



ÓHEGY-HÍREK

ÓBUDA HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK LAPJA • XXIV. ÉVFOLYAM 1. SZÁM • 2019. FEBRUÁR

Táborhegyi disznótör

a Táborhegyi Népházban,

**február 2-án, szombaton,
7:00 órától.**

Egész nap munka és szórakozás!
Disznótörös vacsora 18:00 órától.

A vacsorát zenével kíséri a

KoMaKo együttes.

(Részletek a 3. oldalon.)

Családi vasárnap a Táborhegyi Népházban (1037 Bp., Toronya utca 33.)

Farsangi mókázás

február 17-én, vasárnap 10:00-tól.

Sok szeretettel és színes, téli játékokkal,
várja az érdeklődő családokat: **Csomor Kata**

Készítünk álarcokat különböző módon, lesznek tréfás játékok,
tanulunk farsangi mondókákat, verseket, dalokat, kaland- és körjátékokat.

Belépő a szokásos: a rangidős gyermek 1000 Ft, a tesók 500 Ft.



Gyere el, dobd be hangod a közösbe!

Folytatódnak a kóruspróbák

a Táborhegyi Népházban,

minden kedden 18:00 órakor.

Bejelentkezés a helyszínen.

ÓHEGY FARSANG

a Táborhegyi Népházban,

március 2-án, szombaton, 19 órától.

„Candy Man” táncbemutató, slágergyűjtemény Hoffer Teri művésznő előadásában,
gyermekek és felnőttek jelmezes verseny, tombola.

Kérjük kedves vendégeinket, hogy lehetőleg jelmezen érkezzenek a bálba!

A rendezvényt támogatja:

a Borháló Borkereskedés, és az Ínyenc kert Étterem.

Mindenkit sok szeretettel vár az Egyesület Vezetősége!

(Részletek a 3. oldalon.)

Hegyvidéki Séta – Kör

Télen is járjuk a hegyet.

Gyülekező:

**minden szombaton, 9:30-kor
a Viharhegyi út/Erdőalja út
találkozásánál.**

Jelszó: „Maradj fitt!”

Élmények a „Máramaros úti művészek házából”

Előadás és kiállítás megnyitó
a Táborhegyi Népházban,

**február 22-én, pénteken,
18:00 órakor.**

„Tájélmények”

Kiállítás Bajnay Zsolt festményeiből.

„A lélekvándor”

Juhász Endre könyvének bemutatója.

„Dallamos zenevilág”

Juhász Endre mutatja be zenei világát.

Megnyitja:

Dr. Nacsa János

okleveles mérnök, Alpár-éremes.

(Részletek a 2. oldalon)

Az operaház kulisszatitkai - avagy, életem zenéje.

Előadó:

Kórodi Anikó,
opera nagykövet.

február 8-án, pénteken 18:00 órakor,
a Táborhegyi népházban

(Részletek a 2. oldalon.)

Operaház felújításának megtekintése

(Budapest, Andrassy út)

február 7-én, csütörtökön 16:00 órakor.

A látogatás vezetője:

Józsa Anka

az Operaház főépítésze.

(Részletek a 2. oldalon.)

Programok:

Táborhegyi disznótör	február 2.szo.	7:00
Vasárnapi mozi	február 10. v.	17:00
Operaház megtekintése	február 7. cs.	16:00
Opera kulisszatitkai	február 8. p.	18:00
Családi vasárnap	február 17. v.	10:00
Élmények - kiállítás	február 22. p.	18:00
Vasárnapi mozi	február 24. v.	17:00
Óhegy Farsang	március 2. szo.	18:00
Állandó programok		9. oldalon

A következő lap megjelenése: 2019. február 28.

Amikor befizetett adójának 1%-a fölött rendelkezik, kérjük, jelölje meg:

Kedvezményezett neve:

Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete

Adószáma:

18088476-1-41

Az Operaház felújításának megtekintése

február 7-én, csütörtökön 16:00 órakor. Bp., Andrássy út

A Parlament és a Pénzügyminisztérium épülete után most az Operaház felújítását tekintjük meg.

Az Opera 34 év után, 2017-ben kezdte meg az újabb korszerűsítési munkákat, amelyek érintik a teljes épületet, a jól ismert közönségforgalmi területeket ugyanúgy, mint a nézők számára kevésbé ismert háttérterületeket, a színpadot és annak egyedi technológiáját, valamint az ehhez kapcsolódó üzemi területeket.

Bejárjuk az felújítás alatt lévő színpadi tereket. Megnézzük a kivitelezés alatt álló alsógépezetet, amivel a színpad egyes elemeit (pódiumait, utcáit, süllyedőit) emelik, süllyesztik, döntenek. Felmelegyünk a zsinórpadrásra is, ahonnan az előkészített színpadi háttértereket, díszletelemeket majdan leeresztik a színpadra, vagy épp

felemelik. Megnézzük a mozgatható, kibővített zenekari árkot is.

A közönségforgalmi rész érintetlen még, de a restaurátori kutatások eredményeire érdemes rápillantani, talán most lehetősége adódik az intézménynek az eredeti enteriőr visszaállítására.

A túra hossza kb. 2-3 óra, a résztvevők száma 15 fő. A látogatás vezetője Józsa Anka, az Operaház főépítésze.

Nagyon hosszú és szűk lépcsőkön járkalunk majd, ezért a bakancs mindenképp jó lenne. A teljes munkaterületen védősisak szükséges, akinek nincs, annak valahogy szerzünk.

Jelentkezni lehet február 4-ig az egyesulet@ohegy.hu e-mail címen - a jelentkezés elérhetőségével együtt -, vagy a 20-230 6994 telefonszámon.

az Egyesület Vezetősége

Az operaház kulisszatitkai

- avagy, életem zenéje.

Előadás február 8-án, pénteken

18:00 órakor a Táborhegyi népházban

A Magyar Állami Operaház 2013 nyarán indította útjára az opera nagyköveti programot, amelyben az opera műfaját és művészeit hozza össze a zenét tanító pedagógusokkal, és minden, az opera iránt érdeklődő emberrel.

Ez egy lehetőség, hogy mindenki a saját közegében kapja meg az indítást a nagykövetelektől.

Általuk hához megy az opera, kicsikhez, nagyokhoz egyaránt: iskolákba, felnőtt közösségekbe. Egy-egy ilyen program keretében a nagykövetelek, mint művészberek, tapasztalatukból és személyes varázsukból is adhatnak élményt a hallgatóság számára, ami sokkal érdekesebbé teszi az előadást. Kóródi Anikó

operaénekes - aki számtalan opera meghatározó szerepeit játszotta, énekelt, belföldön és külföldön is - harmadik éve vesz részt a programban. Ez idő alatt nagyon sok iskolában, felnőtt közösségekben mesélt az opera varázsáról, és a zene fontosságáról életünkben. Az opera élvezetéhez persze nem árt egy kicsit ismerni a műfajt, legalábbis nyitottnak kell lenni, ennek a meglehetősen speciális nyelvnek a befogadására.

