

Óhegy Vállalkozói Klub a Népházban

Egyesületünk február 25-én, immáron másodízben toborozta klubnapra, 4 órai teára a hegyvidék vállalkozóit. Az összejövetel – kellemes hangulata mellett – elgondolkodtató tanulságokkal szolgált mindnyájunk számára.

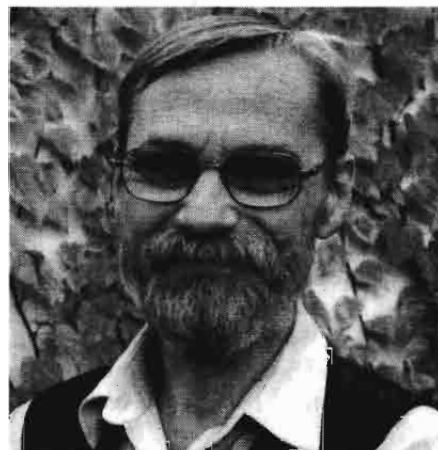
A délután 4 órára igazán pontosan összegyűlt kis közösség előtt meghívott előadóink szakszerű, a felvezetett témákban nagy jártasságot és gyakorlatot mutató tájékoztatást nyújtottak a jelenlévőknek. Felcsúti László építész, településtervező ismertette a közelmúltban megszületett, és az építési jogszabályi hierarchiába illeszkedő Óbuda-kerületi Városrendezési és Építési Szabályzatnak (ÓKVSZ) a hegyvidékre vonatkozó előírásait. Részletes tájékoztatást adott arról, hogy a Szabályzat által kijelölt, részletesebb rendezést és szabályozást igénylő területeken milyen ütemezésben készülnek (készültek) el a szabályozási tervek. Megtudtuk azt is, hogy ezek a tervek összhangban vannak a magasabb szintű, általánosabb terület-felhasználási szempontokat tartalmazó, jóváhagyott tervi elhatározásokkal, és csupán az adott területek beépítésének, hasznosításának módját pontosítják.

A színesen nyomott tervlapok tartalmát megismerve tudomást szerezhettünk arról, hogy a hegyvidékhez kapcsolódó, abba nagy mélységben bele is nyúló, rekultivált (zöldfelületként hasznosítható) múltbéli, téglagyári agyagbánya területeket szabadidő eltöltés, sportolás, vendéglátás és egyéb, zöldfelületbe illeszthető létesítmény céljára kívánja az önkormányzat felhasználni. Ezeknek a területeknek a konkrét és részletes kialakítását célzó pályázati tenderek részben már elkészültek, és a pályázó vállalkozók hamarosan megtehetik kivitelezési ajánlataikat.

Az előadó elmondta, hogy ezeknek a leendő zöldfelületeknek a már beépített lakóterületekhez közel eső peremrészein, a kevésbé csúszásmentes sarkokban csekély ta-

lajterhelést adó épületek is elhelyezhetőek lesznek. Az építés feltételeként viszont az önkormányzat előírta, hogy az építendő épületek tulajdonosainak kell majd fenntartaniuk a több hektárnyi zöldfelületeket is. A fenntartás, növénytelepítés módját szigorú, és a környezetvédelem szempontjait maximálisan szem előtt tartó szabályok írják elő. Tájékoztatásképpen megemlíttette, hogy a kerület tagoló és feltáró teljes úthálózatot egy régebben készült forgalomszervezési elképzelés alapján kívánták fejleszteni. Időközben azonban a főváros, a kapcsolódó kerületek, a környékbeli kistelepülések közlekedése, forgalomirányai jelentősen megváltoztak, így szükséges, hogy Óbuda közlekedésfejlesztési koncepcióját is módosítsák a közeljövőben, különben a már amúgy is szinte tarthatatlan helyzet katasztrofálissá válhat. Vélhetően a közlekedési anomáliák krízispontjai a hegylakók életének is.

Hoffman Iván, a 9. választókerület önkormányzati képviselője, a képviselőtestület Jogi- és Kisebbségi Bizottságának, valamint Vagyonnyilatkozatokat Kezelő Bizottságának tagja, másik meghívott vendég-előadóink érdekesítő előadást tartott arról, hogy egy-



Felcsúti László

egy megvalósuló elképzelést, kerületi jelentőségű beruházást milyen lakossági és egyéb igények alapján, milyen önkormányzati, egyeztetett bizottsági megállapodások előznek meg. Kiderült, hogy a mindig szűkös pénzügyi lehetőségek keretein belül milyen átcsoportosítási manőverekkel lehet mégis – természetesen a jogszerűség betartásával – legtöbbünk meglegedésére jól gazdálkodni. Igen fontosnak ítélte azt, hogy mind a lakossági általános, mind a kisebb civil közösségek által megfogalmazott, konkrét igények lehetőleg a rendelkezésre álló szolgálati utakon jussanak el a megfelelő fórumokhoz. Ismételtén felhívta a figyelmet a képviselői fogadónapok kihasználási lehetőségeire, ígéretet téve arra, hogy a hozzá eljuttatott bármiféle, orvosolható problémát a legrovidebb úton továbbítani fogja az annak megoldására illetékes önkormányzati szervezethez.

Meghívottaink bevezető előadása után a jelenlévők hozzászólásai, kérdései hangzottak el. A kérdésekből kitűnt, hogy örökzöld téma a közművesítés, a közlekedés még megoldatlan problémacsoportja. Szinte visszacsengtek a januári klubnapon elhangzott panaszok: egyes területek tulajdonjogának tisztázatlansága, bizonyos hatósági kezdeményezésekben az illetékesség megállapításának hiánya. Ismét fölmerült a hegylakóknak az a mindmáig megoldatlan igénye, hogy az utak, csatornák építéséről, felújításáról, az ezekkel kapcsolatos várható tennivalókról, esetleges kényelmetlenségekről időben, és lehetőleg minél kimerítőbben tájékozódhassanak. Ne csak az utolsó pillanatban és hiányosan.

(Folytatás a 2. oldalon)

ISMÉT VASÁRNAPI EBÉD!

Az első tavaszi vasárnapi ebéd
március 23-án 13 órakor
kerül kimérésre a Népházban.

Menü: LUCSKOSKÁPOSZTA
Ára 600 Ft.

Házigazda és főzőasszony:
Cseresznyák Veronika

Jegyek elővételben vásárolhatók
Soós Ibolyánál a Népházban,
esetleg a részvételi szándék előzetes
jelzését is elfogadjuk
a 430-1326-os telefonszámon,
péntek estig bezárólag.

Bemutatkozik az Óhegy Hírek alapító-szerkesztője

Keresztesné Szél Anna

Legkeményebb erőfeszítéseim ellenére is tevékenységemben nem ritkán párosul a haszontalan és a kellemetlen. Így aztán igazán emlékezetes, ha mégis sikerül olykor egy-egy kivételes esetet megélni. E szerencsés epizódok közé sorolhatom az Óhegy Hírekkel kapcsolatos tapasztalataimat.

A hegyre költözésünk után néhány hónappal, 1994-ben az Óhegy Egyesület akkori vezetői megkerestek azzal a kérésükkel, hogy segítsék egy újság alapításában. A kihívás tetszett, mert a rutin feladatvégzés mellett a munka további tartalmat is jelentett, azt, hogy valami maradandó értéket, embertársaimnak hasznosat teremthetnek. Így lettem alapító-szerkesztője az Óhegy Híreknek. A lap kiadásának szervezése és szerkesztése által tapasztalatokkal gazdagodtam, kitűnő emberekkel kerültem kapcsolatba. Összegezve, végképp kellemes munkának bizonyult. Persze voltak helyzetek, amikor meglehetősen magányosnak éreztem magam. Ilyen problémáim főleg a lap megjelenéséhez szükséges anyagi források előteremtésében, a hirdetések beszerzése során adódtak. Emlékszem, egyszer szakadó esőben vergődtem el egy leendő hirdetőhöz az összegért, ami kellett még a költségekhez. Ő ridegen fogadott a vizes lepedővel, hogy meggondolta magát, mégsem hirdet abban a hónapban. Hála a teremőnek, mindig akadtak segítő cégek és emberek, akik átjuttattak a nehézségeken. Másfél év elteltével új kihívásoknak kellett eleget tennem, és ekkor átadtam a már életképes lap kiadását és szerkesztését az Egyesületnek, amely áldozatos munkával immár nyolcadik évfolyamában, szünetelés nélkül publikálja a kiadványt.

Az én küzdelmeim a hegyvidéken ezzel korántsem értek véget. A környéket persze már gyerekkoromtól ismerem. Mint angalföldi lakosnak, nekem a természetet a budai hegyek jelentették, és családdal, barátokkal gyakran kirándultunk errefelé. Az üde környezet, no meg az a különleges hegyvidéki hangulat mindig feltöltött, erőt adott a nagyvárosi élet elviseléséhez. Akkortájt nem is mertem remélni, hogy valaha majd itt lakom. De a könyörületes sors mégiscsak úgy hozta, hogy 1994-ben férjemmel itt béreltünk lakást, majd 1998-ban egy felújítandó ház tulajdonosaivá váltunk. (Köszönöm gondolatbeli kérdéseiteket, a felújítás, ha végeláthatatlanul is, de halad.)

Mindeközben más munkát is vállaltam – ez a második ellenpéldám, amelyben, akár csak egy juppi üzletkötőnek, aki a szerződéseit

San Franciscóban vagy Párizsban írja alá, sikeredett ötvözni a kellemeset a haszonnal. Jelenleg a Piros Orr Bohócdoktorok Alapítványnál, a bohócdoktorok koordinátoraként dolgozom. Az



Alapítvány tevékenységének célja, hogy a beteg gyerekek lelki jólétét elősegítse. Erre a különleges feladatra bohócokat képzünk, akik a kórházban fekvő gyerekeket rendszeresen látogatják és a vidámság eszközével gyógyítanak. Ezért hívjuk őket doktoroknak. Jelenlétükkel, játékaikkal segítik elviselni a gyermekeknek a családtól, barátaitól való elszakítottaságot és a kórházi beavatkozások által okozott félelmeket. Az ötlet 1986-ban New Yorkban született. Európába áterjedve a skandináv országoktól Franciaországig komoly elismertséget vívott ki. Hollandiában, Belgiumban, Ausztriában országos hálózatok alakultak meg. Hazánkban hatodik éve működnek a bohócdoktorok 5 budapesti gyermekgyógyintézményben. Célunk, hogy a vidéki városok kórházaiba is eljussanak. Első vidéki helyszínünkön, a győri megyei kórházban már kéthetente egyszer bohócviziteket tartunk.

A hegyen is vannak támogatóink. Akik még segítenének, azok az 1% átutalásával hozzájárulhatnak e sok családot érintő, lelki támaszt jelentő szolgálat további fenntartásához. (Adószámunk: 18090628-2-41)

Bár mindez annyira lefoglalt az elmúlt néhány év folyamán, hogy időmből sajnos már ritkábban futotta a Népházra (a Zöld Szamár Színház még egy emlék, amire szívesen gondolok vissza), de remélem, amennyiben munkám megengedi, ez módosul majd a jövőben. Nem titkolom, néhány szenvedélynek is élek, amelyekhez makacsul ragaszkodom, ameddig csak tehetem. Hetente egyszer-kétszer egy félórányi sífutás vagy kocogás a Guckler Károly ösvényen (bűn lenne kihagyni, ha már a hegyen lakunk), heti egy film, színdarab vagy koncert (ha már Budapesten lakunk), az alvás előtti olvasás (ha már emberek vagyunk: most éppen II. Erzsébet királynő titkos naplóját (Constance, Lady Crabtree válogatása) élvezem és tudom ajánlani). No meg a már több évre visszanyúló heti néhány óra társastánc, amelyet férjemmel együtt űzünk, és amelyet mint stresszoldót, ha hiszik, ha nem, többnyire kellemesnek, hasznosnak ítélnék.

Óhegy Vállalkozói Klub a Népházban

(Folytatás az 1. oldalról)

Az összejövetel egyre jobban kezdett valamiféle lakossági fórumhoz, vagy képviselői fogadóórához és beszámolóhoz hasonlítani. Annál is inkább, mivel a címben szereplő vállalkozói gárda még a januárinál is kisebb létszámban képviseltette magát. Félreértés ne essék, az együttlétünk nagyon hasznos, a két beszámoló pedig igen magvas, és úgy tűnt, a jelenlétük érdeklődését bőven meghaladó volt, csupán az volt a baj, hogy ez minden volt, csak nem Vállalkozói Klub.

A rendelkezésre álló – és valóban igen hasznosan kitöltött – idő lassú lejárátaival a jelenlétük nagy része a meghívott előadókkal együtt nagyon fellelkesülve bár, de távozásra kényszerülve elment. A majdnem este 7 óráig tartó klubozás után az egyesület vezetősége és az Óhegy-hírek szerkesztősége rövid tanácskozásra még a Népházban maradt. Néhány belső, szakmai kérdés megbeszélése után az a döntés született, hogy az eredeti szándékunk megtartásával, – azaz mind a vállalkozók, mind a nem vállalkozó hegylakók igényeit kielégítő fórumot teremteni –, új nevet adunk a klubnak. Változtatunk a kezdési időpontra, és így a legközelebbi alkalomra szóló meghívás a következőképpen szól:

TEA-KLUB

6 órai tea a Népházban
2003. március 25-én,
kedden 18 órakor.

