



ÓHEGY-HÍREK

ÓBUDA HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK LAPJA • XX. ÉVFOLYAM 4 SZÁM • 2015. MÁJUS

Pillantás a nagyvilágba

Mesés ír est

A Táborhegyi Népházban

május 15-én 18.30 órakor
ír meséket, történeteket ad elő angolul:

Dónal Ó Néill.

Tolmácsol:

Várkonyi Flóra.

(Részletek a 3. oldalon)

Vasárnapi mozi

Fabián Bielinsky – A kilenc királynő
/2000/

május 17-én, 17.00 órakor



Amikor befizetett adójának

**1%-a fölött rendelkezik,
kérjük, jelölje meg:**

Kedvezményezett neve:

**Óbuda-Hegyvidékiek
Egyesülete**

Adószáma:

18088476-1-41

A kapott összeg a közérdekű
céljaink megvalósítására,
és kedvezőbb működési feltételeink
megteremtésére használjuk fel.

**AZ EGYESÜLET
ÚJ TELEFONSZÁMA:
404-5380**

Programok

Pillantás a nagyvilágba	május 15. p.	18.30
Vasárnapi mozi	május 17. vas.	17.00
Gyermeknap Túrnap	május 31. vas.	9-11
Civil és Nemzetiségi nap	május 31. vas.	10-18
Kreatívkodj Ökosan kiállítás	május 31. vas.	10-18
Óhegy Napok	június 5-6-7.	p.-v.
Állandó programok	11. oldalon	

**A következő lap megjelenésének időpontja:
2015. június 4.**

ÓHEGY NAPOK - 2015

AZ ANJOUK ÓBUDÁJA ÉS KORA

A TÁBORHEGYI NÉPHÁZBAN, JÚNIUS 5-6-7.

„Az Anjouk várai, palotái, templomai” című kiállítás és előadás, középkori zene és táncok,
„Toldi szerelme” felolvasó színház, középkori lakoma, lovagi párviadatok, trubadúrok versei,
főző- és cukrászverseny, kézművesek

(Részletek a 3. oldalon)

Felhívás!

Készíts bármilyen kreatív alkotást,
hulladék felhasználásával.

A benyújtott műveket

Kreatívkodj Ökosan

kiállításon mutatjuk be a Gaia
Fenntarthatósági Túrnap keretében
május 31-én, 10-18 óra között
a Táborhegyi Népházban

(Részletek a 3. oldalon)

Gyereknapi Túrnap!

az Útilapu Hálózat
és az Óhegy Egyesület
közös szervezésében

Indulás:

május 31. vasárnap, 9-11 órakor

Hűvösvölgy – Hard Pop Cafetól.
(1028 Bp., Hidegkúti út 2.)

Érkezés a Táborhegyi Népházba.

(Részletek a 3. oldalon)

VIII. Civil és Nemzetiségi Nap Bp. III. kerület, Csobánka téren

(Békásmegyeri Közösségi Ház és az előtte lévő terület)

május 31-én, vasárnap 10-18 óra.

A civil szervezetek nyújtotta gazdag program, és közös főzés várja a megjelenteket,
amelyen Egyesületünk is örömmel résztvesz.

Mindenkit szeretettel vár Óbuda-Békásmegyér Önkormányzata

Mi indítja meg az alkotót?

Raksányi Éva és dr. Lővey Végh Amália kiállítása

„Témák és álmok” címmel, két alkotó műveiből készített kiállítás megnyitóján vettem részt a Népházban pénteken, és ott elgondolkodtam. Elgondolkodtam azon, ami már egy idő óta foglalkoztat, nevezetesen az alkotók és alkotásaik kapcsolatán. Mi indítja meg az alkotót, hogy pont azt a művet alkossa meg, amit megalkot? Belső kényszer ösztökéli-e arra, hogy egy gondolatnak, fantáziának látható, érzékelhető formát adjon? És miért épp azt a formát? Vagy tán egy megrendelő vagy megbízó által megfogalmazott téma kelti fel az érdeklődést, alkotásra sarkallva az alkotót? Ha jól meggondolom, őszintén be kell vallanom, hogy az alkotói folyamat maga érdekel tulajdonképpen, annak kezdetétől a mű megszületéséig. Megfogalmaznom sem volt könnyű azt, hogy mi is érdekel, megtalálni, megválaszolni pedig szinte lehetetlennek tűnik számomra. Talán a rejtély nekem örökké rejtély marad?

A most kiállított művekkel kapcsolatban, érdeklődve a létrejöttükről, az alkotók, mindketten, egyértelmű válasszal szolgáltak részemre. Vagyis: idejében megtalált hivatásuk szorgos és eredményes gyakorlása mellett, egy idő után mégis azt érezték, hogy lakik bennük egy másik találmány is, aminek felszínre kerülése során új, addig nem látott értékek bontakozhatnak ki. Éva (aki mérnök) ecsetet ragadott, és az őt körülvevő valóságot festményekben próbálja ábrázolni, Amália (aki orvos) pedig az élő természetben körültekintve a természetes növényi formációk között, azokba beleálmódva, és saját belső formakincsével kiegészítve találja meg a környezet számára bemutatható és bemutatandó szívet, az eddig nem látottat. Bevallom, a belső alkotási kényszernek ilyen természetű felszínre kerülésével ritkán találkoztam, és akkor sem merültem el mélyen az értelmezésükben. A pénteken kiállított alkotások és a létrejöttükre megadott, érthető megfogalmazások sokat segítet-



dr. Lővey Végh Amália - Bagoly

tek abban, hogy egyfajta alkotási folyamat mibenlétére választ kaphattam. Köszönet a kiállítóknak. A többi, más alkotási folyamatra talán újabb kiállítások során számomra is fény derülhet.

Szász Kálmán



Raksányi Éva - Profilok

Volt egy szép esténk

Az április 10-ét beragyogó Nap éppen akkor bukott a Hármashatár-hegy mögé, amikor a hegyiek és az előadók vendégei gyülekeztek a Táborhegyi Népházunk előtt, a klasszikus gitár-estére.

Az előtérben mindenki kézhez kapta a részletes műsorszámjegyzéket. A nagyterem az alkalomhoz illő, szép dekorációval várta a hallgatóságot. 18 órára meg is telt a terem.

Ügyvezető elnökünk: Dóra asszony köszöntötte, és mutatta be az előadó művészeket.

Először a két ígéretes tehetségű „tini” művész: Kató Lindát, aki a Zeneiskolák XIII. Országos gitárversenyének Döntőjén a 3. lett, és Pál Szilvesztert, aki ugyanott az első helyezést érte el.

Következtek: Szücsi Balázs és Budai Levente, a művésztanáraik. Négyükről az Óhegy-hírek áprilisi számának 2. oldalán olvashatnak részletesebben.

Az est első részében a fiatalok zenélését csodálhattuk meg. A második részben a művésztanárok kápráztattak el bennünket.