Ez az előadás is szeretne ebben segíteni, információt nyújtani, felkelteni az érdeklődést és természetesen szórakoztatni.

Szeretettel hívunk és várunk minden érdeklődőt!

az Egyesület Vezetősége

Élmények a „Máramaros úti művészek házából”

Előadás és kiállítás megnyitó a Táborhegyi Népházban, február 22-én, pénteken 18:00 órakor

Az egykori agyagbánya fellelti lakóházát, ami valamikor a téglagyár óvodája volt, ma jeles művészek lakják.

Itt lakik Juhász Endre zeneszerző, oboaművész, aki számos zenekarban játszott (Kaszakó, Makám és Kolinda, Makám, Battuta Quartet, Arasinda, Group duduk), aki ma is aktív zenész. Lányai, Andi és Györgyi is elsajátították a zene szeretetét, a Zeneakadémia elvégzése után mindketten a Miskolci Szimfonikusok művészei lettek. Györgyi zenét is szerez, édesapjával együtt játszanak a Group duduk formációban.

Ebben a házban lakott Bajnay Zsolt Ybl-díjas építész-mérnök, festőművész is, akinek festményeit már többször megcsodálhattuk a Népházban. Zsolt éppen egy évvel ezelőtt hagyta maga mögött a földi világot.

Endre és Zsolt jó kapcsolatban voltak, egymás alkotásait ismerték, kedvelték. Ezen az estén kettőjük műveiből láthatunk illetve hallhatunk részleteket,

szerezhetünk magunknak maradandó élményeket.

Juhász Endre ezen az estén nemcsak zenei képességét mutatja be a vendégeknek, hanem írói vénájából is ízelítőt kaphatunk. Most második könyvét ismerteti, melynek borítóján Zsolt egyik festménye jelenik meg.

A találkozót megnyitja, és kalauzol bennünket Zsolt egykori jó barátja, Dr. Nacsa János Alpár-érmes okleveles mérnök.

„Tájélmények”
Bajnay Zsolt Ybl-díjas építész festményeiből.

Zsolt meggyőződése volt, hogy a képek rendeltetése, a szép és érdekes témák ábrázolásán túl, a lakóterek igényes díszítése is. Ezért arra törekedett, hogy képei a térben elhelyezve észrevehetőek legyenek, a belépő rögtön felfigyeljen rájuk. E cél szolgálja azok erőteljes színvilága, „színpompája”.

A természet iránti rajongása ihleti számtalan képét. Festészete során semmilyen elv megvalósítására nem törekedett, mindig ösztönösen festett. Akár

akvarell, akár pasztell technikával dolgozott céljait egy érdekes téma kapcsán a szépség és a különleges fényhatások ábrázolásában találta meg. Hite, hogy képeivel nem a valóságot kell megfesteni, hanem annak „égi mását”.

„A lélekvándor”
Juhász Endre könyvbemutatója

Valahol Európában egy szerelmes pár éli mindennapjait. A fiú egyszer véletlenül bekap egy kábítószer pirulát és attól

kezdvé álmai és a valóság egybe folynak. Ezután különös, mesebeli képzelgésai töltik ki életét, szerelme nagy bánatára. Az utolsó víziója után kijózanodik, de szelleme utazásainak nincs vége. Minduntalan felvetődik a kérdés:

- Vannak-e más dimenziók életünkben azon kívül, amit valóságnak tartunk?

- Vajon létezik-e álmaink világa, vagy csak az számít, amit tudatosan fölépítettünk magunknak?

A lélek barangolásait tárja föl a főhős kalandjain keresztül az olvasónak, ez a gondolatébresztő, de mégis szórakoztatóan cselekményes könyv. A történetek és személyek a képzelet szüleményei, de az álmjelenetek valóságos álmokból merítenek.

Dallamos zenevilág
Juhász Endre hangszereiben játszik

Endre - aki eredendően zeneszerző és előadóművész - hangszereiben mutatja be saját kompozícióit, saját zenei világát.



ÓHEGY FARSANG

a Táborhegyi Népházban (1037 Bp., Toronya u. 33.)
március 2-án, szombaton, 19 órától

A Farsangi bált idén sem hagyjuk ki programjainkból. Közel három évtized tapasztalata, hogy a zene, a tánc, jelmezzel gazdagítva, mindig sikeres, mindig jól éreztük magunkat. Ezért idén sem hagyjuk ki.

A műsor most is a jelmezesek fogadásával kezdődik. A jelmezben érkezőket ugyanis egy pohár pezsgővel látjuk vendégül!

A bál háziasszonya idén is: Benyóné Dr. Mojzsis Dóra, az Egyesület ügyvezető elnöke.

19:30-tól „Candy Man” táncbemutató lesz, előadják az Egyesület „Alerton Klub” táncsoportjának hölgyei.

20:00-tól: Vendég művésznőnk, a Márton napi bálon sikert aratott Hoffer Teri, aki slágeregyveleget ad elő.

21:00-tól: Gyermek-és felnőtt jelmezzsverseny kezdődik. Az első 3-3 helyezett díjazásban részesül. A felnőtt jelmezzsverseny fő díja: kétszemélyes vacsora az Ingyenc-

kert Étterem felajánlásában. A gyermek jelmezzsverseny minden résztvevője ajándékot kap!

22:00-tól: Zene, tánc, büfé! A talpalávalót D.J. Sugár Gyuri szolgáltatja.

24:00-tól: Tombolahúzás! A fődíj egy minőségi borválogatás a megújult Borháló Borkereskedés felajánlásában.

1:00 órától – „kivilágos – kivirradtig”: folytatódik a fergeteges báli hangulat, zenével, táncsal, büfével!

Belépő felnőtteknek 1.200.-Ft, tagkártyával 1.000.- Ft, gyerekeknek (18 éves korig) 500.- Ft.

Kérjük kedves vendégeinket, hogy nyugodtan eresszék szabadon fantáziájukat és kreativitásukat, és minél változatosabb jelmezekben lépjenek meg társaságunkat a farsangi bálunkon! Nincs meghatározott témakör, öltözhetnek a hirdetőoszloptól a kalózig bárminek!

Mindenkit szeretettel vár

az Egyesület vezetősége!

