



ÓHEGY-HÍREK

ÓBUDA HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK LAPJA • XXII. ÉVFOLYAM 2. SZÁM • 2017. MÁRCIUS

Kihívások pszichológiája

Előadások a Táborhegyi Népházban.

Előadó: **Iszlay Zsuzsa** life coach.

Sámánok pszichológiája

Március 17-én, pénteken, 18 óraker.

El Camino, a Zarádokút

Április 7-én, pénteken, 18 óraker.

(Részletek a 3. oldalon)

Gyerekszoba

a Táborhegyi Népházban.

Gyermekfoglalkozás indul

kicsiknek és nagyoknak,
keddenként 10-12 óra között.

Első alkalom március 7-én

(Részletek az 5. oldalon)

Autóbusszal a Dráva mentén

Magyar és horvát vidékeken.

(Részletek a 11. oldalon.)

Vasárnapi mozi

Táborhegyi Népházban

Brian de Palma: Carlito útja /1993/

március 5-én, 17.00 óraker

ROliver Stone: Halálkanyar /1997/

március 19-én, 17.00 óraker

Sean Penn: Út a vadonba /2007/

április 2-án 17.00 óraker

Programok

Vasárnapi mozi	márc. 5. vas.	17.00
Kiállítás - Bajnai Zsolt	márc. 10. p.	18.30
Kihívások pszichológiája	márc. 17. p.	18.00
Családi vasárnap	márc. 19. vas.	10.00
Vasárnapi mozi	márc. 19. vas.	17.00
Kamarakoncert	márc. 24. p.	19.00
Vasárnapi mozi	április 2. vas.	17.00
Kihívások pszichológiája	április 7. p.	18.00
Állandó programok		11. oldalon

*A következő lap megjelenésének
időpontja: 2017. április 6.*

Minden hónap 3. vasárnapján

„Családi vasárnap”

a Táborhegyi Népházban,

„Gyere tavasz, várva várlak”

Tavaszcímke gyerekszoba

március 19-én, vasárnap délelőtt 10:00 órai kezdettel.

Szeretettel várjuk a bölcsis, ovis és kisiskolás korúakat.

Tavaszcímke gyerekeket kalauzolja:



Wundele Gabriella és Kutas-Perezstegi Éva

A kalandjátékok mellett várja a gyerekeket
éneklős körjáték, mondókázás,
egyedileg készített kézműves játékok,
de mindenki elmondhatja versikéjét is.



Gyertek el minél többen, és érezzük magunkat nagyon jól!

Belépő: a rangidős gyermek 1000 Ft, a tesók 800 Ft.

Kaphatók elővételben és a helyszínen, a Táborhegyi Népházban.

Óbudai Kamarazenekar tavaszi koncertje,

családias körben,
a Táborhegyi Népházban,

**március 24-én, pénteken
19.00 órától.**

J. S. Bach: Korálok a János Passióból
Vivaldi: c-dúr Concerto RV 113
Vivaldi: g-moll Concerto RV 157
Vivaldi: c-moll Concerto RV 120
Purcell: A Gordiuszi Csomó Kibontása - Szvit

Vezényel: **Gazda Péter**

Koncert után:

Piknik

beszélgetés a zenéről,
ismerkedés a zenészekkel.

(Részletek az 7. oldalon)

Tájképek akvarellal

címmel

Bajnay Zsolt építész

kiállítása nyílik

**március 10-én, pénteken,
18.00 óraker**

a Táborhegyi Népházban.

A kiállítást megnyitja:

Nacsa János

műgyűjtő, kritikus.

Fúvós hangszereken közreműködnek:

Juhász Endre

és **Juhász Györgyi.**

(Részletek a 2. oldalon)

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.

A kutatás szépsége

Mitől érdekes a kutatás?

Sokszor feltették már a kérdést, ugyan honnan veszem kutatásom témáit, adatait? Hát, elég sok helyről. Támaszkodom saját emlékeimre, a szüleimtől, nagyszüleimtől hallott és jól agyamba vésődött történetekre, családi legendáriumokra. Kortársaim és más, idős óbudaiak visszaemlékezéseire és nem utolsó sorban a hiteles és pontos levéltári anyagokra. S ne feledkezzünk meg újkori csodánkról, az internet használatáról sem.

Nagyjából az ezekből szerzett ismereteimből állnak, álltak össze könyveim, cikkeim.

Az élet azonban gyakran produkál meglepetéseket. Soha nem gondoltam volna, hogy Óbuda történetének egy jelentős mozzanatára egy regényben fogok rábukanni. Ez az időszak 1848, a szabadságharc ideje, a történet pedig nem más, mint elsősorban az óbudai zsidóság hazafias megnyilvánulása a kérdéses időben. Ennél a történetnél már csak a forrása érdekesebb! Eötvös Károly bizony már az én időmben sem volt valami nagyon olvasott szerző, s ha egy kedves ismerősöm nem unszol kitaratóan, hogy olvassam el „Balatoni utazások” c. művét, erről az ismeretről lemaradtam volna. Ajánlom mindenki figyelmébe a könyvet, nem fogja megbánni, ha elolvassa.

No, de térjünk vissza a történetre.

A 48-as szabadságharc abban az időszakában Jellasich serege, a rácokból

és a horvátokból álló had már ellepte országunkat és rabolta, fosztogatta árva népünket. Céljuk nem kevesebb, mint Fővárosunk elfoglalása volt.

Főtt is a feje az akkori kormánynak, hogy miként tudná ezt a rablóbandát legyőzni. Végül az akkori hadügyi miniszter, Mészáros Lőrinc úgy döntött, hogy egy huszárezreddel vissza tudná foglalni az eddig elfoglalt területeket és kiűzhetné a bánt az országból. Jónak tűnt a terv, már csak lovak és huszárok kellettek hozzá. No, de honnan? Ezt is megoldotta. Menesztett is hamarjában egy káplárt az óbudai zsidóhoz, Brachfeldhez, aki nagy hazafi hírében állott.

Magához rendelve a kereskedőt kért tőle vagy kilencszáz lovat, méghozzá már betörtet, hat esztendőnél nem idősebbet, s mindezt nyolc napon belül. Gondolkodott egy darabig a vén zsidó, majd közölte négy napon belül a miniszter rendelkezésére fog állni a lovas ezred lovastul, bakásztul a Károly kaszánya udvarán.

A minisztertől távozva Brachfeld egyenesen az óbudai hitsorsosaihoz fordult, majd azokon keresztül tovább, azok vidéki ismerőseihez, s a náluk fellelhető ló állományból kiválogatta a megfelelő lovakat. Egyenként 100 forint értékben. Hozzájuk sorolt néhány értékesebbet is a tiszturaknak.