Falakat rezeszto vastapsokkal köszöntük meg a magas művészettel előadott és sokoldalúságukat bemutató színesen összeállított műsorukat.

A sok - fülünkbe tolakodó, harsány, dobhártya rezeszto techno- és metálenek után - megfürdethettük lelkünket a természetesen szóló szép gitárhangokban.

Bánhatják, akik nem tudtak vagy nem akartak eljönni! Köszönet a művészeknek, rendezőknek, segítőknek és a Népháznak, hogy részünk lehetett ebben a csodálatos zenei élvezetben!

Házunk és szívünk mindig nyitva áll előttük! Máskor is szeretettel várjuk Öket.

SHE



Mi teszi az embert boldoggá a munkájában?

Ha elhivatottan tudja megélni.

Nem azon múlik, hogy kinek mi a foglalkozása, hanem hogy elhivatottan teszi-e a munkáját nap, mint nap. Az elhivatottság nem azon múlik, hogy mennyi pénzt adnak a munkáért, látványosan megbecsülnek-e vagy sem. Az elhivatottság azt jelenti, hogy a mindennapi munkámat érdemes csinálnom, mert erre vagyok kirendelve. Amíg élek, nekem érdemes energiát, áldozatot, szeretetet beletenni a napi tennivalóimba.

Egy példát szeretnék elmondani: képzeljünk el egy iskolát, ahol egy takarítónő dolgo-

zik. Az első emelet az övé. A hölgy 69 éves. Kívülről fújja az összes kisgyerek nevét. Minden nap van nála valami kis nassolnivaló, áfonya, almáspite, isler. És minden nap akad kisgyerek, akinek szüksége van a vigaszra, elrontott dolgot, otthoni zűrók, udvari esések kapcsán. Nagyobb gondokat is megold. Van egy kisfű, aki nem mer kezét mosni. Nagyon nem mer. Üvölt, ha kényszerítik. Ilike szárított áfonyával kínálja a barátait és neki megsűgja: a zacskóra az van ráírva láthatatlan filccel, hogy csak az vehet belőle, aki kezét mosott. Ilike kedvéért a Zolika minden nap

ötször kezét mos, szappanszagú kezeckéit egészen feldugja az orráig és becsületesen csak egy szem áfonyát vesz ki a zacskóból. Szülők nem értik, pszichológus segítségével nélkül hogyan is oldódott meg ez a gond. A megoldás: Ilike. Aki persze eközben ragyogó tisztaságot tart az emeleten, elsősöknek babzsákot horgol és mindig mosolyog, igazi tündérré. A jutalma? Apró cetliket mutat, az egyik júniusin ez állt ákombákom betűkkel: ILI NÉNI, HA NEM LENNÉL ÉHEN PÜSZTÜLTÉM VOLNA!

Mikes Kriszta

„ANJOUK ÓBUDÁJA ÉS KORA”

Óhegy Napok – 2015

Táborhegyi Népházban június 5-6-7, péntek, szombat, vasárnap.

Ez évben immár 13. alkalommal rendezzük meg az Óbuda-Hegyvidékiek Egyesületében évadzáró kulturális, szórakoztató és gasztronómiai programunkat, most az „ANJOUK ÓBUDÁJA ÉS KORA” címmel. A rendezvény három napja alatt megtekinthető a korabeli várakról, palotákról, templomokról készített rekonstrukciókból és a Képes Krónika ábrázolásából összeállított kiállítás, melyhez kapcsolódóan hallhatjuk Buzás Gergely régész, a Visegrádi Mátyás Király Múzeum igazgatójának előadását. Ízelítőt kaphatunk a középkori zenékből és táncokból Kecskés András és együttese, Tóth Emese és az Egyesület táncsoportja segítségével. Láthatunk lovagi párviadalokat a Visegrádi Szent György Lovagrend lovagjainak közreműködésével. Lelkünk felüdülhet Arany János veretes sorain, amikor meghallgatjuk a „Toldi szerelme” versének felolvasó színházi változatát. Részt vehetünk egy királyi lakomán, Nagy Lajos király udvarában és kóstolgathatjuk a vasárnapi főzőverseny amatőr szakácsainak versenyműveit; kitűnő borok és pálinkák kíséretében.

Reméljük, hogy ezzel a kis előzetes „behangozóval”



sikerült nagyon sok olvasónk, tagtársunk, barátunk és támogatónk figyelmét felkelteni a programok iránt, és minél nagyobb létszámban ismerkednek majd magyarországi Anjou-uralkodóink korával, udvari életével, szokásaival! Nagyon örülnénk, ha vendégeink korabeli ruhákban vennének részt az Óhegy Napokon!

A rendezvény látogatása ingyenes, csak a szombati lakomának van részvételi díja, melyre a jegyeket május 28-tól lehet elővételben (2.500,- Ft/fő) megszerezni, a vasárnapi főzőversenyen pedig helyben lehet kóstolójegyeket (400,- Ft) árszámolni. Lakomára jegyek rendelhetők a 30-333 2902 és a

30-999 5320 telefonszámokon. Ezúton hívjuk fel kedves vállalkozó szellemű szakácsok figyelmét, hogy vegyenek részt az „Óhegy legjobb szakácsa 2015” cím elnyeréséért indított szakácsversenyben, ahol természetesen az egykori középkori ételekhez hasonlókat kell készíteni, paprika, paradicsom, krumpli és kukorica felhasználása nélkül! Amatőr cukrász-jelöltjeink pedig süszenek finomabbnál finomabb süteményeket, tortákat, úgy, mintha egyenesen Lajos király udvara számára készítenék! Itt pedig a cél az „Óhegy legjobb cukrásza 2015” cím megszerzése. Na és persze a dicsőség, a kupa és az Egyesület további rendezvényein a résztvevők „jótartása” pazar étkekkel!

A gasztronómiai örömök mellett ne felejtszünk el a „szellem étkeiről” sem: várjuk költői hajlamú vendégeink szellemes versezeteit, amelyekkel megörvendeztetethetjük a királyi udvart a szombati lakomán!

Sok szeretettel várunk mindenkit és nagyon reméljük, hogy a programokon a pót-székek is kevésnek bizonyulnak majd!

Az Egyesület elnökségének nevében:

Benyőné dr. Mojszsis Dóra
muzeológus,
az Óhegy Napok szervezője

Pillantás a nagyvilágba

Mesés ír est

Május 15-én 18.30 órakor,
a Táborhegyi Népházban

Szeretettel várunk mindenkit a Pillantás a nagyvilágba sorozat következő estjére. Dónal Ó Néill ír meséket, történeteket ad elő angolul Várkonyi Flóra élvezetes magyar tolmácsolásában.

Az ír kultúra sokkal inkább szóbeli kultúra, mint a magyar. Történeti okai vannak annak, hogy miért annyival kevesebb vizuális lenyomata van az ír nép lelkületének. A mesemondás nagy hagyományokkal rendelkezik. A történet-mesélő (seanachí) faluról falura járva igen megbecsült tagja volt a társadalomnak.

