezeteket tartalmazó bioszerekkel) egészséges növényeket nevelünk és így védekezünk a károsítók ellen. Jól látható, hogy szebben fejlődik, mint a kezeletlen kontrolparcella! A kezelt ágyás paradicsombokrai



már most betakarítás előtt is bizonyítják, hogy a házikertekben szép eredményeket lehet elérni ezekkel a biomódszerekkel. Kíváncsian várom a folytatást. Hogyan állják majd a biotövek pl. a paradicsomvész támadását?

*Zsigó György
növényorvos*

Felvidéken jártunk

Hat nap alatt tettük meg a Kassa – Bártfa – Dunajec – Késmárk – Poprád – Besztercebánya – Budapest körutat negyvenen, olykor a busszal kapcsolatos nehézségeket türelemmel viselő, olykor önfeledten vidám utitársakkal. A kiránduláson kísért minket a Kassán élő Balassa Zoltán honismereti vezető, aki a látnivalók ismertetésén túl, időt nem kímélve, számtalan anekdotával mutatta be Felvidék történetét, egykori életének eseményeit, jelentős személyiségeit.

Nem először jártunk Felvidéken, mégis sok új élménnyel gazdagodtunk. Talán leginkább a reneszánsz, barokk és szecessziós épületekben bővelkedő, felújított városok, főterek hangulata ragadott meg, utcáikon mindenütt tisztasággal. Különösen szép volt Kassa főtere a katedrálissal, Eperjes, Bártfa, Késmárk és Lőcse főtere szakrális épületeikkel. Lőcsei és a bártfai katedrálisban Lőcsei Pál mester 1500-as években készült, késő gótikus faszobrait is felkerestük.

A felvidéki várak közül Fülek várát, Szepesi várát, Árva várát, és Zólyom várát jártuk végig. Mindegyiknél nem csak a várak védelmi rendszere volt érdekes, hanem a magasból Felvidék jellegzetes tájait is élvezhettük.

Felkerestünk fatemplomokat, például Hervartón, ahol nem csak a Felvidék, hanem az egész Kárpát-medence egyik leg-
regőbb fatemploma van. A sárosi ácsok

építették a XV. század végén. Belsejét korabeli falfestmények díszítik, köztük a ritkán látható, öt okos és az öt dőre szüzet ábrázoló festménnyel. De láttuk a legöregebbet is a Turdossini temetőben, és láttuk az 1700-as években épült, talán a legnagyobb, 1100 főt befogadó, hatalmas fatemplomot Garamszegen, melynek gerendáit faszegekkel rögzítették egymáshoz (legfelső kép).

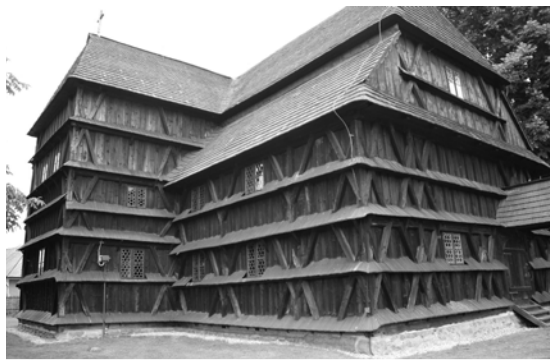
Itt említem meg Fülektől nem messze fekvő Karaszko települést, ahol a temetőben álló kis templom belső freskói magyar királyokat ábrázolnak, köztük Szent Lászlót, amint egy leányt ment ki a kunok fogságából.

Különleges élményt nyújtott az Eperjes melletti Sóvár (Solivar) Műszaki Múzeuma, mely a sókitermelés folyamatát jeleníti meg. A Leopold-akna felett sóőrítő épületével, benne lovakkal hajtott, sófelhúzó bivalybőr zsákokkal, a sólétároló épületével, benne hatalmas kádakkal, és a sófőző üzemmel, valamint további érdekességekkel.

Felejthetetlen élményt nyújtott a tutajozás a Dunajecen, a szlovák-lengyel határfolyón. Az öt ladikból összeállított tutajon ücsörögve csurogtunk végig fehér mészkősziklák között, gázlókat kerülgetve.