Nyulász Péter:

Farsang

*Van egy vágyam: gomba lenni,
nagyra nőni fél nap alatt,
lenne rajtam csipkegallér,
és egy jó nagy pöttös kalap.*

*Meggondoltam mégse gomba,
inkább messze szálló lepke,
fejem búbján két kis csápom,
hátamon meg szárnyam lenne.*

*Pille nem jó, hanem cica!
Elég lesz egy csíkos ruha,
cérna bajusz, hosszú farok,
láthatnák, hogy macska vagyok.*

*Talán mégis rendőr inkább,
tányérsapkás, komoly, délceg,
esetleg egy kalóz vezér,
vagy egy fehér lovas herceg.*

*Van még pár nap eldönteni,
mi legyen a tuti jelmez,
Az a fő, hogy nemsokára
felvonulós jelmezből lesz.*

*Ágyú dördül, sípszó harsan,
fület sértő-bántó fals hang.
Dudafújó, kerepelő,
télkergető, zsongó farsang.*

Disznótort a Táborhegyi Népházban

„XVIII. Dezső halála”

Február 2-án, szombaton, 7.00 órától, vacsora 18:00 órákor

Tizennyolcadik alkalommal tartunk disznótort. A hozott disznó feldolgozása, a perzseléstől, a bontástól egészen a

hurkatöltésig Laci böllér vezetésével történik. A kedves hölgyek és urak szorgalmával már kora reggel megkezdődik

a munka, ami egészen vacsoráig tart. Bárki részt vehet a jó hangulatú, ugyanakkor hasznos munkában, csak hoz-

zon magával kötényt, és éles kést!

A résztvevők - a hagyományhoz igazodóan - reggel pálinkával kezdik a napot, majd a leeresztett vért pirított hagymán megsütik, és friss kenyérrre kenve elfogyasztják. Utána kezdődik a pörzsölés, majd a további munka. Az ebéd orjaleves, toros káposzta.

A délután a hurka-kolbász töltésével telik. Este hatig, a vacsora kezdetéig elkészül minden.

18:00 órákor jellegzetes disznótortos vacsora lesz, a sült hurka, sült kolbász, hagymás burgonya, a Mazács Zsuzsa által vezetete KoMaKo együttes muzsikája mellett, vidám, lakodalmi hangulatban.

A délelőtti programra részvételi jegyek kaphatók 1500.- Ft-ért a helyszínen, vagyis a Táborhegyi Népházban. Vacsorajegyek kaphatók 2000.- Ft elővételben az Erdőalja úti ABC-ben péntek délutánig, valamint szombat 15:00 óráig a helyszínen. A gyerekek 10 éves korig mindkét alkalommal 800.-Ft áron vehetnek részt. A résztvevők - ha marad - hurkát, kolbászt hazavihetnek önköltségi áron.

Mindenkit szeretettel vár
az Egyesület Vezetősége



A kert meg a komposzt - 1. rész

Összetartozó fogalmak, mondhatni: egyik a másik nélkül nem teljes. Természet- és környezetbarát hobbikertészként más megoldást csak időleges kiegészítőként tudok elképzelni.

Sokak szerint komposzt nélkül is lehet jó eredményeket elérni, mert mindenféle tápanyag megtalálható a kereskedelemben. Könnyű a dolgunk, ha inkább pénzt szánunk rá, idő és fáradság helyett. A monokultúrás mezőgazdaság is főleg a vegyszeres megoldásokat preferálja. Szerencsére az iparszerűség máshol még nem tarol le mindent. Úgy tudom, a zsákban kirakott zöldhulladékot a Főkerészet komposztálja, részben vagy egészben. Ha nekik megéri a hagyományos módszerek alkalmazása, saját kiskertünk miért ne érne meg egy kis plusz gondoskodást?

Néhány éve én is intenzíven komposztálok. Gyakorlati tapasztalataim esetleges hiányát az elméleti ismeretek rendszeres gyűjtögetésével egészítem ki. Szívesen olvasok arról, mások hogyan, milyen eredményekkel haladnak. Ebből kiindulva most megosztom néhány gondolatomat és tárgyyszerű

ismeretemet, gondolatébresztőként.

Az igazi kertész, ha téli álmot alszik, akkor is a kertről álmodik – és a komposztálásról. A komposzt fogalmával nagyjából mindenki tisztában van. A jó komposzt viszont nem csupán a zöldhulladék egymásra halmozását jelenti. Néhány alapvető szempont mentén „előállítás” időt és némi hozzáértést kíván. Ezen szempontokat igyekszem időrendben sorra venni.

Egy: a hely kiválasztása. A kert félreeső, árnyas zuga ideális. A félreeső hely esztétikai szempont, de fontos, hogy jól megközelíthető, körüljárható legyen, mert néha át kell forgatni. Nem kaphat sok napot, mert kiszárad, megáll a folyamat. Ha mindig árnyékos, berohadhat, használhatatlan lesz. A jó komposztnak nincs rossz szaga, amire esetleg halványan emlékeztethet, az a „földszag”.

Tapasztalat: célszerű a helyet kettéosztani. Könnyebb átforgatni, és egy idő után már jobb, ha nem kerül új zöld a félig kész komposztra (erre később még visszatérünk).

Kettő: ha tudjuk, mekkora a rendelkezésre álló hely, eldönt-

hetjük, milyen formát részesítünk előnyben. Kész megoldást kapható műanyag komposztládák, megfelelő szellőzőkkel ellátva. Ha magunk készítjük, építeni kell, gödör nem jó, mert tartalma könnyen berohad. Lehet magát a hulladékot prizmába rakni, de mind az időjárás, mind az állatok kárt tehetnek benne, nem ajánlatos.

Célszerű keretet készíteni, fából, kőből, fémből, lehetőségünk szerint. 1-1,5 m³ már elég egy négytagú család kertjébe. A talajjal közvetlenül érintkeznie kell, hogy a giliszták megtalálhassák és elvégezhessek benne munkájukat. Oldalról szellőzőn, száraz időben viszont locsolni, esetleg takarni kell.

Tapasztalat: fakeretes és műanyag komposztálót is használunk, én mindkettőben látok előnyöket, jól kiegészítik egymást.

Három: mi kerülhet bele? Minden, ami „gaz”-nak minősül a kertben, fűnyesedék, a fás dolgokat aprítani kell. Még fahamu is jöhet, de csak kevés. Minden konyhai hulladék (kivéve citrusok), kávézacc, tealevél, elszáradt szobanövény. Ami tilos:



főtt ételmaradék, mert további bomláskor biztos a szaghatás és vonzza a rágcsálókat. Diólevél sem jó, csak ha külön lombkomposzt készül. (hosszabb bomlási idő miatt).

Tapasztalat: tényleg mindent kisebb darabokban kell rárakni. Ha elnagyolom, nem egyszerre bomlik, a nagyobbakat vissza kell tenni a következő kiszórásig. „A rest kétszer fárad.”

További tapasztalataimat a következő részben osztom meg. Ha bárki kedvet kapott, vagy már gondolkodott rajta, már készülhet ezzel is a tavaszra. Sokkal egyszerűbb, mint amilyennek tűnik, csak el kell kezdeni – vagy folytatni, amit őseink már csináltak.

Ne feledjük, sokáig már nem álmodozhatunk, mert: „Január-február, aztán itt a nyár!”

Mikóné Ormos Márta

Rókák és borzok a lakott területen

Óbudán élő állatfajok száma nagyfokú változatosságot mutat. Legutóbb a vaddisznókondákról írtunk, de róka- és borzcsaládok is laknak a lakott terület határain kívül és belül.

