



ÓHEGY-HÍREK

ÓBUDA HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK LAPJA • XIX. ÉVFOLYAM 10. SZÁM • 2014. DECEMBER

JÖN A MIKULÁS

december 7-én, vasárnap.

Dél előtt, 10.00 órakor a
Táborhegyi Népházhoz,
(a kicsiny gyermekekhez)

délután, 16.00 órakor a
Virágos-nyeregbe.

Jegyek november 20-ától igényelhetők a Táborhegyi Népházban a gondnoknál, és az Erdőalja úti ABC-ben.)

Vasárnapi mozi

Seraphim Falls – A múlt szökevénye /2006/
december 14-én, 17.00 órakor
Alejandro Amenábar – Másvilág /2001/
január 11-én, 17.00 órakor
Alejandro Amenábar – Belső tenger /2004/
január 25-én, 17.00 órakor
(Részletek az 9. oldalon)

Disznótor

a Táborhegyi Népházban.
2015. január 24-én, szombaton,
7.00 órától.
(Részletek a 9. oldalon)

Programok

Mikulás a Népházban	dec. 7.	10.00 h
Mikulás a Virágos-nyeregnél	dec. 7.	16.00 h
Kiállítás megnyitó	dec. 12.	18.30 h
Rendkívüli közgyűlés	dec. 16.	17.00 h
Vasárnapi mozi	jan. 22.	17.00 h
Disznótor	jan. 24.	7.00 h.

A következő lap megjelenésének időpontja:
2015. február 5.

Az Óbuda Hegyvidékiek Egyesület Elnöksége meghív minden egyesületi tagot a
2014. december 16-án, kedden 17.00 órakor,
a Táborhegyi Népházban tartandó

RENDKÍVÜLI KÖZGYŰLÉSRE

Napirendi pontok:

Alapszabály pontosításának, kiegészítésének jóváhagyása
a 2011. évi CLXXXI törvény, és a 2013. évi V. törvény alapján.

Amennyiben a tagok 50%-a +1 fő mégsincs jelen, úgy ugyanazon a napon 17.30-kor, azonos napirend megtartásával, megismételt közgyűlésre kerül sor, amikor is a közgyűlés a megjelentek számától függetlenül határozatképes, és dönt az egyesület sorsát érintő, fontos kérdésekben.

Az emberarckép dicsérete Lepsényi Piroska Pinxit: Ellinidha

festőművész kiállítása a Táborhegyi Népházban.

Megnyitó:

2014. december 12. péntek, 18.30

A kiállítást megnyitja: **Faludy Judit** művészettörténész.

Közreműködők: **Halmágyi Sándor** színész

és **Szemenyei Eszter** fuvolaművész

(Részletek a 3. oldalon)

Középkori várak – virtuális vártúrák

Időszaki kiállítás az Óbudai Múzeumban

A középkori várak szinte minden ember fantáziáját megmozgatják. Sajnos a mai romos vagy teljesen átépített várak már nem nagyon hasonlítanak eredeti formájukhoz. Pedig saját korukban amellet, hogy elsősorban lakóhelyek, gazdasági központok és erődítmények szerepét töltötték be, egyben a társadalmi rend és a hatalom jelképei is voltak. A magyar középkori várak építészetében megtalálhatjuk az adott korszak gazdasági és politikai helyzetének, a művészetnek és a mindennapi életnek a lenyomatát is. A festői romok szárnyalásra készítik az emberi fantáziát, de a rekonstrukciók is hagynak teret a képzeletnek.

A régészeti, műemléki kutatások alapján készült virtuális, tudományos rekonstrukciók segítségével mindenki számára megismerhetővé, átélhetővé válik a középkori várak valóságos világa. A rekonstrukciók - a régészeti feltárások mellett - korabeli metszetek, alaprajzok, leírások és a digitális technika segítségével készültek el.

Buzás Gergely, a Visegrádi Mátyás Király Múzeum igazgatója, a kiállítás fő kurátora így indokolja meg, hogy miért fontos ilyen módon is bemutatni középkori várainkat: „Egy tudományos kutatás dokumentációja, a földből előkerült régészeti tárgyak, törött cserépek, rozsdás vasak, üvegszilánkok és csontmaradványok a hétköznapi múzeumlátogató számára inkább csak még titokzatosabbá teszi a témát, ahhoz kevésbé járul hozzá, hogy el tudja képzelni a középkori emberek hétköznapi életét, amely a várak falai között folyt. Ebben segít a

modern digitális technika, amely érzékletesen megjeleníthetővé teszi mindazt, amire a kutató a feltárt maradványokból következtethet. A középkori várak rekonstrukciói nem azt mutatják meg, hogy mi maradt meg a várból, hanem azt, hogy mi az, amit tudunk rólok.”

A kiállításon nyolc vár: Óbuda, Visegrád, Diósgyőr, Esztergom, Tata, Simontornya, Kislána és Mohosvár rekonstrukciója látható, valamint 3D nyomtatással készült makettek, számítógépes animációk, interaktív multimédiás berendezések és a Visegrádon előkerült fegyverek, fegyverrekonstrukciók. Az Óbudai Múzeum más leletanyagokkal is kiegészítette a kiállítást. A Budapesti Történelmi Múzeumból az egykori óbudai királyi, majd királynéi vár (amelyből ma már a felszínen sajnos semmi sem látható!) területéről származó korszakkal, poharakkal, fazekakkal, kályhaszemekkel, padlóteglával és a várból származó faragott kövekkel; az Esztergomi Balassa Bálint Múzeumból edényekkel, korszakkal, kályhaszemekkel, padlóteglával, lakatokkal, kulcsokkal, lándzsahegyekkel, zablákkal, sarkantyúkkal; a tatai Kuny Domokos Múzeumból ágyúgolyókkal, vállvérttel, kályhacsempével egészítette ki. Így erősíti, fokozza egymás hatását a digitális technika, az animáció és a konkrét leletanyag, melyeknek segítségével a látogató már tényleg, szinte valóságosan is beleélheti magát a középkori várak lakóinak mindennapi életébe. A digitális technika kivitelezését, az animációt a Pazirik Informatikai Kft. készítette. A kiállításban látható egy ösz-



szefoglaló animációs film is a nyolc említett vár s egyben a középkori várak történetéről, a hozzájuk kapcsolódó regékről, mondákról, lakóik életéről. Az Óbudai Múzeum a főbejáratához kapcsolódó fogadó-terében a várak mai állapotáról készült fotókiállítással is kiegészíti a látottakat.

A kiállítás témája inspirálta a „Középkori várak” c. könyv kiadását is (Buzás Gergely és Kovács Olivér munkája), amely eredetileg kiállítás katalógusnak készült. Az európai és ezen belül a magyar várpépítészetéről szól – közérthető, de a szakemberek számára is érdekes módon, mert a legújabb kutatási eredményeket is közli.

A kiállítás Visegrád, Tata és Miskolc után most az Óbudai Múzeumban látható 2015. március 31-ig.

Benyóné dr. Mojszis Dóra

A villanypásztor

Mindig élmény találkozni az unokákkal. Kellemes látvány, ahogy "iperednek", okosodnak. Minden egyes alkalommal újabb és újabb oldalukról mutatkoznak be. Alighogy hazamentek, a nagyszülők már megint várják a találkozást.

Ám, ha nálunk töltenek egy egész napot, vagy ha az iskolai szünetekben hosszabban időznek köreinkben, az együtt-lakás ügyes előkészületeket igényel.

Mondjuk más a helyzet, ha leányka az unoka, vagy ha kislány jön el hozzánk. Netán többen is jönnek „megőrzésre”. És persze korfüggő az eset. A kislányok eleve nebbek, mint a kislányok, de semmiképp sem rosszak. Csak ugye az érdeklődési körük, a világ megtapasztalása jár több „helyzettel”. Így a felnőtteknek több feladatot ad ezek kezelése.

