

## Színek Világa Alapítvány óvodája a Jablonka úton

A Jablonka út 126/B. alatt olyat láttam, amit még soha. Sikerült eljutnom egy olyan helyre, ahol minden úgy jó, ahogy van. Bármennyire reméltem, sohasem gondoltam, hogy gyakorlatban találkozom egy ideális oktatási intézménnyel, jelen esetben egy oival. De mégis.

Erdei környezet, tiszta levegő, nagy kert, rengeteg értelmes játék, szép szobák: a környezet idilli. Ezekkel a tárgyi feltételekkel rögtön kiemelkedik az ovi a többi közül, csak hogy nem ez a lényeg, hanem a hozzáállás. Példamutató az óvónők hozzáállása nemcsak pedagógusként, hanem emberként is. Kötelességüknek tartják, hogy a kezük közül kikerülő gyerekek olyan belső magot kapjanak, amire életüket alapozhatják. Hogy mit is értenek ez alatt? Leginkább az emberi értékeket tartják a legfontosabbnak: a szeretetet, megbocsátást, odafigyelést...

Tizenöt gyerek jár ide, ez a maximális létszám. Remek kis csapat kovacsolódott össze. Ritka, hogy minden szülő jól kijön a pedagógusokkal, de itt mégis ez van. Jó tudni, hogy mindenki elégedett: óvónők, szülők, és ami a legfontosabb a gyerekek.

Folyamatosan járnak sportolni. Csak akkor mennek úszni, amikor jó idő van. Egész évben járnak hetenként korcsolyázni. Amikor nincs nyitva a Műjég, akkor görkorcsolyáznak. Az angol oktatás sem úgy folyik, ahogy máshol szokott. Nincs megszabva az ideje, spontán épül be a gyerekek napjaiba. Étkezésnél, könyvolvasásnál, játék közben elhangzik egy-egy angol szó, mondat. Háttérzeneként gyakran angol dalok szólnak. A gyerekeket nem erőlteti senki, talán pont ezért érdeklődnek annyira: „Hogy mondják ezt?” „Hogy mondják azt?” Sűrűn halandzsáznak angolul, amikor egymás közt játszanak.

Az óvoda 1996-ban kezdte meg működését, 1997 óta működik alapítványi óvodaként. Létrejötte sikertörténetnek számít, ahogy

a semmiből óriási munkával és igyekezettel felépítették. A lelkesedés nem hagyott alább, sőt, folyamatosan fejlődik tovább az ovi. Júniustól júliusig nyári táborot szerveznek, szeretettel várnak minden óvodást és iskolást. Építési engedélyük van arra, hogy építhessenek egy tornaszobát, csak anyag nincs még hozzá. Sűrűn vizsik kiállításokra, sétálni a gyerekeket, iskola-előkészítő foglalkozásokat tartanak. Ez az ovi minden lehetőséget biztosít a gyermekek testi, lelki és szellemi fejlődésére.

Érdeklődni lehet Szabó Juditnál a 367-3620-as telefonszámon.



### KEDVES HEGYI LAKÓK!

Feleslegessé vált építőanyaga van, amivel nem tud mit kezdeni? Mi tudunk! Bármilyen formájú támogatást szívesen fogad a Színek Világa Alapítvány óvodája, amit előre is köszön.

**KÖZHÍRRÉ TÉTETIK!**  
Április 5-én 18 órától kezdetét veszi a **MÁSODIK TÁBORHEGYI LOCSOLÓBÁL**  
(4. OLDAL)

## Hogyan tegyük szebbé szűk környezetünket pár egyszerű lépésben?

Hozzávalók: gumikesztyű, szemeteszsák.

Húzza fel a gumikesztyűt!



## A II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola hírei

Március hónapban több óvodás csoport tett látogatást iskolánkban. Első osztályos bemutató foglalkozáson vettek részt a Téglá utca, a Solymár utca, a Törzs utca és a Bécsi úti nagycsoportosok, mintegy 60 gyerek.

Megszeppezés nélkül, nagyon ügyesen kapcsolódtak be az órai munkába a leendő kisiskolások, versekkel, énekekkel, táncokkal készültek a látogatásra.

Március 19-én délután sok érdeklődő jött el arra a beszélgetésre, melyet leendő 1. osztályos gyermekeink szüleinek szerveztünk. Reméljük kérdéseikre megnyugtató választ tudunk adni, talán megkönnyítettük az iskolaválasztás nehéz döntését.

Első osztályosaink beiratkozása az 1999-2000 tanévre április 15-16-án lesz 8-18 óráig.

- Örömmel közölhetjük, hogy ismét több tanulónk van, akikre elért eredményeik alapján büszkének lehetünk. A Békásmegyeri Községi Ház és a Pais Dezső Általános Iskola által szervezett Móra Ferenc prózamondó versenyen 6. helyezést ért el Takács Rita 5. osztályos tanuló. A kerületi versmondó valamint a rajzversenyen Benyó Gergely 6. osztály tanuló 6. helyezést ért el. A rajzversenyen szintén 6. helyezett lett Zsigó András 1. és Holup Orsolya 8. osztályos tanuló. Benyó Gergőért még tovább drukkolunk, mert a történelmi verseny első fordulóját után előkelő helyről várja a továbbjutást. A kerületi matematika verseny döntőjébe két 3. osztályos tanulónk Borgström Márk és Havas Zoltán a 4. osztályból pedig Berceli Mónika került be. A környezetversenyen 6. helyezett lett Sasvári Dániel 3. osztályos tanulónk. A Zrínyi Ilona Matematika verseny területi döntőjében a 4. osztály 236 indulójából a 4. osztályból Zsigmond Ármin, Pasztirák Kristóf, Berceli Mónika, Szamos Andor a mezőny első felében végzett. Berceli Zoltán 5. osztályos tanuló 6. helyezést ért el. Árvay Márton 6. osztályos tanuló is a korosztályán belül a mezőny közepén végzett. Gratulálunk a szép eredményeikhez.