Aki további részletekre is kíváncsi, az majd eljőhet a beszámolóinkra, a Táborhegyi Népházba, a szeptember 20-án, 18:00 órakor kezdődő partinkra.

Felcsuti László



A jutalomkirándulásról

A kiránduláson a felső tagozatos diákok közül azok vehettek részt, akik az iskolai tanulmányi ösztönző rendszerben legalább 60 pontot gyűjtöttek a tanulmányi eredmények, versenyek és a sport terén szerezhető pontok közül.

Idén ez a kirándulás május 31-től június 1-jéig zajlott a szigetmonostori Regatta szabadidőparkban, ahol nagyon sok, élményben gazdag program várt minket Bertalan Csaba bácsi és Miklai Ági néni vezetésével.

Már az utazás is sok kalandot rejtett, mivel a Szentlélek téri HÉV megállóból indultunk, ahol a gyülekező volt reggel fél nyolctól. Szentendrére érve kis séta után komppal mentünk át Szigetmonostorra, ahol várt minket egy elektromos kisbusz.

Szép úton vitt minket a busz a szálláshelyünkre, ahol már vártak minket a vendéglátók.



A két nap alatt sokat fociztunk, röplabdáztunk, íjászkodtunk, és este kellemes tábortűznél szalonnát süttöttünk. Persze sokat beszélgettünk is egymással: kinek mi lesz a program, a nyaralás a nyári szünetben.

Nagyon tetszett ez a kirándulás, ezért a 2019-ben is érdemes jól tanulni, hogy ismét mehessek.
Fehér Gergő, 6. a

Majranek Krisztina:

Cél

*Csak ülsz és bámulod a csendet,
Fejedben nyoma sincs a rendnek
A kikelet mágikus porából
Furcsa gondolatokat varázsol*

*Fejjel kéne menni a falnak
Keresni valakit, aki meghallgat
Tenni kéne emberfeletti
Nem számít merre, nem számít mennyit*

*Túllépni hegyen, völgyön és gáton
Túlmenni egyszer minden határon
Tavakon, tengeren és óceánon,
Átkelni majdan az egész világon*

*Erős karokkal képesnek lenni
Erős maradni s mindent megelni
Hosszú út porát méltón viselni,
Nem tántoríthat el senki és semmi*

*Erezd, hogy egyszer meg kell majd tenni:
Saját árnyékkoddal harcra kelni
S ha legyőzted magad, a tanulság ennyi:
Embernek lenni, ember maradni.*

Fazekas Zoltán:

Ballagunk

*Tavaly ballagtattunk,
Hát most mi ballagunk.
Búcsúzunk az iskolától,
Az épülettől, önmagától,
Na meg a sok tanártól,
Bűvös-bájos iskolatárostól.
Búcsúzunk a széktől, a padtól,
Búcsúzunk a folyosóktól.
Búcsúzunk mi mindentől, mi szép volt,
Mit megéltünk e nyolc év alatt, mely elmúlt.
Szép volt ez a nyolc év én úgy vélem,
Ennél szebbet én nem is reméltem,
Csak az bánt, hogy vége szakadt,
Bizony ez a nyolc év elszaladt.
De se baj! Még nincs veszve minden!
Várnak ránk új kalandok, új viadatok!
Az ám! Csak már a gimiben.
Hiszem, hogy az is legalább ilyen jó lesz.
De ti, kik még itt tanultok,
Figyeljetek oda minden szóra,
minden füttyre, mozdulatra!
Mert érték, amit itt kaptok,
Melyet mi már megkaptunk,
S mi már nem jön vissza többé,
S mi már csak múltó emlék marad örökké...*

Szirtes Csaba:

Elmélkedés

*Mi a te szereped
Ebben az életben?
Hogy beleszülettél,
Az is csak véletlen!*

*Törheted a fejed,
Ameddig megdagad,
Hogy az emberek közt
Hogyan viseld magad!*

*Nem bánom, kit szeretsz,
Kit utálsz, mit csinálsz,
Csak legyen helyed is,
Ahova oda állsz!*