Amidőn tehát a szülők a nagyszülőkre bízzák a kiskorúakat, esetleg ezek csapatát, maguk részéről azt remélik estélig teljes lelki békét és főleg testi jólétet biztosítunk az ifjoncoknak. Valamiképp ki kell találni, fel kell készülni, hogyan is tudjunk megfelelni az adott szitunak. Ha ügyesen szervezkedünk, nem kell hirtelen nagyot ugranunk, netán futni esetenként, mert ugye nem is tudunk. Nem kell megriadni, kapkodni, sebeket foltozni, könnyeket felszárí-

tani. Inkább az együtt nevetés dominálhat.

A nagyszülők igen könnyen felfedezhetik a "tutit", a megoldást. Még mindig mi vagyunk a felnőttek alapon. Ha az unokák betekintést „engedélyeznek” a különféle kutyuk világába: úgy, mint okostelefon, ipád, iphone, laptop, tablet, akkor ügyesen beletanulhatunk a modern eszközök használatába. A legifjabb generáció szinte már születése pillanatában képes ezeket kezelni. Szerencsének mondható a „gomb-nyomogatók” világa. Másrészt ezek az eszközök „villanypásztor” módjára védik is a Kicsinyeket. Mindeközben a jószágos Ősök vígan, süthetnek, főzhetnek, kertészkedhetnek itt a Hegyi viszonylatban például. Sőt megtaníthatják, - ápolva a hagyományokat, az esetleges gyermeki érdeklődőket, a növények ápolására.

Ha szünet mutatkozna, vagy „megunás” a kutyuk kezelésében, még mindig előhozakodhatunk ifjúságunk hajnalán oly népszerű sakk, dominó, „marokkó”, „csapd le csacsi” kártyajáték, bábozás ötleteivel. Megvitathatjuk az Egyszeregy világát, gyakorolhatjuk a felolvasást, bemutatva egy-egy érdekes könyvünket.

Jókat lehet beszélgetni. Mókás helyzetek adódhatnak közben, amikor például az egyik alsó tagozatos megkérdezte a bakelit

lemezgyűjteményüket szemrevételezve: mondd nagymama nektek mire való az a sok nagy-CD? És így tovább ...

Olyan csend lesz és nyugalom, hogy a folyton csend után óhajtozó szomszéd hiába is füllel, netán vágya is egy kis csendháborításra. Most vajon mi lehet velünk? - így morfondírozgathat ... így aztán, ha jól működik a „villanypásztor” napközben, majd „az este van, este van: ki-ki nyugalomba” elmondhatjuk, „egyben” tudtuk visszaadni a csemetéket az otthon, édes otthon melegébe, a hazatért szülői hadaknak. Otthonaikban aztán a kedves szüleik felügyelete mellett, az eleven unokák szabadon fáramászhatnak, görkorizhatnak az utcán, focizhatnak ugyanott, jöhetnek-mehetnek a teljeskörű szülői felelősség mellett.

Az öröm pedig kettős. Elláttuk a szívesen vállalt feladatokat, mégis „így jön majd napra nap, a nagyszülő lábra kap”. Mindenesetre köszöntsük a „villanypásztor” megtalálóját. És azokat is, akiknek megfelelő a fenti gondolat-sor, és örömmel csatlakoznak, mert hasonló helyzetben éltek meg mindezeket. Ugyanakkor felgyorsult világunk eszközei már kicsi kortól segíthetnek a jövő ügyes adatközléseiben.

Ez is nyilvánvaló.

W. Grass

Brezovits László

Kutyaszemek

Kristályvizű tóba nézve
Felsejlik a tiszta mély
Ám a felszín égi tükrén
Ott ragyog a messzeség

Vissza-visszatérő álmom
Öreg társam, bű barátom
S emlékezni segítenek
Éjben fénylő kutyaszemek

Eljött a perc, mennie kellett
Már csak végső búcsúra tellet
Pillangó vitte lebeletét
S reám emelte tekintetét

Miért szomorkodsz kedves
gazdám?

Múltik a rút fájdalom
Miért nem szólsz, csak ölelsz
némán
Miért folyik könny arcodon?

Mindent megért, választ nem
vár

Elindult az úton már
Visszapillant, még vigasztal
Az égre nyíló szemsugár

Nem is vádlón, nem is kérve
Nem is fájón, nem is félve
Mintha csak a múltba nézne
Minden órát felidézve...

Kutyaszemek, kutyaszemek
Égre nyíló kutyaszemek
Szívet tépő, mélyen érző
Éjben fénylő kutyaszemek

Az emberarckép dicsérete

Lepsényi Piroska, Pinxit: ELLINIDHA festőművész kiállítása a Táborhegyi Népházban.
Megnyitó 2014 december 12-én, pénteken, 18.30-kor

Önarckép**Cím nélkül Prinx Ellinidha**

Gorgoros Olympus hegyén születtem – földi életem 60 – éve előtt Euros délkeleti szele sodort Magyarországra, ahol az újpesti Könyves Kálmán Gimnázium ígéthető magyar tanárától gyönyörű szép gondolatokat tanultam. A Filmművészeti Főiskolától is kaptam útravalót. A 20-as évek végén „kitámolyogtam” Kanadába – visszarepültem Európába, Amsterdamban élek. Minden nap visszavágyok.

Festményeim, rajzaim hordoztak – vittek egész életemben Amsterdam 1970-1980-2009-2014.

Néhány gondolat festményeimről, cím nélkül kerültek – kerülnek a kiállításra:

A figurák – fények – árnyékok – színek – vonalak a szép emberarcok az istennők moirák végtelen időt gombolyító gubancaiból születnek...

- Budapest fényeiben Józsa Attila okos szép szemével találkozom...

- Párizs zajos kiskocsmájában François Villon boldog - balga társaival borozgatok...

- London útjain Samuel Beckett magányából született Pozzo and Estragon urak szellel-bélelt árnyékként suhannak...

- Parkokban üldögélek: az istenek földjén Görögországban egészen otthon érzem magam... Zeus fia Tantalos hajnalonként a tenger hullámain halászik - de



hétvégeken feszes farmernadrágban lányokra vadászik.

- Lilly fehérben álmodozik - purple petunium asszonyleány kávéház teraszán libben ... Iris - Demeter istenasszonyai ... fürkésző szemük ... „fogaidon a tündér nevetés ...” messze tekint.

Ennyit a címek és nevek nélkü-

li teremtményeimről. Rajzok, festek magam örömeire. De boldog vagyok, ha néhány embertársam elviszi - elveszi - megőrzi mindazt ami önmagában fontos ...

Pax vobis pax vobiscum
Köszönettel:

Ellinidha

Sportos élet a hegyen és a hegy lábánál

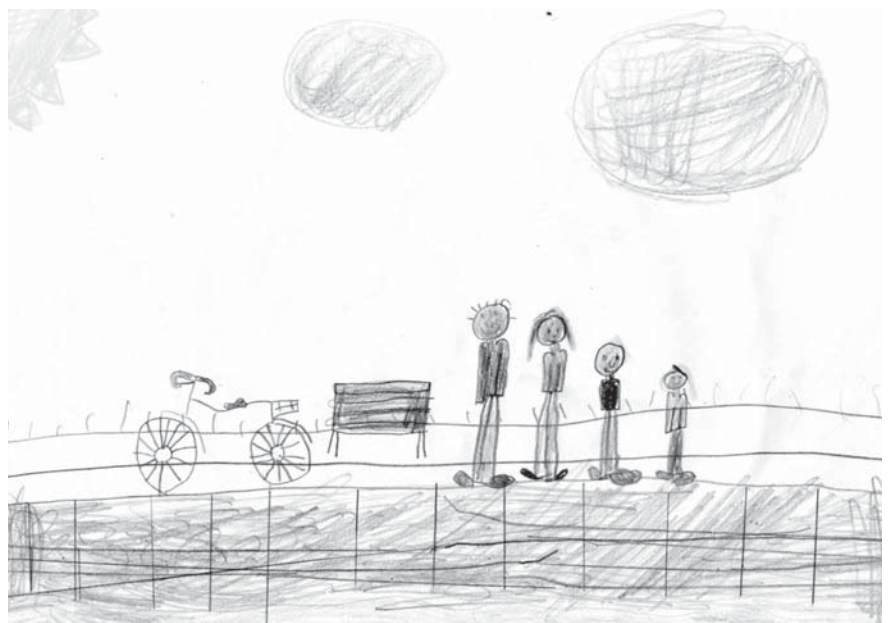
Nemrég volt, hogy láttam a 137-es buszra felszállni egy kedves munkatársamat, Zsuzsát, aki két kisgyermeket kísért. Eddig nem is tudtam, hogy hegylakótársak vagyunk.