Ismét papírgyűjtésre hívjuk a hegylakókat. Mindenfajta papírt átvesz az iskolában március 29 és április 27 között Szita István a gyűjtés felelőse.

Előre is köszönjük fáradozásukat.

*Bán Éva mb. ig.*

Az iskolaszék ezúton is tisztelettel meghív minden tette kész hegylakót, kedves szülőt április 24-én 9 órára egy kis közös munkára, az iskolaudvar rendezése érdekében.

Szeretnénk a kerti bútorokat lefesteni a rézsút bokrokkal beültetni, rendezni.

Ezért kérjük a munkakedven kívül otthonról – ha tudnak – szerszámokat is hozzanak magukkal. A jó társaságról, levegőről és munkáról mi gondoskodunk.

*Az iskolaszék nevében  
Holzhauser Anna*

## Ne füstöljünk!

A tavasz beköszöntével szükségesnek tartjuk felhívni a figyelmet arra, hogy a kerti hulladékok égetésének az idejét az Önkormányzat már korábban szabályozta.

Ennek megfelelően a kertekben összegyűlt növényi hulladék (lomb, nyesedék, stb.) égetése csak tavasszal (február-április) és ősszel (október-november) hónapokban, és kizárólag csütörtöki és szombati napokon 10-15 óra között végezhető. Az előírás megszegése szabálysértési eljárást vonhat maga után. Ez a lehetőség természetesen nem mentesít a szárazság idején időszakosan kihirdetett országos tűzgyújtási tilalom előírásainak a betartása alól.

A szabályozás a Környezetvédelmi Minisztérium irányelvei szerint egészségünk és környezetünk védelme érdekében jött létre. Szabad téren nyílt tűzön történő égetéskor ugyanis egy tüzelőberendezésben (kazánban) történő égetéshez képest többszörös mennyiségű és a tökéletlenebb égés következtében számos erősen ártalmas légszennyező komponens is keletkezik. Nagyobb nedvesség tartalmú hulladékok fojtott izzítása során pedig a környezeti veszélyeztetés nagyságrendekkel nagyobb! A szemet könnyezésre készítő és a légutakat maró gázok mellett ráadásul stabilis rákkeltő és magzatkárosító vegyületek is keletkeznek. Ez utóbbi kategóriába tartozó vegyületek lebomlása rendkívül lassú, a felszínre kerülő mennyiség éveken át dúsul környezetünkben. A termesztett gyümölcsökről és zöldségekről fogyasztás előtti alapos mosással is csak részben távolíthatók el, így a „mérgek” szervezetünkbe kerülnek, de bőrünkön át is ártalmasak.

A láng nélküli izzításos „megsemmisítés” azért is mellőzendő, mert a nagy mennyiségű káros anyagot tartalmazó füst alacsony hőmérséklete következtében a felszín mentén terjed, veszélyeztetve és megkeserítve a füst vonulási irányába eső lakótársak életét. Esetenként az ötödik, sőt tizedik ingatlan is töményen kapja a füstöt, amely elől az ablakok bezárásával sem lehet védekezni. A légszennyező anyagok közvetlenül nem érzékelhetően ugyan, de ennél jóval nagyobb távolságban is ártalmasak.

A fentiek figyelembe vételével arra kell törekedni, hogy amennyiben az égetés

elkerülhetetlen, úgy az lánggal történjen! Ezt úgy érhetjük el, hogy először száraz gallyakból jó tüzet csinálunk, majd fokozatosan adagoljuk a lehetőség szerint előszárított avart, fűvet, gízgázt, így meglepő gyorsan végzetünk és kevesebb kellemetlenség okozunk szomszédainknak.

A tüzelés befejeztével a tüztér további füstölését feltétlenül meg kell szüntetni, célszerűen a már korábban készenlébe helyezett 1-2 vödörnyi víz felhasználásával.

Az ÓHEGY egyik tavalyi száma már foglalkozott a kerti hulladékok környezetkímélő kezelési lehetőségeivel (beásás, komposztálás, kisebb mennyiségek kukába rakása, stb.). Nem igaz, hogy még a legpedánsabban kezelt kert valamely részén nem létesíthető esztétikusan deszkából egy komposztáló keret! Csak egy kis szemlélet módosítás kell és a tulajdonos még dicsekedhet is vele a vendégeinek! Csak időnkénti átforgatást igényel, az előállított komposzt pedig biztosítja a sovány hegyvidéki talaj szerves anyag utánpótlását. A levágott fű néhány ujjnyi vastagságban a fák és bokrok töve körül (tányérján) elhelyezve segíti a gyökérszóna nedvességtartalmanak a megőrzését és ezzel az aszályos időszak átélését is.

Tisztelt Lakótársak!

A fentiekben röviden vázoltakat tessék komolyan venni. Ne mérgezzük egymást és környezetünket fölöslegesen!

*Gajzágó László*



**Szedje össze a szemetet!**

## Játék az egész világ!

Papírajáték kiállítás a Kiscelli Múzeumban

1999. március 24–június 30.

# Húsvét, kicsit másképp



Sokunk számára örömteli ünnepként sejlik fel a Húsvét. Végre itt a tavasz kirügyeznek a fák, kinyílnak az első virágok, sutba dobhatjuk a hólapátot és a nagykabátot, az ember megtelik életkedvel és energiával.

Főleg a gyermekes családokban illyentájt zsúfoltta válik a konyha, hiszen itt az ideje a tojásfestésnek, az ünnepi készülődésnek. Sonka, torma, fonott kalács ínycsiklandozó képe rajzolódik ki előttünk.