Téma: a magyar vállalkozók helyzete
az EU-ban

Reméljük, hogy a név- és időpontváltozás hatására bátrabban, oldottabban, s főképp nagyobb számban jönnek majd el mindazok, akik valóban tenni is szeretnének valamit a hegyért, az egyesületért, a Népházért.

Korábban fölmerült jogos igényt kívánunk kielégíteni azzal, hogy a legközelebbi alkalomra olyan előadót hívunk meg, aki a várható EU-s csatlakozásunk jogi, gazdasági és pénzügyi hátterének ismeretében megfelelő válaszokat adhat a hegyvidéki vállalkozókat foglalkoztató kérdésekre.

Mindenkit szeretettel várunk!

Befejezésül: ezúton is köszönjük Felcsúti László és Hoffman Iván uraknak, hogy elfogadták meghívásunkat, és tájékoztató jellegű, de pontos adatokban bővelkedő előadásukkal gazdagították klubnapunkat. Szeretnénk, ha jó egészségben végezhetnének munkájukat ezután is, és az elkövetkezendő időkben is ugyanígy számíthatnánk részvételükre, hasznos tanácsaikra, pontos tájékoztatásukra.

Szász Kálmán

„Harminc éve...”

...Mostanában egyre több beszélgetés kezdődik így.

Az újságunkban is olvastam erről, ez meg az történt volna, épp akkortájt.

Miért éppen harminc éve? Mitől lehetett ez olyan fontos időszak?

Talán akkor kezdett benépesülni a Hegy. A hétvégi házakból otthonok lettek.

Mi is azokban a sokat emlegetett hatvanas években kerültünk a Hegyre.

Még a „víkendházba”, de már ide érkezett a várva-várt első gyerekünk. Aki a legszebb, a legjobb, a leg-legebb kisbaba volt a környéken. És még azon is túl...

Ő most szép, okos, fiatal felnőtt. Előtte az élet.

A házuk viszont, ami szintén akkorában keletkezett, ma már az öregecske jelzőt viseli. Erre döbentett rá minket egy kedves építész barátunk épp a napokban. Továbbá, ha nem újítjuk fel, eladás esetén már csak telekárát érne az egész.

No, ez kifejezetten rosszul esett nekünk. Hogy adhatnánk el mi az életünk jelentős állomását? Dehogy megyünk mi innen bárhová is! Ha így hozta a jósorsunk, hegylakók maradunk, és punktum!

Egy-két házat leszámítva, telefon sem volt a házakban 30 évvel ezelőtt.

Ha sürgősen orvos kellett, vagy valami intéznivaló akadt, szaladtunk valamelyik telefonfülkéhez. Remélve, hogy működik. És ne felejtjük el, akkor még tantusz kellett az üdvösséghez.

A kilencvenes évek vége felé mi is kaptunk telefont. Éppen 30 évvel az után, hogy beadtuk az első kérvényt.

Közben persze okafogyott lett a dolog, mert ma már van mobil, lehet sms-ezni és e-mailt küldeni. Talán mindezek még olcsóbbak is, mint a sok évig vágyott vezeték. Sokan már nem is foglalkoznak a telefon-bevezetéssel.

De jó.

Az utcánk, 30 évvel ezelőtt, még csak a térképen létezett. Elég kalandos úton lehetett hazajárni. Szolgalmi utunk volt, a telek alsó vége felől. Ezt meg egy mérges kutya uralta. Persze mindig szabadon volt.

A kedves szomszéd nem szerette ezt a mi szolgalmi jogunkat. Biztos igaza volt neki.

Mi meg szerettünk hazajárni.

Nehezen talált meg minket a butángázós, a postás, a tűzépes, és néhány barátunk is feladta.

Aztán csak megnyílt a telek felső végén az utca. Pár évig még nyakig sárban jártunk-kelünk. Majd murvát hozatott a Tanács, amit szerencsére, levitt az első eső, hál isten még a Flórián téren túlra is.

Így aztán mégis betonos burkolatot kaptunk. Igen szeretjük ezt az utcát, sőt, megbecsül-

juk. Sajnáljuk is, amikor utólag felbontották, hogy vizet, csatornát, gázt tervezzenek bele.

És kapott egy szép hosszú nevet is.

Többen érdeklődtek már, ki lehetett a keresztanyja vajon?

Ha ismernék, át lehetne adni néhány üzenetet. Sokan emlegetik.

A hivatalok is örülnek, ha bárhol bemondom. Mindig az a vég, betűzze kérem. Jó.

30 éve viharos lakógyűlések voltak a mostani Népházban.

Mindig gond volt, hogy alig szólunk hozzá, pártoló ötleteket hiányoltak.

Egyszer aztán mi is hozzászólunk.

Előterjesztettük, hogy jobb lenne, ha a két buszjáratot úgy tempíroznák, hogy ne egyszerre érjenek le.

A hivatal akkortájt egy hónapon belül kötelezően válaszolt.

Mi is kaptunk válaszevelet, mely arról tudósított, hogy a Farkastorki árok ügyében tett konstruktív javaslatunkat milyen nagyra értéklik. Köszönjük.

Mi is.

Akkor még nem ismertük a környéket, így azt sem tudhattuk, van ilyen nevű utca.

Jó kis sztori volt, évekig nevetgáltunk ezen, még társasági sikerünk is volt belőle.

Vannak újmódi dolgok is, amik azelőtt nem voltak.

Ilyen a betörés.

No, ilyesmi nem volt itt, a Hegyen, 30 évvel ezelőtt.

Azok a drága ősök, akik a kertekben tettek-naphosszat és szépítették a környéket, kedvesen megkérdezték minden tébláboló szájatit. Elnézést, uram-hölgyem, netán keresni tetszik valakit, szívesen segíték, ha nem veszi talakodásnak. Lefordítva: tessék eltávozni, de nagyon gyorsan, ha nincs itt dolga.

Áldott legyen az emlékü.

Ugyanők levágták az ágakat a járdák felett, akkor is, ha nem lakott azon a telken senki.

A sok kis romantikus lépcsőn sem szaggatta a ruhánkat a vadszilva...

Nem lehetett megelőzni őket az előre-köszö-nésben. Ügyeltek rá, hogy a másik ember méltósággal élhessen.

A férfiaknak nem hunyt ki a csintalan fény a szeméből még idős korukban sem, ha üdvözölhettek egy csinos szomszédnőt.

Persze, kellő tisztelettel.

30 évvel ezelőtt, azóta és ezután is, jó itt lakni.

Jó lesz, ha kiteszünk mi is magunkért, hátha egyszer, 30 év múlva, megint eszébe jut valakinek, hogy rólnuk is írjon.

Amilyen szépen alakulnak a dolgok itt, a Hegyen, biztos nem lesz oka panasza.

W. Grass

A zebra

Ezt aztán mindenki tudja, hogy mi csoda.

Itt is van, ott is van. Van a mi utcánkban is.

Éppen most pingálták frissen.

Jól látható messziről is.

Mi, gyalogosok, átjárunk rajta és ismerjük a feltételeket is, hogyan lehet biztonságosan leközdeni.

Az autósoknak meg a KRESZ direkt előírja, hogyan vigyázzanak ránk, gyalogosokra. Nem lehet olyan sietős az úticél, hogy erről megfeledkezhesen bárki is.

Egyik reggel itt állok a hegyi főutcánkon, a lefelé tartó busz megállójában. Már jól elmúlt hét óra.

A közeli mellékutcából érkezik egy kisdia. Ahogy látom, nagyon igyekezik át az úton, a felső megállóba.

Jókora táska van a hátán, és csak topog az úttest innenső partján.

Átmenne.

A zebra.

De nem lehet.

Egyik kocsí a másik után rohan lefelé, folyamatosan.

Úgy látszik, ma egy ilyen reggelre virradtunk.

Mindenki a saját gondjával van elfoglalva.

Vagy mi?

A helyzet fokozódik, amikor megjelenik a „százás”, hegymenet.

Jön-jön, felfelé.

Már majdnem itt van.

Még át lehetne érní.

De a kicsi csak nem jut át.

A buszsofőr pedig kivételesen nem veszi észre, mire készülne a gyerek.

A megállóban ugye nem tartózkodik senki, leszálló meg szintén nincs, – így továbbhajt.

Logikus.

Még látom, amint mégiscsak átér szégyenke. Lehajtja fejcskáját és hüppögve sír.

Miért is?

A következő busszal esetleg már elkérik a suliból.

Az iskola kapujában felniák.

Aztán ezt meg beírják az ellenőrzőbe.

Este alá kell írtni a szülőövel, aki lehet, éppen „félközött” lesz munka után.

Így hát a nebulót még jól le is szidják.

Hát ő a hibás?

Netán a zebra?

No ugye! Most megvan!

W. Grass

Artúr király rovata

Tíz kérdés az emberhez

**CSAK KUTYA-
BARÁTOKNAK!**
HATODIK KÉRDÉS: SŰRŰN BESZÉLJ VELEM. AKKOR IS, HA A SZÓT TALÁN NEM ÉRTEM, A HANGODRA FIGYELEK.

Vajon miért nem tud beszélni a kutya?

Micsoda buta kérdés ez?! Mi az, hogy miért nem tud beszélni a kutya? Amikor természetesen tud! Nem gondoltatok még arra, hogy amelyikőtök ilyen tudatlan, az lehet, hogy úgy jár, mint a viccbéli öreg juhász? Nem ismeritek? Elmondom.

Áll az öreg juhász a pusztában, megáll mellette egy autó, és a vezető németül kérdez valamit. A juhász csak támaszkodik a botjára, nem válaszol. Az idegen megkérdi ugyanazt angolul, majd, hogy erre sincs válasz, franciául, spanyolul, olaszul. De a juhász hallgat. A külföldi megunja, s elviharzik.

– Azért egy idegen nyelvet nem vón' butaság megtanulni – mondja a kisbojtár.

– Minek? – kérdi az öreg juhász. – Látod, ez tudott vagy tized, oszt' mire ment vele?

Vagyishát, az csak egy dolog, hogy mi tudunk-e beszélni, de vajon Ti képesek vagytok ezt megérteni?

Mielőtt elmondanám, hogy hogyan is beszélünk mi, nézzünk előbb Titeket: hogyan tanultatok meg Ti beszélni? Megmondhatom, két dolognak köszönhetitek: a kezeteknek, meg a húsevésnek. Az úgy volt, hogy vegetáriánus őseitek egész nap csak ettek, hogy megteljen a hasuk. Egyszer aztán valamelyik véletlenül bekaphatott valami gyíkot, s érezte, hogy hirtelen tele lett a hasa, nem kell tovább gyűjtögetnie. (Ja kérem, a fehérjét ugyebár közvetlenül vitte be a szervezetbe...) Így hirtelen rengeteg ideje támadt, unalmában aztán észrevette a kezét, és azt mondta: jé, ez meg micsoda? A többi pedig már ment magától...

Vagyis azért, hogy mi mégsem tudunk pontosan úgy beszélni, mint Ti, amiatt elsősorban az szégyelli magát, aki nem adott nekünk kezét. Mert egyébként, hífeim szerint, a torkunkban ugyanazok a szervek találhatóak, mint a Tiétekben.

Az etológusok – még hozzá magyar etológusok! – legújabbán azt feltételezik, hogy az emberi társadalomszerveződéssel nagyjából egy időben háziasított elődeim, mostanra elsajátítható az emberi „nyelvi komplexum” csaknem minden elemét. Ilyetén módon mostantól akár jogos is lehet az „olyan okos, hogy éppen csak meg nem szólal” kifejezés, ami egyébként teljesen jogos is! A tudósok szerint ugyanis, ahogyan az ember 100-150 ezer évvel ezelőtt volt, most mi, kutyák vagyunk közvetlenül a „beszéd” kialakulása előtti stádiumban. Hát majd meglátjuk...

Addig azonban még számos különbség van kettőnk beszéde között. Például Ti úgy mond-

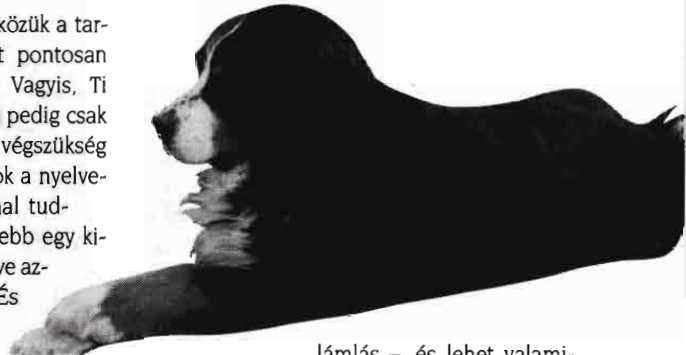
tok szavakat, hogy azoknak nincs közük a tartalomhoz. A mi szavaink viszont pontosan megegyeznek a mondandónkkal. Vagyis, Ti tudtok mosolyogva is gyilkolni, mi pedig csak fogvicsorgatva, s tegyük hozzá: végszükség esetén. Nektek meg kell tanulnotok a nyelveketek, mi, a miénket szinte azonnal tudjuk, ahogy megszülettünk. Legfeljebb egy kicsit alakít rajta anya vagy apa, illetve aztán az ember, akihez kerülünk. (És innentől kezdve a felelősség is az övé: ha tudatlan, mi is azok leszünk, ha okoska, belőlünk is tudós válik.)