Pár nap múlva újra találkoztam Zsuzsival. Beszélgettünk és megkérdeztem tőle, hogy telt a hétvégéjük, mire ő egy rajzzal válaszolt. Kisleánykája rajzolta.

A kis művésznőt Hátori Zarának hívják, első osztályos kisdidiák és az Erdőalja úton lakik. A rajz nagyon kedves nekem. Azt mutatja, hogy a Hátori család kirándul - ahogy Zsuzsi mondja. Gyakran mennek, mert fontos nekik, hogy együtt legyenek a szabadban. Ilyenkor viszik a bicót, így az is szereplője lett a képnek.

Lehet, hogy más hegylakó gyerek is tud így rajzolni?

Orebóvszky Vali



25 éves az Óhegy Egyesület

Megtelt a nagyterem. Jó érzés volt látni, hogy milyen sok társunknak fontos az Óhegy Egyesület. Alapító tagok, egykori elnökök, szorgos tagok és szimpatizánsok gyűltek össze. Jelen voltak területi képviselőink, Rácz Andrea, ifj. Stollmayer Ákos és Farkas Balázs, és különös megtisztelés, hogy országgyűlési képviselőnk, Varga Mihály miniszter úr is végig figyelemmel kísérte az ünnepséget.

Pál Szilveszter fiatal hegyi művész gitáron, klasszikus zenével köszöntötte a vendégeket, majd Raffinger Éva Müller Péter jóskönyvéből, a Tung Zsen-ből azon idézett gondolatokkal nyitotta meg az ünnepélyt, melyek leginkább közel állnak egyesületünk szemléiségéhez.

„Sokféle emberi közösség van: nép, család, közös vállalkozás, sereg, párt, vallás, város, egyesület, stb. Az állati csordát összetartja az ösztön, de az emberek közösségét csakis a Szellem, s ha ez nincsen, akkor az egész önmagától széthullik, feldúlja a gátlástalan önzés.

Az az „emberi közösség”, amelyről itt szó van, túl van minden csoportérdeken. Az, hogy az emberek szabadon találkoznak, azt jelenti, hogy itt sem érdekek, sem előítéletek, sem világnézetek, sem vallásos hovatartozások nem játszanak szerepet. Amit fel kell ismernünk, az az, hogy itt sorsközösségről van szó.”

Kedves szórakoztató példa volt minderre az épen 10. születésnapját ülő Alerton klub tánca. Nyolc hölgy, egyesületünk tagjai, szomszédaink, édesanyák közössége, kik lendületes táncaikkal szórakoztatják rendezvényeink látogatóit, és mint mindig, most is hatalmas sikerrel. E közösségnek, és egyesületünk más célokkal alakult kis közösségeinek alapjait, alapítóink 25 évvel ezelőtt tették le. És most néhány idézet elődeinktől, elődeinkről.

Ács Ferenc, alapító elnök jegyzeteiből idézünk:

„Őszi délutánonként, ha összejöttünk egy kis beszélgetésre, kártyázásra, sakkozásra a „Mi Házunkba” egyre erősebbé vált bennünk az aggodalom, mi lesz, kié lesz a Ház? Abban az időben – 60-as években a hegyvidék lakóinak jelentős fizikai munkájával felépült ház – az MSZMP alapszervezete birtokolta. A

pártvagon államosításával kapcsolatban meg volt a veszélye, hogy a hegyvidékiektől idegen szervezet, gazdasági társaság vagy valamelyik párt megszerzi saját céljára, ezzel kizárva a hegyvidéklakosságát. Megtörtént, amitől féltünk a TRIÓ szövetkezet bérbe vette az épületet. Gyorsan kellett lépniünk. 1989. november 30-án tizenhelen elhatároztuk és megalakult „Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete”. Elnöknek, Ács Ferencet, ügyvezetőnek Raffinger Andrásné-t, pénztárosnak Józsa Istvánt, számvizsgáló bizottság elnökének Sáringner Kálmáné-t, tagjainak dr. Borzsák Benőt és Gulyás Gézá-t választották az alapító tagok.

A neheze ez után jött, meg kellett szerezni a Ház bérleti jogát. 1990. január 9-én 256 hegyvidéki lakos aláírásával adtuk be kérvényünket a Budapest Főváros Tanácsához a bérleti jog megszerzése érdekében, melyet megkaptunk és ettől kezdve „NÉPHÁZ” lett, ezzel is jelezve a hegyvidék lakosságának, hogy mindenkit várunk a házba.

A 60-as években épült ház jelentős felújításra, karbantartásra szorult, melyet az Egyesület saját erejéből nem tudott elvégezni, ezért a III. kerületi Tanácstól kértünk anyagi segítséget a kulturált körülmények megteremtéséhez. Sajnos csak a legszükségesebbeket sikerült elvégezni, részben saját erőből. Ezek után kerestük a lehetőségeket a házban minél több rendezvény tartására, melyek hozzásegítettek az Egyesületet a ház állagának javítására. Az alakulástól eltelt másfél év tulajdonképpen a megmaradás, a ház közüzemi számláinak kifizetésével, a villanybálózati, vízvezeték, fűtőberendezések működőképességének megőrzésével, az állagmegóvással és a továbbra is a ház bérleti jogának a megtartásáért folytatott küzdelemmel telt el, fűszerezve néhány sikeres rendezvénnyel. 1991-ben aztán a közgyűlés Ort Jánost választotta elnöknek.”

Ort János jegyzeteiből:

„Legfontosabb feladatunknak a ház használatának biztosítását láttuk. Már nem emlékszem, hány alkalommal jártunk eredménytelenül, az Önkormányzat

különböző rendű és rangú vezetőinél. Egy alkalommal Raffi Éva, édesanyjának Raffinger Irénkének a lemezszekrényből egy régi füzetet balászott elő. A füzet a Párt és Kultúrház – mert annak épült – építéskor a hegylakók által végzett társadalmi munka dátumait és óraszámait tartalmazta. Nagy kincsnek bizonyult. Következő látogatásunkkor alpolgármester úrral közöltük, hogy mindazok, akik a Házban építették a Hegynek, ugyanannyi téglát fognak elbontani, mint amennyit társadalmi munkájukkal beépítettek, ha elveszik tőlünk munkájukat. „Harcos” fellépésünk meglepetést keltett. Biztos vagyok benne, ez is hozzájárult ahhoz, hogy nem sokkal később megkötöttük az első használati megállapodást.”

Idézet Szász Kálmánnak Piroch Zsuzsával készült riportjából:

„...A „ház”-at egy darabig vitte a „lendület” – a helyi Vöröskereszt működött benne, és állandó bérlejeként jegyezhetette a Kincses Házat, hátrányos helyzetű gyerekek foglalkoztatóját is –, de lassan ki kellett alakítani a saját, újkori arculatát, és ebben lett kulcsszerepe Zsuzsának a kilencvenes évek közepén, amikor is megválasztották elnöknek.