Gyermekkorom szinte valamennyi húsvéti ünnepét a nagyszüleimnél töltöttem vidéken egy kis dunántúli faluban. Imádtam a vidéki élet jellegzetes hangulatát, az ízes vidéki tájszólást, a meghitt hangulatot, az ünnepi készülődést. Sóvárogva gondolok a frissen fejt tej ízére, a határba tett végtelen csavargásokra, a reggeli csordát terelő kolomp hangjára. Ilyenkor szerettem hajnalban felkelni, hogy megnézzem a napfelkeltét a falu végén, s nem tudtam betelni a vöröslő nap fényével, amint bevilágította a mezőt.

Nagynénimmel – aki korát meghazudtolóan friss még ma is szellemileg és fizikailag –

jókora kerékpártúrákat tettünk a környéken. Mindent megengedett, minden elképzelésem kivitelezéséhez segédkezet nyújtott. Cinkos barátság alakult ki közöttünk: mindent hozott, szerzett, suttyomban becsempészett állatot befogadta, nekik helyet csinált, ha kellett, a nagy kivénhelt, régi éjjeliszekrényét alakította át madárvoliórré. Nő léte kalapáccsal, szeggel és deszkákkal felfegyverkezve állt neki új otthont készíteni az éppen beszerzett fehér angórányúnak, vagy postagalambnak. Soha nem haragudott meg egyetlen csinytevémért sem, talán a korral járó megértés és a végtelen szeretet tette, amit irántam érzett és érez mind a mai napig. Mindezekért cserébe segédkeztem a ház körüli munkákban, bevásároltam, megettettem és kitarítottam a háztáji állatokat, igyekeztem könnyebbé tenni mindennapjait.

Egyik Húsvét alkalmával azonban még a legvadabb gondolataim is túltettem. Az ünnepi forgatókönyv a tojásfestésig rendben ment, mindenki tette a dolgát: Anyuék a konyhában foglalatostkodtak,

én a pajtában. Nem véletlenül. Annyira belemerültem a munkába, hogy nem hallottam meg a hívó szót: minden készen volt, csak a főzésre és festésre váró tojások tűntek el érthetetlen módon. Igyekeztem olyan arcot vágni, mint akinek semmi köze sincs a dologhoz, de nem tudtam színészkedni. Minden az arcomra volt írva, s ki tudott volna abból jobban olvasni, mint a nagyné-

ném. – Sejttem, hogy a te kezded van a dologban, csak nem tudok rájönni, hogy minek kell neked egy szakajtónyi tojás? – kérdezte. Lebuktam, nem volt mit tenni töredelmes vallomást tettem: éppen a spejzben jártam egy kis süteményt kóstolni, amikor megláttam a tojásokat. Kegyetlenség lenne őket megfőzni és megenni, amikor megfelelő segítséggel pihés apróságokat tudnék belőlük varázsolni. Azzal az egészséget kivittem a pajtába, felmásztam a létrán a pajta padlására, ahol az előző nap a régi kút vödrében felfedeztem egy zugkötőt, s az összes tojást betettem alá. Tyúkanyó boldogan fogadta a tojásokat: nagy elszántsággal és buzgalommal betakarta valamennyit. Ki tud ilyen családi idillnek ellenállni? Csak röpke három hét és megtörténik a csoda – magyaráztam.

Azt hiszem, mindenki más a haját tépve próbált volna meg jobb belátásra bírni, hiszen a Húsvét az Húsvét, mit sem ér a pirosra festett tojások nélkül. Ő azonban csendesen elmosolyodott, megcirógatta a fejemet és nem szólt semmit.

Azon az éven nem került az asztalra piros húsvéti tojás. Nem azért, mintha nem tellett volna, hanem azért, mert ezek a tojások kicsit átlényegültek.

A szünet lejárt, megkezdődött az iskola. Három hét múlva levelet hozott a postás a következő üzenettel: „– Megérkeztünk. Kellemes Húsvéti ünnepeket.”

Dr. Sütő András állatorvos

1025 Budapest,

Felsőözdalmi út 114.

Telefon: 33-55-611

## FESTÉKÁRUHÁZ DISZKONT

1037 Bp., Vörösvári út 125. Tel./fax: 367-3414 • Bp. XIII., Véső u. 5.

### Számítógépes színkeverés:

#### bel-és kültéri falfestékek, zománcok, lazúrok

Límit hófehér falfesték	16 l	2720 Ft
Héra jól takaró falfesték	16 l	3690 Ft
Diszperzit falfesték	16 l	2540 Ft-tól
Trinát fehér alapozó	0,75 l	650 Ft
Trinát fehér alapozó	5 l	3650 Ft
Trinát korróziógátló alapozó	1 l	960 Ft
Trinát fehér zománc	1 l	950 Ft
Trinát fehér zománc	5 l	4240 Ft
Trinát mestertapas	1 l	1070 Ft
Homlokzati külső falfesték	25 kg	8200 Ft
Prolux magasfényű parkettalakk	4 l	3480 Ft
Gemini parkettalakk	4 l	4190 Ft
Modakril külső falfesték fehér	25 kg	9590 Ft
Gemini parkettalakk	4 l	3550 Ft
Lignodekor falazúr színekben	1 l	910 Ft
Lignodekor falazúr színekben	5 l	4300 Ft
Bostik csempereasztó	6 kg	2250 Ft
Bostik PVC, szőnyegragasztó	6 kg	3350 Ft
CMC tapétaragasztó	1 kg	270 Ft
Metylan tapétaragasztó		510 Ft
Purhab	500 ml	840 Ft
Festhető fugatómitó	310 ml	360 Ft
Evipass rozsdamaró		180 Ft
Fűrészesporos tapéta Eugranna		850 Ft-tól
Knauf csempereasztó	25 kg	1100 Ft
Padlopon aljzatkiegyenlítő	25 kg	2270 Ft
Modellgipsz	40 kg	1390 Ft
Rígipsz glettgipsz	5 kg	750 Ft
Rígipsz glettgipsz	25 kg	2360 Ft
Rígipsz kézivakolat	25 kg	2150 Ft
Standolit fehér olajfesték	2,5 l	1900 Ft
Wallkyd	4 l	3910 Ft

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

Nyitva tartás: hétfő-péntek 7-16.30, szombat 7-12 óráig



Rakja bele a szemeteszsákba!