Ezek a történetek apáról fiúra szállnak az ír folklórban. Dónal esetében a nagymama hagyott mély emléket történeteivel, amelyekből most Dónal élénk varázsol néhányat. A mesék azt a kettős világot mutatják be, amiben a nagymama és generációja élt és hitt: a szellemvilág és a valós világ.

Írországi fotók háttérben a Dónal ír népdalokat is játszik nekünk szájharmonikán a dalok történetét is bemutatva.

Vigyázat! Ellátogatunk temetőbe, tündérekkel, manókkal, nem evilági lényekkel találkozhatunk. Csak erős idegzetűeknek!

László Saci



Gyereknapi Túranap!

Gaia Fenntarthatósági Túranap - 2015.

Az Útilapu és Óhegy Egyesületek szervezésében. Indulás: május 31. vasárnap, 9-11 órakor, Hard Pop Cafétól (1028 Hídeggúti út 2.)

Az Útilapu Nemzetközi Építőtábor Hálózat és az Óhegy Egyesület rendhagyó teljesítménytúrát szervez a Budai-hegységben! A Túra Hűvösvölgyből indul, a Határ-nyerget, az Árpád-kilátót, a Guckler sziklát (Nelli-pihenő) és Virágos-nyerget útba ejtve a Táborhegyen, a Népházban végződik. A szervezők a környezetvédelmet és fenntarthatóságot előtérbe helyezve nem csak az ellenőrzőpontoknál, hanem a 12 km hosszú útvonal egyéb pontjain is különböző állomásokat alakítanak ki, ahol a környezetvédelem témakörében színes programok, játékok, izgalmas feladatok várják az érkezőket. A Népházban pedig a témá-

hoz kapcsolódó előadások, társasjátékok és kézműves foglalkozások lesznek, valamint megtekinthető a leadott, újrahasznosítható anyagokból készült tárgyak kiállítása is.

A teljesítménytúrára 9-11 óra között lehet nevezni a hűvösvölgyi Hard Pop Cafénál, a Táborhegyi Népházban pedig délután 4-ig várják az érkezőket! A túrán korhatár nélkül bárki részt vehet. A programról további részleteket a www.teljesitmenyturazoktarsasaga.hu honlapon, valamint Facebook eseményünkön lehet megtudni, de az indulás előtt az Óhegy Egyesület körlevélben is értesítést küld.

Lajos Dóra főszervező

Kreatívkodj Ökosan!

Okoskodj kreatívan avagy kreatívkodj okosan!

Kiállítás a Táborhegyi Népházban, május 31., 10-18 óra között

Láttál már petpalackból készült madáretetőt? Sörnyitóból készült karkötőt? Tejesdobozból készült pénztárcát? Vagy még ennél is jobb ötleteid vannak?! Akkor ne habozz! Mutasd meg, hogy Te mit tudsz, és csatlakozz a „Kreatívkodj Ökosan” című felhívásunkhoz!

Várunk bármilyen kreatív alkotást, munkát, ami hulladék felhasználásával készült.

Ha a kézműveskedés ezen formája annyira nem ragad meg, akkor vedd papírra gondolataid, ragadj ceruzát és készíts rajzot arról, hogy mit jelent számodra a fenntarthatóság és a környezetvé-

delem fogalma! A beérkezett művekből május 31-én a Gaia Fenntarthatósági Túra-nap keretében kiállítást szervezünk a Táborhegyi Népházban (1037 Toronya utca 33.). A kiállítás megtekinthető aznap 10 és 18 óra között! A felhívásban résztvevők szorgalmát emléklappal jutalmazzuk!

A munkák leadhatók minden héten, szerdán 18-20 óra között Koppány Vikinél a Táborhegyi Népházban, névvel, lakcímmel és telefonszámmal, valamint az alkotás címével ellátva!

Lajos Dóra

*Mondd, emlékszel-e még édesanyádra,
Halkan szelíd, csitító szavára,
Mikor keblén szoptatva, ébese,
Füledbe súgta - Nagyra nőj életem!*

M. Laurens

Édesanyák napjára

Köszönjük a lelkes szervezőknek és kisdíjaknak, hogy jelentkeztek a megmérettetésre és dacolva a rövid határidővel, együttműködve tanáraikkal, tökéletes és visszavonhatatlanul értékes munkát végeztek. Bátran és őszintén fejezték ki érzéseiket, szeretetüket édesanyjuk iránt, ami nemcsak e jeles a hétvégének köszönhető, hanem szívük legmélyéről fakad.

Mi szülők és oktatók vessük elménkbe azokat a meghitt pillanatokat, amikor ez a sok kis lélek félretéve gondját-baját hatalmas odaadással és beleéléssel rajzolt nekünk és leginkább rólunk.

Örömünkre 36 pályamű érkezett a határidőre. Az Egyesület tagjaiból zsűrizésre összejött fotós, szobrászművész, építész, és az Alerton Klub tagjai - akik mindannyian édesanyák - bizony nehezen döntöttek. Nézzük az alkotásaikat úgy, mint a gyermeki kifejezés őszinte eszközt.

A nyertesek nevei:

1. díj: Szalai Júlia, Kiss Emma Marianna, Duca Anasztázia, Pihelevics Péter.

2. díj: Mihálszki Móric, Decsi Veronika Lilla, Bittsánszky Cecília Dorottya.

3. díj: Bánki Fruzsina, Gevai Dorka, Koós Kira, Megyeri Luca.

Különdíj: Vajgel Maya és Vajgel Jonatan testvérek.

„Tyúkanyó” jutalom: Kádár Gergely, Kuczy Anna Virág, Burány Boglárka, Tóth Luca Boglárka, Gyarmati Eszter.

Külön köszönet jár sikeres és csodálatos munkájukért nem kevesebb lelkesedést várnunk tőlük a következő alkalmakkor sem:

Mátyus Mira, Gyarmat Patrik, Boglárka Fanni, Tóth Barbara, Szabó Konrád, Berta Zombor, Pálinszki Enikő, Borbára Heléna, Vágó Bence Bálint, Szöllősy Marcell, Markovics Benjámin, Verebélyi Zsombor, Szarka Bendegúz Andor, Babkó Bálint, Versegi Szabaszián, Palotás Rebeka, Horváth Bence, Kostyán Viola Klára.

A díjazottak speciális grafikai fejlesztő könyvvel (RAJZISKOLA) és az Egyesület által felajánlott mesekönyvvel felkészülhetnek a nyárra, és mint értelmes szabadidős program eltöltésére, a rajzolásra. Olajpasztell, ecset, színes ceruza segíti további munkájukat, és felkészülésüket a további megmérettetésekre. Emléklapokat és okleveleket osztottuk ki mindannyiuknak, ösztönözve további munkájukat és jelenlétüket a következő versenyeken.