Zsuzsa közismertsége (az Erdőalja úti iskola tanára volt sokáig), jó szervezőkészsége, és a lényéből sugárzó empátia ragyogó vezetői gárdát vonzott maga köré, akikkel együtt elindították és felvirágoztatták a ma is működő közprogramokat (ökör-sütés, ki-mit-tud, Dezsővágások stb.).

1995-ben, Óhegy-Hírek címmel létrehozták a folyamatosan megújulni képes folyóiratot, a hegyvidék harsonáját, melynek első főszerkesztője Szél Anna volt. A lap azóta az egyesület életének állandó katalizátorként működik, és nagyon sokat segít a hegyvidékiek köz- (és néha még a magán-) problémáinak megoldásában is.”

A feladatokat Gajzágó Marcella folytatta. Eleinte az egyesület gazdasági ügyeit intézte, majd később elnökként Budai Annával, Lakner Kátival, Pirchala Elvirával, szinte megelevenítette az egyesület életét. Akkortájt indult a Teleház, ahol először találkozhattak a hegyiek számítógéppel, internettel, a Zöld Szamár

Színkör, a Mikka-makka játszóház, de programjaikat leginkább családoknak, a gyerekeknek szervezték.

Marcellát Rajnák Laci követte. Ideje alatt kapcsolatok jöttek létre vállalkozókkal, akik segítettek a ház fenntartását. Működése alatt erős vezetőség alakult, akik mind a mai napig kitanak az egyesület mellett.

Mikor átvettem tőle a tisztelet, egyszerű feladatom volt. Folytatni kellett elődeink által indított programokat. Benyó Dóri Óhegy-napok három napos rendezvénye azóta már hagyománnyá vált. Raffi Éva Alerton klubja ma is életerős. Varga Béla a szüretes és borversenyek szervezője, Vinciczai Sanyival. Új kezdeményezés az évenkénti autóbusz kirándulások szervezése Kis Kátival. A vezetőség más tagjai, a Mikulást szervező Várkonyi Bea, Etelközi Péter, Koppány Viki, a mindig tetterre kész Sáringner Erzsi, vagy a gazdasági ügyeket biztonsággal és hatalmas munkával kezelő Novathné Ildi, ők mindenben aktívan részt vesznek. Új kezdeményezés a műemlékeink feletti örökösök is, a Jablonka park, Szt. Donát kápolna és a Kiscelli Keresztút, a Szt. Vér kápolna felújítása, amelyben a résztvevők és támogatók köre felülmúlja az egyesület létszámát. Vagy például az erőnk próbára tevő jótékonysági koncertek szervezése, számos segítőnk munkájával, hegyi szomszédaink támogatásával. Munkánkat Mónos Ibolya, Prazsák Magdi, Sugár Gyuri felügyeli, miközben a rendezvényeken folyamatosan dolgoznak.

És hány nevet nem is említettem. Az elmúlt évtizedek kitartó munkájának köszönhetjük, hogy egyesületünknek 2013-ban az Önkormányzat átadta az „Év civil szervezete” díjat.

Mindezek jól bizonyítják az ünnepség elején Raffi által idézett gondolatokat:

„A sorsfeladatokat másokkal együtt kell megoldani. Össze kell jönnünk egymással. Harmonikusan. Ha ez sikerül, erőnk összegződik, s a legmerészebb vállalkozásunk is eredményes lesz.”

Vagy ahogy az egyesület jel-szava mondja:

„Egynek minden nebéz, sokaknak semmi nem lehetetlen.”

Felcsuti László



Alerton klub lendületes táncával köszöntötte a megjelenteket. Pál Szilveszter színvonalas gitárszólójával gazdagította az estet. Raffinger Éva a szülinap báziasszonya



Szülinapi torta az Egyesület címerével, Novath Lala ajándék tortája, Prazsák Magdi, Rácz Andrea, megtisztelt Varga Mibály miniszter úr országgyűlési képviselőnk, Kádár Eszter



Ács Ferenc alapító elnök, Pirchala István, Iglódi István, Babiczky Laci, Kun Tibi, Varga Béhus, Várkonyi Bea, Kádár Péter, Harkai Csaba, Novath Laci, Holup Jani



Óhegy legjobb szakácsa Szécsi Tóni, Mónus Ibolya, Sáringner Erzsi és Kálmán, Etelközi Péter és leánya Laura, Simkó Rózsa alapító, Babiczky Tamás, Kiss Kati, Piroch Zsuzsa alapító



Az 1989-ben alakult Óhegy Egyesület 25. szülinapját ünnepelte. Ez alkalomból megjelentek az Egyesület tagjai, területi képviselőink, szimpatizánsaink.

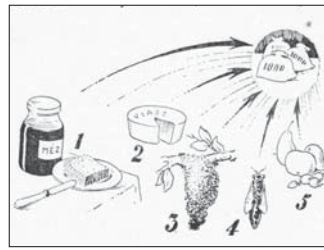
Ismerjük fel és óvjuk természeti kincseinket!

A méz, a viasz, a propolisz a méhek termékei. A **háziméh** a legkisebb háziállatunk, amelyek családjában élnek. A több ezer munkásméh gondozza az ivadékokat - amelyekből csökevényes ivarszervű nőtények lesznek -, a heréket (hímeket) és az anyát. Az „anyát” méhpempővel táplálják, ami a dolgozók speciális mirigyváladéka kevés mézzel keverve. A **propolisz** méhszurokból készült immunerősítő tinktúra. A méhszurok egy ragacsos, enyves anyag, amit a méhek a kaptár réseinek betömésére, kórokozók elleni védekezésre használnak. A **viaszból** készítik a lépet, amit a viaszmirigyükből préselnek ki. Ezekbe rakja az anya a petéket, a dolgozók a mézet és a virágpórt. Régen a gyertyákat ebből a viaszból készítették. A legnagyobb mennyiséget és hasznat a méz hozza a méhészeknek. Homérosz szerint a méz az istenek eledele. A *méz napja* május elseje. Ekkor a Mezőgazdasági Múzeum előterében a méhészek különböző mézeket árulnak. Az akácméz és a

vegyes virágméz adja a legnagyobb mennyiséget, de különleges mézeket is termelnek: repce, napraforgó, levendula, kakukkfű, stb. A két utóbbi drága gyógyméz. Minden nektárt termelő növényről gyűjtenek a méhek, így igen jelentős hasznat hajtanak a megporzással. A méz a virágok nektárjából és a nyálmirigyük váladékából készül, a virágpórt a lábukon lévő kis „kosárkába” gyűjtik. Különleges „táncukkal” tudósítják társaikat, hogy hol találhatnak megfelelő méhlegelőt.

A méz különleges jelentőségű táplálékunk, az íze mellett gyógyhatású is. A téli időszak mézes hársfa teája gyógyító hatású! Sajnos a pollen érzékenyek ezt inkább ne fogyasszák!

A méz összetételét pontosan nem lehet meghatározni, mert befolyásolja a növény, a talaj, a kezelése, stb., akár a borét. Legnagyobb része cukor: gyümölcscukor, szőlőcukor (a méz kristályosodásában döntő). Vízből a szabvány 18%-ot enged meg. Változó mennyiségű ásványi anyag, fehérje, almasav, citromsav,



a vitaminok közül pedig kevés C és B vitaminok találhatóak benne. A legrégebbi múmiák sírjaiban talált lépes méz 3000 évesnél is öregebb, ez kemény, barnásfekete színű lett. Állás közben sötétednek! A méregmirigyük váladéka az arra érzékenyekre végzetes hatású lehet. A méhészek a szurkálás ellen különleges „öltözetet” viselnek. A méreganyagát reumás panaszokra használják. A gyöngyösi Mátra Múzeumban egy üveg méhkaptár található, ahol élőben látható egy működő méhcsalád.