- A róka és a borz sosem szelídül meg egészen, utóbbi felnőtt korban is morózus, támadó magatartást produkál,
- mindkét faj ösztönösen védi utódait, marásával súlyos sérüléseket okozhat,
- kotorékokban laknak, élelemszerzés céljából felkeresik a gyümölcsösöket, elhagyott kerteket, komposztdombokat,
- ősszel a rókaanya leveri magáról, elválasztja utódait, akik bizonytalan ismereteik miatt gyakrabban kerülnek a gépjárművekkel ütközésbe, ami a pusztulásukat okozza,
- a rókák ivarzási időszaka a tél végére tehető, amely fokozottabb hangadással jár együtt,
- a rókamama elhagyott telkeken, lazább talajokba vájt rókaodúban, öreg fák gyökerei közt kivájt várban neveli utódait,
- a kifejlett hímet kannak, a nőivarú egyedet szukának hívjuk, a fiatal kölyök elnevezése rókafi,

- a borz egyedei a hímek és a nőstények klánokat alkothatnak, vagy kisebb családban nevelhetik utódaikat,
- mindkét faj hordozhat olyan betegséget, amely emberi fertőződést is okozhat (zoonózis). Ezért is káros a lakott környezetbe való beszoktatásuk.

Hogyan tudnak a lakók segíteni a rókák és borzok lakott területen való megjelenése és megtelepedési lehetőségeinek csökkentésében?

1. A lakosok, ingatlanulajdonosok kötelessége a telek tisztán tartása, növényzetének ápolása, gyommentesítése.
2. Ne etessék a vadállatokat! A háziállatok (kutya, macska) ellátása után maradt ételmaradékokat be kell gyűjteni, ne maradjon kint az etetőedény házikosztal vagy kutyaedellel. Mindkettő kedvelt tápláléka a rókáknak, borzoknak.
3. A komposztáló dombok, zöld növényi maradványok felhalmozása természetes gyűjtőhelyei a földgilisztáknak, kistrágcsalóknak, amelyeket a róka és a borz is szívesen fogyaszt. Meg kell szüntetni a hulladékok szakszerűtlen kezelését.

4. Az ingatlanokon tartott állatokat biztonságosan, fedett helyen célszerű elhelyezni, ezzel is csökkenthető a róka vagy az aranysakál betörésének az esélye.

5. A kutyaék egyedi jelöltetése 4 hónapos kor felett kötelező, amelyet követően évente veszteség elleni védőoltásban részesülnie kell. Ha egy kutya összetűzésbe kerül akár egy borzzal vagy egy rókával, csak érvényes oltás megléte esetén kaphat állategészségügyi ellátást. Egyébként karantén alatt megfigyelésre kerül, tekintet nélkül a szerzett sérüléseire.

Az Önkormányzat képzett szakemberekkel dolgozik együtt, akik diagnosztikai célból több egyedből vettek mintát. Jelenleg nincs olyan adat, amely veszteség jelenlétét igazolná a kerületi vadállomány említett fajai között. Azonban ez a státusz bármikor változhat. Ezért kéri, hogy megfelelő magatartással minden lakos segítse környezetünk védelmét, és vegyen részt a probléma kezelésében, megoldásában.

Mészáros Diána
Óbuda-Békásmegyér
Önkormányzata

Óbuda földje, kiváltképp a hegyvidéki területe, bővelkedik különböző vízforrásokban. Vízhozamuk, méretük és fajtájuk eltérő, azonban történetük ugyanúgy az évmilliók földtani változásaiból ered. Szűkebb környezetünkben, a Remete-hegy és a Csúcshegy között is számos látható, és földalatti forrás futott, illetve fut a sík területek felé. Az ilyen jellegű vízforrások hőmérséklete 9,5-13,5 C° között ingadozik, vízhozamuk 1-2 liter/perc és 30-50 liter/perc lehet. Oldott és ásványi anyag tartalmuk erősen változó. Most induló kis sorozatunk ezekről a még fellelhető, vagy már többnyire kiapadt források történetét veszi górcső alá.

Szent Antal-forrás

Hegyvidéki források I.

A kirándulók és a helyi lakosok számára talán a legismertebb a Szent Antal-forrás. Jellemét tekintve egy talajvíz-rétegforrás, amely lejtőtörmeléken lész és

agyag közötti földrétegből ered, fakad.

Az eredeti forrás a Farkas-torok alatt, a Jablonka út 38. és 40. közötti névtelen gyalogúton

található, kb. 60 m-re a Jablonka út felett, és kb. 206 mBf magasságban. A forrás számára gyűrűs kút van kiképezve. A hajdani szőlőföldek eltűnésével jelentősen megváltozott a vízforrás környezete, sőt, még a terület telekosztása is. Ezek nagyban befolyásolták jelentőségét és fellelhetőségét.

A forrás vizének nagy részét régebben – a vízvezeték hálózat kiépítése előtt – a Forrás utcában épült házakhoz vezették csövön, és ott használták.

A területen korábban több földmozgás is volt, amelyet nagy mennyiségű esőzés előzött meg. Az 1937-es földmozgás orvoslásaként egy ún. övszivárgót építettek ki 120 m hosszon,

6 m-es mélységben, majd a vizet fenékalapozással ellátott mederbe terelték.

Később, valószínűleg a cső hibája miatt, a forrástól lefele a víz egy kis árkot mosott ki magának a Jablonka utcáig. 1966 februárjában a Jablonka út előtti útburkolat beszakadt. Ezt követően egy újabb, 2 m mélyen kialakított szivárgót alakítottak ki, majd a vizet az út menti fenékburkolatú árokba terelték. A Jablonka út csatornázását követően az árok megszűnt.

A forrás a nevét az itt álló Páduai Szent Antal szoborról kapta, amelyet Pauer Antal óbudai kőfaragó emeltetett a szőlőföldjén, az 1800-as évek elején.

Horváth Péter

Páduai Szent Antal szobor

A Jablonka úton áll Páduai Szent Antal műkőből készült szobra, amelynek története egészen a 19. század elejéig nyúlik vissza. Abban az időben még a híres óbudai szőlőföldek uralták a domboldalt, ahol szorgos gazdák művelték a kemény, agyagos talajt. Ezen a részen volt szőlőföldje Pauer Antal, óbudai kőfaragónak, aki valamikor 1812-1820 között állíttatott fel egy mész-

kőből készült Szent Antal szobrot, a telkén csordogáló forrásnál. Erről a szoborról kapta később a forrás is a nevét.

Páduai Szent Antal (1195-1231) portugál származású, ferences szerzetes és teológus volt, kultusza hazánkban a török kiűzése után, a 18. század elejétől vált erőteljessé. Többek között a várandós anyák, az éhezők, a szegények, a betegek védőszentje. Csodátévőnek tartották már életében, de halálát követően is hívók ezrei imádkoztak hozzá segítségért. Leggyakrabban karján a kis Jézussal ábrázolták.

Az ismeretlen mester által készített szobor egy simatörzsű kőoszlopon állt és a 19. század végére eltűnt helyéről, valószínűleg megsemmisült.