# AZ EGYESÜLET HÍREI

Mottó: „Egynék minden nehéz, sokaknak semmi sem lehetetlen!”

- Várunk sorainkba, díjazást az együttlét örömén kívül ne várj.

Címünk:

1037 Budapest, Toronya u.  
33 Telefon: 368-9406

## KLUBOK

**Bridzsklub.** Tanfolyam kezdőknek. Újra alaptanfolyamot szervezünk a játék iránt érdeklődők részére a Táborhegyi Népházban szerdánként 18 órai kezdettel. A tanfolyamot legalább 6 fő jelentkezése esetén indítjuk.

Az előző tanfolyam résztvevői illetve a klub játékosai keresnek további játékosársakat, esetleg csapatokat tudásuk kipróbálására.

A klubban az egyedül érkező játékos is talál partnert, azonnal bekapcsolódhat a játékba. Az érdekesebb partikat a következő alkalommal kielemezzük.

Szeretettel várunk minden érdeklődő játékost. Belépődíj alkalmanként 100 Ft.

Előzetes információ: Csige Sándornál Tel.: 250-6131

**Pingpong szakosztály,** dr. Farkas Tibor vezetésével, a 9-12 éves korosztályt várja. A gyerekek technikájuk csiszolásán kívül, a fair play alapjait is elsajátítják. Az edzések időpontja, csütörtök 16 h-17.30 h között.

A **Kisasszonyképzőben** minden szombaton 9-től várják az ifjú hölgyeket.

**Torna.** Minden hétfő-szerda 16, illetve 18 óra.

**TITKOS ÖSVÉNYEK**  
SZT. KRISTÓF TURISTA  
EGYESÜLET KÖVET-  
KEZŐ KIRÁNDULÁSA  
ÁPRILIS 18-ÁN,  
VASÁRNAP LESZ.  
TALÁLKOZÓ:  
REGGEL 9-KOR  
A SZENLÉLEK TÉREN.

**Kertápolás,  
tavaszi  
permetezések**

**ORT KERT**  
Telefon: 250-6151

## KÖZHÍRRÉ TÉTETIK!

Április 5-én 18 órától kezdődik a **MÁSODIK TÁBORHEGYI LOCSOLÓBÁL**. Szeretettel várjuk mindazokat, akik vágyakoznak egy kis húsvéti mókára, kacagásra, tojásgurításra, rönkhajításra és egyéb vidám multságokra.

**Belépő: felnőtteknek 400 Ft. Férfiaknak + egy locsolóvers és enyhe illatú kölni, gyermekeknek: 100 Ft, fiúknak + szintén egy rövidebb locsolóvers.**

## HIRDETÉSI LEHETŐSÉG

### AZ ÓHEGY HÍREKBE

1 oldal:	50 000 Ft
1/2 oldal:	28 000 Ft
1/4 oldal:	15 000 Ft
1/8 oldal:	8 000 Ft
1/16 oldal:	5 000 Ft
1/32 oldal:	3 000 Ft

Apróhirdetés: szavanként 85 Ft  
Az árak az ÁFA-t nem tartalmazzák.

## AZ EGYESÜLETI TAGDÍJ

nyugdíjasoknak és tanulóknak változatlanul min. 500, keresettel rendelkezők számára min. 1000 Ft/év. Köszönettel fogadunk minden ezen összeg feletti támogatást péntek esti klubnapunkon személyesen, vagy átutalással a 11703006-20032630-os számlaszámra.

## TEREM KIADÓ A NÉPHÁZBAN

- zártkörű rendezvényekre
- előadásokra
- zenekari színházi stb. próbákra
- klubfoglalkozásra
- tanfolyamokra

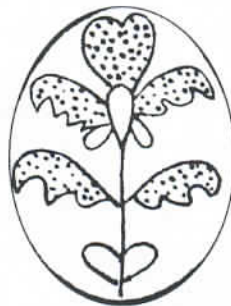
Bérleti díj:

- nagyterem:  
hétfő-csütörtök 1000 Ft/óra,  
péntek-vasárnap 1200 Ft/óra
- kisterem:  
hétfő-csütörtök 500 Ft/óra  
péntek-vasárnap 600 Ft/óra

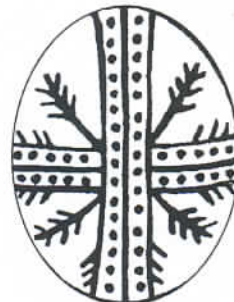
Érdeklődni lehet a 368-6088, 250-5564-es telefonszámokon.