Úgy okoskodott az öreg, hogy a minisztertől előbb vagy utóbb megkapja a lovak árát, érdemes hiteleznie. Ha értéktelenebb

lovakat sózna a hadseregére, úgy Jellasi-chot támogatná, az a bitang pedig győzelménél ingyen hajtana el a lovakat. Jobb ezért a felkelőket támogatni anyagiilag is, no meg hazafias érzelmei okán is.

Törte magát a kereskedő társaival együtt és az ígért négy napon belül ott álltak a lovak és a Pest megyei, Tápió vidéki, valamint a jázsági kun legényekből válogatott huszárok teljes menettfelszereléssel a kaszánya udvarán.

A többi már a kiképzőtiszteken múltott, akik két héten belül olyan hadsereget formáltak a suttyó legényekből, hogy csak na! Meg is kergették alaposan a horvátokat bánjukkal együtt, jól megfuttatták ökelmeiket.

Bosszantotta is az eset Haynaut, mikor hírét vette, s úton útfélen kérdezgette, az embereket, hogyan eshetett ez a csúfság rajtuk. Addig, addig kutakodott, hogy hogyan is sikerült a magyaroknak ilyen rövid idő alatt egy ekkora sereget állítaniuk, míg végül valaki gyanútlanul el nem szóla magát, hogy ezt bizony az óbudai zsidók tették, mégpedig hitelbe, jó szóra.

Több sem kellett Haynaunak! Azonnal kivetett rájuk egymillió forintnyi hadisarcot, azonnali behajtással. Majd én megtanítom őket, hogy ne hitelezzenek – üvöltözte. Eddig a történet. A tanulság, hogy ezeket a régiesnek vélt könyveket is érdemes kezünkbe venni.

Gálosfai Jenőné

De mi lesz a Nőnappal?

A nőnap (avagy régiesen-Nemzetközi Nőnap) egy tipikus olyan ünnep, amelyet nehezen tudnak hova tenni a volt keleti blokk országaiban. Pedig egyszerű lenne! Átpolitizált, rohanó, túlfeszített világunkban ezt az ünnepet is megpróbálják asztal alá söpörni, összemosni az elmúlt évtizedeket feledni próbáló eszmeiségével. Hát igen, az a fránya múlt. 160 évvel ezelőtt, 1857. március 8-án New York City utcáin 40 ezer női tüntető követelte fennhangon a béregyenlőséget és a munkaidejük csökkentését, még nem sejtették, hogy milyen lavinát indítanak el. Pár évvel később, 1909. február 28-án az Amerikai Egyesült Államokban már Nemzeti Nőnapot tartottak (ez véletlenül sem jelentette azt, hogy másnap, hétfőn kevesebbet kelljen dolgozniuk).

Évszázados, megkövesedett dogma volt, hogy a nőknek otthon van a helye, csak házi munkát végezhetnek (mintha az olyan könnyű lenne, főleg reggeltől estig). Ám változtak az idők, szükség volt a női munkaerőre máshol is (kiváltképp, ha férfítársaik éppen valamely háborúban vi-



askodtak), részesei lettek a nagy munkáshalmaznak (direkt nem használom az osztály kifejezést). Jogok nélkül kellett élniük

(emancipáció kérdése), becsukott szájjal, egészen a 20. század hajnaláig.

1910 nyarán, a dániai Koppenhágában, a Nemzetközi Szocialista Nőmozgalom II. konferenciáján határozat született a fentemlített 1857-es tüntetés megemlékezéséről, kvázi egy napról, amikor a nőket (talán munkás) ünnepeljük. Kis hazánkban már 1913-ban csatlakoztak a kezdeményezéshez, az Országos Nőszervező Bizottság által. Igazi ünnepet, azonban csak a Szovjetunióban kreáltak belőle és a hazánkban is ez az eltorzított, a keményen dolgozó munkásnő kötelező (!) megünneplése vált szokássá 1948. március 8-tól. Ügyet sem vetve arra, hogy ezt a napot a világ más országaiban is ünneplik, a mai napig, csak valamelyest más aspektusban.

Hiába minden! Ideológiák jönnek-mennek, rendszerek buknak és születnek: a Nő örök! Ezt a filozófiát követve nemcsak március 8-án ünnepeljük nőtársainkat, hanem az év többi napján is. E napon sok-sok boldogságot kívánunk nekik!

Horváth Péter

Óbudai Kamarazenekar tavaszi koncertje

*családi körben,
a Táborhegyi Népházban, március 24-én,
pénteken 19.00 órától.*

Műsoron:

J. S. Bach: Korálok a János Passióból

Vivaldi: c-dúr Concerto RV 113

Vivaldi: g-moll Concerto RV 157

Vivaldi: c-moll Concerto RV 120

Purcell: A Gordiuszi Csomó Kibontása - Szvit

Már a negyedik évadját kezdi az Óbudai Kamarazenekar a Népházban, nagylelkű felajánlásával ismét elhozva Johann Sebastian Bachot és Antonio Vivaldit, akik mellé ezúttal Henry Purcell társul.

Az előző, őszi hangversenyen szép számmal voltunk és bizony az első sor kissé belelógott a muzsikások vonójába, kottájába, tulajdonképpen benn ült a zenekarban. Jöjjünk most is, minél többen és legyünk részesei újra ennek az élménynek.

Lássuk a szereplőket. Johann Sebastian Bach (Eisenach, 1685 – Lipcse, 1750.) idén a János passióból ad részleteket, korálokat. A korál az idén 500. évfordulóját ünneplő reformáció népénekeiből alakult ki német nyelvterületen. Nagybőjt idején lesz a koncert, zenei segítséget kaphatunk, hogy hitbéli dolgainkról elmélkedjünk egy rövid ideig.

Antonio Vivaldi, a rőt pap kalandos élete során a zenében komoly újításokat vezetett be, ami halála után is ébren tartja a művei iránti érdeklődést. A koncerten versenyműveket hallhatunk, amikben kergetőznek egymással szólások, hangszerek.

Henry Purcell (Westminster, 1659 – Westminster, 1695) angol barokk zeneszerző. Az olasz és francia stilisztikai elemeknek a szigetországi zenei hagyományba való beolvasztásával teremtette meg jellegzetesen angol hangzású barokk zenéjét. Művei rendszeresen szerepelnek koncerttermi pódiumokon. Nekünk a koncert estéjén a gordiuszi csomóról fognak zenélni a muzsikások, szvit, azaz korabeli tánczenék formájában.