A hívők 1901-ben, egy, a Szent Antalt a kisjézussal ábrázoló festményt állítottak a helyére, az eredeti, ledől és helyreállított oszlop talapzatára, melyre a latin

RENOVATUM (megújítás) szót vésték. A napjainkban látható Szent Antal szobor, Antal Károly szobrászművész alkotása, aki a szoborral majdnem szemben lakott. A Kossuth-díjas művész az 1930-as évek feltörekvő magyar szobrászgenerációhoz tartozott, s nevéhez olyan kiemelkedő alkotások fűződnek, mint a pécsi Dóm apostolszobrai, vagy a Budai Várban látható Gellért és Julianus barát szobra. A műkő szobor Szent Antalt ábrázolja a kis Jézussal. Az idők során a szobor erősen megrongálódott, felülete fagykárt szenvedett, keze letört.

Az Óhegy Egyesület régi álma a szobor restaurálása és környezetének rendbetétele. Ez a szépészeti és örökségvédelmi feladat szerves része lenne az Egyesületnek, a Hegyvidéken eddig végzett kulturális és egyházművészeti értékeket megőrző munkájának.

Horváth Péter



Szülői szemmel

Erdőalja Iskola, avagy miért pont az Erdőalja?

Első kisfiunk születésének évében, 2005-ben költöztünk a Testvérhegy északi lejtőjére. Többször elhaladtunk az iskola előtt, amikor a várost a hegyen keresztül közelítettük meg. Férjem egy ilyen alkalommal mutatta nekem az Erdőalja Iskolát. – „Nézd csak, ez lesz a mi iskolánk, ide fog járni a fiunk.” Azonnal beleszerettem az épületbe, a kedves, barátságos külsejébe. Végre egy emberarcú környezet virágos kertjével, sáttortetős fedelével, és nem egy hatalmas gyáriskola!

Aztán teltek-múltak az évek, rendszeresen jöttek az Óhegy-Hírek, és hozták a sok-sok információt az iskoláról. Mennyi színes program! Diákok, tanárok írásai, fényképek mind azt sugallták, hogy ez egy jó hely. Eközben iskolássá cseperedett legnagyobb fiunk, és 2011 őszén belülről is megismerhettük az intézményt a sulivárá foglalkozás keretében. Kriszta néni és Andi néni nagy szeretettel várták a leendő elsőöket.

Tavasszal a beiratkozásnál szembesültünk azzal, hogy nem is vagyunk körzetesek, de mi más iskolát elképzelni sem tudtunk. Miért? Mert olyan a miliője, mint amilyenben mi élünk. Jó levegő, családi légkör. A pedagógusok és a technikai alkalmazottak egy része is szintén a hegyen

lakik. Mindenki ismer mindenkit. Tényleg! Ahogyan Kriszta néni mondaná, olyan, mint egy falusi iskola, jó értelemben véve. A közelben ott van a rét, ahová kimehetnek a tanulók szaladgálni, tornázni vagy csak egyszerűen leülni a fűbe, bámulni az eget és megrajzolni legszebb gondolataikat, mint ahogyan ezt tették Kriszta nénivel is. Nyugodtan hazagyalogolhat a gyermek, ha már nagyobb. A kicsit fáradékonyabbak, vagy akik a hegy túoldalán laknak, mint mi, azok autóbusszra szállhatnak. Ha valaki mégis messzebről érkezik, azt felhossa a 137-es „iskolabusz”, mert mi már csak így hívjuk. Második kisfiunk óvodás volt, amikor az első elkezdte az Erdőalját. Együtt mentünk mindig a bátyusért, de azért, mert ott az iskolában olyan aranyosak az emberek. Mindig volt egy kedves szó a kistestvérhez. Hol a tanároktól, hol a portás bácsitól vagy a konyhás nénitől érkezett az a megerősítés kisebbik gyermekünk számára, hogy itt te is fontos vagy nekünk a testvéreddel együtt. „Mikor jössz iskolába, foglak-e tanítani, vagy a testvéremmel majd egy osztályba kerülsz-e?” - kérdezték a felnőttek, s gyerekek egyaránt. Így ő úgy érkezett az Erdőaljába, Erika nénihez, hogy már ismerték, és ismerős volt számára min-

den. Külön említésre méltó a gyerekek és a szülők egymás közötti kapcsolata, mely az iskolán kívül is megmaradt.

Ezek voltak az érzelmi szálak, de mik a tények? Legnagyobb fiunk jelenleg Budapest legerősebb katolikus fiúgimnáziumában tanul. A középsőnek is hasonló célkitűzései vannak, a legkisebb fiú pedig lassan erdőaljássá érik. A kerületi versenyeken rendre ott van az élmezőnyben az iskola. Rengeteg érdekes program, sulibuli, színház- és múzeumlátogatás, Luca nap, farsang, pancake day, angliai utazás Kádár Eszter tanárnővel, külön jutalomkirándulás a jó tanulók részére.

Természetesen, mint a hegy iskolája, a helyi programokban is részt veszünk Nagy Árpád igazgató úr jóvoltából. Ősszel szemérszedés a hegyen, szüreti multság, decemberben a lovon érkező Mikulás krampuszait is szép számmal a mi diákjaink teszik ki, vagy akár egy év végi búcsú a tanároktól a Táboregyi Népházban. Még sorolhatnám, de az újság olvasói havonta értesülnek ezekről az eseményekről.

Összefoglalva, azt tudom mondani, ha a mai elgépiesedett világban valakinek számít az odafigyelés, az emberközeli lét, akkor ide hozza gyermekét.

Szabóné Harangi Piroska

Kedves Bálózó Publikum!

Engedjék meg, hogy bemutatkozzunk az Óbudai Borháló üzletek és a magunk nevében. N. Langer Szilvia és Németh Ferenc vagyunk a Borháló Római és a Borháló Óbuda üzletek tulajdonosai. Megtisztelő felkérésnek teszünk eleget, amikor az Óbudai Hegyvidék Egyesület Farsangi Bálján felajánlhatjuk a tombola játék fődíját.

A fődíj tartalmaz öt palack bort, tételesen: egy orosz klasszikus Abrau Durso Pezsgőt, Naár Pince Tokaji Furmintot magnum palackban (2017), Balla Géza (Év Borásza 2018) Rozé (2018), Günzer Pince Villány Opus magnum palackban (2015), Vojtek Pince Villány Cabernet Franc (2012).

Szeretnénk néhány szóban bemutatkozni. Lassan három éve, hogy megnyílt az első borszaküzletünk a Rómain, azóta üzemelünk a Vörösvári úton is Borháló Óbuda néven. Ebben az évben nyitjuk a harmadik üzletet Békásmegyeren, tehát jelen pillanatban kettő és fél borszaküzlet várja a vásárlókat. Terveink között szerepel a Római parton is megjeleneni, magas színvonalú szolgáltatást, egyedi arculattal, tartalmas, új kapcsolódást nyújtva. Egyik legfontosabb célkitűzésünk a kerületi intézményeket, szervezeteket, cégeket és vállalkozókat megismerni és magunkat is megismertetni velük. A jövőben szeret-



nénk mi lenni a kerület borosai. Jó szórakozást kívánunk, igyanak jó borokat, mulassanak jól!