Na akkor nézzük az állatok leginkább ismert beszédünket, amit mindközönségesen ugatásnak hívtok. Ez a leggyakoribb hangadás, leginkább így beszélünk. Rengeteg embernek fogalma sincs, hogy például, amikor örülünk, az ugyanúgy ugatásnak hallatszik, mint amikor komolyan bosszúsak vagyunk, miközben a következmények teljesen mások lehetnek... Annyit elárulhatok, ha mélyebb torokhangon ugatunk, az nem túl jó jel, ha viszont magasan szárnyal az ugatás, akkor talán éppen mi félünk valamitől. De ugatva-beszélünk, ha jön valaki, s ugatunk – de még hogy –, ha a Papa megjön, ha sétálni megyünk, ha végre meglátjuk Jennykét, akiről remélem, e rovat minden olvasója tudja már, hogy hűség szerelmem. Ja, és ugatjuk a holdat is.

Illetve azt inkább vonyítjuk, amit a Papa csak tutulásnak nevez. Ezt olykor reménytelen helyzetekben is tesszük, például amikor reménytelenül szerelmes a kutya, vagy a többiek kint lehetnek, neked meg a hülye házadban kell lenned, de amikor tutulunk, egy kicsit mindig megborzongunk. Mert ez valami olyasmi, amit nem csak mi csinálunk, hanem megszólal belőlünk valaki, sok tízezer év mélységéből, akiről a Papa azt mondja, hogy ő a farkasos. Egy vérből való vagyunk, te meg én... Megjegyzem, a mi utcánkban a legszebben egy bizonyos Gina nevezetű óriás-schnautzerlány tutul; ő aztán mindent tud erről, amit csak tudni lehet.

Aztán van a morgás, ami, hát valljuk be, nem biztat kifejezetten a barátkozásra. Ez már közvetlenül a nemtetszést kifejező támadás előtti hangulatunkról tudósít, sokszor egyébként éppen azért, hogy figyelmeztessük az illető két- vagy négy lábút, hogy a legsürgősebben helyet kellene néki változtatnia...

Aztán van a vinnyogás, ami egy nekünk rossz állapot elmesélése: biztos, hogy bajban vagyunk. Ez lehet lelki trauma – ézzenegés, vil-



lámolás –, és lehet valamilyen testi sérülés, fájdalom jele is.

Aztán van a csaholás, ami némileg rokon a vinnyogással, már annyiban, hogy valamilyen fájdalom esetén hallatjuk.

Aztán van a nyüszítés, ami egyértelműen az öröm jele. Amikor például a Papa hazajön, akkor ez megy. Ő megkérdi, hogy volt a mai napom, én meg elmondom, hogy mennyire vigyáztam mindenre, hogy hogyan védtem az otthonunkat, hogyan vigyáztam a családra, hogyan dacoltam az elemekkel s a rossz kinézetű emberekkel, hogy micsoda megpróbáltatás ért a porszívózás miatt, s egyáltalán: hány további hőstettet hajtottam végre egész nap, s hogy milyen boldog vagyok, hogy végre hazatalált. És erre mondjátok Ti, fületlenek, hogy nyüszít a kutya...

És mindez, higgyétek el, semmi. Mert mi igazából nem is a hangunkkal, hanem a testünkkel beszélünk: igen erőteljesen például a farkunkkal, aztán az arcunkkal, meg azt hiszem azzal a hatodik érzékünkkel, ami nektek nincs. Mi hallunk olyan hangokat, amiket Ti nem, mi érzünk olyan szagokat, amiket Ti nem, s mi megérezzük olyasmit is – katasztrófa, földrengés –, amiről fogalmatok sincs, hogyan is csináljuk. És hiába magyaráznám, nem értenétek meg.

Nyugodtan mondhatom, a kutya ma már képes az emberrel egyenrangúan beszélni. S, hogy ezt elsajátítsd – némi odafigyelés és tanulás után –, nem is mindig reménytelen vállalkozás. Ehhez jó példának ajánlhatom a Papát, aki minden kutyaszót megért, akivel mindent meg tudok beszélni.

Igaz, még a családban sem mindannyian vagyunk ezzel így. Amikor reggelente elmegy, mindig azt mondja nekem: szervusz csillagom, igyekszem haza, hozzád. Mire a Mama válaszol a konyhából: szervusz, fiam.

Mire én: nem is Neked mondta...!

Következik a hetedik kérdés: Tudd meg: ahogy velem bánsz, azt soha nem felejtetem el.

Vérnyomásmérés

Bizonyára sok olyat írok most le, amelyet tudnak a Kedves olvasók, de bocsássák meg, hátha a kezdőknek, az új betegeknek és a nem betegeknek mondhatok valami újat.

MIÉRT MÉRÜNK VÉRNYOMÁST?

A szív mintegy 6 liter vért folytonosan keringésben tart, így biztosítja a szervezet oxigén- és tápanyagellátását, illetve megakadályozza a salakanyagok lerakódását. Ebben nemcsak a vér mennyisége döntő fontosságú, hanem az erekben, különösen a hajszálerekben keringő vér nyomása is.

VÉRNYOMÁSZAVAROK

A magas vérnyomás (hypertónia) jellemző tünetei a fejfájás, szédülés, gyengeségérzet, látászavarok, fülzúgás, sápadtság, vagy éppen a bőrpír.

Az alacsony vérnyomás (hipotónia) szintén kellemetlen tünetekkel, állandó fáradtsággal, teljesítőképesség csökkenéssel jár.

Az eddig említett tünetek viszonylag ártalmatlanok. Az idősebb betegeknek sajnos az agyvérzés, a szívinfarktus veszélye is fennáll.

Jó okunk van tehát, hogy vérnyomásunkat időnként ellenőrizzük, annál is inkább, mert gyorsan kivitelezhető.

VÉRNYOMÁSMÉRÉS

Két alapvetően eltérő módszerrel történhet. Az ún. „véres” vérnyomásmérést ritkán alkalmazzák, a mindennapos eljárás „vértelesen”.

Az első esetben az orvos egy verőérbe vezetett kanült csatlakoztat a manométerhez.

Rendszerint azonban a szokványos „vértelesen” gumimandzsetta és hallgató (sztetoszkóp) segítségével történő vérnyomásmérés is tökéletesen megfelel. Felfújható mandzsettát helyezünk a felkar köré, és addig fújjuk bele a levegőt, míg a mandzsetta elnyomja az ott lévő verőeret. Ekkor a pulzus nem tapintható, illetve nem hallgatható, mivel nincs áramlás.

Most a könyökhajlatra helyezzük a hallgatót, és a levegőt lassan kiengedjük a mandzsettából.

SZISZTÓLÉS ÉS DIASZTÓLÉS ÉRTÉK

Amint kopogó hangot hallunk és a pulzus is azonnal tapinthatóvá válik, leolvassuk a mérő állását. Ez az érték a szív összehúzódása idején mért, úgynevezett szisztolés nyomás, a vérnyomás felső értéke.

Az alsó érték a szív telítődésekor mért ún. diasztolés érték, amely az erek rugalmasságáról is tájékoztat. Az utóbbi érték a következőképpen állapítható meg: ahogyan a mandzsetta szelepén kiáramlik a levegő, a man-

dzsetta nyomása csökken. Az érben egy ideig hallható az örvénylő véráram hangja. Az alsó értéket a hang eltűnésekor olvassuk le.

NORMÁL ÉRTÉKEK

A diasztolés természetesen jóval alacsonyabb a szisztolésnál. Egészséges embernél a diasztolés, alsó érték 55-90 hgmm, a szisztolés, felső érték 120-150 hgmm.

Ha tehát valakinek 2 napon át, háromszor naponta megmérve az átlag vérnyomása 150/90 hgmm felett van, magas a vérnyomása.

Persze a két érték viszonya nagyban függ az életkortól, az erek rugalmasságától, a vér sűrűségétől, attól, hogy áll-e, ül-e, vagy fekszik-e az illető. Ezért csak orvos döntheti el, hogy a mért érték betegségre utal-e vagy sem.

Idős korban magasabb a vérnyomás, ez nem kóros, szervezetünk ezzel kompenzálja a véredények csökkenő rugalmasságát.

MIT JELENT A HGMM?

Ha a vérnyomás pl. 120 hgmm, akkor a műszer higanyszála 120 mm-rel emelkedik. A nem higanyos műszereket szintén ennek megfelelően kalibrálják. Újabban a kilopascal (1 hgmm = 1,33 kp) mértékegység is használatos.

ELEKTRONIKUS VÉRNYOMÁSMÉRŐK

Működésük általában automatikus. Az érben keringő vér hangját a hallgatót helyettesítő mikrofon érzékeli és értékeli.

Csak a hitelesített műszer megfelelő, kérjünk pontos kezelési tájékoztatást és próbáljuk ki a készüléket, mielőtt hazaviszük.

Kőszegi Péterné
gyógyyszerész

Kerti dolgaink

emélnék, hogy a csapadékos és mínusz fokokban gazdagon ellátott telünk után csak megjön a tavasz, illetve a kerti munkakezdés ideje. Tennyivaló van bőven egy ilyen tél után.

Pázsitunkból a mohát ilyenkor vasszulfáttal irthatjuk ki. Készítsünk tervet, és rendeljük, illetve vásároljuk meg a szükséges magvakat, a tavasszal ültetendő gumós és hagymás növényeket. Februártól metszhetjük a gyümölcsfáinkat. Lehetőleg viseljük kesztyűt, mert mínusz fokoknál a meleg kéztől fagyfoltos lehet a vessző. Márciustól a rózsákat is elkezdhetjük visszavágni a hely védettségétől függően. Rügypattanás előtt végezzük el a dísz- és gyümölcsfák, bokrok olajos jellegű lemosó permetezését. Ezzel több nyári, erős méregtartalmú permetezést tudunk kiváltani. Március közepétől már kitakarhatjuk a vízmedencéket is. Ellenőrizzük a lugasok, pergolák, kerítések oszlopait, javítsuk ki a téli kártételeket. Szintén az időjárásról függően már sor kerülhet az első fűnyírásra is márciusban. Amennyiben tavaszi hagymások vannak a pázsitban, várjuk meg ezek elvirágzását az első nyírással.

A gyümölcsfák metszésekor lekerülő virágrügyes vesszők már kivirágoztathatók vázában.

Remélem, hogy az erős hideg és a sok hó kevés kárt okozott a kertkedvelő hegylakóknak, és az induló munka csak örömet okoz.

Szép időt, jó kertészkedést kívánok!

Ort János
kertész

Kezdődik a visszaszámlálás!

A minap a világhálón aktuális kulturális programok után kutakodtam és eljutottam Budapest honlapjára, a www.budapest.hu címre. Tetszik a honlap, hasznos információkra leltem. Megtaláltam, amit kerestem, és azt is, amit nem. Hirtelen felcsillant a szemem az „Indul a lomtalanítás” cím láttán. De gyorsak leszünk most! – gondoltam magamban. Az jutott az eszembe, hogy idén először jó előre, már márciusban hírt adunk lakótársainknak a lomtalanítás időpontjáról, a továbbiakban pedig csak egy kis ismétlő figyelmeztetéssel jelezzük, közeledik a lomelszállítás ideje. Utána legörbült a szám. Hogy miért? Mert nem találtam a listán a III. kerületet. Szememmel többször végigpásztáztam a sorokat, hátha előzőleg csak lomha voltam, felvettem a szemüvegemet is, de így sem jártam nagyobb sikerrel. Nincs ott. A mi kerületünk nem szerepel a felsorolásban! Vajon miért vagyunk ilyen mostohagyerek? Aztán összeszámoltam a kerületeket, és kiderült, rajtunk kívül még három kerület hiányzik a felsorolásból. Mi lesz velünk?! Lomokban hevertem...

Ám két nappal ezután ismét rákilkentem a webhelyre, s láss csodát! Az összes kerület szépen, precízen ott sorjázott az oldalon.

Tehát, kezdődik a visszaszámlálás! 11 hét, 10 hét, ... május 19-23.!!!

létélé

Toll-Hegy MÁRCIUS

„Szép orcad tükrözé a hold is,
azt hittem, téged látalak ottan:
friss illatot lehelte a nárcisz,
dúskálni véltem illatodban.”

A NÁRCISZ

A középkori iszlám irodalomban gyönyörű sorok születtek a női szépségről, a női bájokról. A fenti idézet egy IX. századi iszlám költő tollából származik, aki kedvesét a Holdhoz hasonlította, mint ahogy általában a Hold szimbolizálta a nőt (míg a férfiakat legtöbbször a fényes Nap). Az arc bájainak leírásakor a hasonlatok és megszemélyesítések között gyakran megjelentek a virágok, többek között a nárcisz.

E tavasszal nyíló hagymás, élő növény – a havasi rétek, legelők csodaszép virága –, melynek több mint 40 faja ismeretes, elsősorban Európában őshonos, de már a régi görögök is természetették, főleg a belőle készíthető finom, **bódító illóolajjára**.