A karmester: Gazda Péter. Kevés szó esik a zenekar tagjairól. Róluk és tőlük sok mindent meg lehet tudni a koncert utáni szerény, pogácsás, ásványvizes állófogadáson, melyre szeretettel hívünk mindenkit.

A koncert ingyenes, ha a piknikhez hoz valamit, megköszönjük. Várunk mindenkit szeretettel.

Molnár Andrea

Tájképek akvarellel

*Bajnai Zsolt Ybl-díjas építész kiállítása a Táborhegyi Népházban,
Megnyitó: március 10-én, pénteken, 18.00 órakor. Megtekinthető: március 30-ig.*

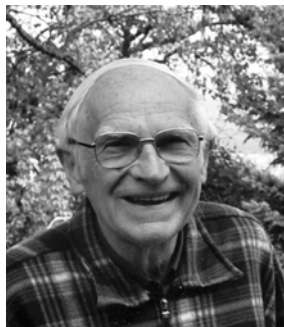
Lassan 17 éve lesz annak, hogy Óbudára költöztem, ide a Hegyvidékre. Ekkor kezdtém tájképeket festeni, mert már nyugdíjasnak hiányzott az eredeti hivatásomként évtizedeken át folytatott építésztervezői alkotómunka.

Mondhatom, hogy a festészet, mint „pótcselekvés”, nálam hihetetlenül jól sikerült. Állandó kellemes elfoglaltságot biztosít, sőt képeimmel időnként örömet is tudok szerezni barátaimnak ismerőseimnek. Festő ambícióimnak persze voltak előzményei, így az sem véletlen, hogy pont építész szakmát választottam, de igazán aktív munka mellett sosem tudtam a festészetre időt szakítani.

Az egész életem során mindig az alkotói munkát és a kézzel fogható tevékenységet becsültem a legtöbbre. Ezért választottam hivatásomul az építész szakmát, amelyhez rajzkészségem és a művészetek iránti érdeklődésem is hozzájárult. 1959-ben diplomáztam az építészmérnöki karon.

Kezdő mérnökként az akkor induló Balatoni Intéző Bizottságnál kaptam lehetőséget arra, hogy részt vegyek a balatoni üdültételek fejlesztési munkájában. Ez a feladat igen érdekes és összetett volt. A Farkas Tibor vezette munka, mai szemmel is példászerű, a műszaki alapon történő területfejlesztések mintája. 10 éves balatoni munka után a Kereskedelmi Tervező Vállalatnál építészvezető tervezői állást kaptam. Később, mint nyugdíjas, évekig ennél a vállalatnál, főleg kereskedelmi és vendéglátó épületek tervezésével foglalkoztam.

Szerettem munkáimat, szép feladataim voltak. Szívesen gondolok a sárvári



Termál Hotelre, a soproni Sopron Szállóra, tihanyi, csopaki üdültételekre, Balatonkiliti Bevásárló Központra, de szép feladatok voltak a vásárcsarnokok tervezése is, mint például az újpalotai, békásmegyeri, vagy a siófoki. Ez utóbbiért Ybl díjat is kaptam.

Nyaranként - amikor már a politikai helyzet és anyagi lehetőségeim megengedték - külföldön elég sok helyen megfordultam. Ilyenkor nagyon sok benyomás, élmény ért, és igen sok szépséggel találkoztam. Ezeket szeretem felidézni képeimen.

Megragadom az alkalmat, hogy nyugdíjas társaimnak ajánlgassak a hasonló elfoglaltságokat unaloműzőként, sőt életcélként. Meggyőződésem, hogy a képek rendeltetése, a szép és érdekes témák ábrázolásán túl, a lakóterek igényes díszítése is. Ezért képeimmel arra törekszem, hogy azok a térben elhelyezve észrevehetőek legyenek, a belépő rögtön felfigyeljen rájuk. E célt szolgálja azok erőteljes színvilága, „színpompája”. Szerintem lényeg nem a valóságot megfesteni, hanem annak „égi mását”.

Az elmúlt években rendszeresen állítottam ki képeket a Népházban. A kiállítást megnyitja Nacsa János műgyűjtő, kritikus barátom, velem jön kedves szomszédom Juhász Endre, aki oboán és örmény dudukon, leánya Györgyi, aki furulyán és fagotton játszik nekünk.

Várjuk önöket, kedves olvasó. Vendégeim között kisorsolom a „Magányos ház, ködös háttérrel” című toszkán tájképemet. A nyilvánosság előtti megmértetés ugyanis nagyon fontos nekem.

Bajnai Zsolt építész

Kihívások pszichológiája

Sámánok pszichológiája

Március 17-én, pénteken, 18.00 órakor a Táborhegyi Népházban. Előadó: Iszlay Zsuzsa

A sámánok, spirituális gyakorlatot végzők a légzés erejével, vagy a táncsal képeket olyan dimenziókba átlépni, amelyekkel lelkünknek mély tartalmát is felfedezhetjük.

Ez a tudás nemcsak a természeti népeknél figyelhető meg, a nagy spirituális hagyományokban, a vallásokban is megtalálható, figyeljük meg pl. a dervisek táncát vagy a keresztény kontemplatív meditációt. Tudnak valamit, amit a mai pszichológia újra felfedezett, hogy felhasználja munkájában.

S ez miért is fontos?

A személyiség fejlődéséhez a lélek legmélyebb tartalmait kell megismerni ahhoz, hogy életünknek tudatos irányítói és kiteljesítói

legyünk. A nyugati, rohanó emberek számára ezek az újra tanult módszerek lehetőség adnak arra, hogy a racionalitás világából a személyesen túli tartományba lépjenek. Olyan, az életüket alapvetően befolyásoló élményre és ez által olyan tudásra tegyenek szert, amelyre talán más módon nem lennének képesek.

Így hát érthető, hogy a mai pszichológia miért fordult ezek felé a gyakorlatok felé.

Az előadáson e hatalmas témakörből villantok fel részleteket, és ahogyan korábbi találkozásunkon is, a résztvevőknek lehetősége lesz saját élményt is szerezni.

Szeretettel várok mindenkit

Iszlay Zsuzsa

Lemosó permetezés

Végre itt egy igazi, hideg tél! Ez majd elviszi az áttelelő rovarokat, atkákat!- gondoltuk. A januári mikroszkópos vizsgálataink szerint a pomázi kajszilütlevevény pajzstetveinek 80%-a nem pusztult el, hasonlóan a ráckevei almás vértetveikhez, ahol pedig – 22C0-t is mértek.