N. Langer Szilvia és Németh Ferenc

Húszan a Magyar Festők Társaságából

Kiállítás az Artézi Galériában,
1037 Budapest, Kunigunda útja 18.

Látogatható február 13-ig

Új kiállítás nyílt meg számos érdeklődő jelenlétében január 26-án az Artézi galériában. A kiállítást megnyitotta Hemrik László, a Ludwig Múzeum munkatársa. A kiállítás kurátora Kováts Albert a Magyar Festők Társaság alapítója és elnöke.

A kiállító művészek: Ásztai Csaba, Baksai József, Fenyvesi Márta, Ganczaugh Miklós, Haász István, Halmi-Horváth István, Jovián György, Király Gábor, Konok Tamás, Kopócsy Judit, Mazalin Natália, M. Novák András, Szegedi Csaba, Székács Zoltán, Szily Géza, Tóth Ferencz, Turcsányi Antal, Vankó István, Várhelyi Tímea, Vén Mária. A művészek eltérő stílust képviselnek. Ami közös bennük, az a magas művészi színvonal.

Érdeklődők a kiállítást megtekinthetik 2019. február 13-ig, megbeszélte időpontban a +36 30-342 3251 számú telefonon, vagy a művészekkel egyeztetett időpontban.

Németh Géza
művészeti vezető
www.artezi.hu

Iskolai hírek

Hó nélkül készültünk a karácsonyra, és mivel a hideg olykor-olykor már beköszöntött, reméltük, hogy igaz lesz a régi mondás: ha Katalinkor locsog, karácsonykor kopog. Vártuk a havat, nemcsak a fagyot, esetleg jeget. A karácsonyi kopogás elmaradt, de a hideg megérkezett.

Diákjaink nemcsak az osztálytermekben, az iskolán kívüli megmérettetéseken is eredményesek voltak. A komplex angol tanulmányi verseny írásbeli fordulóján az első 10 helyezés valamelyikén várjuk a szóbeli megmutatkozás lehetőségét is: Farkas Dániel, Polgár Soma (5. o.), Andrek Kamilla, Kónya Eszter (6. évf.), Majranek Dániel (7. évf.) és Csontos Lili (8. o.) továbbjutottak a második fordulóba.

Az Országos Angol Tanulmányi versenyen is számos tanulónk kvalifikált a Budapesti fordulóra: Horváth Ákos, Karvalics Milán, Majranek Dániel, Kostyán Viola, Verebélyi Zsombor (7. évf.), Keményffy Aletta, Szaka Fruzsina és Ufir Attila (8. o.).

Mindkét verseny következő fordulójára a szaktanáraink, Szánáné Misuth Zsuzsanna és Kádár Eszter készítik fel a gyermekeket.

Alsóaink örömmel vettek részt a Budapesti Állatkert zoopedagógiai programjain, illetve néhány osztályunk színházban nézte meg Szabó Magda Bárány Boldizsár című klaszszikusát. Számos gyermekünk korszolyáznai tanul pedagógusai felügyelete mellett. Egy csoportunk a Fő téri karácsonyi vásáron a pénz értékét, életszerű használatát gyakorolta piaci helyzetben, akár alkudozva is. A kisebb csoportok időfelelőssel is felszerelve remek szerzeményekkel tértek vissza az iskolába.

December 6-án egy barátságos Mikulás látogatott el az iskola falai közé. Néhány nappal később, még utolérték őt az érdeklődők a Virágos-nyeregben.

A Luca-napi vásár a szokásos kavalkádjával, de színvonalas, iskolánkban a gyermekek által készített kézműves remek-

kel árasztották el a folyosókat. Standjaik vidám forgataga mögött, egy osztályunk maci-barlanggá alakult. Csendesen számoltunk be egymásnak arról, hogy gyermekkorunk első, második, vagy sokadik mackója milyen különlegességgel bír, merre járt kicsi gazdáját kísérve zsebben, hátizsákban, autóban, vonaton, repülőn, hajón, ...

A pedagógus-karácsonyi széles körben ültük. Meghívtuk – hagyományteremtő szándékkal – jelenlegi és korábbi pedagógustársainkat a közös ünneplésre – a közelgő 70. tanév jegyében.

Sohasem nyúlhat elég hosszú egy tanítási szünet, így pihenten érkezünk vissza vízkereszt után az iskolába. Még a különböző megmérettetések nem nyomasztják a diákságot, de már célegyenesbe érkeztek a félévi és a felvételi vizsgák közeledtével. Örömmel lesik a gyermekek a hóesést a tantermek ablakaiból, és a nagyszünetekben is gyorsan váltanak ruhát.

A farsangi kavalkád szabaddon választható jelmezek készítésével kecsegtet, és reméljük,

hogyan finom fánk is kerülnek az osztályok büféjébe. A jó hangulat garantált, hiszen játékos feladatok, „cukoreső”, tombola, limbó-hintó fogadja majd a ceremóniamesterrel megkoronázott délutánon részt vevőket.

Lelkesen készülünk az Országos és a kerületi angol tanulmányi verseny II. fordulójára.

Március 27-én, szerdán, örömmel várjuk az 50 éve, 1968 és 69-ben végzett öregdiákjainkat a Rákóczi-napra.

Kádár Eszter

Beiratkozási előzetes a 2019/2020. tanévre

Suliváró foglalkozások a leendő elsős tanulók számára

- 2019. február 13., 16 óra
- 2019. március 6. 16 óra

Bemutató óra a leendő elsősök szülei részére:

- 2019. március 20., 1. óra

Szülői fórum és hittanos tájékoztató az érdeklődő szülők részére:

- 2019. március 6., 16 óra

A beiratkozás időpontja: várhatóan 2019. április közepe/vége.



December végén a 3. b osztály tanulói megajándékozták az erdőaljas tanárokat és diákokat egy karácsonyi előadással. A darab több kérdést is felvetett: Hogyhogya egy családban húsz gyerek van? Mire szánjuk oda az életünket? Egyáltalán mit jelent az, hogy valamire felteszem, odaszánom az életem?

Te mire szánád oda? Milyen nemes cél tudsz elképzelni, ami széppé teszi az életet?

Van, akinek a hivatása adja meg a választ, van, aki a családjának szenteli, vagy egy közösség javára. Csak a magunk szóalkotására élni - szerintünk unalmas, kevés. Mit tegyünk, ha valaki kiabál velünk?

Kiabáljunk mi is vissza? Vagy fejtjük meg mi az, ami őt mogorvává tette?

Sokat énekeltünk, örültünk, hogy többen csatlakoztak is hozzánk. Kívánjuk, hogy karácsonyi csillaga mindennapjainkat ragyogja be!

Mikes Kriszta

Bridzstanfolyam!