A történelem folyamán sok más nép is megkedvelte. Nemesített fajtáinak száma ma már a nyolcezeret is meghaladja. Az angolszász országokban igen kedvelt, Angliában például számtalan **nárcisztársaság** működik, melyeknek tagjai elhivatottan természetik és nemesítik e szép virágot. Néhány száz úde, vázában pompázó fehér vagy sárga nárcisszal a hosszú téli napok elmúltával egy kis tavaszt varázsolhatunk környezetünkbe, mely lelkünk kivirágzására is jótékony hatással lehet. A nárcisszal ugyanakkor ildomos vigyázni, mert mérgező. Jobb önmagában vázába tenni, mert ha más virággal egy vízben illatozik, a többi virág hamarabb elhervadhat.

Ami a virágnyelvet illeti – visszautalva az előző lapszámunkban leírtakra –, a **sárga nárcisz** üdvözlő, viszonzatlan szerelmet jelent, de mondhatja azt is: „te vagy az egyetlen”, vagy azt: „mindig süt a nap, ha velem vagy”.

A nárcisz kínai elnevezésének jelene (shuixian) „vízi halhatatlan”. Mivel új év táján nyílik, az új évi szerencse, az orchideával együtt pedig a házastársak szimbóluma.

A Nárcisz név a Nárcisszusz férfinév női párja. Nem a nárcisz virágnévből, hanem a **görög mitológiai hős**, Narkisszosz nevéből származik, mint magának a virágnak a neve is.



Caravaggio (1573-1610)
Narkisszosz c. festménye nyomán

MIRŐL MESÉL A NÁRCISZ?

Ovidius „Metamorfózisok” (Átváltozások) c. művében meséli el Narkisszosz (Narcissus) romantikus történetét. **Narkisszosz** a folyamisten, Képhiszosz és Liriope nimfa gyönyörűsége fia volt, akinek egy jó hosszú életet jövendölt, ha soha nem látja meg saját arcképét. A szép ifjúba beleszeretett Ékhó (Echo) nimfa, aki minden csáberejét latba vetve megpróbálta rábírní, hogy viszonzza szerelmét, azonban az ifjú hűvösen visszautasította a nimfát. Ékhó valósággal elepedt bánatában, addig emésztette magát, amíg belepusztult a viszonzatlan szerelembe, csontjai sziklássá váltak és csak a hangja – a visszhang – maradt meg belőle. Az istenek

John Barrymore, amerikai színész mondta:

„Miért marad mindig olyan sok hónap a pénz végére?”

„Why is there so much month left at the end of the money?”

súlyos büntetést mértek Narkisszoszra. Tizenhat éves korában egy tiszta forrás fölé hajolva a víztükörben meglátta saját képét. Annyira megbabonázta a látvány, hogy beleszeretett saját tükörképébe, és nem volt képes többet elmozdulni a helyéről. A képtelen és reménytelen szere-

lembe pusztult bele ott, a patak partján. Halálában virággá változott, amely azóta is az ő nevét viseli.

A történet számos művészt is megihletett. Weöres Sándor **Psyché** c., egyedülálló, bravúros művében – melyet egy XIX. századi, soha-nem-volt költő bőrébe bújva alkotott meg – olvashatjuk a Nárcisz c. tragédiát. Ebből az alapműből készült 1980-ban Bódy Gábor feldolgozásában a több díjat is elnyert, **Psyché és Nárcisz** c. magyar film, ami a két címszereplő szenvedélyes, beteljesületlen szerelmének több mint száz éven át tartó története.

A **nárcizmus**, az érzelmi éretlenség egyik formájának pszichiátriából ismert fogalma – amikor valaki indokolatlanul magasra értékeli saját cselekedeteit és fizikai tulajdonságait –, szintén mitológiai hősünk történetéből eredeztethető.

BÓDÍTÓ ILLATVARÁZS

Bár kezdetben a parfümnek rituális és terápiás szerepe volt, a mai kor emberének inkább az érzéki örömszerzés, a szerelmi izgatás jut róla az eszébe. A rítusok alkalmával már az i. e. IV. században, Egyiptomban használtak parfümtartó edényeket, az illatok használata azonban hamarosan a szépségápolás rész-



évé is vált. Eleinte csak a felsőbb társadalmi osztályokba tartozó hölgyek „illatoztak”, de később elterjedt a nép körében is.

A parfümkészítés, mint foglalkozás, először a XVI. században bukkant fel a franciáknál. Angliába Medici Katalin vitte magával Itáliából személyes illatanyagait. (Volt idő, amikor annyira elterjedt, hogy még a mosakodást is felváltotta a parfümhasználat, hiszen semlegesítette a kellemetlen szagokat).

A XVIII. században már egyre erősödő illatú parfümököt készítettek, egyre több virág felhasználásával. Ugyanerre az időre datálható a kölnivíz is, melyet Aqua Mirabilis (csodavíz) néven egy Giovanni Paolo de Feminis nevű itáliai öszeres kezdett árusítani, aki Kölnben telepedett le. A következő században a parfümgyártás technológiája sokat fejlődött, a XX. században pedig külön szakmává vált.

A parfümkészítő dolga korántsem egyszerű: ezernyi illóolajból, esszenciából, kémiai anyagból különböző technológiákkal kell egyedi, pompázatos illatot kreálni. Az alapanyagok zömmel növényi (virágok, le-

HEGYI OVI

ERDEI KÖRNYEZET * JÓ LEVEGŐ * NYELVOKTATÁS * SPORTFOGLALKOZÁSOK
SZÍNEK VILÁGA ALAPÍTVÁNY
1037 Budapest, Jablonka út 126/B. Szabó Judit, telefon: 367-3620

velek, növény szárak, déligyümölcs héjak, fák, kérgek, ágak, gumifélék, gyanták, mohák, gyökerek, magok), kisebb részben – ma már ritka – állati eredetűek (szürke ámbra, pézsmá, cibetmacska, és a hód egyik fajtája: kasztoreum). Egy parfüm formulája meglehetősen komplex, általában 30-100-féle anyagot tartalmaz; de létezik 250 komponensű formula is.

Külön kihívás a parfümöknek olyan nevet adni, ami szinte eladja önmagát, s ugyan csak kihívás az üvegcsek formáját, színét megtervezni, hogy az a legjobban szolgálja a célba vett vevőkör „vélt vagy valós érdekét”.

Oly sok parfüm létezik, hogy eligazodni közöttük szinte lehetetlen. Ennek kiküszöbölésére jött létre a Francia Parfüm Társaság (Société Française des Parfumeurs), mely hét szagcsaládba sorolta az illatokat. Első kiadványukban, 1984-ben még csak a női parfümökre koncentráltak, de 1990-ben hozzávették a férfi illatokat is.

És hogy ki, milyen parfümöt használjon? Erre nincs szabály. Javaslatom azonban van. Ebben az egy esetben nyugodtan hagyják, hogy az orruknál fogva vezessék Önöket!

Ha szívesen olvasnának még e témáról, valamint egy XVIII. századi zseniális szörnyeteg bizarr és elképesztő, művészi és egyben bűnös, hátborzongató, már-már horrosztikus ténykedéséről, olvassák el Patrick Süskind „A parfüm (Egy gyilkos története)” c. regényét.

LATIN

Véleményük szerint van különbség aközött, hogy a pénz a parfümgyártásból vagy a WC használat megadóztatásából származik?

Pecunia non olet.

Az I. században élt **Vespa-sianus** (Titus Flavius) római császár, a Flavius dinasztia megalapítója. Helyreállította a rendet a birodalomban Néro halála után, többek között rendezte a pénzügyeket, új adórendszert, újfajta adókat vezetett be, nem kis fantáziával. Egyszer Rómában még a vizelést, az utcai illemhelyek használatát is megadóztatta, amit fia, Titus a szemére is vetett. Ekkor fia orra alá dugta az első befizetésből származó pénzdarabot, és megkérdezte tőle, érez-e valamilyen szagot. Titus tagadólag rázta a fejét, mire apja közölte, látod, ez is a vizelésből való. Pecunia non olet.

A pecunia latinul pénzt, vagyont jelent, az oleo, olet pedig azt, szaglik, bűzlik. Vespasianus mondásának jelentése tehát: „**A pénznek nincs szaga**”.

|ÉTÉ



Bringóhintó

BRINGÓHINTÓ A MARGITSZIGETEN

Kellemes időtöltést, kikapcsolódást és könnyed szórakozást ajánlunk Önnek és Családjának a Sziget árnyas fái alatt.

Várjuk Önt a BRINGÓVÁRNÁL, a 26-os autóbusz „Halastó” megállójánál.

Télen, nyáron VÁR a BringóVÁR!

Nyitva tartás: egész évben, minden nap 8-tól sötétedésig, kívánság szerint 0–24 óráig.

Szolgáltatásaink:

KÖLCSÖNZÉS

- kerékpár (mountainbike-ok, kommersz kerékpárok)
- elektromos gyermekmotorok és kisautók
- görkorcsolyák (méret: 33-45-ig)
- bringóhintók (max. 3 felnőtt + 2 kisgyermek)
- elektromos bringóhintók (max. 3 felnőtt + 2 kisgyermek)
- nagycsaládosok részére tendembringók (max. 6 felnőtt + 2 kisgyermek)

PANORÁMA BÜFÉ

- ahol a kedves Vendégeink válogathatnak különféle speciális szendvicseinkből, valamint üdítő és italkészletünkben!

FAGYLALTOZÓ

- gombóc fagyaltok és jégkrémek

AJÁNDÉKTÁRGYAK, TRAFIKÁRUK ÉS INFORMÁCIÓ

Rendezvényeink:

- Nagycsaládos Napok – március közepén
- Családi Véralónapok – május utolsó hétvégéjén
- Őszi Nyugdíjas Napok – október közepén

A rendezvények pontos időpontjai a helyszínen megtekinthetők.

Minden kedves Vendégünknek kellemes szórakozást kívánnak a Bringósok!

**BRINGÓHINTÓ KKT. 1138 Margitsziget,
Hajós Alfréd sétány 1. Telefon: 329-2746; fax: 329-2073;
e-mail: bringo@bringohinto.hu**

Kacagó természetrajz

Tölgyfa pohók (Gastropacha quercifolia)

Egy tölgyfapohó
a kis mohó
úgy bezabált
a harmatban abált
tölgyfarügyből,
hogy egyből
tele lett a gatya.
Aggatja
a napra
egy makkra

a bohó.
Hohó pohó!
Pucér popó
nem divat.
Benővi hát
puha pihe
potrohát.
Nohát!
Kiált a bogarász,
lepke ez vagy

mi a frász?!
És a buzgó bogarász
pohó után fára mász.
Ám a fa makkja
magát azon kapja,
hogy a mászó bogarászt
vigan orron csapja.
Epilógus:
Vigyázz entomológus!

Sné

Óbudán, barokk épületben saját díszkerttel, jól felszerelt irodák elfogadható áron kiadók, a tetőtérben műterem jellegű, nagy területű helyiséggel valamint tárgyalóterem- és kerthasználati lehetőséggel. Tömegközlekedéssel kitűnően megközelíthető, ingyenes nagy parkoló a ház előtt.

Érdeklődni lehet: 06 (20) 973-2695

Élő környezet

Ismerjük fel és óvjuk természeti kincseinket! MÁRCIUS

A tavaszi napsütés először a déli fekvésű, meleg sziklákon űzi el a havat. Ezért „Hegyünkön” a nyílt dolomit sziklagyepekben találkozhatunk legkorábban apró, színes virágokkal. Ilyen a tavaszi ködvirág és a hegyi ternye.

Tavaszi ködvirág (*Erophila verna* (L.) Chev.) Egynyári pionír, apró termetű, fehér keresztvirágú növényke. Pici levélrózsája virágzás előtt alig tűnik fel. Leveleinek színén csillagszőrök vannak. Érdekes nagytóval megnézni! Laza fűtön fejlődő becőke terméséből számtalan apró magot hullat szét, ezért nem szálanként fordul elő. Kődvirág neve találó, mert virágzaskor messzebből olyan a „virágzó folt” a sziklák mélyedésében, ill. a csupasz száraz helyeken, mintha köd ülné meg a helyet. Régebben tavaszi daravirág (*Draba verna* L.) volt a neve, ami apró termetére és korai virágzására utal. (II.-V.) (T.E.)

Hegyi ternye (*Alyssum montanum* L.) Évelő, fásodó szárú növényke, levelei szőrösek, aprók. Egy tőből több virágzó hajtás fejlődik. Fűtös virágzatában több sárga keresztvirág és becőke termés fejlődik. Aranyárga foltjaik a sziklarepedésekben messziről látszanak. A korán ébredő rovarok szívesen látogatják. (III.-IV.) (N.T.E.)

(A keresztvirágú növények virágjában a négy csészéslevél keresztben áll a négy szíromlevéllel. A becőke termésénél a termés szélessége és hosszúsága közel egyforma. A két terméfal lehullásakor a hártás elválasztó lemezen sokáig ülhetnek az apró magvak, amelyeket a szél fokozatosan szór szét.)