Sajnos most is el kell végezni a tavaszi lemosást. Rügypattanás- kor az összes fánál, bokornál elkezdhetjük a permetezést. Ebben a fejlődési stádiumban még nem perzseljük meg a kis levélkéket a nyárinál töményebb koncentrációjú permetlével. A károsítók viszont már felébredtek téli álmukból, érzékenyebbek és a kinyílt rügypikkelyek sem védik őket.

Továbbra is nagyon fontosak a

réztartalmú szerek. Jelentőségük akkora, hogy sok növényünk- nél érdemes akár megismételni az őszi rezes kezelést! A réz az egyetlen baktériumölő szerünk pl. tűzelhalás ellen, és egyben nagyon sok jelentős gombára is kiváló. Ahol gondot okozott nyáron a monília, a tafrina, a levélbetegségek és varasodásra érzékeny alma és körtefajtáink vannak, ott mindenképpen réz- zel kezeljük.

Tehát ide tartozik *az összes csonthéjas, almástermésű és héjas gyümölcsű mellett a málna és sok dísznövénycserje is.* Bármelyik rezes szerrel dolgozhatunk.

Ahol a lisztharmat jelentette a fő problémát pl. szőlőnél, Jonathán típusú almánál, róz- sánál, köszméténél, ribiszké-

nél, stb. vagy felszaporodtak az atkák, ott használjunk kéntar- talmú lemosószereket. Minden- képpen a poliszulfidként tartal- mazó szereket javaslom! Úgy tűnik, hogy ismét a figyelem középpontjába kerül ez a ható- anyagcsoport. Megérdemelten, pl. varasodásra is kiváló!

A törzsön, ágakon *áttelelő állati kártevők* ellen (pl. egyes pajzstetű, levéltetű és atka fa- jok) jöhetnek a jól ismert olajos permetek.

Aki együttes hatást szeretne elérni permetezésével rovarok- kal, atkákkal és különböző kór- okozókkal szemben, az számtalan *gyári kombináció* közül választhat. Előnyük, hogy ké- nyelmesen, egy menettel több ellenséget is gyérítünk. Hát-

rányuk, hogy gyakran kisebb mennyiségű hatóanyagot tartal- maznak, nem tudunk velük oly mértékű csapást elérni, mint a töményebb, de egy hatóanyagot tartalmazó szerekkel.

Amennyiben lehetséges a kéregkaparás, metszés és seb- kezelés után permetezzünk! *Mindig bőséges lémenyiséggel, áztatásszerűen. A legkisebb ké- regpedésbe is be kell jutni a permetlének!*

Vásárlás előtt nézzék meg a címke előírásait. Sok lemosó- szer nyáron is felhasználható. Inkább ezeket válasszák, feles- legesen ne tároljanak otthon vegyszereket. Fotókat és a fel- használható növényvédő szere- ket megtalálják a honlapomon, a 2016. évi 1. és 2. növényvé- delmi felhívásban.

Zsigó György
www.zsigogyorgy.hu

Bezár a madáretető

A langyosabb tavaszi napok- sorra keltik életre a bogarakat, mászó és repdeső rovarokat, a madarak nagy megelégedésére. Tollasék már kevésbé vannak rászorulva az emberi segítség- re. Az etetőben lassabban fogy az elemózsia, kisebb a rajcsú. Fejezzük is be az etetést, kotor- juk össze a lehullott maghéjat és kérdezzük meg tollas bará- tainktól, mit kívánnak. Vízet

fognak kérni és fészkeléshez segítséget. Az Óhegy Hírek szakértőhöz fordult az ilyen fontos kérdésekben. Orbán Zoltán, a Magyar Madártani és Természetvédelmi Egyesület (www.mme.hu) munkatársá- ként ad tanácsokat, bátorítást a madarak barátainak. Hasznos tanácsait mesés fényképekkel, filmekkel teszi kacagtatóan szemléletessé.

Szárazság jelei mutatkoz- nak már most, ezért folytassuk a madáritatást. Orbán úrtól kaptunk ötletet macskamen- tes itatóra: egy másfél méteres rönk tetejére tett cserépalátét szolgál itató- és fürdőhelyül a bögyösöknek, benne egy na- gyobbacska kavics, hogy el ne fújja a szél.

Akinek van a kertjében ki- rakva odú, ellenőrizze, tisztít-

gassa meg, reparálja a hibás részeket. Ha tudunk, rakjunk ki fészekrakáshoz szükséges alap- anyagot. Ez lehet toll, kutyaszőr, macskaszőr. De semmiképp ne legyen műanyag madzag, vagy olyan, amibe a madárlábacska megakadhat, vagy a fióka nyaka köré fonódva megfojtja a kicsit. További segítséget és ötletet kaphatunk még a MME honlap- járól. A madarászáshoz további jó szórakozást kíván minden kedves Hegylakótársnak:

Molnár Andrea

Rendőrségi tanácsok az olvasóknak

Internetes vásárlás - csak körültekintően!

Manapság, az internet vilá- gában gombamód szaporodnak a webáruházak, ahol kényelmes- en, az otthonunkból is megren- delhetünk szinte bármit, amire szükségünk van (és amire va- lójában nincs). Az internetes vásárlás amennyire kényelmes, annyi veszélyt is rejthet magá- ban, de csak akkor, ha nem va- gyunk elég elővigyázatosak!

Pár „klikkeléssel” ugyanis olyan fontos információkhoz juthatunk, melyek nagy segit- séget jelentenek abban, hogy az áhított terméket ne „csak” kifiz- zessük, hanem valóban meg is érkezzon hozzánk.

Mire érdemes figyelniük in- ternetes vásárlásaink során?

- Több olyan megbízható on- line piactér létezik, ahol pénz

visszafizetési garanciát is vállal- nak arra az esetre, ha a termék nem érkezik meg hozzánk. Ha tehetjük, részesítsük előnyben ezeket az oldalakat.

- Az ilyen oldalaknak nagy előnye továbbá, hogy itt nyomon tudjuk követni a cég eladott ter- mékeinek a számát, valamint a vásárlói visszajelzéseket (po- zitív visszajelzések aránya). Sőt, van olyan piactér, ahol lehetőség van a megérkezett árucikkről fénykép feltöltésére, így összehasonlíthatjuk a mére- tetést, és azt, hogy az adott cikk valójában mennyire felel meg a leírásoknak. A legtöbb eladó pedig nyomkövetéssel adja fel a küldeményeit, így pontosabb képet kaphatunk arról, hogy hol jár a csomagunk.