## Locsolóversek

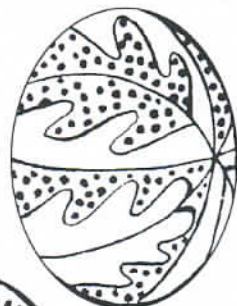
*Rózsa, rózsza, szép virágszál,  
szálló szélben hajladozzál,  
napsütésben nyiladozzál,  
meglocsollak: illatozzál.*



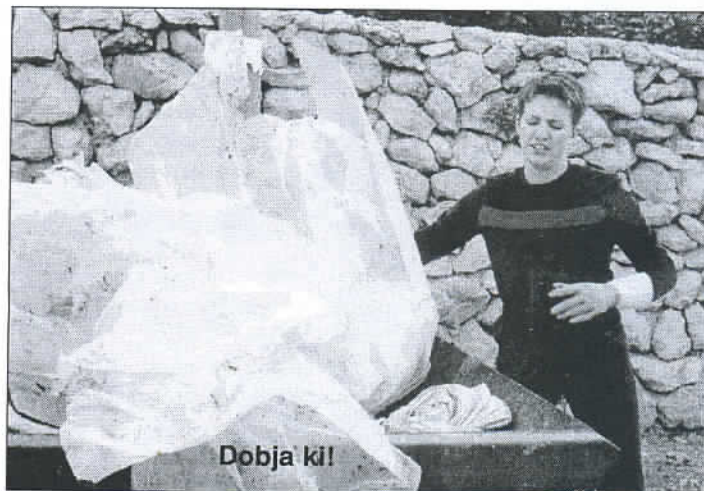
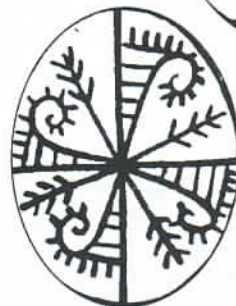
*Ajtó megett állok,  
piros tojást várok.  
Ha nem adtok, lányok,  
nem járok hozzátok.*



*Én kicsike vagyok,  
egyebet sem várok,  
egy tojáskát várok,  
s avval továbbálllok.*



*Én kis morzsa,  
gyenge rózsza,  
verebek papja,  
hordók csapja.  
Ha beférek,  
tojást kérek.  
Ha nem adnak,  
továbblépek.*



Dobja ki!

# A történelem tanítása a húsvétról

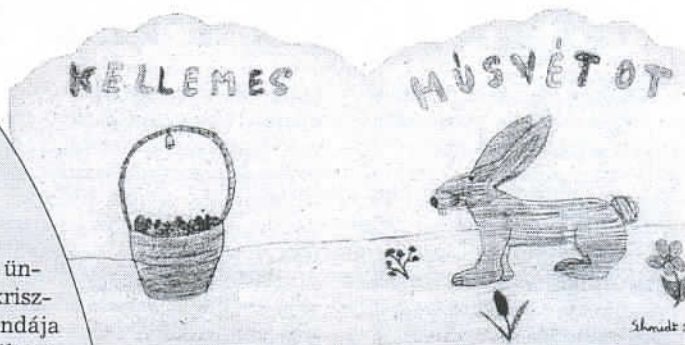
A karácsony mellett a húsvét – a keresztény vallás legnagyobb ünnepe. A legenda szerint a keresztre feszített és eltemetett Jézus krisztus feltámadt, és felment a mennybe. Jézus feltámadásának legendája a keleti népek tavaszi ünnepeinek és szertartásainak keresztény változata.

A húsvét ünnepe ókori legendákból ered. A feltámadás hitét az ókor földművesei megfigyeléseiből szűrték le. Tapasztalták, hogy a kalászból kipergett és elvetett mag mintegy meghal, majd egy idő múlva kicsírázik, feltámad. Táplálékot ad az embereknek. Ahogyan a mag meghal és feltámad, úgy hálnak meg, és támadnak fel a növényzet, a földművelés istenei, hogy megmentsék (megváltsák) a haláltól az embereket. A meghaló és feltámadó istenről szóló legendák majd minden földművelő népnél megtalálhatók.

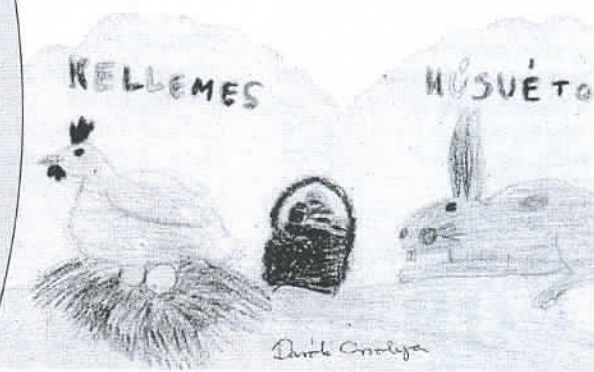
Az isten eltemetése és feltámadása az ókori egyiptomiaknál a gabonamag elvetésének és kicsírázásának jelképe volt. Maga az ünnep jeladás volt a tavaszi mezőgazdasági munkák megkezdésére, s rendszerint a föld felszántásával kezdődött.

A szenvedő és meghaló istenek vallásos tiszteletének közös vonása az áldozat és a megváltás. Az ünnepek fő gondolata az áldozatbemutató volt. Az ókori földművelők és állattenyésztők azt hitték, hogy áldozatot kell bemutatniuk, ha meg akarják óvni a jószágot, és újra termékenyvé kell tenni a földeket, amelyek betakarítás után kihalt pusztaságoknak látszottak. Rendszerint a termés és a jószágok bizonyos részét áldozták fel, hogy a többi megtarthassák. A hit szerint, ha megadták az isteneknek, ami őket illeti, a fennmaradó részt elfogyaszthatták.

A kereszténység sok szertartást és szokást vett fel a keleti népektől, s ezekből állította ki Jézus Krisztus áldozatos halálának és feltámadásának legendáját.