Kedves Olvasó! Figyelmébe ajánlom, hogy február végén, nagy valószínűséggel csütörtöki napokon bridzstanfolyam indul itt a hegyen. A jelentkezőket Kiss Kati vezeti majd be a bridzs rejtelmeibe, egy kb. 10 alkalmas oktatás keretében. A tanfolyam elvégzése után mindenkit szeretettel várunk a Népház bridzsklubjába, ahol hetente szerdánként este fél 6 és fél 10 között gyakorolhatják a megszerzett tudást.

Kiknek is ajánlom a bridzs el-sajátítását?

Azoknak, akik már sok szabadidővel rendelkeznek, mert a megszerzett tudást gyakorolni kell, mivel más az elméleti tudás, és megint más azt a gyakorlatban alkalmazni.

A kevés szabadidővel rendelkezőknek meg azért ajánlom, mert ha a megtanultakat valamilyen szinten tartják, és

ha egyszer csak rájuk zúdul a nagy szabadság, akkor már nem a nulláról kell kezdeni, hanem csak fel kell eleveníteni a megszerzett ismereteket, és egy kicsit tovább kell fejleszteni azt.

Egyszóval kicsiknek, nagyoknak, hölgyeknek, uraknak, házásoknak, házaspároknak, egyedül állóknak, vagyis **MINDEKINEK!**

Miért is ajánlom?

Mert ha a tanfolyam elvégzése után eljár a klubba, akkor egy rendszeres és kellemes időtöltésben lesz része egy hasonlóan gondolkodó társaságban, és e mellett kiváló agykarbantartó torna is. Javítja az emlékezőképességet, mivel sokat kell számolni (nem kell megjegyezni, csak 13-ig egy-egy színnél!) és figyelni, hogy milyen lapok mentek már ki a parti során.

Remélem, sokan vannak a Tisztelt Olvasók között, akik idővel ugyanolyan bridzs örülteké válnak, mint mi vagyunk itt a Népház klubjában.

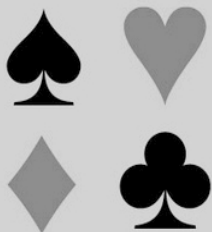
Nagy szeretettel várunk minden érdeklődőt a tanfolyamon és utána a bridzsklubunkban. Jelentkezni lehet Kiss Katinál a 20-922-1273 telefonszámon.

Sok 'nagy szemlem'-et kívánok Mindenkinek!

Jakkel Ica

(17 éve a bridzsklub tagja)

Bridzs ABC

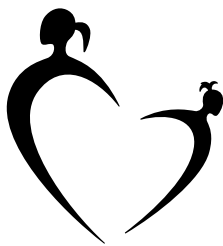


Gerincbarát alakformáló torna nőknek!

Keddenként 10.00-tól a Táborhegyi Népházban, 1037 Bp., Toronya u. 33.

Ha jó hangulatú és eredményes edzésre vágysz, gyere, tornázz velünk! Teljes tested formáljuk, ahol kell, karcsúsítunk, ahol kell, erősítünk a szép tónusú arányos alakért. Szülés után is visszanyerheted régi formádat, feszes hasadat, energikusabb lehetsz! Jöhetsz egyedül, barátnővel

vagy gyermekkel. A gyakorlatok több erőnléti állapothoz alkalmazhatók, választható, menet közben is variálható a terhelési szint, így mindenki a saját ütemében fejlődhet! Csoportos órák mellett személyi edzést is tartok NŐK részére az egyéni célok még gyorsabb eléréséhez!



Doszpot Beáta
Személyi edző
és fitness instruktor
70-321 2765
facebook.com/
fittenanyaval/
fittenanyaval.hu



A Séta-kör december 15-i túrája igazán téliesre sikerült. A bátor túrázók a hóesésben, bokáig merülve a ropogó friss hóban, végül a pesthidegkúti keresztekhez jutottak el, és mivel a hó alatt elég jeges volt, innen fordultak vissza. Elégedetten nyugtázva a teljesítményüket itt fogyasztották el a mézeskalács/aszalt gyümölcs és egy kis lélekmelegítő párlat úti csomagjainkat.

Férfi torna

a Táborhegyi Népházban, kedden és csütörtökön 19:30 órától

Sokan nem szeretnék konditerembe edzeni, vagy nincs idejük foci, tenisz edzésekre járni, és ehhez hasonló közös mozgásra, kapcsolódásra sem. Viszont fontosnak tartják kondíciójuk fenntartását, korábbi jó állapotuk helyreállítását!

Most itt a lehetőség!

Kortól és edzettségi állapotól függetlenül várunk mindenkit szeretettel, aki alaposan átmozgatná magát, vagy csak

levezetné a heti stresszt, vagy egyszerűen csak javítani szeretne a kondícióján, és bátorságot vesznek, bármilyen régen is mozogtak! Az órák 60 percesek,

A számukra összeállított, fokozatosan és terhelésmentesen átmozgató férfitorna edzéseket kedden és csütörtökön tartunk 19:30 órától! További infó:

Lukács Enikő
szakképzett fitness oktató
(tel: +36 30-222-8991)

Varga Mihály miniszter, országgyűlési képviselő megbízásából

Dr. Kővári Béla ügyvéd ingyenes jogsegélyt tart

a Táborhegyi Népházban (1037 Bp., Toronya utca 33.)

minden hónap második csütörtökén 18-20 óráig.

Bejelentkezés nem szükséges.

További információ a 20-200 0017 telefonszámon.

AZ EGYESÜLET HÍREI



„Egynek minden nehéz,
sokaknak
semmi sem lehetetlen”

Köszönet

a Mikulásnak és szervezőinek

Igen sok kedves, dicsérő visszajelzés érkezett a szervezőkhöz és az Egyesülethez. Úgy gondoljuk, hogy hála és köszönet illeti mindazokat, akik az Egyesület egyik legnagyobb rendezvényét megszervezték, lebonyolították.

Szép idő volt, nem történt különösebb fennakadás. Közel 400-an várták a Mikulást, kicsinykék, nagyobbak, szülők egyaránt, ki a Népházban, ki a Virágos-nyeregben. Jó volt nézni a sok mosolygós arcot, vidám tekintetet. Megérte a fáradozás.

A fő szervező idén újra Várkonyi Bea volt, aki 20 társával együtt bonyolította le rendezvényét. A gyermekeket megszólaltató Mikulás most is Zsigó Gyuri, aki délelőtt a Népházba jött, délután már lovon érkezett a Virágos-nyeregbe. Bea legfőbb segítője a már nagy tapasztalatokkal rendelkező Gazda Albert volt, családjával együtt.

Akik a jó hangulatot teremtették: Csomor Kata, és a zenéjével Mező Andris, ja és Dienes András, Turcsányi Gábor tábortűz melegével. A tábortűz körül várakozó gyerekekkel együtt énekelt idén az egyesület kórusának több énekese is. Fent a nyeregben és korábban a csomagok előkészítésében a krampuszok kara segédkezett: Gazda Brigi,



Gáspár Tomi, Halápi Flóra, Kiss Enci, Takács Rebeka, Ufir Attila, Szalai Barni.