- Ha webshopban vásáro- lunk, nézzünk szét alaposan a honlapon, keressünk meg a kapcsolattartót (pontos cím, telefonszám), akit akár fel is hívhatunk a rendelés előtt. Ha nincs megadva pontos kap- csolattartó, vagy nem sikerül elérnünk az ügyfélszolgálatot, ez okot adhat a gyanakvásra.

- Írjuk be a honlap adatait az internetes keresőbe! A találatok között szemezgetve is találha- tunk gyanúra okot adó bejegy- zéseket. Ezekből esetleg még a rendelés előtt kiderül, hogy a cég valamilyen okból megbíz- hatatlan, vagy csalás elköveté- séhez használják fel a honlap adatait.

- Legyünk óvatosak, ha „a tranzakció sikertelen” visszajel-

zést kapunk egy weblaptól. Ez esetben hívjuk fel a bankunkat, hogy valóban sikertelen volt-e az utalás.

- Megoldás jelenthet, hogy a legtöbb banknál már elérhető a kifejezetten internetes vásár- láshoz használatos „virtuális bankszámla”, mellyel valódi bankkártya adataink megadása nélkül fizethetünk.

Sok internetes áruházból rendelhetünk Magyarorszá- gon utánvétellel is. Igaz, ez egy kicsivel drágább, így azonban egész biztosak lehetünk ab- ban, hogy valóban kézhez kap- juk a megvásárolt terméket, termékeket.

Jó vásárlást kíván,

Trenkáné Csom Henrietta
c.r. alezredes

GYEREKSZOBÁ

a minőségi idő tere kicsiknek és nagyoknak a Táborhegyi Népházban

„GYEREKSZOBÁ - birodalom, uralják a gyerekek, Szabad az én képzeletem, itt önmagam lehetek! Két kezemmel és lelkeimmel kis csodákat alkotok, önfeledten, játékosan, világomba fényt hozok! Szárnyalhat a képzeletem, biztonságban is vagyok. Körülvesznek kis barátok, s vigyáznak rám a Nagyok!”

(Aranyosi Ervin)

Gyerekszoba névvel hiány-
pótló minőségi gyermekfoglal-
koztató és közösségi tér rendez-
kedett be kicsiknek és nagyok-
nak a Táborhegyi Népházban,
mely 2017 tavaszán nyitja meg
először ajtajait Óbuda-Hegyvi-
déken és környékén élők szá-
mára.

„Rólad Szól” babás foglalkoz-
tató programsorozatuk március
7-én indul újtárra, melyre szere-

tettel várnak minden kisgyerme-
kes édesanyát:

40 perc önfeledt játék

Keddenként 10-12 óra között
különleges hangulatú foglalkozás,
éneklős körjáték, mondókázás,
mesemondás, ölbeli játékok,
„varázseryővel” végzett labda-
játékok és egyedileg készített
kézműves fejlesztő játékok vár-
ják a legkisebbeket.

ÉN-idő az anyukáknak

A foglalkozások után kötetlen
játék és bababarátság órái falatok
várják a gyerekeket, a szülők
számára ekkor következik a „sa-
ját idő” beszélgetéssel, igény ese-
tén tanácsadással, alkalmanként
szakmai előadásokkal, teázással
és egy kis kikapcsolódással.

Mit ígérnek a szervezők?

Valódi élményekkel és jóleső
odafigyeléssel lesznek gazda-
gabbak a kikapcsolódásra vágyó
anyukák és gyermekeik – mind-
ezt egy mozijegy vagy egy rövid
játésház-program árért.

Foglalkozások vezetői:

Wundele Gabriella - édes-
anya, érdemrenddel kitüntetett
nyugdíjazott óvodapedagógus,
környezeti nevelő, 20 éven ke-

resztül az ELTE óvóképző főisko-
lai kar gyakorlatvezetője,

Kutas-Peresztegi Éva - édes-
anya, rendezvényszervező.

*A Gyerekszoba további szolgál-
tatásai*

- egyedi, személyre szabott szü-
letésnap gyermekzsúrok szer-
vezése és lebonyolítása,
- babavárási bulik megvalósítása,
- gyermekprogramok rendezése
cégeknek,
- tematikus bulik a nagyközön-
ség számára (Mikulás, Farsang,
Húsvét, Halloween, stb.),
- egész napos zártkörű rendezvé-
nyek gyerekeknek ellátással és
gyermekfelügyelettel.

Minden kisgyermekes csalá-
dot szeretettel várunk és további
tájékoztatásért kérem hívjon te-
lefonon:

*Kutas-Peresztegi Éva
30-221 3999*

Ellenségünk az internet és az okostelefon?

Hogy játszottak a gyerekek, amikor még
nem volt internet?

A 13 éves Kende vadul veszekedett, hol-
ott látszólag egyedül volt a sötét szobában.
Vasárnap délelőtt, ragyogó napsütésben.
Hiába csendesíttem, meg se hallotta a sza-
vam, fülhallgató és mikrofon fojtogatta buksi
fejét. Egy üldözős játékkal kergette a virtu-
ális ellent szapora kattintásokkal, a gépre
görnyedve. Kettesben, egy távolabb lakó kis
barátjával. Hiába vagyunk jóban, Kende kere-
ken kirúgott a szobából. Ebéd nem kell, lecke
kész!

7 éves öccse, Zente a másik szobában tet-
te ugyanezt, csak csendesen. Apjuk, anyjuk
a dolga után járt, nehogy elszaladjon a ház a
rendetlenségtől és főzni is kell. Jó nagybácsi-
ként azonban sikerült parádésan kimozdítani
őket ebből a lehetetlen helyzetből.

Kihasználtam a telet, január vége óta ma-
kacsul borított mindent, csak egy kis lejtőt
kellett megtalálnom. Snow board oktatást
kerestem és találtam a közelben, egy pillanat
alatt a neten. Azonnal vállalták, hogy a netes

csaták ifjú lovagjával megkóstoltatják a téli
mozgást. Mert, hogy a sielés smafu, azt Ken-
de visszautasította. De a board, az igen, azt
látta a neten! Válogatunk a csokitorták között,
a rézangyalát!

Nos, amikor elhúztam a fülhallgatót Kende
füleről, kezére kesztyűt húztam és mondtam
úticélunkat, attól nagyobb csodálkozást még
sose láttam. Mint a kisangyal, úgy kapkodta
magára a holmijait és követett. Persze, resz-
ketett, mint a miskolci kocsonya, benne a
békával, de hallani se akart a számítógépről.
Figyelme minden idegszálával csimpaszko-
dott az oktató szavaiba, kezeivel pedig az
oktató karjába. Két óra elteltével kibújt belőle
a kisördög, már huncut mosollyal kezdte ül-
dőzni a többi hasonszőrűt ott a libalegelőn.
Közben gyakran kiordibált nekem a pálya
szélére, hogy KÖSZÖNÖM!