Mézeskalács:

1 ½ kg liszt, 75 dkg méz, 45 dkg cukor, 5 db tojássárgája, 1 db egész tojás, 3 dkg szalalkáli, 1 ½ kanál

tejben feloldott szódaikarbóna, 3-6 evőkanál sárgabaracklekvár, 1 ½ dkg őrölt szegfűszeg, fahéj, szerecsendióvirág, ánizs, 1 citrom reszelt héja, 25 dkg margarin.

Mindent összedolgozzuk, kinyújtva a különböző formákat kiszaggatjuk és gáztepsibe, sütőpapírra rakjuk.

Fehér máz a díszítéshez: 15 dkg porcukor, 1 tojás fehérje, 3 dkg őrölt, szitált rizsliszt.

Lassan keverjük, hogy buborékos ne legyen. A feldíszített süteményeket lassú tűzön megsütjük.

Mézes püspökkenyér:

2 egész tojás, 2 evőkanál cukor, 20 dkg méz, 20 dkg rétesliszt, őrölt fahéj, őrölt szegfűszeg ízlés szerint, 2 késhegynyi szódaikarbóna.

Az egészet kikeverjük és kivajazott formába 35 percig közepes lángon sütjük. A gyümölcsök tesztelés szerint apróra vágva kerülnek bele még a sütés előtt. Langyosan kiborítjuk, alufóliában a hűtőben 3 hétig is eláll.

Kellemes ünnepeket kívánok:

Stollmayer Ákosné

Harkályok házrongálása

2009 nyaratól érkeznek bejelentések a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesülethez azzal kapcsolatban, hogy harkályok lyukakat vájnak épületek szigetelésébe. A madarak hatékony riasztása a gyakran több száz négyzetméteres vagy ennél is nagyobb falfelületekről nem megoldható, biztos megoldást harkályálló építési technológiák alkalmazása jelentene.

A harkályrongálások alapvetően a habosított polisztirolmezeikkel (hétköznapi nevén "hungarocell" vagy "nikecell") szigetelt és vakolatburkolattal fedett épületeket érinti.

Harkály falrongálások nem csak külterületi, erdőségekkel határos zöldövezetekben történnek, melyek kapcsán kijelenthető, hogy az ember benyomul a madarak természetes élőhelyére, hanem belvárosi területeken is. Különösen ősszel, amikor elsősorban az egyébként nem vonuló harkályok az évi fiataljai nagyobb területeket beköborolva bárhol feltűnhetnek, ahol (szó szerint) legalább néhány fa van.

A harkályok távoltartására jelenleg nem áll rendelkezésre olyan hatékony riasztóeszköz vagy riasztási módszer, ami biztos

és hosszú távú megoldást jelentene, BÁRHOL (kül- és belterületen egyaránt), bármekkora felületen (többszintes épületeken, toronyházakon is) alkalmazható lenne, és ilyen előreláthatóan a közeljövőben sem várható.

Ráadásul a természet védelméről szóló 1996. évi LIII. törvény (Tvt.) rendelkezése alapján a védett állatok riasztása zöldhatóság-engedély-köteles. Mivel a Magyarországon élő nyolc odúkészítő fakopáncs-, harkály- és küllőfaj mindegyike védett, és ezek közül hét faj lakott területeken is gyakori vagy előfordul, a törvényi rendelkezés a falrongálási probléma kezelésére is kiterjed, ami így a technikai nehézségek mellett bürokratikus kötelezettségekkel is terhelt.

A falrongálások kétféleképpen jelentkeznek:

- a több éve zajló országos szigetelési programnak köszönhetően egyre több épület kap ilyen burkolatot, amivel párhuzamosan folyamatosan nő az új falrongálási esetek száma;

- a már megrongált épületek javítása az esetek jelentős százalékában nem hoz tartós eredményt, mert a madarak nagyon nagy gyakorisággal visszatérnek a fa-

lakra, ahol elsőként gyakran a betömött lyukakat pucolják ki, majd újak készítésébe kezdenek.

Mai tudásunk szerint biztos megoldást az jelentene, ha a szigetelőréteget fedő burkolat harkályálló lenne. Ennek két alternatívája, ha:

- ez a réteg olyan sima (anyagában nem porózus, rés- és fugamentes) és markolásbiztosan kemény a sarkokon is, amin a tűhegyes karmú, elképesztő szorítóerejű harkályok sem tudnak megkapaszkodni, így esélyük sincs kárt okozni;

- a szigetelést fedő, a harkályoknak egyébként kapaszkodófelületet jelentő felület olyan vastag és erős, hogy azt a madarak nem tudják megbontani a hajlatokban és a sarkokon sem.

A harkályok nem tudnak megkapaszkodni és lyukakat vájni síküvegen, sima és függőleges fém-, csiszolt műkö- és márványfelületen, ugyanakkor gond nélkül megmásszák és jelzőhangadásra rendszeresen használják (tehát csőrscsapásokkal "tesztelik") a beton- és a rozsdás fémoszlopokat, festett deszkafelületeket.

*Orbán Zoltán
Magyar Madártani és
Természetvédelmi Egyesület*

Miért fontos az etetés folyamatossága?

A madarak gyorsan megszokják és számítanak az etetőhelyek táplálékkínálata, évről-évre akár messziről is visszatérnek a stabil etetők közelébe telelni, ezért ha váratlanul abbahagyjuk az eleség pótlását, rengeteg madarat hozhatunk nehéz helyzetbe. Az etetőre járó kistestű, gyakran alig 4,5 - 10 gramm (!) körüli testtömegű madarak számára -10 Celsius alatti hőmérsékleten a túlélés gyakran arról szól, tartalékaik csak arra elegendőek, hogy át tudják vészelni a fagyos éjszakát. Ha másnap nem tudnak elegendő táplálékot az alig 5-6 órányi nappali periódusban, például azért, mert nem töltöttük fel az etetőt, könnyen elpusztulhatnak a következő hideg éjszakán.

*Orbán Zoltán
Magyar Madártani és
Természetvédelmi Egyesület*



Marossy Ilona

Kedvenc évszakom

Zsong fülemben egy dallam
Madár énekelte balkan
Kis tündér subant fák között
A természet zöldbe öltözött

Ő volt a tavasz tündére
Táncolva röppent az őszbe
Ébreszteni Ősz apókat
Készek már a színes rubák

Ősz apóka tüsténkedett
Mindent színbe öltöztetett
Csodás látvány tárult felénk
Piros sárga szivárványként

Hűvösödnek a bajnalok
Ködösödnek az éjszakák
De a nap reggel felragyog
Mindenkire rámosolyog

Szellő söpör hegyek alján
Fütyörészik, majd odébb áll
Őszi szél nótáját fújja
Bekukkant minden kis lyukba

Lebullnak a levelek
Pörögve a földre érnek
Zizegnek még egyet, kettőt
És az ősz befejeződött.

Lelki Egészség- őrző Klub

a Táborhegyi Népházban

**minden páros héten,
kedden, 19.00 órától**

A klubban ismeretterjesztő előadások mellett a résztvevők választ kaphatnak kérdéseikre, megoszthatják véleményüket.

A klubot vezeti:

Iszlay Zsuzsa
life coach.

A részvétel ingyenes

Varga Mihály miniszter,
országgyűlési képviselő
megbízásából

Dr. Kővári Béla ügyvéd
ingyenes jogsegélyt tart
a Táborhegyi Népházban
minden hónap második
csütörtökén 18-20 óráig.
2014. december 11-én,
és 2015. január 8-án.

Bejelentkezés nem szükséges.