Táborhegyi piknik, azaz az ÓBUDA NAPJA alkalmával országgyűlési képviselőnk, Varga Mihály miniszter úr is megtisztelte a kiállítást, értékes gondolatait megosztotta velünk, köszöntötte a gyermekeket, gratulált a győzteseknek, a Vajgel testvéreknek pedig átadta különdíjat, a csokitortát!

További rajzprogramok szervezésében szívesen várom a gyermekek segítségét.

Koppány Viktória
szervező



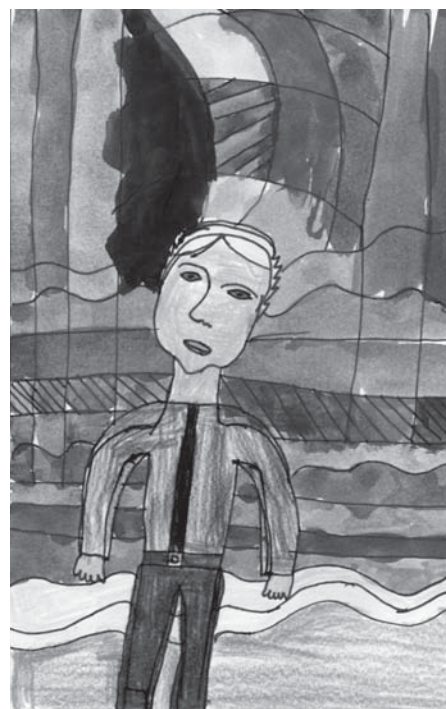
Vajgel testvérek a Miniszter úrtól tortát kaptak jutalmul



Vajgel család



Vajgel Maya rajza



Vajgel Jonatán rajza



Szalai Júlia rajza



Duca Anasztázia rajza



Kiss Emma Marianna rajza



Bitszászky Cecília Dorottya rajza



Mibálszki Móric rajza



Decsi Veronika Lilla rajza



Koós Kira rajza



Gévai Dorka rajza

Ismerjük fel és óvjuk természeti kincseinket!

Paraj, spenót (*Spinacia oleracea* L.) Főzeléknek természetesen bizonytalan származású (Ny-Ázsia?) tavaszi növényünk. *Libatopfélék*hez tartozik. Rokona a mangoldnak, céklának, takarmány- és cukorrépának. Felálló szárú. Levelei változatosak: tojásdadtól a dárdás-háromszögletűig, épek, vagy fogas szélűek, dárdás vállúak. Lehet kétlaki. A termésük sima vagy tüskés. Innen van a latin neve. Összetevői miatt értékes növényünk. Vitaminjai: karotin, E, B2, B1, **folsav**, C. Ásványi anyagai: kálium, magnézium, **vas**, foszfor, réz, cink. Az orvosok is ajánlják vérszegénység és gyengeség esetén. Magas oxálsav tartalma miatt oxalát veseköveseknek nem ajánlott. Alacsony szénhidrát tartalma miatt a főzeléke cukorbetegeknek, fogyókúrában, székrekedésben, érelmeszesedésben, infarktus után ajánlott.

Parajgaluska: 50 dkg paraj, 5 dkg zsír, 2 dkg liszt, 5 zsemle, 2 dl tej, 2 tojás, 2 evőkanál zsemlemorzsza, 5 dkg reszelt sajt, törött bors, só. A parajt nyersen ledaráljuk, 2 dkg zsírban megpároljuk, meghintjük liszttel és jól elkeverjük. (Mirelit parajpürét is használhatunk.) A zsemleket tejbe áztatjuk, jól kifacsarjuk, szétmorzsoljuk, és a parajhoz keverjük. Sóval, borssal ízesítjük. A tojásokkal jól elkeverjük, majd kis galuskákat szagatva sós vízben kifőzzük és leszűrjük. A maradék zsemlemorzsát zsírban megpirítva beforgatjuk a parajgaluskákat és reszelt sajttal megszórva tálaljuk.

Parajszelet gombamártással: 50 dkg főtt paraj, 6 dkg rizs, 1 db tojás, 1 kávéskanál reszelt fokhagyma, 5 dkg zsemlemorzsza, só, bors, 10

dkg finomliszt. A mártáshoz: 15 dkg gomba, 4 dkg zsír, 5 dkg liszt, 2 db hagyma, 3 dl csontlé, 2 dl tejföl, 1 kávéskanál vágott petrezselyem, só, bors. A rizst megpároljuk, hozzáadjuk a főtt parajhoz, sóval, borssal, áttört fokhagymával ízesítjük. A tojással, és annyi zsemlemorzsával összeállítjuk, hogy szeleteket formálhassunk belőle, majd lisztbe forgatjuk és forró zsírban kisütjük. **Mártás:** a megmosott gombát felszeleteljük. A reszelt hagymát, vágott petrezselymet és a gombát zsírban megpároljuk, sózzuk, borsozzuk, meghintjük liszttel és csontlével feleresztjük. Rövid ideig főzzük, hozzáadjuk a tejfölt, összeforraljuk és a parajszeletekhez tálaljuk.

Spenőtorta: A tésztahoz: 30 dkg liszt, 20 dkg vaj, vagy margarin, 1 tojás sárgája, 1 teáskanál só, ha szükséges, 1-2 kanál tejföl. A töltelékhez: 50 dkg friss spenót, 2,5 dl hideg tej, 1 evőkanál liszt, 1 csokor petrezselyem apróra vágva, reszelt sajt, 1 evőkanál olaj, só, 1 gerezd fokhagyma (áttörve), zsemlemorzsza. **Tészta:** a lisztet a sóval, vajjal jól eldörzsöljük. Hozzáadjuk a tojássárgát és sima tésztává gyúrjuk. Ha szükséges, tejfölt adhatunk hozzá. ½ óráig hideg helyen pihentetjük. **Töltelék:** megfőzzük a spenótot, lecsepegtetjük és leturmixoljuk. Olajban megfuttatjuk a vágott



petrezselyemzöldet és a zúzott fokhagymát. Megszórjuk liszttel, ráteszük a spenótot, elkeverjük és annyi hideg tejet adunk hozzá, hogy sűrű, krémszerű legyen az állaga. Ha kihűlt, hozzáadjuk a reszelt sajtot és jól elkeverjük. A tészta ¾ részét vékonyra nyújtjuk és kerek vagy szögletes kivajazott sütőformába simítjuk. A tésztát megszórjuk zsemlemorzsával, ráterítjük a sűrű töltelékkel. A maradék (¼) tésztából keskeny csíkokat sodrunk és a töltelék tetejét berácsoljuk. Tojással bekenjük és előmelegített sütőben 180 fokon 25 perc alatt megsütjük.

A spenótot kertünkben is termesztethetjük.

Jó kertészkedést, sütést, főzést és jó étvágyat kívánok!