*Azt mondd, amit hiszel,
Azt hidd, amit mondasz!
Bár így az életben
Egy pár nagy pofont kapsz.*

*Ne akard játszani
Mindig a „valakit”,
Ronda az ember, ha
Mindig csak alakít!*

*Nagyképű szöveggel
Tele van a fülünk!
Amikor berekedsz,
Olyankor üdülünk.*

*Bambák bandájába
Ne állj be búsulni,
Mert így az életed
Fogod csak megenni!*

*Szótlanoki, sótlanok,
Flegmák és tökfekék.
Szerintem ezek közt
Teneked nincs helyed!*

*Nagy izmú fiúkhoz
Beállhatsz labdának
Hogy nem zavar, hogy
Fejdeddel lebdáznak!*

*Törtetők közé is
Beállhatsz taposni,
Csak akkor magadat
Szeretnéd „le mosni”.*

*Szerény vagy, gyenge vagy?
Lemaradsz egyedül!
Hisz még a tücsök is
Bandában hegedül!*

*Leköpnék, lenéznek,
Letörnek, megvernek,
Nem számít semmi sem,
Maradj meg EMBERNEK!*

*Eszmékben kell hinni,
Vagy eszméket tagadni!
De az életet, azt
NEM SZABAD FELADNI!*

Iskolai hírek

Az esőben és eseményekben dús májust hasonló június követte.

A nemzeti összetartozás napján Szirtes Csaba tanár úr személyes hangú, de mindnyájunkra érvényes, megható megemlékezését hallgattuk meg az iskolarádióon.

Három napos tanulmányi kirándulásainkat szerencsére nem mosta el az eső, minden előzetesen tervezett programunk megvalósult. Így tanítványaink egyaránt jártak szabadtéri állatkertben, az érzékszerveink működését bemutató oktató műsoron és kisállat-bemutatón, a Vendéglátóipari Múzeumban csokit készítettek, az erdei kalandpályán teljesítették a túrát, a Sás-tó kilátóján másztak és bobon csúsztak, erdei labirintusból szabadultak, függőhídon haladtak át, hajtányt hajtottak, természetvédelmi interaktív foglalkozásokon fejlesztették különböző készségeiket és képességeiket. Túrákat kisvasúton megtett utazások, cseppkő-barlang és vadaspark látogatása gazdagította. A tábornúz mellett volt móka-kacagás-játék, a Mátra mesés környezetében érezték magukat a Lilla-füredi kastély környékén lakó diákjaink, és a Balaton

vagy Velencei-tó mellett pihenő gyermekek sem unatkoztak. A tókerülő biciklitúra, és a madárvédelmi tanösvényen tett kenu-túra, az élő-csocsó vagy a szabadulószoba egyaránt maradandó emlékekkel telítette a nebulókat.

Az énekkar, valamint az éves tanulmányi ösztönző rendszer győztesei is élvezettel töltötték egy és két napos kirándulásait a Szentendrei-szigeten, illetve a budakeszi vadasparkban.

Az iskolai tanár-diák meccsen két féldobban is hagyták nyerni tanítványainkat az áldott, jó szívű pedagógusok. A röplabda-mérkőzés első részében még elkapatták őket, de a másodikban nagyon szoros eredmény után mondtak le elsőbbségükről.

Nyolcadikosaink kellemes összejövetelre hívták meg tanáraikat a ballagás előestéjén.

A ballagás hagyományosan a sok virággal feldíszített termeken és folyosókon át haladva, a tornateremben zajlott. Mindig megható a kisebb testvérek és a tanárok személyes hangú köszöntője. Idén sem volt másként: Majranekné Pogány Kriszti-

na és Szirtes Csaba kollégáink, valamint Fazekas Zoltán ballagó diákunk saját verseit hallhattuk. A versek és igazgatónk erre az alkalomra a ballagók számára választott Arany János idézete az „embernek maradni” gondolatát ismételte:

*„Legnagyobb cél pedig itt-e földi létben,
Ember lenni mindig, minden körülményben.”*

Az osztályfőnök, Bea néni meghatóvá búcsúzott szeretett tanítványaitól. Az ünnepség az alsó udvaron lufieregetéssel fejeződött be. A környezetvédelmi szempontokra való tekintettel, jövőre már más meglepetésekkel búcsúznak diákjainktól.