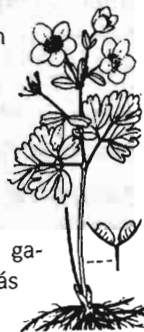
Zárt dolomit sziklagyepekben és nyílt lomberdők tisztásain, szegélyein találkozhatunk a **tavaszi kankalinnal** (*Primula veris* Huds.) Hosszúak tojásdad levelei tölevélrózsát alkotnak. Sárga forrtszirmú virágai többvirágú ernyőben nyílnak a tőkocsány csúcsán. Illatos virágát szívesen látogatják



a rovarok. Tok termésében több fekete mag fejlődik, amit lassan szór szét a szél. A népi gyógyászatban köptetőként és nyugtatóként használták. Gyökerét, levelét, virágát gyógyító hatása miatt gyűjtik (drog). Teakeverékben találkozhatunk vele. (III.-V.) (N.T.E.)

Az északi lejtők gyertyános-tölgyeseiben és bükk-gyertyánelegyes erdeiben kora tavasszal, amikor a fák és cserjék csupasz ágai között szabadon besüt a Nap, színes virágszőnyeg borítja a gyepszintet. (Tavaszi aspektus) Ezek közül ismerkedjünk meg néhányval! Ne szedjük csokorba őket! Elhervadnak, és nem tudnak magot érlelni, tápanyagot gyűjteni földalatti raktározó szerveikbe. A következő évi életüket veszélyeztetjük! Mire lombosodik az erdő, visszahúzódnak, és szinte eltűnnek a szemünk elől.

Galambvirág (*Isopyrum thalictroides* L.) A virágzó száron két összetett levelet találunk, a 3-3 levélke tojásdad, tompán karéjos. A szár csúcsán 3-4 világító fehér takarólevelű virágot találunk (talán ezért hívják galambvirágnak?). Elvirágzás után 1-3 tüsző termésben érleli magvait. (III.-V.) (N.)



Bogláros szellőrózsa (*Anemone ranunculoides* L.) A fénylő sárga 5 virágtakaró levelű, 1 vagy 2 virág alatt három ülő, örvös állású, gallérozó, összetett levél van. Minden levél három, tövig szeldelt levélkéből áll. A talajban kúszó gyöktörzsében raktározza a tápanyagokat. Mérgező növény. (III.-V.) (N.T.E.)



Salátaboglárka (*Ranunculus ficaria* L.) A gyökérágai gumósan vagy koloncosan megvastagodnak, ide gyűjti tartaléktápanyagait a növény.

Magános virágai elég nagyok. Három apró csészés és 8-12 fényes, sárga szíromlevelük van. Csillag alakú levelei vese alakúak, enyhén csipkés szélűek. Fiatal leveleiből tavaszi saláta készíthető. Innen a magyar ne-



ve. (III.-V.) (N.T.E.) (Mindhárom növény a boglárkafélékhez tartozik. Jellemzőjük a sok porzó, amikre nem csak a növénynek, de a beporzó rovaroknak is

szüksége van.)

Tömegesebb előfordulásúak a **keltikék** (*Corydalis*). Kétoldalúan részarányos sarkantyús, lilás virágú növények, megnyúlt, sokmagvú toktermésük van. Évelők, gumós tövűek. Hegyünkön két fajukkal találkozhatunk.

Odvas keltike (*Corydalis cava* (L.) Schw. et Koerte) Nagy gumója belül odvas, innen származik a magyar és a latin (*cava*) neve. Két összetett levele van, amely három, erősen szeldelt levélkéből áll. Virágai főleg bíborlilásak, de fehér virágúakkal is találkozhatunk. A virágok tövében található murvalevek épek. A virágzat sok virágú (10-20) fűt. Gyengén mérgező. (III.-V.) (N.T.E.)

Ujjas keltike (*Corydalis solida* (L.) Clairv.) Gumója kicsi, később sem üreges. (Latin nevében a *solida* erre utal – *solidus*=tömör). A levélké keskeny szelvényűek. Virágai legtöbbször lilásak. A murvalevek ujjasan hasadtak, innen származik a magyar neve. Kisebb termetű az előző fajnál. (III.-V.) (N.T.E.)

Emlékeztetőül: N: Simon Tibor-Seregélyes Tibor: Növényismeret. A hazai növényvilág kis határozója, Nemzeti Tankönyvkiadó. T: Természetkalauz sorozat, Közép-Európa vadvirágai, Magyar Könyvklub. E: Jávorka Sándor-Csapody Vera: Erdő-mező virágai. V: Magyarország védett növényei. Szerk: Farkas Sándor, Mezőgazda. Cs: Csapody István, Csapody Vera, Rott Ferenc: Erdei fák és cserjék Országos Erdészeti Főigazgatóság. F: Bartha Dénes: Fa és cserjehatározó Mezőgazda.

Stollmayer Ákosné

Élő sövény betonkerítés helyett

Egyre több kerttulajdonos igénye, hogy kerítése ne csupán jelzés legyen – ez az én területem határa, ide csak az én engedélyemmel lehet belépni –, hanem minél inkább elzárkózhasson a kíváncsi szemek elől. A barátságosan, áthatolhatatlannak hitt kerítések helyett válasszuk inkább az élő sövényt. Felsorolunk néhány lehetőséget, remélve, hogy mindenki talál közöttük kedvére valót.

Örökzöld vagy lombhullató?

Az **örökzöldek** mellett szőlő, hogy egész évben védenek a szél, a zaj és egyéb kellemetlen hatásoktól.

Az utóbbi évtizedekben népszerűvé vált **piökkelylevelű** növények: tuja- és hamisciprusok hazánk klímájához nem alkalmazkodnak kellőképpen, túl sok növényvédelmi problémát jelentenek. Aki mégis ezen növények mellett dönt, annak ajánlhatjuk a leyland hamisciprust (x Cupressocyparis leylandii), amely ellenálló képességével és igen gyors növekedésével hamar elérheti a kívánt célt. A boróka-félék is ezek közé az ellenálló örökzöld növények közé tartoznak, melyek közül az oszlopos növekedésű fajták alkalmasak sövénynek, a kúszó vagy terülő fajtákat inkább rézsűk megkötésére, illetve szoliterként ültessük.

A **lomblevelű** örökzöldek alacsonyabbak, lassabban fejlődnek, de jobban társíthatók más fajokkal. Például: a japán kecskerágó (Euonymus japonicus), mely rendszeres növényvédelmet igényel, babérmeggy (Prunus laurocerasus), bangita-félék (Viburnum rhytidophyllum, Viburnum 'Pragense', Viburnum x burkwoodii), magyal (Ilex aquifolium). Ez utóbbiak nagyon jól bírják hazánk klímáját és értékes, dekoratív növények. Alacsony (0,6-1,2 m) sövény nevelhető az örökzöld loncokból, melyek között tarkalevelű fajtákat is találunk.

Az örökzöld növények rendszerint enyhén savanyútalajt igényelnek, melyet egy kis tőzeg bekeverésével elérhetünk.

A **lombhullatók** előnye, hogy a virágzó és az ősszel színeződő növények, illetve a színes vesszejű fajok, fajták kedves díszei kertünknek. Itt kell megemlítenünk, hogy bizonyos fajok enyhébb teleken megtartják lombjukat, de tartós hideg esetén lehullanak a leveleik. Ilyen például a széleslevelű fagyal (Ligustrum ovalifolium), a tűztövis (Pyracantha coccinea), melyeket előszeretettel árulnak örökzöldként.

- Virágokkal díszítenek: mályvacserje (Hibiscus syriacus), rózsalonc (Weigela florida), gyöngvirág-cserje (Deutzia scabra), nyáriorgona (Buddleia davidii);
- Illatosak: Jezsámen (Philadelphus coronarius), orgona (Syringa vulgaris), illatos bangita (Viburnum carlesii);

• Szép lombszíneződésűek: szárnyas kecskerágó (Euonymus alatus), cserszömörce (Cotinus coggygria);

• Színes vesszejű fajok: fehér som fajtái ('Kesselringii', 'Sibirica'), sárgavesszejű tarackos som (Cornus stolonifera 'Flaviramea');

• Feltűnő termésűek: tőztövis (Pyracantha coccinea), csíkos kecskerágó (Euonymus europaeus).

A legszebb sövényt akkor kapjuk, ha vegyesen ültetjük a növényeket. Az utcafronton több örökzöldet ültessünk, a szomszédokkal határos oldalakra pedig vegyesen, virágokkal, levelükkel, vesszejükkel, termésükkel díszítő fajtákat. Így sövényünk minden elvárásnak megfelel.

Még az ültetés előtt kell eldöntenünk azt is, hogy milyen magas sövényt szeretnénk. A sövényt természetesen lehet, sőt kell is metszenünk, de nem mindegy, hogy 8-10 m-es sövényt szeretnénk-e vagy csak 0,4-0,5 m-eset (térlehatárolásra). A nyíratlan sövényeket egyaránt kell alakítanunk. Jellegzetes nyíratlan sövényt kaphatunk az örökzöldpuszpángból (Buxus sempervirens), illetve a tiszafából (Taxus baccata). A nyíratlan sövényeket csupán sűrűsítés céljából szoktuk metszeni, illetve a beteg, sérült, túlságosan kilógó részeket kell eltávolítani. Az idős növényeknél természetesen az ifjító metszésre is sort kell keríteni. Itt a hegyvidéken, különösen az erdőhöz közeli kertekben jobban mutat a nyíratlan sövény.

Sok helyen találkozhatunk a telkek elválasztása céljából telepített szőlő- és gyümölcsösökkel. A szőlő- és gyümölcsfajták kiválasztásánál a betegségekkel szembeni ellenállóképességet is tartsuk szem előtt, minél kevesebbet kelljen permetezni.

Ha sűrű, áthatolhatatlan kerítést szeretnénk, válasszunk tűskés, illetve tövises fajtákat, de az autó- és gyalogos forgalomtól távol ültessük és metsszük rendszeresen. Ezeknek a sövényeknek a nyírása igen kellemetlen feladat, de otthont és védelmet adhatnak a madaraknak. A következő szúrós növényeket ajánljuk: tövises lepényfa (Gleditsia triacanthos), tőztövis (Pyracantha coccinea), Júlia-borbolya (Berberis julianae).

Előfordul, hogy szomszédunk olyan kerítést épít, amely nekünk nem tetszik, még akkor is befuttathatjuk kis helyigényű kúszónövényekkel, melyek kellemessé teszik kertünk szegélyét. Például:

Örökzöldek: borostyán (Hedera helix), japánlonc (Lonicera japonica), borostáslevelű lonc (Lonicera henryi).

Lombhullatók: tapadó vadszőlő (Parthenocissus tricuspidata 'Veitchii'), iszalagok (Clematis), lilaakác (Wisteria sinensis), futórózsa, trombitafolyondár (Campsis radicans).

Reméljük, sikerült eligazodni a növények között, és ki-kí megtalálta a kedvére valót.

Szabó Eszter
és Pintér László

ANGOL

HOBBY

AJÁNDÉKOK
KELLÉKEK

kicsi boltja

Füstölők	már 100Ft-tól	Eredeti ANGOL tányérok	990Ft-tól
Összerakható fa reptilmodell	490Ft-tól	Figurás elemes ébresztőórák	990Ft-tól
Fényképtartók	500Ft-tól	Elemes villanyvonat	990Ft-tól
Szélcsengők	650Ft-tól	Paragott falióra	7990Ft-tól
Atomlámpák	790Ft-tól	Tiffany mennyezeti lámpa	14900Ft-tól

*"Angoleztüst" borostyegzőgök képkerekek, ajándéktárgyak.
Az ANGOL ivó- és étkezészetek megbontva is kaphatóak!

A hirdetés felmutatója kedvezményt kap 10%

Címünk: Vörösvári út 35.



ÓHEGY-HÍREK

HAVILAP

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

Felelős kiadó: Rajnák László elnök

Szerkesztők: Bérci Mária, Cseresznyák Veronika
Jármayné Tatár Judit, Piroch Zsuzsa
Szász Kálmán

Hirdetésfelvétel: Óhegy Egyesület. Telefon: 430-1326

Előkészítés: Petit Typo Bt.

Nyomás: Tax Druck Kft. 2335 Taksony, Vezér u. 2/a

Megjelenik: 2800 példányban

Egy smasszer naplójából

Jobb az ilyesmit szakemberre bízni

(SZÁLKA ŐRNAGY FELJEGYZÉSEI)

(Folytatás az előző számból)

Az utastér egyelőre nem kért további tájékoztatást. Szálkáké viszont villámgyorsan akcióprogramot dolgoztak ki, ami a következőképpen festett:

– akció 1. Szakembert kell keresni.

– akció 2. Akció 1. csődje esetén fel kell hívni telefonon a központot.

– akció 3. Amennyiben akció 2. sem sikerül, új akcióprogramot kell kidolgozni.