Stollmayer Ákosné

Mókázás

Április elseje a "Bolondok napja", a néphagyomány szerint. Ilyenkor illő megviccelni egymást. Lehet szelíden um.: nézd már, valaki piros masnit kötött a kutyánk nyakába. És ha a "balek" készségesen kipillant az ablakon, akkor lehet közölni vele diadalmasan - ma éppen hányadika van. Komplikáltabb, ha a kollegák riasztanak bennünket, telefonon kerestek minket, gyorsan hívjuk vissza a számot. Amikor aztán az állatkerti gondozó mérgesen reagál a Jónás nevű viziló gondozójaként, bizony-bizony megint csak belefutottunk a "csöbe". Persze lehet továbbfokozni a jókedv diktálta skálán a csillagos égig, a jóízűs keretein belül.

Ennek kapcsán jött az ötlet a múlt szombat este, vesézzük ki véglegesen ennek a Hufnágel Pistinek és az érte áhító Mézsgáné-nak a sokat emlegetett "viszonyát".

Köztudott, a spontán bulik a legjobbak a világon. Amikor, szinte véletlenül, ötletszerűen jön össze egy társaság. Amikor nincs

különösebb szervezés, előkészület. Amikor csak úgy jön minden magától. Adódik egyre másra a sok poén, a jó beszélés ugyanúgy. Kezdenek pattogni a szikrák, szóra szó, viccre vicc. Mindezeknek persze nem állja útját néhány pohárka jó bor, pezsgő, miegyéb. Hamar kialakul akár az "ökörköri" hangulat is.

Egyikünk kitalálta, a többiek pedig a végtelenségig fokozták, eljátszották az ismert rajzfilm karakteres figuráinak további életét. Mi lett volna, ha az izgága Mézsgáné mégis a Pistihez köti az áhított jó sorsát? Akár csak egy rövid időre netán. Mondjuk a sok látott kaland után, idősebb korukban újra találkozhatnak a Pistivel? Megadott Nekik, ugye. Ne sápitózzon tovább a Misziz Mézga. Nana, ne tessék csodálkozni, igen is van idősebb korban is "lamur". De mennyire, hogy van - replikáltak a társaságban többen is. No szóval, hamarosan kiderülhetett a Pisti azontúl amit már jól ismerünk, nagy "swindler" lehetett. Tudunk nagy

természetéről, életviteléről. Nem lehetett túl családcentrikus, az tuti. Inkább a nyitott-házasság követe volt. Láncrafűzte, sőt listázta a női szíveket. "A drága".

Am Őnagysága ezt nem tudta - őszinte, vad lángolásba kezdett. Isteni jeladásnak vélhette a találkozást. Azt hitte a balga, ott folytatják majd, ahol abbamaradt a fiatalokri szenvedély. Pesti eleinte ellenállhatatlannak mutatkozott. Am hetek múltán már lohadt az érdeklődése. Kényelmesebb volt Ő ennél. Talán nem is így képzelte el álmai asszonyát. De az is felvetődött Pistinél, hogy már jó ideje csak a különleges élvezet számított, és semmi más. Az egyik elvált nővendég azzal rukkolt elő - az ötvenesek másodvirágzásáról lehetett itt szó. Amikor még bizonyítani kell, néha minden áron.

Így aztán a közösen ültetgetett szerelem-virág lassacska hervasodni kezdett. Pesti el-elmaradozott. Magyarán visszakozót fűjt. A drága Mézsgáné eddigre szívvel-lélekkel, őszintén szerelmes lett. Már nyakig ült a pácban, amikor a Pesti végkép elmaradt. Bánatosan állapítottuk meg: rémes, amikor az egyik fél eltelik, a másik meg hát-

ramarad - szerelmesen. És ez bármilyen életkorban előfordulhat. Mézsgáné is így siránkozhatott.

Ezen a ponton közölhetnék volna Vele a nagy görög filozófus bölcs mondását: "Kétszer nem lehet ugyanabba a folyóba lépni!"

Persze tanulság is adódhat: ne ácsingózzunk olyasmiról, ami valójában nem is létezik.

Végül a társaság nem maradt ennyiben. Végszóként megtetűztük: Mézga mamának mégis csak a legjobb volt az Ő Gézukája.

Magyarán jó volt Gézánénak lenni.

De azért, ha a Géza bácsi kicsit ölelősebb lett volna, "Pisti" is lehetett volna Belőle. Az meg már mindenki előtt evidens: "Nincsen ember hiba nélkül".

Ezzel is zártuk a diskurzust. Amúgy az egész csak móka, kacagás és feltételezés volt.

Visszont ennek a históriának egyáltalán nincsen tétje. Bátran koccinthatunk rá egy jó csengőset valami szép metszett kristály pohárral.

Égéségünkre! Legyen soká mókás kedvünk!

W. Grass

Az erdei kutyasétáltatás kilenc pontja

Kutyatartókkal, civil- és szakmai szervezetekkel közösen fogalmaztunk meg kilenc, a kutyasétáltatással kapcsolatos alapvető erdei viselkedési elvet, amelyek betartása reményeink szerint sokunk erdei nyugalmát és biztonságérzetét növeli a jövőben.

1. Az erdei kutyasétáltatás során mindig vegyük figyelembe, hogy az erdő nem csak a miénk: az erdei állatok és a védett növények számára élettér az erdő, kutyá nélkül természetjárók, gyerekek és kerékpárosok sokasága élvezi kedvencünkkel egy időben és ugyanazon területen az erdei levegőt. A békés egymás mellett élés érdekében mindig tekintsünk úgy a kutyánkra, ahogyan az egy másik erdőjáró számára megjelenik: vegyük figyelembe a többiek, különösen a gyerekek és gyerekek szülők szempontjait!

2. A felelős kutyatartás legfontosabb alapszabálya, hogy kutyánk megfelelően szocializált, képzett, bármilyen kritikus helyzetben visszahívható, illetve fegyelmehető legyen! Engedelmségi alapképzés nélküli kutyát póráz nélkül sétáltatni akár az erdőben, akár bárhol másutt felelőtlenység, kockára teheti embereket és kutyákat biztonságát.

3. Az erdőben kutyát sétáltatva feltétlenül tartsuk szem előtt, hogy a kutya ragadozó állat. Szabadon elengedve az erdőben, hosszabb-rövidebb időre felügyelet nélkül hagyva számos konfliktushelyzet adódhat az erdő élővilága és a kutya között, amelyek elsősorban az erdő állatait veszélyeztetik:

- A legszelídebbnek tartott házi kedvenc is megkergetheti az erdei állatokat. Ilyenkor akár hosszabb időre is szem elől téveszthetjük. Például egy legyengült őzgidra a kutya kitaró

kergetésének hatására el is pusztulhat. Kutyánk távoli vidám csaholását hallva gondoljunk arra, hogy ez egyben valamilyen erdei állat riadt menekülését is jelentheti, amit mi észre sem veszünk.

- A kutya felzavarhat költő madarat, kiáshatja az ürgét vagy a vakondot.