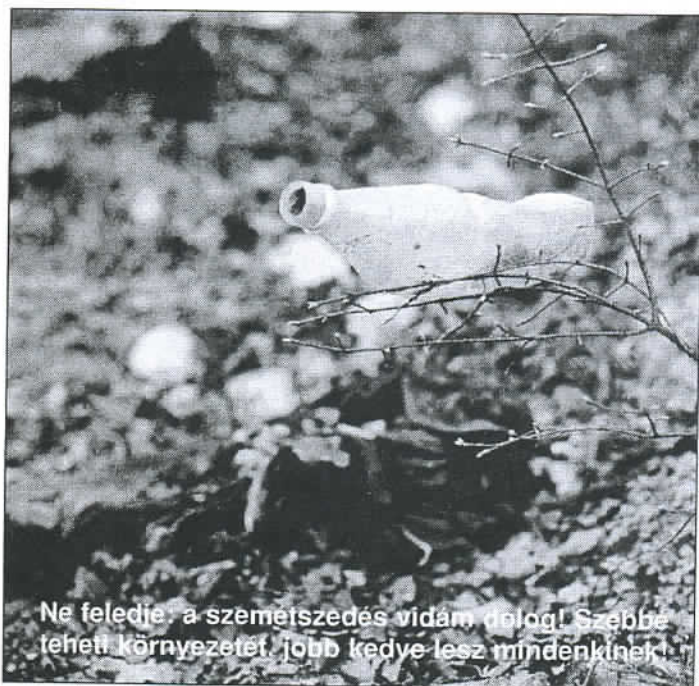
Schmidt Ildikó rajza



Darók Orsolya rajza



Rétfalvi Eszter rajza



Ne feledje, a szemétszedés vidám dolog! Szébbé teheti környezetét, jobb kedve lesz mindenkinek!

## MŰSZÖRME

AZ ORSZÁGBAN EGYEDÜLÁLLÓ VÁLASZTÉKBAN!  
Patchwork-anyagok, polár+velúr anyagok, pamutvászon,  
krepp anyagok, bútorvászon, sötétítőfüggönyök.

Üzlet: MŰSZÖRMEHÁZ

Bp. III., Pacsirtamező u. 41. Telefon: 388-2174

Nagykereskedés:



Bp. III., Pacsirtamező u. 41. Telefon: 388-2174

# KONYHA ÉS VIDÉKE

Hűséges olvasóim bizonyára emlékeznek a novemberi számban írott soraimra a Zahovay féle egyvelegről. Mindnyájunk rajongva szeretett lapja eljutott Párkányba, ahol nagy sikert aratott. Az ottani újság kiváló főszerkesztője és a Zahovay vendéglő régi-új tulajdonosa fellelkesülve az íráson, a régi kikerdezésével újraalkották a híres ételt.

A Zahovay egyveleg tulajdonképpen egy fatányéros, amelyet az erre a célra készített ovális tányéron szolgáltak fel. A tányér négy részre volt felosztva, rajta egy natúr sertés-szelet, egy rántott (bécsi) borjú-szelet és egy natúr sertésmáj. Ezeket vékonyra szeletelt liba-

májjal és sült libavérrel koronázzák. Gazdagon körített rizzsel, burgonya-krokettel, kompóttal és szezonsalátákkal.

Mivel az elmúlt hónapokban írásaimban gyakran eltértem a szigorúan vett konyhai dolgoktól, ezért, hogy elkerüljem a vádak, miszerint szépírói ambícióimat előtérbe helyezném; most szigorúan hasznos receptekkel fogom traktálni T. Olvasóimat.

## CÉKLALEVES

Négy nagyobb méretű céklát főzzünk öt percig. Tisztítsuk meg a héjától. Vágjuk kockákra. Egy lábasban melegítsünk fel nyolc dekagramm vajot. Pirítsunk meg benne 40

dkg kockára vágott marhahúst. Adjunk hozzá 10 dkg apróra vágott hagymát és cékladarabokat. Öt perc pirítás után öntsünk hozzá egy liter csontlevest és 30 dkg gyalult káposztát. Főzzük két órán keresztül, míg a marhahús megpuhul. Borsozzuk meg és tálaljuk tejfölre.

## ZELLERLEVES SAJTAL

Ezt a levest azért találtam ki és főztem meg, mert ilyenkor tél végén, kora tavasszal már nagyon nehéz valamit is főzni, ami nem hat unalmasnak. Apróra vágtam egy nagy fej hagymát, kockára 50 dkg zellert, ezt 6 dkg vajon megpirítottam, rámorzsoltam négy húsleveskockát, vízzel felezve puhára főztem. Megborsoltam, és mixerben összedolgoztam.

A pépet egy nagyobb lábasban egy evőkanál kukoricakeményítővel, kevés citromlével és egy deciliter fehérborral öt percig főztem. Ezután 10 dkg reszelt sajtot kevertem el benne. Pirított fehér és barna kenyér kockákkal tálaltam. Elkényeztetett gyermekeim körében is sikert arattam.

## GYÖMBÉRES OLDALAS

Egy evőkanál őrölt gyömbért keverjünk el négy gerezd zúzott fokhagymával és egy evőkanál szójamártással. Kenjünk meg vele egy szép oldalast. További fél deciliter szójamártást keverjünk el ugyanannyi mézzel és ezt is kenjük a húrra. Sütőben süsük 1-1,5 óra hosszat. Időnként megkenhetjük szójamártással. Zöldségfélékkel tálaljuk.

## CÉKLASALÁTA

Reszeljünk le 2 db almát, 2 db sárgarépát és egy kis fej hagymát. Egy deciliter tej-



színt verjünk puha habbá és keverjünk bele három evőkanál reszelt tormát, egy kanál citromlevet, sót és kevés cukrot. Végül mindezt keverjük el 40 dkg szeletelt ecetes, főtt céklával.

## BAKLAVA

Egy tepsi aljába terítsünk 2-3 réteslapot. Kenjük meg vajjal. Hintsük meg vékonyra gyalult vagy vágott mandulával. (Darált dióval is helyettesíthetjük.) Borítsuk újra rétes-tésztával. Mindezt hétszer ismételjünk meg. Süssük sütőben egy óráig.

Közben mézből, vízből, őrölt fahéjból és kevés őrölt szegfűszegből készítsünk szirupot, öt percig főzve. Öntsük le a megsült tésztát. A szirup beszívódása után vágjuk fel.