Tetszetősnek tűnt a program, így hát Szálkáké kiálltak az út szélére meszelni. Egyikük az út egyik, másikuk az út másik oldalára. És most próbaképpen tegyük ez egész szituációt kicsit képszerűvé. Nyárközepi koradélután van. Hétágra süt a Nap. Szálkákékról dől a veríték, és kilométerekre sehol egy kis árnyék. Árva rabomobil áll az út szélén (mindenké felismeri), és a két kétségbeesett smasszer egyre lanyhuló tempóval hadonászik kétoldalt. A derék magyar autósoknak eszük ágában sincs megállni, de még lassítani sem. Őnelégült és kárörvendő vigyorral a képükön a gázra taposnak, otthagya Szálkákékat. A rabok az autó ablakán keresztül pislognak kifelé, és csüggedten veszik tudomásul, hogy a smasszerok próbálkozásai egyre reménytelenebbek.

Ez volt tehát a kép, amit megpróbáltunk lefesteni. Vicces is, meg aggasztó is egyben. Szálkáké, miután tikkadtan visszavonultak a rabóba – némi árnyat remélve a vaskazettában –, újabb akcióprogram körvonalaikat próbálgatták megrajzolni.

– Vissza kéne menni a benzinkúthoz, hát ha találni ott valami szerelőfélt, vagy legalább egy telefont. – javasolta Szálka, miután a sofőrrel közösen megállapították, hogy a rabó szerszamos-kazettáját a garázsban, az előírt helyre odaszíjazzák. Üresen.

– Megyek, sietek, elintézem az ügyet. – vállalkozott a rövid gyalogtúrára a sofőr, valószínűleg azért önként és dalolva, hogy belső idegességét ezzel is csillapítsa.

Szálka tehát ottmaradt az autóban a rabokkal, felkészülve a legalább félórás tehetetlen várakozásra, a sofőr pedig reménytől csillogó szemmel elindult a benzinkút irányába. A felügyelő üres tekintettel bámult ki az ablakon, a rabok tanácstalanul hallgattak hátul. Egy ideig. Kis idő eltelté után azonban halk, puhatolózó kérdéseikkel igyekeztek megtudni Szálkától, hogy mi a fene is van tulajdonképpen:

– Hová ment a főtörzs úr? Tisztelettel! – kérdezte az egyik.

– Visszajön a főtörzs úr? Tisztelettel! – így a másik.

– Valami baj van az autóval? Tisztelettel! – érdeklődött ismét az első.

A legutolsó kérdést már válasza érdekesnek találta a felügyelő, tehát megszólalt:

– Igen. – válaszolta. – Valami baj van az autóval.

– És mi a baja az autónak, felügyelő úr? Tisztelettel! – kérdezték már mindhárman a rabok.

– Nem tudom. – mondta Szálka. – Megállt, hogy a ménkű csapna belé!

Rövid csönd, majd sustorgó tanácskozás a rácsos utastérben, és máris jött a következő kérdés:

– Felügyelő úr, tisztelettel! És a megállás előtt nem hallatszott valami szokatlan zörej a motorból?

Rövid gondolkodás után Szálkának eszébe jutott, milyen zajra is ébredt bóbiskolásból megállás előtt.

– De igen, hallatszott. – felelte élénken – Valami olyasféle, hogy klatkhrrrr.

Megkönnyebbült, szinte derűs válasz jött erre az utastérből:

– Ó! Felügyelő úr, tisztelettel! Akkor nincs olyan nagy baj, hiszen csupán csak a kardánfékelhátrító-váltóhengerpumpa beállítás-lazító éktengelyének lengéskipufogója lazult ki (Szálka agyán körülbelül ilyesmi szűrődött át), és azt egy közönséges csavarhúzóval meg lehet húzni.

– Ez mind szép és jó – dűnyögte Szálka –, de sajnos a szerszámláda...

– Tudjuk, felügyelő úr, tisztelettel! – vágott udvariasan a szavába a legszékélyebbnek látszó rab. – Üres. De az nem is kell, hiszen ott van lent a felügyelő úr bal lábba mellett egy kis csavarhúzó a padlógumi mellé becsúsza. Az pont jó lenne erre a célra. Ott, ott, ni! Innen is látjuk.

Szálka lenézett a bal lába mellé, és most már ő is meglátta a célszerszámot. Jobb ötlete nem lévén egy darabig még lefelé bámult, és közben átgondolta azt a kibontakozni látszó helyzetet, ami később ki is bontakozott.

– Aha! Most már én is látom. – mormogta, és lenyúlt a csavarhúzóért. Aztán, mikor felegyenesedett a visszapillantó tükörben meglátta a sofőr közeledő alakját. A főtörzs

nem látszott túl vidámnak. Egymagában, lógó fejjel cammogott a rabó felé. Amikor az autóhoz ért, és felszállt a fülkébe, azt gondolta, hogy Szálka úgy gondolja, ahogy ő is gondolja. Nem szólt egy mukkot sem, csak kifújta magát.

Szálka nem kérdezett semmit. Türelmesen várt egy kicsit, aztán mikor a főtörzs éppen szóra nyitotta volna a száját, ő szólalt meg:

– Az egyik ember az utastérből valószínűleg rájött a hibára, mert azt mondta, hogy a kardánfékelhátrító... stb. lazulhatott ki, és ezzel a csavarhúzóval meg lehet húzni. – mutatott a kezében lévő szerszámra. A sofőr tanácstalanul, üres tekintettel bámult a szerszámra, és nem jutott eszébe semmi. Reznált állapotából egy magabiztos hang zökkentette ki, ami hátulról, az utastérből jött:

– Felügyelő úr, tisztelettel! Kellene egy pokróc vagy rongy, esetleg egy padlógumi is megteszi, mert annak a kardánfék... stb-nek a meglazult csavarja az alváz felől húzható meg, és ezért a kocsi alá kéne feküdni.

A helyzet sajnos ettől a bölcs tanácstól sem lett rózsásabb. Mert lehet, hogy van csavarhúzó, lehet, hogy van pokróc, de ki fog a kocsi alá feküdni, és főleg, ki fogja megtalálni a rengetek csavar közül pont azt, amit meg kell húzni? Szerencsére Szálkát a nagyon szorult helyzetek mindig gyors és jó döntések meghozatalára ösztönözték. Ez történt most is.

– Fiúk! Ért valaki maguk közül az autókhoz? – kérdezte úgy, mintha ez már régóta nem lett volna a napnál világosabb.

– Igen! Tisztelettel! – felelték a rabok egyszerre mindhárman.

– És ehhez a típushoz is?

– Igen! Tisztelettel!

– Rendben! Akkor szálljanak ki, terítsék le ezt a pokrócot, itt a csavarhúzó, és húzzák meg vele azt az istenverte kardánmittudoménmicsoda rögzítőt. – rendelkezett Szálka, és kulcsával kinyitotta az utastér rácsajtáját. Bilincseket nem kellett levennie, mert kiszállások esetén engedélyezett volt a bilincs mellőzése. A gyors intézkedés egyformán meglepte a sofőrt és a rabokat is, csupán Szálka arca volt nyugodt, rezenéstelen.

Képzeljék csak el! A kies, napsütötte, magyar táj kellős közepén egy smasszer bilincs nélkül, csak úgy szabadon engedi a rabokat. Fegyelmező eszköz (pisztoly, gumibot) se-

hol, a raboknál egy szúrára alkalmas fém-tárgy (csavarhúzó). Hiszen ez kész örület, anarchia! De hát Szálka így döntött. Puntum!

A rabok, miután meggyőződtek róla, hogy itt szívatásról szó sem lehet – mind-egyikük már több mint egy éve ismerte Szálkát – gyorsan felocsúdtak meglepetésükből, és villámgyorsan kiugráltak a rabóból. Ügyes munkacsoportot alkottak, és ki az autó alatt, ki mellette, szakszerűen neki-láttak a szerelésnek.

- Főtörzs úr, tisztelettel! Tessék behúzni a kézféket, hogy ne guruljon rám az autó, mert úgy nehezebb lesz meghúzni a csavart. – hallatszott egy hang a kocsni alól.

A főtörzs behúzta. Szálka érdeklődve figyelte a rabok összeszokottnak tűnő ténykedését, és igyekezett agyából kiszorítani az onnan minduntalan előtörni akaró, vészterhes gondolatokat, például a fenyítés, vagy az igazoló jelentés rémképeit. Az autó alatt fekvő rabok egy perc múlva már ki is másztak, és egyikük, olajos kezét, illetve a csavarhúzót egy ronggyal törölgetve, udvariasan odaszólt a sofőrnek:

- Főtörzs úr, tisztelettel! Most tessék szíves lenni óvatosan indítózni!

A sofőr indítózott, a motor duruzsolva felberregett. A rabok átadták Szálkának a megtisztított csavarhúzót, összekapoltak, majd fürgén beszálltak az utastérbe. A felügyelő gyors elhatározásának pillanatától idáig mindössze tíz perc telt el. Tíz szabad perc a raboknak, órányinak tűnő, szorongó, hosszú idő a sofőrnek.

Amikor végre elindultak, Szálkának már nem igen akarózt visszazárni a rabokra az utastéri rácsajtót. Nem látta sok értelmét. A rabok azonban, észrevéve a nyitott rácsot, kiszóltak mögüle:

- Felügyelő úr, tisztelettel! Tessék csak nyugodtan ránc zárni, mert különben minden fékezéskor, kanyarnál kivágódik, és éktelen zajt csap. Aztán meg, ha beérünk az irodához, akkor a kapuügyelet észreveheti. Minket fogdára vágnak, felügyelő úrnak pedig minimum igazoló jelentést kell majd írnia, ugyebár. Tisztelettel.

- Így igaz. – gondolta Szálka, de szólani nem szólt, csak csendesén rázárta a rabokra a rácsajtót. Hja, kérem! Szálka felügyelő sem gondolhatott mindig mindenre.

Szász Kálmán

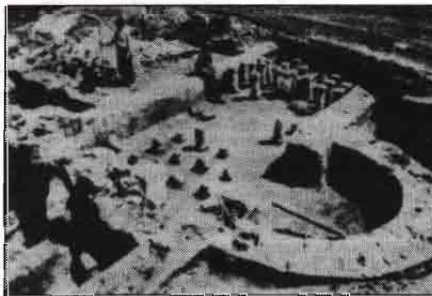
Töredékek

...a hegy helytörténetéből

Barangolásunkat a hegyvidék régmúltjában kezdjük el a Csúcs-hegytől.

A Csúcshegy 452 m magas tömbje üledékes eredetű, tengeri élőlények meszes vázából, mészkőből és dolomitból épül fel, a földtörténeti harmadkorban keletkezett. Már a középkorban is Hegyes-hegynek, Csúcsos-hegynek nevezték. Oldalától nyugatra a Hidegkúti-medence felé pillantva feltűnik a gercsei templomrom. Legkorábbi emléke azonban még régebbi:

Az i.sz. III. századból származó csúcs-hegyi római kori villa maradványait 1932-ben tárták fel. A téglalap alaprajzú épület 9 helyiséges, hideg-meleg vizes fürdőmedencével ellátott épület volt. Néhány szobája falfestéssel és különleges finom kivitelű stukkódíszítéssel készült. Régészeti leletek szerint még a hun korszakban (i. sz. V. sz.-ban) is lakták. A romot a 21 273-75 hrsz-ú telken fedezték fel.



Maga Gercse község a XVI. századi, legtöbb hazai adattal rendelkező Buda környéki település, valószínűleg azért, mert az óbudai polgárok és Gercse között hosszas viták zajlottak a határvonal miatt.

Különösen az óbudai káptalan hiteles könyvében szerepel gyakran 1511–1522 között. A népes települést főként kisnemesek lakták, 32 család neve ismert. Szűk határa miatt egy-egy birtokosra kis terület jutott. Gyakran házasodtak budai polgárcsaládok-

kal, gazdagabb nemesei a megyei életben is részt vettek: Henci Miklós és Szomori Zoárd Pilis vármegyei szolgabírák voltak.



A gercsei/gercsenyi egyhajós templom romja Dr. Pápa Miklós: A Budai-hegység útkalauza c. 1966-ban megjelent könyvéből

Gercse legalább két egymást keresztező utcából állt. A falu központjában állt a XIII. században épült templom, melynek romja ma is jól látható.

Az 1559-es török adóösszeírásnál már pusztafalu volt.



Utolsó képünk a Magyar Természetbarát Szövetség Archívumából származik: a Csúcs-hegyi turistaház alapjai láthatók egy régi képeslapon. A Csúcs-hegy északi lejtőjén álló turistaházat a Budapesti Turista Egyesület építette 1925-26-ban. További sorsáról szívesen hallanánk kedves olvasóinktól!

Piroch Zsuzsa

FIGYELEM, KEDVES ÓHEGY EGYESÜLETI TAGOIK!

Már javában benne járunk az új évben. Nagy tisztelettel és szeretettel kérdezzük hát Önöket:

- befizették az ez évi tagdíjukat?
- kíséreltek-e új tagokat toborozni?
- látogatják-e rendezvényeinket (nem csak a disznóölésesét), amelyeken a közösségi érzés ápolásán túl közérdekű ismereteket is szerezhetnek?
- látták-e már a kifestett, kicsinosított nagytermünköt?
- olvassák-e figyelemesen újságunkat, hogy hírt kapjanak lakóhelyükről?

Kíváncsiak lennénk véleményeikre. Keressenek meg bennünket, élőszóban, telefonon vagy levélben. Hiszen csak a gyümölcsöző közös együttműködés hozhat jó eredményeket!