- Rosszabb esetben el is pusztíthatja a nála kisebb állatokat, pl. békákat, gyíkokat, siklókat, fiatal madarakat, kismélsőket, feldúlhatja a földön, vagy alacsony fészkelő madarak fészkeit, pl. fák kimosódott gyökerei között vagy bokrok alacsony zónájába rakott, továbbá szedres szövedékbe földre rakott fészkeket.

4. Az erdőben kutyát sétáltatva ne feledkezzünk meg a legfontosabb veszélyforrásokról:

- Az erdei séta előtt gondoskodjunk kullancsok és bolhák riasztására alkalmas nyakörv vagy egyéb védő eszköz használatáról, a sétából hazatérve alaposan vizsgáljuk át a kutyát, távolítsuk el róla a kullancsokat.

- A kutyák közötti agresszív összecsapások súlyos sérülést okozhatnak állatnak és gazdájának egyaránt.

- A malacait védő vaddisznókoca visonttámadása veszélyes lehet a kutyára, de a gazdájára nézve is (a kutya felbőszítheti a vaddisznót, a felbőszített állatot a gazda közelébe vonzhatja).

5. Az erdőben sétálva mindig gondoljunk arra, hogy a városok belterületével határos részekben, a lakott területeken is egyre gyakrabban megjelenő vaddisznóállomány apasztása érdekében magaslesekéről történő vadászat folyik. A lesek környékén a hajnali és esti órákban megjelenő, gazdájuk felügyelete alól kikerülő

kutyák ellehetetlenítik a vaddisznók számának szabályozását.

6. Lehetőség szerint a napfelkeltétől napnyugtáig terjedő időszakban sétáljunk kedvencünkkel az erdőben, mert a magaslesekéről történő vadászat leggyakrabban a hajnali, az esti és az éjszakai órákban zajlik. A vadászat és a vadászok célja a vadállomány kordában tartása. Kutyára a vonatkozó jogszabályok értelmében kizárólag akkor adhatnak le lövést, ha az emberre-, vadra támad, és a vad sérelme másként nem hárítható el.

7. Akkor óvhatjuk meg kedvencünket leghatékonyabban, ha erdei sétáltatás során jól látható jelzéssel, például láthatósági mellénnyel vagy nyakörvre szerelhető villogóval látjuk el. Városkörnyéki erdőben jelentős természetvédelmi károkat okoznak, és a kirándulók körében riadalmat keltenek a sokszor falkába verődő kóbor kutyák, ezért nagyon fontos, hogy az erdészek, vadászok és állatrendészeti szakemberek számára egyaránt jól felismerhető módon megkülönböztessük tőlük kedvencünket.

8. Mindezek ismerete mellett ne feledkezzünk meg arról sem, hogy a Szabálysértési törvény 193. § (1) bekezdése értelmében: aki a felügyelete alatt álló kutyát természeti és védett természeti területen, vagy vadászterületen – a vadászkutya és a triflakereső kutya kivételével – póráz nélkül elengedi vagy kóborolni hagyja, szabálysértést követ el.

9. Ne feledjük: a felelős kutyatartó elsősorban saját kutyája, a város körül megmaradt természeti környezet és kiránduló embertársai védelme miatt tartja be az erdei kutyasétáltatás írott és íratlan szabályait!

Pilisi Parkező Zrt.

A nagymama, az unoka és a bernáthegyi

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy nagymama. Kedves, mosolygós idős asszony, aki már botalt járt, nehézkesen, de minden nap elment az Erdőalja iskolába az unokájáért. Így volt ez az egyik délután is, ballagtak hazafelé, a nagy és az unoka, kedélyesen megbeszélve, mi is történt aznap az osztályban.

S egyszercsak az egyik utcából a nyitva hagyott kapu mögül előrontott egy bernáthegyi kutya, és ugatva nekirohant a nagymamának. A kislány kétségbeesetten elrohant, ha arra száguld egy autó, nem is tudom mi történt volna, mert a gyerek kizárólag hátrafelé figyelt.

A nagymama épp egy visszerműtét után lábadozva - micsoda nemzedék(!) nem adta fel - gondolom számot vetett azzal, ha most a kutya feldönti, annak combnyaktörés a vége. Nos, a botjával vette fel a harcot a kutya ellen. Úgy tűnt, sikeresen. A táma-

dó meghátrált. Egészen addig, amíg az idős hölgy öt-hat lépést tett. Ezután az eb úgy döntött, hogy mégis megkóstolja a befászlított lábat. És támadott, és támadott, az idős asszony meg küzdött a botjával.

Végül is sikeres volt a hátráló hadművelet, haza tudtak menni.

Így hát éltek tovább boldogan...

Sajnos a fenti történet nem mese, magam láttam az utca túloldaláról.

Talán az sem igaz, hogy továbbra is felhőtlenül, gyomorgörccs nélkül tudnak majd hazafelé közlekedni, hiszen a kerítés bármikor nyitva maradhat.

Tudom, tudom, a kiengedett kutyák, póráz nélkül sétáltatók kiabálni szokták, hogy ne féljen, nem harap a kedves házikedvenc. A néninek elég lett volna, ha a kutya földre dönti, csontja törött volna. A ne félj, nem harapról meg tudna mesélni egy diákom mamá-



ja, akit combon harapott futás közben egy farkaskutya. Aki amúgy otthon egy szelíd jószág.

Felelős állattartás - olyan jó lenne, ha így lenne itt nálunk a hegyen...

A gyerekekkel sétáltunk és fejcsoválva, az úttest közepén gyalogolt egy német úriember -...magyar kutyák...- mormolta és gúnyosan nevetett - az utcán a kerítések-nél őrjöngve ugatták a kutyák.

Vannak kerítések, ahol ha nem figyel az iskolába menő gyerek, leugrik a járdáról ijedtében, mert az arca magasságában csap oda a kutya. Ha ilyenkor elcsapja egy - nem a megengedett 30-al közlekedő - autó, ki a felelős?

Egyébként tőlünk nyugatra miért van csend? Svédországban megbüntetik azt, akinek a kutyája hosszan ugat - mert szerintük ez azt jelenti, nem jól tartják a kutyát - annak is vannak jogai - és mert zavarja a körülötte élőket - a lakoságnak is vannak jogai.

Közeleg a nyár, és a hegylakók hétvégére levonulnak vidékre, a nyaralóba. Az itthon hagyott kutyák pedig szó szerint végigugatják a hétvége éjjelét és nappalát. Van, amelyik szinte zokog.

Jó, akkor most nem beszélek az elhagyott kutyagumikról, amiket nem sikk összeszedni.

És igen, amúgy nekem is van kutyám.

M.K.

Iskolai hírek

Bolondos április – nos, ebben a hónapban is számos szabaddidő és iskolanap váltotta egymást, de talán a szokásosnál is több szórakozás jutott a gyermekeknek.