## BLOODY MARY (1 ADAG)

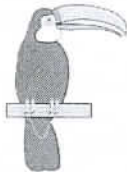
Hozzávalók: 1 szelet citrom (zöld citrom), fél kiskanál zellersó, 4 cl vodka, 9 cl paradicsomlé, 1 cl Worcester mártás, pár csepp Tabasco, csipet só és bors, egy zellerszál.

A koktélospohár szélét dörzsöljük be citrommal, mártjuk meg a zellersóban, töltjük meg a poharat jéggel, öntsük bele a vodkát és a paradicsomlevet. Adjuk hozzá a többi hozzávalót, és a zellerszállal díszítsük.

Mára ennyi elég. Legközelebb új utazásra indulunk a szabadtéri sütés-főzés csúcsainak meghódítására.

Pirchala István

## CORAL TOURS



### Egzotikus társasutak már 10 főtől

Ausztrália, Új-Zéland, Dél-Afrikai Köztársaság, Mexikó, Brazília, Peru, Chile, Thaiföld, India, Sri Lanka, Indonézia, Kína

### Pihenés pálmafás partokon

Acapulco, Cancun (Mexikó), Mauritius, Maldív-szigetek

### És Bali, Bali, Bali

meghökkenítő áron!

## Útjainkból 10% kedvezmény április 15-ig!

...de ha a közelgő nyáron inkább európai vizekre, hegyekre vágyunk, akkor is térjen be hozzánk: széleskörű programajánlattal rendelkezünk, és természetesen katalógusáron fizethet be irodánkban is: Neckerman, Jorgos, Club Espana, Tan-túra, Unitravel és sok más utazási iroda útjaira is.

Áprilisban minden vasárnap nyitva tartunk: 14-18 óráig.  
1037 Bp., Toronya u. 27. Tel./fax: 250-2815, 367-6578  
1056 Bp., Váci utca 78-80. Tel./fax: 26-2451  
E-mail: coralstours@mail.datanet.hu • www.coralstours.hu

## HAJKLINIKA

**Ön fejbőr- és hajproblémákkal küzd? Kopaszodik? Haja korpásodik, hullik vagy kémiailag roncsolt?**

Speciális mikrokamerás vizsgálat után kezeléseket az orvostudomány által kifejlesztett, biológiailag aktív hatóanyagokkal és lézeres eljárással. Egyénre szabott kozmetológiai gyógyítással panaszait megszüntetjük. Speciális anyagaink a festés és dauerolás okozta hajkárosodásokat helyrehozzák, az egészséges állapotot visszaállítják. Fodrászat nők és férfiak részére. Estélyekre, partikra, fogadásokra kellemes megjelenéséhez alkalmi frizurát készítünk. A szép kéz is lehet még szebb. Manikűr, műköröm, kézápolás. Kellemes környezetben színvonalas kiszolgálással, előre egyeztetett időpontban várjuk Önöket.

Hajápolók megvásárolhatók. ARÉNA PASSAGE, Bp. III., Bécsi út 81. Tel.: 212-4213, 367-2640. Nyitva: h-p: 7-21, szo: 8-13 óráig.

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



Rendelési idő:  
hétfő-péntek 9-11, 16-19  
szombat: 9-10, 17-19  
vasárnap: 17-19

## Kötelező veszettség elleni oltásra kijelölt rendelő

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

## TERMÉSZETES, FAGYÁLLÓ, KÜLTÉRI KŐBURKOLATOK

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

### PORPHYR KFT.

1037 Bp., Bécsi út 302.  
Telefon: 250-6036 Fax: 316-0635

**EGYSZER ÉS MINDENKORRA!**



# BEPA

Olasz, spanyol és magyar csempék padlólapok • Fagyálló kültéri burkolatok szaniter áruk • Burkolási kellékanyagok • Kandalláberek masszázskádak • Fürdőszobai kiegészítők fürdőszobabútorok • Csaptelepek mosogatók fugázók és tömőanyagok • Kandallók

*Burkolóanyagainkat állandó raktárkészletből árusítjuk.  
Burkolást vállalunk.*

Lakberendezési tanácsadás – Belsőépítészeti tervezés

**50 000 forint feletti vásárlás esetén  
a házhoz szállítás díjmentes**

#### BEPA CENTER

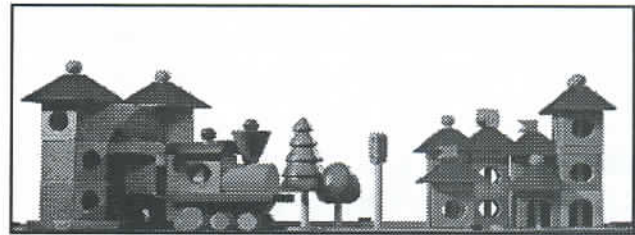
1037 Budapest III., Bécsi út 232. Telefon: 387-7920  
Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 9-18 óráig, szombaton 9-13 óráig

#### BEPA STÚDIÓ

1023 Budapest II., Lajos utca 39. Telefon: 325-0843  
Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 9-18 óráig, szombaton 9-13 óráig

## DEMKO FEDER TAVASZI GYERMEKNAPOK

Az akciónk ideje alatt  
**10%-os kedvezményt**  
adunk minden gyermek-  
játékra, gyermekbútorra,  
gyermekgyapjúra, -takaróra,  
-párnára és hálósákra.



Budapest, EUROPARK Tel.: 347-15-45  
Budapest, Rózsakert Tel.: 391-58-37  
Budapest, Pólus Center Tel.: 419-42-68



## Figyelem! Szabadidőt szerezhet magának!

Ingek, blúzok, ágyneműk,  
terítők

### MOSÁSÁT, VASALÁSÁT

(külön vasalást is) vállalom.  
Kifogástalan minőségben  
házhoz szállítással.