Munkáira fel! Hajrá hegyiek! Együttműködésüket előre is köszöni az

ÓBUDA-HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK VEZETŐSÉGE

**METSZÉS,
LEMOÓSÓ
PERMETEZÉS**
ORT-kert ☎ 30/294-8414
Referenciakertek a hegyem!

BRIDZS

Bridzs és gyógyturizmus 2.

Még mielőtt a túráról beszél-nék, ígéretemhez híven ismertem a január végi pezsgő-partink dobogós párosainak helyezését és névsorát:

- I. Vikor Krisztián és fia
II. Reimann Kati – Hanák Maya
III. Jakkel Ica – Ráki Zsolt

A győzteseknek gratulálunk, a pezsgőt megittuk.

Lapunk olvasói közül néhányan talán még emlékeznek arra, hogy tavaly áprilisi számunkban beszámoltunk bridzsezéssel főszerzett gyógy-túránkról. Talán az is megmaradt annak a beszámolóknak a végéről, hogy a bridzsklub tagjai reménykedtek abban, hogy az a túra egy túrasorozat első tagja, s még szám-talan fogja követni.

Nos hát, a sorozat kicsit fel-lengzős kifejezés lehetne, de tulajdonképp mégiscsak igaz, ami igaz: egy év eltelte után a hőmezőket ropogtató, böjtölői napsugarak ismét Mezőkövesd-Zsóry-fürdő Thermál szállodájának parkolójában üdvözölhették lelkes, zugas csapatunk autóit. (A közben eltelt időszakban – pontosan egy esztendőnyi időben – több kísérletet is tettünk más túrák szervezésére, de hol a nyári vakációk miatt nem tudtunk időpontot egyeztetni, hol pedig az idei tél hóviharjai gördítettek utunkba elgördíthetetlen akadályokat.)

Zsóry-fürdő sziporkázón napsugaras égbolttal fogadott minket. A különféle idejű elfoglaltságok miatt a társaság most is több hullámban érkezett. A gyógyvíz szerelmesei már a hét közepén (19-én, szerdán) megérkeztek előőrsként. A derékhad követte őket pénteken, majd az utóvéd zárta az érkezési sort szombaton. Péntek este indultak meg a kemény küzdelmek, amik aztán szombat délután és este érték el a csúcspontjukat.

Napközben kik a gyógy-fürdőben, kik a környéken bók-lásza töltötték idejüket. A Nap hétágra sütött, a csodásan tiszta és már kicsit melegebbre for-

duló levegő szinte tavasziasan harapható volt, így mindenki jó kedélyben élvezhette pihenését. Természetesen egy elszánt különítményünk most is megrohmozta a Szépasszony-völgyét. A még jószerivel csak ébredező, a tavasszal induló vendéginvázióra készülődő völgy „lakói”, a borászok, vendéglősök egyike-másika már a pincéket csinosítottgatta, merészebbje pedig már ki is nyitott, s fogadta a hozzánk hasonló, korai látogatókat. A bor természetesen február végén is jó, ha jó (és más-kor is). Mi néhányan, mielőtt még megrohmoztuk volna a pincéket (nem volt könnyű ellenállni) egy vargabetűvel becserkészünk a közelben fekvő egerszalóki, erdei gyógyfürdőt. Meg kell mondjam, megérte a kis kitérőt. Az Egerszalókról elfelhaladó országuóra, nem messze a falutól, rányílik egy kedves kis völgy. Ennek a völgynek az ölében csücsül a sejtlemesen gőzölgő gyógyforrás és az általa táplált néhány kis teknőszerű, természetes medence. A medencéket a köveken, a földfelszínen lebukdác-soló gyógyvíz vájta ki, és a vízben levő magas sótartalom pedig lehűlve, kicsapódva „kibélelte” azokat. A minket fogadó látvány fantasztikus és mesészerű volt. Képzeljék el, a völgy torkolatától befelé haladva a következő képet láttuk: a völgyet közrefogó két erdős, havas domboldal közöttös öble mélyén sejtelmes párák szállingóznak, laposan elterülnek a tájon, és a völgyi szellő fuvlatára néha szétoszolva, belőlük a földfelszín fölött csak derékig látszó, meztelen emberalakok (a medencékben ülő fürdőzők) tűnnek elő, majd tűnnek el benne ismét. Szinte Dante-i látomás. A távolság miatt hangokat – emberi beszédet vagy vízcsobogást – még nem hall az ember, csak ez a purgatóriumi látvány fogadja. Döb-benten néztük mindnyájan.

A fürdőnézést csak kitérőnek szántuk, így sajnos mi nem fű-

rődtünk s nem lettünk alakjai a szürrealista élőképnek. Kár, majd legközelebb. Visszakanyarodva aztán a jóval evilágibb völgybe – a Szépasszonyéba – nekiláttunk a kóstolgatásnak. Vagy tíz pincébe betértünk, és már az ajtóból dicsérve a boltot, a berendezést, a jó illatokat – a borosgazdák hiúságát legyezve fondor módon a potya reményében – sok finom bort megkóstoltunk, s vásároltunk is vagy öt helyen a legfinomabbakból. Végül aztán vidám hangulatban, élményekkel is föl-töltődve visszaroogtunk a bázisra, Zsóryba. Mire koradé-lutánra betoppantunk, már a többiek is visszatértek, és a társaság felajzva látott neki a zsupá-nak. Mindez szombaton történt. Esti játékunk kényelmét kicsit zavarta, hogy a szálló halljában és éttermében épp aznap tartotta bálját a környék-beli vadásztársaság. Kénytelenek voltunk két, szomszédos apartmanunk előterét beren-

dezni kártyaszobának, de azért így is jó hangulatban pörgettük a lapokat. Aztán a hajnalig tartó bál zenéjének hangjaitól föl-fölriadván próbáltunk az utolsó napunk – a vasárnap – reggeléig aludni. Többé-kevésbé sikerült is.

A búcsúnap reggelén még néhányan egy utolsót úsztak, fürdtek a gyógyító medencékben, majd egy záró csatára ismét nekiveselkedtünk a bridzsezésnek a hazaindulás előtt.

Koradéután aztán – közben apránként fogyatkozva a társaság – az utolsó „asztal” is felkerekedett, s a második „Bridzs és gyógy-turizmus” programot be-rekesztve hazaporoszkáltunk a bíborszínben izzó, lemenő Nap mindig elkápráztató látványától kísérve.

Február 26-i pezsgő-partink helyezettjei:

- I. Harkai Csaba - Bánlaki Csaba
II. Décsy Kriszta - Szász Kálmán
III. Csejdy-házaspár

Szász Kálmán

BIOBOLT A HEGY TÖVÉBEN

A VARGA ÖKOGAZDASÁG MINTABOLTJA
Nem csak vegetáriusoknak!

VEGYSZERMENTES ÉLELMISZEREK

- Kenyér és péksütemény
- Tejtermékek (extra fölözetlen tehéntej, lágysajt, élőflórás joghurtok, kaukázusi kefir, túró)
- Ivólevelek (gyógy- és élvezeti)
- Bioborok széles választéka
- Mangalica hús, szalámi, sonka, tepertő, kolbász, zsír és szalonna különlegesség (védőkoleszterin tartalmú!)
- Bio szárnyas (csirke, kacsa, pulyka) valamint tojás
- Különleges dzsemek, mézek, pástétomok
- Salsa, pesto, mediterrán mártások és öntetek
- Mogyorókrémek, kekszek, ostyák
- Svájci biocsokoládék
- Tea és kávékülönlegességek
- Vegetárius peccsenyészir, Ha-Wa-Shi

REFORMÉLELMISZEREK

Candida ellenes termékek
Szójatermékek (Tofu, tej, párizsi) • Gyógyhatású termékek
Biokozmetikumok – bio mosószerek
Nyitva: hétfőtől péntekig 10-18 óráig
BÉCSI ÚT 223. Az Eurocenterrel szemben!
Ezt ki kell próbálnia!

Ha a hegy megy:

Tanuljunk a „kelta tigristől”

FELESÉG VOLTAM ÍRORSZÁGBAN (5. rész)

Írországi élménybeszámolóim alkalmával többen is feltették már a kérdést:

– Nem féltél a robbantásoktól, amikről itt annyit hallunk? Miért nem tesznek valamit az írek a közbiztonság javítása érdekében?

A kérdésből kitűnik: még ma sincs tisztában mindenki azzal, hogy az Ír-szigeten két ír államalakulat osztozik. A Nagy-Britannia részét képező Észak-Írország és az Ír Köztársaság. Teljes biztonsággal tanúsíthatom, hogy az Ír-sziget mintegy háromnegyed részét elfoglaló független Ír Köztársaságban és annak fővárosában Dublinban a közbiztonság igen jó. Sőt: jobb, mint Magyarországon. Pl. alig fordul elő autólopás, bár őrizetlenül hagyott autók feltöréséről lehet hallani. Gyilkosság, fegyveres rablás elvétve fordul elő. Egyes nagy forgalmú üzletekben, éttermekben a zsebtolvajok itt is megjelentek, főként az illegális bevándorlók számának növekedését követően.

A kérdésben említett, félelmetes hírvű robbantások, fegyveres összecsapások Észak-Írország egyes városaira korlátozódnak. A hat észak-ír grófságot Nagy-Britannia az 1916. évi húsvéti felkelést követő függetlenségi harc elfolyásával, 1920-ban szakította el Írországtól. Az angolok azért épp e grófságokhoz ragaszkodtak, mivel itt koncentrált a XVIII. században a Szigetre betelepített protestáns angol és skót lakosság, amelynek nyelve, kultúrája, vallása, valamint a térségben kialakult fejlettebb ipar révén e grófságok jobban kötődtek Angliához.

Az észak-ír megyék lakosai a britekkel való Unió fenntartásával abban reménykedtek, hogy megszabadulnak az íreket sújtó hátrányos megkülönböztetésektől, anyagilag a brit alattva-

lók életszínvonalára kerülhetnek. A felemelkedést azonban csak a protestáns lakosság élvezhette. London semmilyen engedményt nem tett a katolikus kisebbség javára, ami mégiscsak a népesség 40%-át tette ki. Továbbra is érvényben maradt a megkülönböztetés a szavazásnál, a lakáskiutalásoknál, a foglalkoztatásban, az oktatásban – a katolikus írek előtt zárva maradt a társadalmi érvényesülés szinte minden útja. (Jellemző, hogy a katolikus írek a mai napig még a rendőrség tagjai sem lehetnek). A folytatódó diszkrimináció és jogfosztottság következtében a század eleji ír ellenállás katonai szervezete, az 1919-ben létrehozott I.R.A. (Ír Köztársasági Hadsereg) nem szüntette be tevékenységét, a sikertelen jogvédő akciókat követően, a 70-es évektől terrorista akcióktól sem riadt vissza. A fegyveres összetűzéseket egyes brit katonai akciók (pl. az 1972. januári sortűz, amelynek során 13 békés tüntetőt öltek meg), valamint az Unió-párti félkatonai protestáns szervezetek, mint az Ulster Védelmi Szövetség, vagy az Ulsteri Önkéntesek provokációi is szították. Évente az ellenségeskedések fellángolását eredményezi az orániaiak provokatív felvonulása az észak-ír városok katolikus



Észak-Írország Armagh. Az Orániai-Rend tagjai felvonulásra készülődnek.

negyedeiben, amikor a protestánsok Orániai Vilmos 1690-ben, a katolikus II. Jakab király feletti győzelmére emlékeznek – a mai katolikusok önértéke gázoló külsőségek között. A fegyveres konfliktusok már több ezer áldozatot szedtek.

A Dublinban töltött éveim azonban arról győztek meg, hogy a pillanatnyilag kilátástalannak tűnő helyzet ellenére, a felszín alatt néhány éve már olyan politikai-társadalmi törekvések érlelődnek, amelyek – meg-

győződés szerint – történelmileg rövid, talán egy-két nemzedéki idő alatt a békés rendezéshez, az Ír-sziget egyesüléséhez vezethetnek. Az EU-csatlakozás pl. kedvezően befolyásolta Írország és London viszonyát, amire a történelem – mint láttuk – annyi árnyat vetett. London és Dublin közeledése, együttműködési hajlandósága tükröződött az u.n. 1998. április 10-i Húsvéti Békemegállapodásban, amelyben mindkét kormány lemondott az észak-ír területre vonatkozó területi igényéről, és a jövőben a helyi lakosság akaratát fogadják el mérvadónak az észak-ír megyék hovatartozását illetően (a népszaporulati trendek ismeretében ez egyértelműen a katolikus lakosság számára kedvező). A Megállapodás alapján máris létrejöttek a szorosabban együttműködő észak-ír-ír közigazgatási szervek csírái (pl. EU-programok megtervezése, idegenforgalom, kereskedelmi kapcsolatok terén). A félkatonai szervezetek leszerelésével kapcsolatos nehézségek miatt időről időre még visszaállítják az észak-ír terület közvetlen londoni irányítását (most is épp egy ilyen időszakban vagyunk), de az IRA tüzszünete már mintegy hat éve érvényben van – ami találkozik a déli és az északi lakosság békevágyával. A két Írország természetes összekapcsolódását a jövőben az is elősegítheti, hogy az Ír Köztársaság gazdasági ereje, az Írországi életszínvonal az utóbbi mintegy tíz év során látványos fejlődést mutatott. E körülmény oka-fosztottá teszi az észak-ír lakosság tehetősebb rétegeinek félelmeit is, hiszen ír polgárként sem kerülne hátrányos helyzetbe (az ír állampolgárságot már ma is minden Észak-Írországban született személy szabadon kérelmezheti).