Április elseje, olykor a bolondok napja - nálunk fordított nap az iskolában. Idén nem választottak a gyermekek diákigazgatót, és nem minden tanítási órát tartottak a diákok, de több felsős tanuló jelentkezett a tanító néniknél, hogy jelenlétükben rajz, technika, vagy akár anyanyelvórát vezethessenek kellő előkészület után.

Az idei meglepetések egyike a 6. osztályban történt. A fordított napokra, órákra gyakran jellemző fejtelenség helyett lelkes munka folyt az órán, tanári beavatkozásra egyetlen egyszer sem volt szükség. Szabados Gergely és Nagy Bátor tökéletesen tervezett angolórát valósított meg. Emlékeztek a felépítés és tagolás klasszikus és hasznos szabályára - minden három részből áll: fej, tor potroh. Önálló felkészülésük során nem tévesztették el az éves munkamenetben kötelező dolgozatjavítást, amihez minden feladatot otthon elmozgatnak és helyesen megoldottak, de ismerős és kedvelt nyelvi játékokkal vezették be a komoly munkát. Az órán a táblánál, valamint a saját füzetükben is a megszokott módon dolgoztattak a gyermekek, levezetésként pedig újszerű angolos fejtörőkkel szórakoztatták a tanulóitársaikat az újdonsült kis kollégák. A kiváló feladatmegoldásokat szakmai elismerés követte.

Az idei év sem múlt el az UniCredit Bank támogatása nélkül. Április 1-jén folyamatos sportnapos mérkőzések zajlottak a különböző osztályok között.

Április 11. a magyar költészet napja. A nyolca-

dikosok Szánáné Misuth Zsuzsa és Darabos Eszter támogatásával egészen újszerű megemlékezést tartottak. Minden tanítási óra első és utolsó 3 percében egy-egy nagyszerű magyar költemény hangzott fel az iskolarádióban. Kiváló színészeink szavatait olykor egy-egy zenés feldolgozás tette még színesebbé.

A nagy versenyek időszaka továbbra is tart. Kádár Gellért a budapesti Teleki Pál földrajzversenyen 46 versenyző között az első harmadban, a 13. helyen végzett. Az angolos Harrer Környezetvédelmi csoportverseny idén megyei szinten került megrendezésre. 3.-4.-eseink és a 7.-8.-osaink az 5. helyet, 5.-6.-osaink pedig az 1. helyet szerezték meg, ők Cseh Janka, Zimmermann Orsolya, Zsolnai Domokos és Pálkás Boldizsár. Eredményeikhez szívből gratulálunk. A Pais Iskola angolos versenyén is részt vettek tanulóink és a házi szépíró versenyen is. A könyvnapi megemlékezés is jól sikerült. Ezek eredményeiről a későbbiekben számolunk majd be. A résztvevők fáradozását addig is köszönjük.

Nagy örömmel adtunk helyet az 1985-ben ballagott egykori diákok 30. évfordulós osztálytalálkozásának is.

Ismét a ködös Albionban jártak tanítványaink tanulmányi kiránduláson: „Április 20-án végre megérkezett iskolánk 17 fős kis csapata a hosszú, de várakozással teli utazás után Angliába, ahol 5 napot töltöttünk. A szállásunk a Temze folyó torkolatánál fekvő Allhallowsban volt. Ez alatt az 5 nap alatt sok érdekes dolgot csináltunk, megnéztük a nevezetes helyeket, épületeket. Jártunk Rochesterben – dickensi városban, Cambridge-



ben, ahol csónakáztunk is, Shakespeare The Globe színházában, a Saint James's parkban és még sok helyen. Nekem a British Múzeum tetszett a legjobban, ahol igazi múmiákat is láttunk. Nagyon örülök, hogy elmehettem erre az útra.” (Borbára Délia, 4. o.) Valóban nagyon örülünk, hogy tanulóink elmentek erre az útra, hiszen a kirándulásokat színesítő, múzeumi feladatlapokat és kérdőíveket ők töltötték ki legjobban, és rajt-cél győzelemmel a tanulmányi úton résztvevő 5 iskola között ismét a mi nebulóink, Borbára Délia, Szaka Fruzsina és Bángi-Magyar Cicelle végzett az első helyen.

Kádár Eszter

Út Angliába

Magyarországon felszálltunk a buszra. Eleinte szokatlan volt az ülés, de egy óra alatt hozzá is szoktunk, ráadásul sok barátot szereztünk.

Vasárnap egy barokk városban voltunk, Schardingben. Hétfőn Dickens városában, Rochesterben, és ott elmentünk a Dickens Múzeumba. Szerda reggel jártunk a British Múzeumban, utána Londonban. Megismerhettük az Oxford Streetet, ahol sok bolt és étterem áll. Nagyon színes volt. Ez az egyik olyan hely, ami nagyon megtetszett nekünk.

Csütörtökön délelőtt elmentünk a Globe

színházba. Itt az tetszett, hogy el lehetett játszani egy szerepet. Délután Greenwich-be mentünk és ott jártunk a Hajózási Múzeumban. Sok érdekes hajót láttunk, de legjobban a Belfast csatahajó tetszett nekünk a Temzén. Ezután felmentünk a Greenwichi Meridiánhoz, ami a délelőttöt elválasztotta a délutántól. Ezen a fennsíkon a parkban a mókusokat kézből lehetett etetni. Ez a nap is nagyon tetszett nekünk.

Pénteken Londonban egy egész napos kiránduláson vettünk részt. Itt nagyon jól lehetett Parkourozni. /A parkour olyan extrém sport, amelyben akadályokon keresztül jutunk el a városban minél látványosabb mozdulatokkal egyik helyről a másikra. - a szerk./Külön kiemelni a Madam Tussaud's Múzeumot. Itt viaszból megalkotott hírességek voltak láthatók, nagyon élethűek. Itt a horror-ház nagyon izgalmas volt. Ez után megnéztünk egy 4D-s filmet az Avengersről, ez nagyon jó volt. /Bosszúállók 2012-ben bemutatott szuperhős-fantasy film. A történet alapja a Marvel Comics képregénykiadó által kitalált Bosszú Angyalai nevű szuperhőscsapat. - a szerk./ Ráadásul azért volt jó, mert akkor volt a szülinapom.

(Molnárfi Máttyás, Liptay Gábor 7. o.)



Gesztesi Panka 2.osztályos tanuló sportaerobik egyéni kategóriában hatodik helyezést ért el a 2014/2015 évi Diákolimpia országos döntőjében. Gratulálunk Panka!



AZ EGYESÜLET HÍREI



„Egynek minden nehéz,
sokaknak
semmi sem lehetetlen”

Közügylési beszámoló

Az egyesület megtartotta a 2015. évi rendes közgyűlést, amelyen a tagok jóváhagyták a 2014. év gazdálkodásáról szóló jelentést, a közhasznúsági jelentést, valamint a 2015. év gazdálkodásának tervezetét.