Bécsné Túróczi Katalin  
Telefon: 242-4422

*Színek Világa  
alapítványi óvoda  
a hegyen*

**Angol, úszás,  
torna, zene,  
görkorcsolya és  
iskolaelőkészítő  
foglalkozások**

1037 Bp., Jablonka út 126/B.  
Telefon: 367-3620

## Automata öntözőrendszerek

tervezése, kivitelezése

## Kertépítés

Tíz éves szakmai gyakorlat  
Húsz működő rendszer csak itt a hegyen  
Mérnöki színvonalú munka

**V. 31 Bt., Bp. III., Jablonka u. 51. Tel.: 250-4557**

Óbudán, itt helyben, fent a hegyen

**Remete Panzió és Étterem**

*Színvonalas  
szállodai szolgáltatásokkal  
várja vendégeit*

**Hegylakóknak 10% engedmény**

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

Elromlott, nem működik, lejárt a garancia? HÍVJON!

**RED '99 BT****EZERMESTER A TESTVÉRHEGYEN**

Zárak, csaptelepek, kerti és háztartási kisgépek javítása  
és karbantartása, vasszerkezetek hegesztése, egyedi elképzések  
kivitelezése!

**MINDENT JAVÍTOK, AMI A HÁZBAN  
ÉS A HÁZ KÖRÜL ELROMLOTT!**

Árva Tibor, 1037 Budapest, Farkastorki lejtő 18/C.  
Telefon: 387-9839. Mobil: 06 (20) 952-0837

LAU-RA Cukrásztermékeket Előállító és Forgalmazó Betéti Társaság.  
Telefon/fax: 388-3125

**FŐVÁROSI ÜZLETEK, AHOL DIABETIKUS  
SÜTEMÉNYEK KAPHATÓK:**

Vajas sütemények boltja VI., Teréz krt. 20.  
Stefánia Cukrászda VI., Teréz krt. 43-49.  
Reform élelmiszerbolt és természet patika XIV., Thököly út 63/b.  
Calendula Bt. XII., Apor Vilmos tér 9-11.  
Príma Pék XIII., Szent István krt. 6.  
Mézes Kuckó XIII., Jászai Mari tér 4/b.  
Oké Cukrászda XX., Baross u. Topánka u. sarok  
Mini ABC XVII., Naplás út 95.  
Julius Meinel üzletek: II., Széna tér (Mammut),  
III., Kolosy tér, IV., Váci út (Jumbó), V., Ferenciek tere 1.,  
VII., Rákóczi út 50., XIV., Őrs vezér tere (Sugár)  
Vidéken: Pécssett: Diabét Kuckó Boltív köz 2.

**NK ablakrendszer**

- Kömmerling műanyag profilokból  
a teljes típusválaszték megtekinthető  
és megrendelhető
- Ajtókat, ablakokat, toló-bukó illetve  
harmónikaajtókat kívánság szerinti  
formában, színben és méretben szállítjuk

Kámán Magasépítő és Kereskedelmi KFT.

1037 Budapest, Erdőalja út 46.

Telefon/fax: 250-4795, 06 (20) 962-3036

Nyitva tartás: hétfő-péntek 9-12 és 15-18 óráig

**Egy éves a Fiakker Cukrászda  
a Flórián téri aluljáróban!**

*Napi ajánlatunk 30 különböző tejszínes  
sütemény, 18 féle főzött fagylalt.*

*Az ideai fagyiár 40 Ft/gombóc!*

Udvarias kiszolgálással és jó parkolási lehetőséggel várjuk Önöket  
a hét minden napján 9-21 óra között.

Tortarendelést tetszőleges méretben,  
alakban és ízben 24 órás határidővel felvesszünk.

*Látogasson meg minket személyesen,  
vagy adja le megrendelését a 06 (20) 951-9693 telefonon.*



Hagyományos Teddy macskók  
kereskedők  
és magánvásárlók részére.

Gyűjtőknek:  
limitált, sorszámozott darabok.  
Minden darab  
kézzel gyártott.  
Extra minőség szolid áron.

Telefon: 439-8727

**APRÓHIRDETÉSEK**

60 nm-es berendezett lakás  
parkirozási lehetőséggel kiadó a  
Máramaros úton. Tel.: 368-6088.  
Víz- és villanszerelési munkát  
vállalok. Tel.: 368-6088.

**ÓHEGY-HÍREK**

POLGÁRI HAVILAP  
Megjelenik 3000 példányban  
Szerkeszti: Piroch Kata  
Hirdetésfelvétel és levelezési  
cím: 1037 Bp., Máramaros u. 46.  
Tel.: 368-6088  
www.nexus.hu/ohegy

**Virág - ajándék**

Virág-ajándék bolt  
Megnyílt „egy jó  
hely” a III. ker.  
Pacsirtamező utca  
29. szám alatt  
(a Tímár u.  
buszmegállónál)

Kínálom: élő virágok,  
cserepes virágok,  
szárazvirág-dekorációk  
és mécsesek, gyertyák,  
kosarak, cserepek,  
érdekes kerámiák,  
csomagolóanyagok,  
üdvözlőlapok,  
kézművestárgyak,  
mézeskalács, édesség,  
valamint egyéb  
apróságok, mellyel  
meglephetik szeretteiket  
bármikor.

*Kívánság szerint  
egyedi  
csomagolásban,  
bázhoz szállítással*

Üdvözzel:  
Jóvér Andrea virágkötő  
Tel.: 06 (20) 923-1097

Nyitva tartás:  
hétköznap  
9-18,  
szombaton  
9-13 óráig,  
vasárnap zárva.

**Áprilisi DEWALT  
ipariszerszám-akció!**

A nagyértékű DEWALT gépekhez  
kerékpárt adunk ajándékba

**-10%  
kedvezmény**



Bp. III., Bécsi út 265.  
(1-es villamos végállomásánál)

Telefon: 388-9965 • e-mail: gelko@mail.matav.hu