(Folytatása következik)

László Katalin



Szt. Patrick gránit sírköve az észak-írországi kisváros, Downpatrick székesegyházának kertjében. Az V. században élt hittérítőt az írek védőszentjüknek tekintik és névnapja, március 17., a világon élő minden ír számára nemzeti ünnep.

Farsangoltunk a Népházban, és senki nem baltázott le!

A jó rendezvény is olyan, mint egy ünnepi családi ebéd: hosszú, fáradságos előkészületek, rengeteg szellemi és fizikai energia-befektetés, és ehhez képest villámgyorsan elmúlik, csak az emléke marad velünk sokáig. De megéri! Idei farsangunk a kőkorszak jegyében rendeztetett, és valóban, az első márciusi nap estéjén számos ősember, ősszöny és ősgyerek jelent meg a Népházban. Azért jött még a balerina és a honfoglalók, a pillangó és az olajsejk, de még jó pár civil ruhás, nyilván inkognitóban lévő ősember is.

A büfé újítása, a négyféle koktél segített megtalálni a hangulatot, és a belépéskor mindenki megtudhatta azt is, a jószerecse melyik hordához sorsolta.

Sugár Gyuri helyett egy szerecsen varázsló gondoskodott a talpalávalóról, remek hely- és emberismeretről téve tanúbizonyságot, és még a jelmezes verseny fődíját is megszerezte Benyó Tibor (második helyezett) kőbaltájától, és Novath Laci (harmadik helyezett) tulokszarvaitól sem félt! Csak azt nem értem, miért szaporodott a hölgyek arcán, karján a barna elszíneződés, miközben varázslónk egyre fehéredett! A jelmezes versenyen a zsűrinek a szokottnál is nehezebb dolga volt, nem tudván, melyik a jelmezre érkezett pontszám, és melyik a jelmez sorszáma, de azért apróbb fennakadás után megoldották a problémát. A gyerekek versenyén Kiss István (1.), Galambos Bence (2.) és Bódi Anita (3.) lettek díjazottak, de a többi gyerek sem maradt ajándék nélkül.

Felejthetetlen élményt nyújtott a társastánc tanfolyamon géppuskalábúvá fejlesztett párok latin-amerikai táncokat bemutató produkciója, mely aztán a közönséget is heves táncolásra bírta.

Ezután következett a hordák versenye. A Kőbalta, a Mamut, az Ősember, a Dinó és a Tűz hordája barlangrajzok, illetve termékenységi szobrok alkotásában remekeltek, azonban a hordatárs mutogatása alapján kissé nehezen ment a kőkorszaki fogalmak kitalálása, vélhetően a késői időre való tekintettel. A vetélkedés végig nemes maradt, senki nem kapott kőbaltáját!



Az idei farsang szponzorai igazán kitettek magukért! A tombolanyeremények hosszú és értékes sorának alig akart vége szakadni!

MÁTRA Borház
KOCH Cukrászda
PAN-NA 2001 Kft.
KÖRMENDI Réka
BRINGÓVÁR
ANGOL Ajándékok Boltja
LAU-RA Cukrászat

Az említett cégeknek ezúton is szeretnénk kifejezni köszönetünket a felajánlott versenydíjakért és tombolaajándékokért.

Cs. V.

*Az Önök közelében itt vagyunk,
helyben, fent a hegyen.*

HOTEL REMETE
Restaurant

Szállodai szobák akciós áron!
Zártkörű rendezvények éttermi
szolgáltatással egybekötött lebonyolítása.
Telefon: 250-2437, fax: 368-4248

HOFFMAN IVÁN

önkormányzati képviselő
minden hónap első csütörtökén
17-18 óráig tartja

FOGADÓÓRÁJÁT

az Újlaki Üzletházban (kék ház).
(Budapest III., Bécsi út 34-36.)

Állandó programok a házban

Hétfő:

7.30–9.30: Reggeli erősítés – Tenki Tamás

18.00–19.00: Női torna – Szolga Beáta

Kedd:

17.00–18.00: Hastánc

18.30–20.30: Jóga – Beke Andrea

Szerda:

18.00–19.00: Női torna – Szolga Beáta

18.00-tól: Bridzs klub

Csütörtök:

7.30–9.30: Reggeli erősítés – Tenki Tamás

20.00–21.30: Társastánc-tanfolyam

Péntek:

17.00–18.00 Hastánc

TELEHÁZ:

Nyitva: hétfő, szerda, péntek 16.00–19.00,

szombat 12.00–20.00

**Mátyáshegyen,
Remetehegyen,
Táborhegyen,
Testvérhegyen keresünk
és kínálunk építési
telkeket, családi házakat,
társasházi lakásokat.**

BEDO-IMMO Kft.

Szedmák Géza 06 (20) 9441-567,
367-2035 (üzenetrögzítő)

László Katalin

ÍRORSZÁG MAGYAR SZEMMEL

című fotókiállítás

2003. március 22-én, szombaton, 18 órai kezdettel nyílik
a Művelődési Házban Csobánkán, a Béke utca 6-ban

A képeket maga a szerző mutatja be.

Az élményt

az Ír-mag együttes hangulatos zenéje teszi még teljesebbé.

TUJÁT A TUJAGYÁRBÓL!

Saját nevelésű, gyönyörű tujaváltozatokat
ezüstfenyőt, kuszó- és rakétaborókákat
kínálunk mindig friss kitermelésből,
nagy méretben is.

SZALKAI Kertészet Örökzöldtelepe

Budapest III., Zsófia u. 16. (Aquincum).

Nyitva: hétfő–péntek 9–16, szombat 9–12 óráig,
illetve előzetes egyeztetés szerint.

Telefon: 06 (30) 940-8355

FESTÉKÁRUHÁZ-DISZKONT

Budapest XIII., Vésd u. 5. Telefon: 350-7759
 Budapest III., Vörösvári út 125. Telefon/fax: 367-3414
 Budapest II., Budakeszi út 55. Telefon: 392-0400

AKCIÓ! Hőszigetelő vakolatrendszer 2629 Ft/nm-től

DÍSZTUKKÓK NAGY VÁLASZTÉKBAN! GIPSZKARTON KAPHATÓ!

Számítógépes színkeverés: bel- és kültéri falfestékek, zomancok, lazúrok. Számítógépes színtervezés: nálunk megláthatja otthonát az elképzelt színekben! Festéktutár: a vásárolt termékeket haza is szállítjuk! Színtervezés és házhoz szállítás időpont-egyeztetése: 288-08-18 * 50 000 Ft feletti vásárlás esetén a színtervezés és a házhoz szállítás Budapesten ingyenes.

Caparol mosható! falfesték 16 l	3590 Ft	Trinát fehér zománc 5 l	4830 Ft
CMC tapétaragasztó 1 kg	340 Ft	Padlopon aljzatkiegyenlítő 25 kg	2520 Ft
Héra jól takaró falfesték 16 l	4090 Ft	Trinát mestertapasz 1 l	1180 Ft
Metylan tapétaragasztó 125 g	590 Ft	Modellgipsz 40 kg	1450 Ft
Diszperzit falfesték 16 l	3740 Ft	Modakril külső falfesték, fehér 25 kg	10 950 Ft
Mester puhab 500 ml	970 Ft	Rigips glettgipsz 5 kg	860 Ft
Polifarbe falfesték	2350 Ft	Homlokzati külső falfesték 25 kg	8300 Ft
Festhető fugatömítő 310 ml	360 Ft	Fehér glettgipsz 25 kg	1800 Ft
Trinát alapozó 0,75 l	780 Ft	Prolux magas fényű parkettalakk 4 l	4410 Ft
Evipass	250 Ft	Rigips glettgipsz 25 kg	2590 Ft
Trinát alapozó 5 l	4360 Ft	Lignodekor falazúr színekben 1 l	1120 Ft
Fűrészporos tapéta 33,5 m	850 Ft	Rigips kézivakolat 25 kg	2390 Ft
Trinát korróziógátló alapozó 1 l	1050 Ft	Bostik csemperagasztó 6 kg	2770 Ft
Úvegsvetítapéta 25 nm	8200 Ft-tól	Olajfesték, fehér 2,5 l	2460 Ft
Trinát fehér zománc 1 l	1080 Ft	Bostik PVC-, szőnyegragasztó 6 kg	3960 Ft
Csemperagasztó, fagyálló 25 kg	1100 Ft		

A festő- és mázóiparhoz szükséges anyagok legszelebb választékával várjuk kedves vásárlóinkat!
 Nyitva: hétfőtől péntekig 7-18, szombaton 7-12 óráig

Vigyázz, kész, ...0%! Akció március 31-ig:

0% vagy 10% befizetés és csak 29 797 Ft/hó törlesztés
 125 000 Ft hiteltámogatás

Swift 1.3 GLX Cool IV. ajándék klímával
 már 2 299 000 Ft-tól

Óriási használtautó-vásár!

Már 15% önerőtől és alig 20 000 Ft havi törlesztőrészlettel!

Ajándék Michelin téligumi-szett!

Akár 100 darab használt Suzuki közül választhat használtautó-kereskedésünkben:

Barta használtautó-kereskedés
 Székesfehérvár, Seregélyesi út,
 telefon: 22-50-80-50, 22-50-53-80

A LEGJOBB AJÁNLATOT BIZTOS TŐLÜNK KAPJA!

www.suzukibarta.hu, www.autodata.hu, www.vezess.hu

Teljes körű szervizszolgáltatás ♦ Zöldkártya
 Karosszéria- és biztosítási munkák ♦ Eredetiségvizsgálat



Bp. III., Rákóczi u. 33.
 Tel.: 240-4444 (Szalon) 436-7920 (Szerviz)
 Nyitva: hétfő-péntek 8-18,
 szombat-vasárnap: 9-13

A jó alvás - Természetes Életenergia!

Új Demko Feder stratégia az alvásban

Ébredjen Demko Életenergiával!

Míg az alvástudatás, az alvászavarok feltérképezése korábban az orvosok, pszichiáterek szakterülete volt, ma már senki sem lepődik meg azon, ha a hétköznapiak is találkozik e tudományok területéről átvett ismeretekkel.



Bioszisztem

A Demko Feder a legújabb tudományos kutatások eredményeire támaszkodva alkotta meg bioprogramját, szem előtt tartva, hogy az alvásnak egyaránt létezik egy aktív és egy passzív szakasza. A cég minőségi kínálatával erre az aktív szakaszra koncentrált.



Demko gyapjú és kaamir

A Demko gyapjútermékek télen-nyáron azonos komfortérzetet biztosítanak, fájdalmakat enyhít, természetes burokként ölelik körül testünket. A kompjüter-mérések eredményeinek figyelembevételével készített, optimális összetételű, személyre szabott biomatraccból, duplasoros léccsapatéttól és speciális tartókeretből álló háromrészes ágyszerkezet segít az ellazulásban, abban, hogy nyugodtan és mélyen aludjunk, energiával telítődjünk, kipihelve ébredjünk, és jól viseljük a mindennapok terheit.



Demko Gréta Lengyelországban az "Év bútora 2003-ban"

A Demko hálószobák, bioágyak és gyapjú garnitúrák az egészséges életmód zálogai.

**A DEMKO BIOÁGY ÉS GYAPJÚ VÁLASZTÁSA
 HELYES ÚT A TÖBB ÉLETENERGIÁHOZ!**

Budapest, II. Margit körút 29/a. Tel.: +36-1-212-4408
 E-mail: demkobudapest@axelero.hu, www.demko.hu

PAN-NA 2001 KFT.

HOZZÁNK ÉRDEMES BETÉRNI!

APEH- és ügyviteli NYOMTATVÁNYOK
 Iskola- és irodaszerek, különleges csomagolóanyagok,
 képeslapok 9 Ft-tól, postai bélyeg.

KREATÍV ÖTLETEI

megvalósításához szükséges eszközök széles és egyre bővülő választéka várja kedves vásárlóinkat.

Nyitva tartás: hétfőtől-péntekig 9-18, szombaton: 9.30-13 óráig
 Címünk: 1035 Bp., Vörösvári út 39. Tel.: 430-0928, fax: 430-0929

MEGNYITOTTUNK!!!



BORÓKA BABAKUCKÓ



Bébi- és kisgyermekruházat 0-3 éves korig
 Csecsemőkelengye, ágyneműgarnitúrák, játszószőnyegek, baba-felszerelési cikkek széles választékával várjuk kedves vásárlóinkat!
 Duplaméretes kombidresszek teljes választéka 56-104-es méretig közvetlenül a készítőtől!

Nyitvatartás: hétfőtől-péntekig 10-18, szombaton: 9-13 óráig
 Címünk: 1035 Bp., Vörösvári út 37. Tel.: 240-7102
 (A rendelőintézzettel szemben)