A tanévzáró műsorát a második osztályosok adták. Mikes Kriszta néni tanítványai felvidéki ugrós táncot mutattak be, Némedi Andi néni tanuló pedig versekkel búcsúztatták a tanévet, és köszöntötték a vakációt. Árpai bácsi a jutalomkönyvek átadása előtt a már megszokott történetmondással kívánt mindenkinek jó pihenést.

Minden kedves olvasónknak köszönjük az év folyamán irányunkban mutatott érdeklődését, és kellemes nyarat kívánunk. Ahogy diákjainkat az első tanítási napon, szeptember 3-án, hétfőn, úgy Önöket is visszavárjuk.

Kádár Eszter



ÉNEKKAROSOK JUTALOMKIRÁNDULÁSA. Akik egész évben keddenként a 7. órában énekkarra jártak, azok június 11-én, hétfőn úgy kezdték a hetet, hogy ellátogattak Bertalan Csaba bácsi és Miklai Ági néni kíséretével a Budakeszi Vadasparkba. Itt sok őzet, vaddisznót és különböző vadállatokat láttunk a saját környezetünkben. Belehallgattunk egy előadásba a farkasokról. Gyönyörű macikat is láttunk. Kipróbáltuk a játszótérrel is. A hozott ételeinket elmajszoltuk az árnagyos büfénél. Az idő rövidsége miatt sajnos már indulhattunk is haza Berecz Fanni 5. osztály

Hagyományteremtő szomszédünnep a Remetehegyi úton

Egy napos tavaszi délután kimentem az utcára kerékpározni a fiaimmal. A srácok nagy örömeire pont kint volt még egy család, hasonló korú gyerekekkel és mindenféle kerekessel járművel. A gyerekek estig rótták a hosszokat fel és alá a Remetehegyi úton, mi szülők, pedig elkezdtünk beszélgetni. A nap végére megfogalmazódott az ötlet, hogy milyen jó lenne egy közös bringás, rolleros, kismotoros délutánt szervezni az utcában lakó gyerekeknek – hiszen annak idején mi is úgy nőttünk fel, hogy délutánonként órákon át bandáztunk a környékbeli haverokkal. Gyorsan ki is tűztük az első „utcabuli” időpontját, és szóltunk az óvodából, iskolából már ismerős szomszédoknak, hogy csatlakozzanak ők is a vidám csapathoz.

Május 7-én délután több kertkapu is kinyílt, mosolygós felnőttek és kalandra kész gyerekek léptek ki az utcára. Hoztunk kis kempingasztalokat, brownie-t, epret és innivalót: hiszen mégiscsak jobban gurul a bringa, ha van üzemanyaga annak, aki hajtja! No és persze a felnőttek nyelve is jobban megered néhány kortynyi házi pálinka és fröccs után. Ahogy beszélgettünk, ismerkedtünk igyekeztünk megállítani a munkából hazakerkező szomszédokat: a vidám szomszédi társaság néha 20-30 főre hízott. Az utcabulit nem volt könnyű lezárni: a gyerekek nem akarták abbahagyni a közös játszást, a felnőttek pedig szívesen beszélgettek volna még órákon át. De este 10 körül mégis véget ért a buli azzal a kompromisszummal, hogy megbeszéltük, hogy egy hónap múlva ismét utcabulit szervezünk.