Természetesen a telefonommal felvétele-
ket készítettem, amikor a szülőknek és a kis-
tesónak továbbítottam – az interneten. Ami-
kor Kende leadta a felszerelést, észrevette
iskolátársát, Marcsikát. Ő is épp akkor fejezte

be az első boardleckjét és épp a cipőfűzéssel
bíbelődött. Kicsit elakadt, mire a dicső lovag
kedvesen odafordult hozzá és segíteni akart,
a hölgyecske lába elé borulva. Összenevettek.

A következő órát már a szülők beszéltek
meg az oktatókkal és kérésre kicsalagatták
Zentét is. Kicsi fiú, nagy duzzogás, az elején.
De, végülis, a pizsamára is rá lehet húzni a
vastag nadrágot és a nagykabátját, ez már
nagyon tetszett neki. Őt valahogy a „szóboard”
nem érdekelte, mert a kis lábacskaikra csatolt
sílécclal megtanították bänni, mármint, hogy
ne akadjanak össze azok a lecek, összesen 8
perc, onnantól fogva nem érdekelte és nem
zavarta semmi a gyereket, azaz semmi más,
mint a hó, a fák, a madár, a többi gyerek, ór-
kon keresztül játszott önfeledten. A szülők
fülig érő szájjal, kabátot szétfeszítő büszke-
séggel lefényképezték a gyerekeik játékát és
elküldték az álmélkódó nagyszülőknek – a ne-
ten. Megkérdeztem őket, hogy, ha ez a 67. ha-
vas nap a szezonban, akkor ők hol voltak idáig.
...Nem tudom, ellenségünk-e az internet.

Diósi Béla

Tagfelvétel a Magyar Csillagászati Egyesületbe

Az 1946-ban alapított Magyar Csillagászati
Egyesület (MCSE) hazánk legrégebb és
legnagyobb létszámú csillagászati szerveze-
te, tagjai Magyarországon és a határon túl is
tevékenykednek. Egyesületünk tudomány-
népszerűsítő és tehetséggondozó munkája
mellett szervezi az amatőr csillagászat mozgal-
mat, koordinálja a megfigyelőmunkát, tábo-
rokat, bemutatókat és találkozókat szervez,
üzemelteti az óbudai Polaris Csillagvizsgálót.

Minden érdeklődőt, minden távcsőtulaj-
donost és távcsőépítőt szeretettel várunk az

MCSE-tagok sorában! Tagjaink illetmény-
ként kapják a „Meteor” című folyóiratunk
2017 évi számait és a „Meteor csillagászati
évkönyv 2017” című kötetet. Továbbá in-
gyenesen látogathatják a Polaris Csillag-
vizsgálót, bekapcsolódhatnak helyi- és szak-
csoportjaink munkájába. Emellett jelentős
kedvezményben részesülhetnek, ha a Bu-
dapesti Távcső Centrumban vásárolnak, a
Puskás Fotó budapesti üzletében pedig foto-
kidolgozási kedvezményt kapnak.

Jelentkezésre honlapunkon on-line mó-

don is van lehetőség. A tagdíj változatlanul
7300 Ft. Arra kérjük jelenlegi és leendő tag-
jainkat, lehetőleg átutalással egyenlítsék ki
tagdíjukat, a megjegyzés rovatban minden
esetben adják meg teljes lakcímüket is!

Az MCSE bankszámla-száma:

62900177-16700448

Személyesen is jelentkezhetnek és ren-
dezhetik tagdíjukat a Polaris Csillagvizsgáló
esti ügyeletein, illetve – telefonos egyeztetés
alapján – napközben is.

*Magyar Csillagászati Egyesület
1037 Budapest, Laborc u. 2/c.
+36-70-548-9124 www.mcse.hu*

Csontváz és rendőr a Népházban...

Pókember és vasember megvédték a tündéreket a kalózkóltól. A Nap tündöklött, a Virág virított. Jó volt látni az egymást kacsingatva szemlélő jelmezes kicsiket és nagyobbakat, akik mind arra vágytak, hogy felvehessék jelmezeiket, áruhába öltöztetve pajkos mosolyaikat, önfeledten játszhassanak együtt a Népházban vasárnap délután.

Volt gyurmázás, álarc és

bóhóc készítés, ügyességi játékok, mocsárjárás, néptánc, körjátékok, célbadobás, csillámfestés és tetkók, kölesgolyó szippantó verseny, pamacs csipeszelés, óriás ernyő labdabálással és tündér bűvőhelyel. Elűztük a hideget is, mondván dideregtünk már eleget. Fínomságokban is bővelkedett a délután, volt farsangi fánk, szörpök, pogácsák, ropik, csoki

szeletek, és minden, ami egy jó maszkabálhoz szükséges.

Három gyerekes anyukaként igazán köszönöm ezt a színvonalas délutánt, amelyet Kata, Melinda, Aranka néni, és a szervezők biztosítottak ilyen közel a lakóhelyünkhöz, kulturált, szép körülmények között. Nem kellett autóban vonszolni, rángatni a kicsiket és a nagyot, nem kellett három kerületen át

félórát autózni egy jó gyerekprogramért, egy jó sétával oda és vissza megvolt a farsang. A haza séta alatt jól kibeszéltünk minden élvezetes pillanatot, felidéztek a kedvenc jelmezeinket és boldogan szorongattuk a búcsúzóul kapott lufikat. Volt idő megbeszélni, hogy a tetkók csak a jelmezeink része, és másnap engedélyt is kértünk a tanító néniktől, hogy pár napig, legalább az iskolai farsangig még maradhassanak.

Fodor Judit



Vasárnap délután nagy vígalommal érkeztek a kis néptáncosok, rendőrök, pillangók, tündérek, kalózkók. Minden gyermek tüneményes jelmez volt! Aztán következett a jelmezes felvonulás, éneklés, néptánc, ügyességi játék, festés, eszem-iszom, dínom-dánom! A hangulat csak fokozódott, ropta a Hegy apraja, nagyja. Igazán különleges, családias hangulatban nagyon jól érezték magukat a gyermekek is, és mi felnőttek is! Köszönjük ezt a csodálatos mulatságot, és már alig várjuk a következő, hasonlóan kedves, kreatív találkozót!