Végül megemlíti azokat, akik nem voltak szem előtt, de munkájuk nélkül nem sokra mentünk volna, még tán a Mikulás sem jött volna: Détári Géza, Dienes Andrea, Gáspár Tibor, Kiss Kati, Rácz Andris, Varga Béla, valamint Pirchala Zsuzsi és az ő két lova. A rendezvényünket idén is támogatta a Pizza Paradicsom Étterem, a Vörösvári út 13-ból.

Köszönjük a szervezők és segédek többhetes előkészítő munkáját. Ők a gyerekeknek és a felnőtteknek maradandó élményt nyújtottak, tovább erősítve az összetartozás érzését és az Egyesület jó hírét.

az Egyesület Vezetősége

Kedvezmények a tagkártyával

Szeretettel kérünk mindenkit, hogy mielőbb rendezze a 2019. évi tagdíját, utalja el az

**Óbuda-Hegyvidékiek
Egyesülete,
11703006-20032630**

számú OTP számlájára, a közlemény rovatba „tagdíj” megjelöléssel. Vagy fizesse be személyesen Kiss Katinak a Táborhegyi Népházban szerdánként, 17-19 óra között. A tagdíj összege: keresőknek 2000 Ft, nyugdíjasoknak és diákoknak 1000 Ft. További adományokat is szívesen fogadunk, sokat segít vele, hisz ezzel a pályázatokon elnyerhető támogatás mértékét is erősen javítja.

Tagjainknak ún. tagkártyát adunk. A tagkártya tulajdonosai egyes rendezvényeinken előre jelzett kedvezményben részesülnek.

Minél több tagdíjfizető tagunk van, annál inkább érezzük, hogy szabadidőnkben, önköltségen és természetesen jókedvünkben végzett munkánk mások javát is szolgálja.

az Egyesület Vezetősége!

Apróhirdetések

- Akciós fogászati kezelések! Rendelőmben minden fogászati kezelésre, fogpótlás elkészítésére és fogfehérítő kezelésre 25 % kedvezményt biztosítok. Dr. Virág Dániel (cím: 1132 Budapest, Szent István krt. 4, III. em. 1. Tel: 20 522 1700).
- Angol, német és magyar tanítás, tolmácsolás

és korrepetálás a Testvérhegyen diplomás tanárnőnél. Külföldieknek ügyintézés magyarul. Tel: 20-375 8877.

- Bútorclinika a Hegyen! Mindenféle bútor javítása, felújítása, antik és stílbútorok szakszerű restaurálása! Tel: 388 2464, vagy 20-260 3012.

ÓHEGY-HÍREK

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: Mikos Kriszta, Dienes Andrea.

Hirdetésfelvétel:
Óhegy Egyesület. Telefon: 70-325 3416

Előkészítés: Petit Typo Bt.
Nyomás: Granatalma O.Sz.Sz.
Megjelenik: 3000 példányban

Állandó programok

a Táborhegyi Népházban, 1037 Budapest, Toronya u. 33.

MRS - dajkáló	h.	10:00-11:00
MRS - mamibaba	h.	11:00-12:00
	sz.	11:00-12:00
Gerincbarát alakformáló torna nőknek	k.	10:00-11:00
Kóruspróba	k.	18:00-19:30
Hatha Jóga - Balázs E.	h.	18:15-19:45
Jazz és modern tánc (9-14 éveseknek)	k.	17:00-18:00
Női átmozgató - frissítő torna	k., cs.	18:15-19:15
Lelki Egészség-őrző Klub	k. páros	19:00-21:00
Férfi torna	k., cs.	19:30-20:30
MRS - hancúrka	sz.	10:00-11:00
Bridzs klub	sz.	18:00-22:00
MRS - babamama torna	cs.	10:30-11:30
Klasszikus balett (9-14 éveseknek)	cs.	17:00-tól
Kubai salsa tanfolyam	cs	19:30-21:00
MRS - Babahordozó klub	első p.	10:00-11:00
Hegyvidéki Séta-kör	szó.	9:30-11:30

Egyesületi iroda nyitva tartása: szerdán 17.00-19.00 h, a hét többi napján előre egyeztetett időpontban, tel.: 404 5380. Gondnok: Gáspár Tibor, tel.: 20-917 0136. Bejárat a Népház udvaráról.

Képviselőink fogadóórái

Rácz Andrea 8. vk. minden hónap második csütörtökén 17:00-18:00 h – Bécsi út 77-79. alatti Fidesz irodában. Tel: 20-200 0017

Farkas Balázs 4 .vk. minden hónap első csütörtökén 16:00-18:00 h – Bécsi út 77-79. alatti Fidesz irodában. Tel: 20-461 2438

Stollmayer Ákos 5. vk. minden hónap első hétfő 18:00-19:00 h között II. Rákóczi F. Ált. Iskola, Erdőalja út 5. - előzetes bejelentkezés esetén, Tel: 367 8791

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.sagimagdi ingatlan.com



Tudor Könyvelő- Tanácsadó és Szolgáltató Kft.

Hegyvidék könyvelő irodája

Alapítás éve: 1991

Vállaljuk Kft, Bt, egyéni vállalkozások könyvelését,
adózását, teljes adminisztrációját.

Valljuk, hogy a könyvelési díj megtakarítható.
Biztosítással rendelkezünk.

Adótanácsadás

Székely Mária 70/333-5073,
Lakatos Tamás 20/293-8031,
e-mail: tudorka@t-online.hu

100% A L M A L É

Természetes hidegen préselt natur almálé

5 literes bag in box kiszerelésben
Tartósítószer nem tartalmazó pasztörizált termék
Egy doboz 8-10 kg alma felhasználásával készül
5 liter ára 1 990 Ft

Viniczai Sándorné **+36 30 275 5797**
rendeles@naturalma.hu



**MAMA RELAX
STÚDIÓ**

Testi-lelki felfrissülés a várandós- és kisgyermekes anyáknak

- Dajkáló
- Baba-mama torna
- Hancúrka
- Ovisuli
- Maminbaba - Óbudán csak itt
- Baba-mama jóga
- Szoptatási tanácsadás
- Babahordozó klub/tanfolyam

Weboldal: www.mrs-obuda.hu

Telefon: +36-30-175-3127 ; Facebook: Mama Relax Stúdió

E-mail: info@mrs-obuda.hu

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

Ha e hirdetést magával hozza 10% kedvezményben részesül.

GERINCTORNA NŐKNEK, FÉRFIAKNAK

NŐKNEK:

kedd és péntek 8:45-9:45-ig

Óbudai Kulturális Központ,
1032 Budapest, San Marco u. 81.

szombat 18:30-20:00-ig,

Szellő utcai Iskola,
1035 Bp., Szellő utca 9.

FÉRFIAKNAK:

hétfő 18:30-19:30-ig

Szellő utcai Iskola,
1035 Bp., Szellő utca 9.



ÉRDEKLŐDNI LEHET: +36 20 594 9752, SUM ANIKÓ