Június 14-én tartottuk a második utcabulit a Remetehegyi úton. Erre már alaposabban felkészültünk: szóltunk azoknak, akiket az előző utcabuliban ismertünk meg, sőt a buli jó ürügy volt arra, hogy az eddig csak látásból ismert szomszédokat is meghívjuk. Öt órákos legalább nyolc házból voltak kint a családok, és alig fért el a sok finomság az asztalokon. Az este folyamán még sok-sok házból csatlakoztak hozzánk szomszédok. Volt olyan pillanat, amikor négy generáció képviselői beszélgettek, ismerkedtek, játszottak a közös utcánkban. Az egyik kedves szomszéd mókásan megjegyezte, hogy mostanáig mindenkinek azzal „dicsekedett”, hogy ő egy olyan utcában él, ahol nem ismer senkit; de így a buli után kénytelen lesz kitalálni egy új frappáns választ, amikor megkérdezik, hogy hol lakik. Azt hiszem ezzel mindannyian így vagyunk: most már számos kerítés mögött ismerősök, barátok laknak és nem ismeretlen utcabeliek.



A júniusi utcabulit hagyományteremtő szomszédünnepnek tituláltuk. Még mindig maradt néhány ház, ahol nem ismerjük a lakókat; és a hamarosan felépülő társasházakba további 10-12 új család fog költözni. Remélem, hogy valóban hagyománya lesz az utcabulik-

nak, szomszédünnepnek és talán nem csak a mi utcánkban, hanem más utcákban is. Jó érzés anyaként tudni, hogy kikkel bringázik és játszik együtt a gyerekek, hogy tudom, hogy hova megy, amikor átugrik Esztihez vagy Tomihoz. Jó érzés ismerni a többi lakót az utcában, hogy reggel és este egy baráti mosollyal és néhány jó szóval tudjuk egymást köszönteni – sőt talán idővel a hobbiainkat is meg tudjuk majd osztani egymással és ha kell jó szomszédként támogatni tudjuk egymást.

Meleg szívvel ajánlom mindenkinek, hogy hívja ki szomszédait valami kis ürüggyel és némi finomsággal az utcára. A szomszédünnep sorozatát elkezdni nagyon könnyű, abbahagyni annál nehezebb.

És ezúton hívunk mindenkit, aki a Remetehegyi út 149. és 180. között (vagy annak közelében) lakik, hogy szeptemberben csatlakozzon az immár hagyományos, vidám szomszédünnepünkhöz. További információ malna.ribizli@gmail.com

Vetier Márta

Búcsú a Szent Donát kápolnában

Farkastorki út 56.

Augusztus 5-én,

délután 15:00 órakor

Szülősgazdák a kápolnát 1781-ben emelték Szent Donát tiszteletére, aki megóvjaa a szőlődombot elemi csapásoktól, villámtól és jégesőtől. A búcsú az emléknapiját megelőző vasárnap, augusztus 5-én lesz. Misét mond délután 15:00 órakor Bajzát Ferenc plébános úr, aki szeretettel várja a Hegyvidék katolikus híveit, érdeklődőit.

Kerti átjáró építése

Június 11-én megkezdődtek az átalakítás munkálatai. Eredményeként megszűnik az átjárás a nagyteremben, és kellő méretű raktárt hozunk létre. Az átalakítással egyidőben más felújítási munkákat is elvégzünk, mint például a meglévő fénycsöveket ledlámpákra cseréljük, kijavítjuk az előtér repedezett padlóburkolatát, felújítjuk az előtér pultját, és megtörténik a teljes belső festés is. Az átalakítási munkálatokat az Önkormányzat támogatja, a felújítási munkálatok elvégzését a „Vacsora a házért” program kapcsán beérkezett adományok, valamint korábbi megtakarításaink teszik lehetővé.



HAVILAP (MKM 226.674/1998)

Kiadja: Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete, 1037 Budapest,

Toronya u. 33. Telefon: 30-230 6994

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

Felelős kiadó: Felcsuti László elnök.

Szerkesztő:

Mikes Kriszta, Dienes Andrea.

Hirdetésfelvétel:

Óhegy Egyesület. Telefon: 70-325 3416

Előkészítés: Petit Typo Bt.

Nyomás: Granatalma O.Sz.Sz.