Nemeskéri-Kiss Zita



Óhegy Farsang 2017

Ezen az estén ismét megtelt a ház. Szigeti Szilvia művésznő temperamentumos Madona-blokkját újra és újra taps kísérte, Majd az Alerton klub hölgyei arattak a lendületes Kalinka táncukkal nagy sikert. A jelmezversenyen sokan résztvettek. A gyermekek között az első díjat – a Koch Cukrászda tortáját – a „csókkirály” Gáspár Zolika nyerte el, piros rúzsnyo-

mokkal az orcáján. A felnőttek versenyén első díjat – Varga Mihály képviselőnk ajándékosorát – pedig a „Hatvanasok” csoportja nyerte. A hosszan elhúzódó tombolat – amelyen a főnyeremény a Pizza Paradicsom vendéglő kétszemélyes vacsorajegyét és kedvezménykártyáját – az éppen születésnapos Novath Laci nyerte el. Aztán jött a tánc, a tánc a tánc.



Tárgyak

A szép tárgyakat mindenki szereti. Aki teheti értékes dolgokat halmoz fel. No már most ki minek örül, mit tart értékesnek; megőrzésre méltónak az otthonában, esetleg melyik stílushoz, korszakhoz vonzódik, sok mindentől függ. Teljesen egyéni. Befolyásolhatja a műveltség, a tájékozottság, az érdeklődési kör. Esetleg mit hoz otthonról. Ám az egyszerű, mások számára értéktelen tárgyak is okozhatnak örömet. Ki mit kedvel ez tényleg magánügy. Örömet okoz és kész!

Aztán az is fontos ám, hogyan kerülnek hozzánk a tárgyak.

Már gyermekkorban jönnek a születésnap, a névnap ajándékaink. Itt az első mesekönyvem, az első oldalon az ajándékozó Nagyszüleim pár sor kedves ajánlásával. Az is eszembe jut: honnan is szerezheték be ezt a kis csodát, amikor még be sem indult a könyvnyomtatás a végzetes háború után. Ezt megelőzően pedig csaknem mindenüket elsodorta a vészterhes idők vihara.

Folytathatjuk a felnőttkor ajándékaival. A nászajándékaink, a munkahelyi köszöntések, az évfordulók... Szépen szaporodnak, csak gyűlnek a tárgyak szinte maguktól is egy életen át.

Például egy szép kiránduláson vettük - emlékeztet az élményre az a kis akármí. Most hogy is lehetne kidobni? A könyvespolcon is milyen jól

mutat. Van itt még néhány kis képkeret a gyerekek, az unokák fotóival, hogy is lehetne megválni tőlük. Aztán a kamrában a nemrég eltávozott Nagymamánk kenyérpírtója. Olyan reggeli pírítós nincs máshol a világon, amit a drága Nagymamával együtt készítettünk. Ez a pírító még őrzi a keze nyomát gondoljuk - és megtartjuk. A garázsban a Nagyapa kapája sincs útban.

De hogy is lehetne, pedig már gépesítettünk mindent, amit csak lehetett. Bizony ám a tárgyak emlékek tudnak lenni. Emlékeztetnek azokra a kedves rokonokra, barátokra akik már nem lehetnek velünk. Ez bizony szomorú is lehetne. Hogy idekerültek az Őket idéző tárgyak, annak ára volt. Hiszen elvesztettünk valakit. Ugyanakkor, ha bármikor végigmegyünk a lakásban és elénk kerül egy adott tárgy felvillanhat egy kedves pillanat az illetőről. És a kedves azon nyomban jelen van nálunk.

Aki egyedül él, annak ez még kiemeltebb. A tárgyakhoz beszélgetni is lehet. Visszaidézhetjük a jeles eseményeket, az évfordulókat, a találkozásokat hangulatát. Általuk szinte sosem leszünk egyedül. Ám a tárgyak ellephetnek minket. Például a portörlelnél több dolgunk akad. Amikor aztán azt mondják a gyerekeink - minek ez a sok lim-lom? Nos a baj ott kezdődik: ezek a tárgyak a mi saját emlékeink. Azt csak

mi tudhatjuk hogyan és miért érkeztek hozzánk. Értékük is csak nekünk van. Nem is birtoklási vágyból tartjuk őket. Jó hír: van mód megzabolázni a tárgyak féktelen elburjánzását. Időnként csomagoljunk el néhány tárgyat, majd pakoljuk ki helyettük azokat a holmikat, amik jobban előkíváncsoznak esetleg kisebb létszámban. Aztán amikor eljön az időskor és arra biztatnak a doktorok igenis nézegessünk színes tárgyakat, vegyük körül magunkat szép, vonzó, vidám dolgokkal. A színes látvány fontos ebben a korban. Még a látásunkat is javíthatja az ilyen élmény.

Egyébként nem lehet érzések, élmények nélkül létezni. A tárgyak pedig igazándiból csak erre jók, ebben segítenek. Legtöbbször arra jutunk: a tárgy. Élményértéket képvisel.

Erre mondhatja valaki: na ne má' - ide nekem egy Picasso-t! Úgy ám, neki is igaza van. Bár, ha jól belegondolunk, tartásunk csak vele és mondjuk ki: nekünk legyen mondvá!

Még akkor is, ha az adott alkotást egy ismeretlen, vagy akár egy „evolúciós tévedés” agya segítette napvilágra. Hány-szor láthattuk már az adott kor nem illően méltatja a később zseniálisnak ítélt dolgokat.

Aztán még az is van: hát ha divatba jön az a valami. Ki tudja? És hirtelen akkora summa ütheti a tulajdonos markát, hogy ihaj csuhaj!

W. Grass

Anyukám mézeskrémes receptje - újragondolva

Legtöbbször nosztalgiával emlékszünk azokra a régi fogásokra, zamatokra, melyekben a családi asztalnál kedvünket leltük. Igaz, hogy gyerekkorunkban még nem így tekintettünk rájuk. Akkor életünk részei voltak. Felnőttként mégis ezek az „íz emlékek” vezérelnek, ezekkel mérünk össze más fogásokat. A fogalom: „Édesanyám főzje” - értelemszerűen különböző - mégis mindenkinek ugyanazt jelenti.

Én vegetáriánusként nem sok receptet használok a régiékből, változtatás nélkül. Azért a deszert, azaz a Mézeskrémes feltétlenül megérdemel némi energiát. Sikerült hasonló finomságot sütni, mégis kicsit könnyített, egészségesebb verzió készült (már, amennyire egy süti lehet egészséges...).