A 9,7 mFt költségvetésű, közhasznú Egyesület 314 tagot tart nyilván, az aktív taglétszámot (a tagdíjfizetőket, ezen belül a szervezésben rendszeresen és a rendezvényeken tevékenyen résztvevőket) 210-re becsüli.

A közgyűlés az Egyesület a közhasznú jogállásának megfelelően végezte tevékenységét melynek során ápolta a közösségi kulturális hagyományokat, társas életet segítő közösségi programokat szervezett. Támogatta a lakosság művészeti kezdeményezéseit hangversenyek, kiállítások rendezésével. Részt vett a helyi kulturális örökség védelmében, amelyet leginkább a Kiscelli Keresztút felújítása bizonyít. Segíti a helyi lakosság közügyekben való részvételét, különös tekintettel a helyi településrendezési, környezet egészségügyi célok megvalósításában a biokultúra terjesztésében. A részletes beszámoló olvasható majd júniustól az Egyesület honlapján.

Az Egyesület változatlan célja harmonikus egyensúlyt találni a kultúra, a szórakozás, a tanulás, és a közügyek gyakorlása között, a Hegyvidék lakói javára.

Felcsuti László



Egyesületünk április 3-án, nagypénteken, átadta a felújított Szent Vér kápolnát a hívőknek, a műemléket kedvelőknek, egyben az Óbuda-Hegyvidéki Szentháromság Plébániának. Ezzel befejeződött az Egyesület közel öt éves munkája, amelyet Óbuda országos jelentőségű műemlékegyüttese, a Kiscelli Kálvária megújulásért végzett. A munkát támogatta a helyi lakosság, plébániák hívei, a Nemzeti Kulturális Alap, Óbuda Önkormányzata, a Fővárosi Önkormányzat, Emberi Erőforrás Minisztériuma és számos vállalkozó.

Az átadást követően Bajzáth Ferenc atya, az Óbuda-Hegyvidéki Szentháromság Plébánia plébánosa megáldotta a kápolnát, majd köszönetet mondott a felújítás szervezőinek, kivitelezőinek, támogatóinak.

(Szerkesztők)

Kedves egyesületi tagok!

Szeretettel kérünk mindenkit, hogy aki még nem rendezte az idei, 2015 évi tagdíját, utalja el az **Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete**, **11703006-20032630** számú OTP számlájára, a közlemény rovatba „tagdíj” megjelöléssel. Vagy fizesse be személyesen Kiss Katinak a Táborhegyi Népházban szerdánként, 17-19 óra között. A tagdíj összege: keresőknek 2.000.-Ft,

nyugdíjasoknak és diákoknak 1.000.-Ft. További adományokat is szívesen fogadunk, sokat segít vele, hisz ezzel a Népház fenntartását segíti. Köszönjük!

Tagjainknak un. tag-kártyát adunk, amelynek tulajdonosai egyes rendezvényinken előre jelzett kedvezményben részesülnek.

az Egyesület Vezetősége!

Állandó programok a Táborhegyi Népházban

1037 Budapest, Toronya u. 33.

Capoeira	h., sz	18.00-19.00
Lelki Egészség-őrző Klub	k. páros	19.00-20.00
Balett és Kreatív Tánc - Játék gyerekeknek	k., cs.	17.00-18.00
Női átmozgató torna	k., cs.	18.00-19.00
Férfi átmozgató sebességmérőző torna	k., cs.	19.30-20.30
Bridzs klub	sz.	18.00-22.00
Pilates torna (Tenki)	sz., p.	8.00-10.00
Hastánc	sz.	18.00-19.00
Gyereksbalett	sz.	17.00-18.00

Egyesületi iroda nyitva tartása: szerdán 17.00-19.00 h-ig, a hét többi napján előre egyeztetett időpontban, tel.: 404 5380. Gondnok: Gáspár Aranka, tel.: 30-899 5320. Bejárat a Népház udvaráról.

KÉPVISELŐINK FOGADÓÓRÁI:

Rác Andrea 8. vk. minden hónap második csütörtökén 17.00-18.00 h - Táborhegyi Népházban. Tel: 20-200 0017

Farkas Balázs 4.v k. minden hónap első csütörtök 16.00-18.00 h - Árpád Gimnáziumban. Tel: 20-461 2438

Stollmayer Ákos 5. vk. minden hónap első hétfő 18.00-19.00 h között II. Rákóczi F. Ált. Iskola, Erdőalja út 5. Tel: 367 8791

Varga Mihály miniszter,
a Fidesz 4-es választókerületi
elnökének megbízásából

Dr. Kővári Béla ügyvéd ingyenes jogsegélyt tart

a Táborhegyi Népházban
(Toronya utca 33.)

**minden hónap második
csütörtökén 18-20 óráig.**

Legközelebb május 14-én.

Bejelentkezés nem szükséges.

További információ a +36-20-200 0017
telefonszámon.

ÓHEGY-HÍREK

HAVILAP (MKM 226.674/1998)

Kiadja: Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete,
1037 Bp., Toronya u. 33. Telefon: 30-230 6994

E-mail: egyesulet@ohegy.hu,

web: www.ohegy.hu

Felelős kiadó: Felcsuti László elnök.

Szerkesztő: Mikés Kriszta, Varga Szabolcs.

Hirdetéstfelvétel: Óhegy Egyesület. Tel.: 70-325 3416

Előkészítés: Petit Typo Bt. Nyomás: Granatalma O.Sz.Sz.

Megjelenik: 3000 példányban

Tisztelt olvasónk! A www.ohegy.hu honlapunk felújítás alatt van, egyes részei még a régi állapotokat mutatják. Befejezéséig szíves türelmüket kérjük.

HEGYVIDÉKIEK INGATLANIRODÁJA

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

ÓBUDALUX INGATLANIRODA

E-mail: obudalux@oi.hu



Forster Judit
irodavezető-építész

TESTVÉRHEGY,
TÁBORHEGY,
REMETEHEGY,
MÁTÁSHEGY

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



1037 Budapest,
Erdőalja út 46.

Hívjon bizalommal!

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

www.obudalux.hu, www.obudaihegyvidek.hu

SÁGI MAGDI INGATLANIRODÁJA



Óbuda - Hegyvidéki ingatlanok
értékesítése, bérbeadása



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

**Önnek is előírták
a kéményseprők
a kémlelőnyílásos
égéstermék elvezető
könyvek beépítését?**



Hegyi vállalkozó kedvezménnyel megteszi Önnek.

Várom hívását: 30/940 0269 vagy 368 6084



UniCredit Bank sportverseny. Az idei év sem múlt el a Bank támogatása nélkül. Az Erdőalja iskola április 1-jén folyamatos sportnapos mérkőzéseket, sportversenyeket, focimérkőzéseket, akadálypályás versenyeket rendezett a különböző osztályok között. A képen az ötödik és hatodik osztályosok örvendeznek.