Megjelenik: 3000 példányban



Nemzeti
Együttműködési
Alap

AZ EGYESÜLET HÍREI



„Egynek minden nehéz,
sokaknak
semmi sem lehetetlen”

Az Egyesület Közgyűlése 2018-ban a háromtagú Felügyelő Bizottság elnökének választotta Halmágyiné Szilágyi Editet, aki szakmai tapasztalataival és felkészültségével folytatni tudja Mónus Ibolya alapos munkáját. Tisztelt olvasóink! Ót a Hegyvidéki Séta-Kör vezetőjeként ismerhetik. Most arra kértük, meséljen magáról, családjáról, és arról, hogy mi az, ami miatt ezen időigényes munkát vállalta.

Halmágyiné Szilágyi Edit

Sokszor felötlik bennem a gondolat: jó itt élni Óbudán és jó itt lakni a Testvérhegyen!

Hajdú-Bihar megyéből, a délibábos pusztától közeléből származom és nekem a budai dombok az erdőivel, a jó levegőjével tényleg a hegyvidéket jelentik.

Debrecenben végeztem a középiskolát és ezzel szakmát is választottam. Szászországban, Drezdában jártam egyetemre és az ipar szakos közgazdász diploma mellé egy jól megalapozott nyelvtudást is szereztem. Ennek minden munkahelyemen nagy hasznát vettem. Jelenleg könyvelőként egy német tanácsadó cégnél dolgozom.

38 éve lakom a hegyen. Férjem szülei igazi őslakosok voltak, az ötvenes évek közepén költöztek ide. Később saját házat építettek, ezt férjemmel, aki villamosmérnök, és több

mérnöki-műszaki szakmában is megállja a helyét, családunk növekvő méretéhez igazítva, a szülőkkel egy fedél alatt maradván, két lakássá kibővítettünk.

Közös családi időtöltésünk volt és maradt is a túrázás, télen magasabb hegyek felé vesszük az irányt, de ha mozogni, levegőzni vágyunk, a környezetünkben mindig találunk lehetőséget. Ez adta az ötletet, hogy erre helyi közösséget szervezzek és megalakult a Hegyvidéki Séta-Kör. A társaság kitartó, már két éve, szeptembertől májusig minden szombaton két órát gyalogolunk. A családtagoknak, barátoknak évente két alkalommal meghirdetett hegyvidéki kirándulás is közkedvelt.

Nagy elismeréssel adózom a helyi közösség, az Óhegy

Egyesület tevékenységének. Sok programon veszek részt, mert színvonalasak, színesek, a kultúra, klubélet, ismeretterjesztés olyan kínálatát nyújtja, hogy a többi óbudai programkínálat mellett szinte ki sem kell lépni a kerületből, tele van a heti szabadidős nap-tárunk.

Régóta invitálnak, hogy vegyek részt a vezetőség munkájában. Erre most igent mondtam, Ibolyát váltom a Felügyelő Bizottsági poszton. Számomra ez testhezálló szakmai feladat. De hamarosan több lesz a szabadidőm, így más területen is tudom segíteni a vezetőség munkáját.

Az Egyesületben a munkám célját így fogalmazom meg: szeretném a programokat abba az irányba vinni, hogy a fiatalabb generáció szélesebb köre kap-



csolódjon be a rendezvényekbe, a szervezési munkába. Alakítsa és tartsa meg a közösségi életet ebben az egyre szépülő és korszerűsödő közösségi házban, amit az itt lakók az évtizedek alatt meg tudtak tartani és sikeresen működtetni.

Halmágyi Edit

Köszönet az Óhegy Napokért

Mindhárom napon igényes műsor fogadta a vendégeket. A rendezvény színvonalas, ugyanakkor kellemes hangulata mögött a szervezők és szereplők kemény munkája állt. Ők szabadidejüket, olykor anyagi erőforrásaikat sem kímélve, önzetlenül tették mindezt az Egyesület asztalára. Köszönjük munkájukat, de kik voltak ők?

A rendezvény fő szervezője, idén is, immáron tizenhatodik alkalommal az ügyvezető elnökünk, Benyó Dr. Mojzsis Dóra, aki szervezési tapasztalatain túl - mint történész - szakmai tudását is kamatoztatta.

A felolvasó színház rendezője Raffinger Éva volt, tagjai pedig Benyó Dóri, Fábry Zoltán, Nagy Ákos, akik már hónapokkal korábban megkezdték a felkészülést.