További információ
a 20-200 0017 telefonszámon

A kis tulipánok története

Volt egyszer egy csöpp kislány, aki nagyon szerette a virágokat. Egy napon hallotta, ahogy a felnőttek arról beszélnek, a tavaszi fagyokban a már kinyílt virágok el fognak pusztulni. Tiszta szívében rögtön megszületett a jó szándékú elhatározás, segít a sok színes, kedves tulipánnak. Kiment a kertbe, levágta a virágfejeket és kötényébe gyűjtve bevitte őket a meleg szobába, hogy átvészeljék a hideg éjszakát.

A szobába lépve édesapja meglátta, mi van a kislánya kötényében. Elítélő-lenéző tekintettel és hangsúlylallyal ezt mondta:

- Milyen buta vagy kislányom! – aztán már ment is tovább, felnőtt dolgait intézni.

Az évek eltelték, a kislány felnőtt és a mindennapi életben kellett helytállnia. De rendre azt érezte, hogy felesleges megpályázni a vágyott munkahelyet, mert nem lesz képes jól végezni a munkáját, nem érdemes jelentkezni továbbtanulásra, mert nem fogja tudni letenni a vizsgákat...

A mese kliensem valós története, akivel munkával kapcsolatos félelmeinek feloldásán dolgoztunk, mikor eszébe jutott a történet.

Sokan tudnának hasonló mesét írni életükből, mert a szülői házból hozott értékítéletek beépültek saját magunkról alkotott énképünkbe, láthatatlan fallal körülvéve minket. Nehéz felismerni ezeket, hiszen nem úgy gondolunk ezekre, mint a kívülről kapott és visszautasítható értékítéletekre, hanem sajátunknak tekintjük őket. S mivel saját magunkról alkotott képünkhöz természetesen odatartozónak érezzük, nehezen hisszük el, hogy lehet és érdemes ezeket a falakat önismereti módszerekkel lebontani és változtatni.

A szavak mágikus erejűek, vigyázni kell mit, és hogyan mondunk. Az egészségesen magabiztos énkép

kialakulásához és megtartásához a támogató szavak, gesztusok az alapot nyújtják. Nem kell mindig sikeresnek, tökéletesnek lenni, a nehézségeken való túljutás tudományát kell megtanítani gyermekeinek és felnőtt korunkban saját magunknak.

Szülőként a felelősség hatalmas, hiszen a gyermeki szeretet minden szót teljességgel beépít lelkébe. Érdemes megfigyelnünk saját beszédünket, milyen kifejezéseket használunk? Tudjuk-e az akadályokra, nehézségekre úgy figyelmeztetni a gyermeket, hogy az számára mégis bátorító tartalmat hordozzon? Hogy mire is gondolok? Például, amikor a csöppség még éppen csak totyog, mindenki óvja az eleséstől, miközben ez a járás megtanulásának módja, saját ügyességének erőpróbája. A negatív tartalom így hangzik: „Ne menj oda, mert elesel!”... és hogyan lehet ezt mondani úgy, hogy a gyermek higgven ügyességében? Valahogy így: „Ügyesen lépd át, sikerülni fog...” A pozitív tartalmú mondatok egész életében visszhangzani fognak, hinni fog önmagában.

És amikor már nem a szülő mondja, hanem mi felnőttek, saját magunk monológiát hallgatjuk, vajon hogyan gondolkodunk saját magunkról? Milyen szavakkal meséljük el a velünk történeteket? Nehezebb életszakaszokban sokszor sajnáljuk, sajnáltatjuk magunkat, miközben a panaszkodás negatív szavai éppen a talpra állás akadályát építik. Ezért csak bátorítani tudok mindenki, figyelje meg beszédét, gondolkodását - és ha túl sok negatív kifejezést talál, dobja el azokat, cserélje olyan pozitív mondatokra, amely önbizalmat és erőt adnak.

Mert a szavak mágikus erejűek.

Iszlay Zsuzsa coach
www.amygdalacoaching.hu

Szeretem az ünnepeket!

Szeretem a Mikulást és a Karácsonyt, és minden olyan alkalmat, ami egy rövid megállásra, szeretteinkkel való törődésre készít. Ilyenkor biztosan szánunk időt egymásra, és – optimális esetben – ennek mindannyian örülünk.

Már az ünnepi készülődés is „hangulatba hozhat” bennünket, megfelelő keretet biztosít lelkünknek a ráhangolódásra. Természetesen ez a keret nem egyenlő az üzletközpontokban már ősz végén fellelhető, csili-vili ajándékok tömegével, vagy az erőn felüli vásárlással.

Ahol felnőttekből áll a családi kör, egy aprócska mikulás, vagy egy kisebb, jelképes meglepi a karácsonyfa alatt, csalhatatlan jele szeretetünknek. Ha energiát fektetünk abba, hogy megtaláljuk a legjobb/legszebb apróságot, vagy ha magunk készítjük az ajándékot, biztosan sikerünk lesz vele. A szeretet-energia mindig működik, és a hangsúly biztosan áthelyeződik a „mindenható” pénz gondolatától az adás és elfogadni tudás örömeire.

Kisgyermekes családoknál ez a történet további színekkel gyarapodik. A legkisebbek őszinte öröme, csodavarása minket is újra visszaröpít elfeledett gyerekkorunkba. Szerencsére, ha ők birtokba vesznek egy játékot/ajándékot, a legkevésbé sem befolyásolja értékítéletüket az árcédulán feltüntetett összeg. Nyilvánvalóan nem az a legjobb játék, aminek legmagasabb az ára. Szerencsére ők még ösztönösen tudják, hogy a valódi értékeket nem pénzben mérik.

A készülődés izgalma is felfokozódik, ha egy kisember téblábol körülöttünk és nagy figyelemmel, érdeklődéssel éli át ezeket a napokat. Ha a szülők/nagyszülők ideje ezeket, az ajándékkészítés öröme, a sikerélmény megélése, már önmagában is ajándék a felnőtteknek a gyerekek világából.

A kamaszoknál már változatosabb a kép, őket esetleg megfertőzte a körülöttünk lévő valóság értékrendje. Közhelyes, de igaz – a példamutatás a leghatékonyabb eszköz. Ha a családban az egymással való törődés a legfőbb értékmérő, utódaink is jó irányba terelődnek. Ha apróságaink úgy nőnek bele a kamaszokba, hogy látták, ismerik az ideális helyzetet, biztosan rövidebben kell magyarázni a külvilág – időnként eltérő - mércéjét.

Mai korunk valójában nem kedvez a szeretteinkkel való zavartalan együttlétnek. Ha azonban nagyon tudatosan megteremtjük a körülményeket, ha időt szakítunk mindenre a megfelelő ütemben, ha az ünnepet valamelyest függetleníteni tudjuk az anyagiaktól, akkor az igazi ajándék felé máris jó irányba haladunk. Ehhez a tudatosság mégis kevés. Az a Tudás kell hozzá, ami mindnyájunkban él, de néhányan mélyen elrejtik: a szeretet. Ha ezt naponta megéljük, rendszeresen adunk belőle másoknak is, már nincs is szükség további iránymutatásra.

„Jól csak a szívével lát az ember. Ami igazán lényeges, az a szemnek láthatatlan”

Idézet: Antoine de Saint-Exupéry

Mikóné Ormos Márta

A magyar nyelv napja

Nagy népszerűségnek örvend a hagyományosan tartott anyanyelvi vetélkedőnk, amelyet a magyar nyelv napja alkalmából szervezünk meg novemberben. A felsősök előre készültek, korosztály szempontjából vegyes csapatokat szerveznek meg. Idén heten-heten alkottak egy-egy csapatot. Hat kooperatív alapú feladatot kellett megoldania a szinkóddal megkülönböztetett öt csapatnak. Felváltva összesen hat, hol szóbeli, hol írásbeli feladatot kaptak. A helyszínen javítottuk és értékeltük a Farkasvölgyi Judit néni és Szánáné Misuth Zsuzsanna néni által válogatott kihívások megoldásait. Az első helyen kialakult holtversenyen az sem változtatott, hogy a szétlövéshez előre meghatározott, majd újlag felvett szempontok szerint is áttekintettük a feladatok eredményeit. Nem volt mit tennie a valóban nehéz helyzetben lévő zsűrinek - két első helyezettet kellett megneveznünk.