Köszönjük az egyesület újdonsült közrusának a reneszánsz dalokat, az Alerton táncsoport tagjainak (Benyó Dóri, Kovács Magdi, Révész Rozi, Vadász Klári) a műso-

rukat, és az azt előkészítő számtalan szervezési munkájukat. A rendezvény előkészítésében és lebonyolításában alaposan kivették részüket: Novath Ildikó, Sugár Gyuri, Benyó Dávid, valamint mindhárom napon Gáspár Aranka és Tibor, valamint segítőkész gyermekeik,

Köszönet Varga Mihály országgyűlési képviselőnknek a két karton különleges Csiki Sör ajándékáért, valamint a Vinczai Sándornak a szombati vacsorához ajándékozott Duna-Tisza köz Bianca fehérboráért.

Köszönet a vasárnapi versenyek zsűri tagjainak: Horváth Péternek, Koch Danicának és Seresné Kovács Katalinnak, akik családijuktól távol kellett töltsék vasárnap délutánjukat.

Nem utolsó sorban köszönet Árvai Jánosnak, a háromnapos rendezvényt díszítő Mátyás király szobráért.

És köszönet a közönségnek, akik a

rengeteg más óbudai program ellenére az Óhegy Napok rendezvényeit tisztelték meg jelenlétükkel. Reméljük, jól érezték magukat és kellemes élményekkel eltelve tértek haza.

az Egyesület Vezetősége

100%

Almalé

Természetes, hidegen préselt malalé
5 literes bag in box kiszerezésben
tartósítószerrel nem tartalmaz
hőkezelt terméket, egy doboz **8-10 kg** alma
felhasználásával készül,
5 liter ára 2.000,- Ft

Megrendelhető: Vinczai Sándorné **30/2755797**
100szazalekalmale@gmail.com

HEGYVIDÉKIEK INGATLANIRODÁJA

Építési telkek, családi házak, új építésű
és használt lakások értékesítése és bérbeadása

ÓBUDALUX INGATLANIRODA



Forster Judit
irodavezető-építész

150 aktuális ingatlant kereső ügyfél, 300 eladó vagy kiadó ingatlan ajánlat

TESTVÉRHEGY
TÁBORHEGY
REMETEHEGY
MÁTYÁSHEGY
ARANYHEGY
ÜRÖMHEGY



1037 Budapest,
Erdőalja út 46.

E-mail: obudalux@oi.hu

HÍVJON BIZALOMMAL!

06 30 696 6969

www.obudalux.hu | www.obudaihegyvidek.hu

SÁGI MAGDI INGATLANIRODÁJA

Óbuda - Hegyvidéki ingatlanok
ÉRTÉKESÍTÉSE, BÉRBEADÁSA



Sági Magdolna irodavezető
1037 Budapest, Hegyláb u. 5.
Mobil: 06 30 378 5113
E-mail: sagimagdi1@gmail.com
www.sagimagdiingatlan.com



ÍNYENC & KERT

Étterem és Kávéház

Szeretettel várjuk Kedves Vendégeinket éttermünkben
minden héten megújuló ebéd menüinkkel.

Leves + választható főétel 1050 Ft

Esküvők, családi rendezvények, születésnapok, bankettek
lebonyolítását vállaljuk, akár a kerthelyiségünkben is.

Ínyenc kert étterem - 1037 Bp. Vörösvári út 131.
Tel.: 487 3090, +30 476 1316, www.inyenckert.hu



A BALLAGÓK. A képen nyolcadikosok és a könnyes szemmel búcsúzó, de mégis mosolygó osztályfőnökük látható. Ez az az osztálykép, ami tényleg a legeslegutolsó, hiszen a ballagás után már csak visszajárnak az iskolába az immár középiskolás diákok. Lezárul egy korszak az életükben, kezdődik egy új. Ezt az izgalommal, várakozással, szomorúsággal és örömmel teli pillanatot láthatjuk. Ugye, emlékszünk még a saját életünkben erre a pillanatra?