Örömmel tettük ezt, hiszen a világban beszélt 6000-7000 ezer nyelv (és kb. 20000 dialektus) közül nem minden nyelvnek van méltó ünnepe, de van néhány nagy nyelvnek:

Az angol nyelv napja április 23. – William Shakespeare halála napja.

Az arab nyelv napja december



18. – ezen a napon vált az ENSZ hivatalos nyelvévé 1973-ban.

A francia nyelv napja március 20. – a Frankofónia Nemzetközi Szervezet megalakulása 1970.

A kínai nyelv napja április 20. – Cangjie emléknapja, ő alkotta meg a kínai írásjeleket.

A magyar nyelv napja november 13. – a magyar e napon lett a hivatalos élet és a politika nyelve 1844-ben.

Az orosz nyelv napja június 6. – Puskin születése napja.

A spanyol nyelv napja október 12. – Kolumbusz Kristóf e napon lépett Amerika földjére.

Az országgyűlés 1790 óta törekedett a magyar nyelv hivatalossá

tételére országunkban, de V. Ferdinánd ötven négy évvel később írta alá a törvényt. Az országgyűlés és a törvényalkotás, a hivatali ügyintézés és az ország határain belül az iskolai oktatás nyelve egy csapásra, kizárólagosan a magyar lett, míg a kapcsolt részekben a középiskoláktól felfelé kötelező tantárgyként tanították. Hat éves moratóriumot állapítottak meg (csak) a horvátországi követek számára, akik tehát néhány év felmentést kaptak a magyar nyelv szigorú használata alól.

A reformkor egyik legnagyobb győzelmének tarthatjuk e törvény létrejöttét. Különösen, ha figyelembe vesszük, hogy a magyar

nyelv átalakításának vitája párhuzamosan folyt a politikai törvénykezések vitájával, és amely, azóta is tart.

A magyar nyelv a világon beszélt körülbelül 20. legnagyobb nyelv, 9 dialektusát ismerjük, és értjük. A világ négy legbonyolultabb (kínai, japán, arab, magyar) nyelve között tartják számon ragozási rendszere és az ezektől eltérő rengeteg kivétel miatt. Őrizzük, óvjuk, szeressük, használjuk! – még szükségünk van és lehet rá. Állítólag megtanulni nehéz, 15 millióan mégis beszélik. Anyanyelvüként, anyanyelvünként.

Kádár Eszter

Megújult az iskola sportpályája

Az Erdőaljja iskola hegyoldalra épült, ennek minden előnyével és hátrányával együtt: jó a levegő, csodás a kilátás, családias a légkör, de sajnos a természet ereje is jobban megviseli az iskola udvarait a lezúduló csapadékvíz formájában, mint lent a „síkon”. Ennek az erőnek a hatására a felső udvari salakos sportpálya az eltelt hosszú évek alatt száraz időben a por, esős időben a sár miatt használhatatlanná vált; az idei csapadékos tavasz felhőszakadásai után pedig még egy hétig is el kellett kerülni az inkább vízilabdázásra, mintsem focizásra, kézilabdázásra alkal-

mas sportpályát. Ennek az áldatlan állapotnak vetett véget az Önkormányzat jóvoltából az Óbudai Vagyonkezelő Zrt. a Granuflex Kft. közreműködésével és az Erdőaljja Alapítvány (tehát a szülők) anyagi hozzájárulásával. Így a nyári energetikai korszerűsítés után ősszel megújulhatott a sportpályánk is: a betonalapra korszerű, rugalmas műanyag réteg(ek) kerültek.

Tanulóink már nagyon várták a munkák befejezését, és november utolsó hetében örömmel vették birtokukba a pályát.

Nagy Árpád



A versengések

A sport világában is tovább folytatódnak: zajlanak az úszóbajnokságok. A részleteket és eredményeket a következő lapszámokban tesszük közzé.

Remek eredményekről számolhatunk be a Bolyai matematika csapatversennyel kapcsolatban:

Szappanosné Majzik Erika tanítványai: Halasi Anna, Szaka Fruzsina és Török Zsófia 4. osztályos leánykák 3. helyezettek lettek 63 indulóból, míg ugyanennek az osztálynak a képviselőjében Budai Bence,

Szűcs Barnabás, Tóth-Berényi Soma és Ufir Attila a 11 fiúcsapatból a 4. helyen végzett a területi fordulón.

3.b osztályosainkat Paczolt Anikó készítette fel a körzeti fordulóra: Burány Boglárka, Kuczy Anna Virág, Markovics Benjámin és Szabó Konrád László 4. helyezettek lettek a 63 csoportos mezőnyben.

A gyermekeknek és felkészítő tanáraiknak szeretettel gratulálunk.

Megmentettünk 53 fát

Hagyományos őszi papírgyűjtést rendeztünk iskolánk mind a 8 évfolyama számára. Nemcsak a háztartásokban összegyűjtött hulladék-papír kilomolására adódott most lehetőség, hanem az újrahasznosításnak köszönhetően 53 élő fa kivágását is megelőztük ezzel, a tudatosan környezetvédelmi tevékenység-

gel, amely a környezeti nevelés szerves része.

3550 kg fekete-fehér és színes újságot hordtunk össze konténerbe. 1058 kg-ot az 1.a osztály gyűjtött, így toronymagasan ők nyerték a versenyt. Reménykedünk abban, hogy a tavaszi akciónk hasonlóan népszerű lesz, különösen a felső tagozat számára.

AZ EGYESÜLET HÍREI



„Egynek minden nehéz,
sokaknak
semmi sem lehetetlen”

Hajsza a vadonban

Vasárnapi Mozi

December 14-én, 17,00 órakor

Az ünnepektől zsúfolt decemberben már csak egy film vetítésére lesz alkalom, ezért a tematikát megspórolva, minden kritériumtól mentesen, szabadon választottunk. A súlyos mondanivalóval terhelt filmek után, ezúttal egy kalandos, igazán nagyképernyőre kívánczó alkotással készülünk. Az időpont 14., a film pedig a *Seraphim Falls – A múlt szökevénye*.

Az időjárás megegyezik, a nyitójelenetben a civilizációtól távol eső, zord és havas hegységbe kalauzolnak minket, ahol a természet legkevésbé sem lágy öln csak a legelszántabak és legerősebbek maradhatnak életben. Pláne, ha nem csak a kíméletlen körülményekkel kell megküzdeni, de az üldözők egy kisebb csoportjával is, akik nem tudni miért, de minden áron a főhősünk nyomára akarnak bukkanni. Néhány évvel az amerikai polgárháború után járunk, és miközben – az üldözőkkel együtt – követjük az üldözöttet, hozzá hasonlóan fogalmunk sincs, hogy mire megy ki a játék, de ez a legkevésbé sem zavaró, mert nem csak az események kalandos egymásutánja, de a lélegzetelállító és lenyűgözően autentikus képsorok is teljes egészében lefoglalnak minket. Idővel azonban, hogy figyelmünk ne lankadjon, csöppögtetnek nekünk emlékképeket, amelyek szépen lassan lerántják a leplet az eszeveszett hajsza háttéréről. A film érdekessége, hogy az egyszerű dramaturgia, ami ugyan végig fenn tartja a néző kíváncsiságát (vajon elkapják-e vagy nem?), addig a legértékesebb tulajdonsága mégsem ez, hanem az a látványvilággal párosuló realizmus, ami teljesen más, sokkal hitelesebb képet nyújt a vadnyugati western-történetekről.

Varga Szabolcs

APRÓHIRDETÉSEK

- Angol, német és magyar tanítás, tolmácsolás és korrepetálás a Testvérhegyen diplomás tanárnőnél. Külföldieknek ügyintézés magyarul. Tel: 20-375 8877
- Fiatallal vegyész technikust keres jól menő kisvállalkozás. Tel: 20-501 0054
- Angol tanítás, korrepetálás a Testvérhegyen diplomás tanárnőnél. Tel.: 20-213 1738.
- Kézi és gépi pedikűr a Hegyen! Kérésre házhoz is megyek! Tel.: 20-243 3154
- Bütorklinika a hegyen! Mindenféle bútor javítása, felújítása, antik és stílbútorok szakszerű restaurálása! Tel: 388 2464 vagy 30-754 3188

www.ohegy.hu

Népház felújítása

Legutóbb beszámoltunk az október végéig elvégzett munkákról. Idén befejeztük a ház felújítását. Vagy inkább abbahagytuk. A homlokzat felújítását ugyanis sajnos anyagi források hiánya is, és a hideg idő is megakasztotta. De a lényeg: megújult a főbejárat. Az esténként megvilágítható kaput nem csak balesetmentes, kényelmes lépcsőn lehet megközelíteni, hanem akadálymentesen, kerekesszékekkel is. A belső lépcső mellé pedig korlátokat szereltünk fel.

A kertben kivágtuk az elszáradt fenyőfát, és

a kerítést roncsoló bokrokat. A kerítés lábazatát is megmagasítottuk, a terepet rendeztük. Nem adjuk fel, ha az anyagi háttérrel meg tudjuk teremteni, a munkát tavasszal folytatjuk.

Tervünk szerint kijavítjuk a ház homlokzatának több helyen leázott, felfagyott vakolatát, lefestjük, ezt követően az előkertet rendezzük, talajtakaró növényekkel betelepítjük. Addig az anyagi források megteremtésével foglalkozunk.

Felcsuti László

XIV. Dezső halála

Disznótor a Táborhegyi Népházban 2015. január 24-én, szombaton, 7.00 órától

Mivel a következő számunk februárban jelenik meg, ezért már most hirdetjük, hogy 2015. januárjában tizennegyedik alkalommal tartunk disznótorot. Reggel hétkor kezdünk. Aki részt kíván venni a munkában, az kötenyt, és éles kést hozzon magával!

A disznóölés időszaka András-naptól január végéig tart. A disznóölés résztvevői reggel pálinkával kezdik a napot, majd a hizott disznó leeresztett vérét pirított hagymán megsütik, és friss kenyérré kenve elfogyasztják. Utána kezdődik a pörzsölés, majd a további munkák. Az ebéd toros káposzta. A délután a hurka-kolbász töltésével telik. Este hatig, a vacsora kezdetéig elkészül

minden. Hat órákor jellegzetes disznótoros vacsora lesz, a sült hurka, sült kolbász, hagymás burgonya, vidám hangulatban.

Résztvételi jegyek kaphatók január 12-től a Táborhegyi Népházban, valamint az Erdőfalja úti és a Domoszló útjai ABC áruházakban. A délelőtti program ára finomságokkal, toroskáposzta ebéddel 1500.- Ft. A vacsora ára szintén 1500.- Ft. A gyerekek 10 éves korig mindkét alkalommal 700.-Ft áron vehetnek részt. A résztvevők - ha marad - hurkát, kolbászt vihetnek önköltségi áron.

Mindenkit szeretettel vár

az Egyesület Vezetősége

Állandó programok a Táborhegyi Népházban

1037 Budapest, Toronya u. 33.

Torna mindenkinek	h.	19.00-20.00
Lelki egészség-őrző klub	k. páros héten	19.00-tól
Balett és Kreatív Tánc		
- Játék gyerekeknek	k., cs.	17.00-18.00
Női átmozgató torna	k., cs.	18.00-19.00
Férfi átmozgató		
sebességmérőző torna	k., cs.	19.30-20.30
Bridzs klub	sz.	18.00-22.00
Rekreációs torna	sz.	19.00-20.00
Pilates torna (Tenki)	sz., cs.,	8.00-10.00
Pilates torna (Naményi)	sz., p.,	17.00-18.00
Gyerekballet	sz., p.,	17.00-18.00
Játék klub	cs.	13.00-estig

Egyesületi iroda nyitva tartása:

szerdán 17.00-19.00 h-ig, a hét többi napján előre egyeztetett időpontban.

Gondnok: Gáspár Aranka, tel.: 30-899 5320.
Bejárat a Népház udvaráról.

ELŐKÉSZÍTÉS, KORREPETÁLÁS KÖZÉPISKOLAI FELVÉTELIRE

(matek, magyar, fizika, kémia)

THALÉSZ-KÖR

a Vörösvári úton, tel: +36 20- 946 2027

www.obudamatek.hu

ÓHEGY-HÍREK

HAVILAP (MKM 226.674/1998)

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

E-mail: egyesulet@ohegy.hu,

web: www.ohegy.hu

Felelős kiadó: Felcsuti László elnök.

Szerkesztő:

Mikes Kriszta, Molnár Andrea, Varga Szabolcs.
Hirdetésfelvétel: Óhegy Egyesület. Tel.: 430-1326.

Előkészítés: Petit Typo Bt.

Nyomás: Granatalma O.Sz.Sz.
Megjelenik: 3000 példányban

HEGYVIDÉKIEK INGATLANIRODÁJA

Építési telkek, családi házak, újjépítésű és használt lakások értékesítése és bérbeadása

ÓBUDALUX INGATLANIRODA

E-mail: obudalux@oi.hu



Forster Judit
irodavezető-építész

TESTVÉRHEGY,
TÁBORHEGY,
REMETEHEGY,
MÁTYÁSHEGY

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



1037 Budapest,
Erdőalja út 46.

Hívjon bizalommal!

30-696-696-9, 1-242-1096

www.obudalux.hu, www.obudaihegyvidek.hu

SÁGI MAGDI INGATLANIRODÁJA



Óbuda - Hegyvidéki ingatlanok értékesítése, bérbeadása



Sági Magdolna irodavezető
1037 Bp., Hegyláb u. 5.
Mobil: 30-378 5113, tel./fax: 388 5919
E-mail: sagimagdi1@gmail.com
www.sagimagdi.ingatlan.com

TÁRSASHÁZAK KÖZÖS KÉPVISELETE

Tíz éves gyakorlattal vállaljuk társasházak teljeskörű közös képviseletét, különösen csőd közeli, rosszul gazdálkodó házak helyzetének javítását, működőképessé tételét, rövid határidőn belül.



Papp Ágnes
1037 Budapest,
Kiscelli köz 11.
30 548-1778
1 368-4994

VIRTUÁLIS VÁRTÚRÁK
REGI VÁROK ÉS FÉNYEK

KÖZÉPKORI VÁRAK VIRTUÁLIS VÁRTÚRÁK

2014. november 21. – 2015. március 15.
Óbudai Múzeum
1033 Budapest, Fő tér 1.

BUDAPEST-ÓBUDA-HEGYVIDÉKI SZENTHÁROMSÁG PLÉBÁNIA

1032. Budapest, Vörösvári út 110.



A Budapest-Óbuda-Hegyvidéki Szentháromság Plébánia december 6-án este 6 órára a Holdudvarba (Bécsi út és Ágoston utca közötti téren) városmissziószerű találkozóra szeretettel várja forralt borral és citromos teával a környék lakóit, melyen a Budapesti Tárogató Együttes játszik.