45 dkg tönköly lisztet 5 dkg vajjal, 2 kanál porcukorral, 1 kávéskanál szódadikarbonával összemorzsolok. Hozzá jön 4 evőkanál méz és 4 evőkanál tejföl. Lágy tésztavá gyúrom, ehhez ha kell, még kis vizet lehet hozzá adni. Háromfelé osztom, vékonyra nyújtom, megszurkálom villával, és egyenként megsütöm őket. Kb. tíz-tíz perc szükséges.

Tipp a vékonyra nyújtáshoz: sütőpapíron nyújtom, és azzal együtt teszem a tepsibe, így biztos nem szakad szét.

A krémhez 2 csomag vaníliás pudingot 6 dl tejjel, 5 dkg cukorral megfőzök, a végén 1 kanál vajat belekeverek, meghűtöm. Utána 15 dkg vajat 5 dkg porcukorral, 1 vaníliás cukorral habosra keverek, hozzá jön a kihűlt puding, több részletben.

Felverek még 1 db habtejszint kis cukorral, azt is óvatosan beleforgatom.

A kihűlt lapokat a két részre osztott krémmel megkenem. Közben érdemes kicsit rányomni a tészta, hogy egyenletesebb legyen. 1-2 órára hűtőszekrénybe teszem, majd a tetejére csokoládémáz jön. Én tortabevonót olvasztok pici olajjal, és egyenletesen rásímítom. Másnap szeletelhető, puha, finom sütemény. Anyukámnak ízlett!

Mikóné Ormos Márta

Mi van, ha lyukas a zoknim?

A múlt század első felében, amikor én kisfiú voltam... Ezt a mondatot gyakran elsütöm, hogy a szavaim hitelesebbnek tűnjenek.

Amikor kisfiú voltam, a parkettákat méhviaszszal kenték. A lányok, asszonyok kefékkel a lábukon csúszkáltak a szobában, mintha korcsolyapályán lennének. Nagyon mulatságos volt. Aztán eltűnt a méhviasz és jött helyette a műviasz, ami fényes volt, de bűdös. Ma vastagon lakkozzák a parkettát, amitől minden, természetes szépségét elveszíti. A szép parketta a háziasszony büszkesége. De, meddig és milyen áron védhető a parketta, és a futószőnyeg?

Ez arról jut eszembe, hogy nem régen vacsora meghívásom volt Rendesékhez. Nomen est omen. A háziasszony nyitott ajtót. Kérem, ha lehet, vegye le a cipőjét! Nem lehet - mondtam. Bocsánat

eltévesztettem a házszámot. Ezzel hátat fordítottam, és mint egy csínytevő gyerek, kuncogva elhagytam a házat.

A sarkon volt egy söröző. Ha vacsora, hát vacsora. Betértem és ettem egy igen silány pörköltet. A sör jó volt, ezért az asztal alatt letoltam cipőimet.

A harmadik sör után, mint mindig, komoly gondolataim támadtak. Elképzelttem, amint gróf Széchenyi István teára megy a Zichy családhoz. Az ajtónálló inas megszólítja: gróf úr, ha lehet, húzza le a csizmáját!

Széchenyi akkorát húz lovaglópalcájával az inas hátára, hogy másnap az összes pesti lap erről ír. Tudom, én nem vagyok Széchenyi gróf, de mi van, ha lyukas a zoknim?

Pirchala István

Még egyszer a magyar kutyafajtákról

A kuvasz

A mi kuvaszunkhoz nagyon hasonló nyájőrző kutyák ma is megtalálhatók Tibettől nyugatra egészen a Kárpát-medencéig, azokon a területeken, amelyeken nagyállat-tartó (jellemzően juh, kecske) népek élnek. A török nyelveket beszélő népeken túlmenően elterjedt még Afganisztánban, Iránban, a kurdok lakta területeken is.

A népvándorlás korában a Kárpát-medencében letelepedő népek keletről történő vándorlásainak útvonala nagyrészt megegyezett a magyarokéval. Ennek köszönhetően állatállományuk formálódását meghatározó környezeti tényezők, ráhatások is döntően azonosnak tekinthetők. A népmozgások által érintett területeken a kuvasz jellegű pásztorkutyák máig megőrizték nagyon hasonló küllemi és természetbeli tulajdonságaikat. Ebből adódóan kuvasz jellegű nyájőrző kutyáik lehettek a Kárpát-medencében az elmúlt évezredekben megjelent és le-

települt hunoknak, avaroknak, magyaroknak, besenyőknek, jászoknak, kunoknak egyaránt.

A kuvasz Kárpát-medencei megjelenését a török hódoltságához kapcsolni előzőek miatt logikátlan lenne. A kuvasz már réges-rég itt volt. Továbbá:

- egy fenékpusztai csontlelet (pásztorkutya koponya, mellső és hátsó végtagok csontjai) vizsgálatát elvégző tudós, dr. Matolcsi János szerint: „...ez a szóban forgó koponya kuvaszkutyánk honfoglalás kori őseinek...bizonyítéka”,

- Árpád-kori latin nyelvű forrásból tudjuk, hogy bölényvadászatokon kuvaszt használtak,

- Corvin Mátyás udvari vadászatain is alkalmazták, és diplomáciai ajándékként is szolgált,

- a Pireneusokban is ilyen kutyák őrzik a juhnyájukat (odáig a török hadak nem jutottak el),

- a törököknek is van kuvaszhoz közel álló nyájőrző kutyájuk az akbas (törökül fehérfejű) Törökországban a karabas (török



kül feketefejú) nyájőrző kutya a legelterjedtebb.

A XVI. században évente száz-kétszáz ezer a magyar marhát hajtottak lábón a brnoi (Pusztapércs), nürnbergi, strassburgi, velencei vásárokra. A marhák egyben tartására a gyakori útonállások és rablások megelőzésére kuvaszok és komondorok kísérték a vonuló gulyát. A nagy marhahajtások idején, a hírhedten verekedős hajdúk mellett a nagytestű magyar pásztorkutyákkal (kuvasz, komondor) is megismerkedhetett az ezen útvonalak mentén élő külhoni polgár.

Az évszázadokig tartó marhakereskedelemnek köszönhetően kerülhettek kuvaszok az itáliai Abruzzó régióba, és a Toscan maremmákba. Abruzzó-maremma juhászkutya néven az olaszok egyik kedvenc nemzeti kutyafajtája lett.

A kuvasz a Magas-Tátra lengyel oldalára és a történelmi Magyarország északi, többségében szlováklakta területeire, valamint a Balkánra a több évszázadon keresztül folytatott téli-nyári legelőváltó pásztorkodás révén jutott el. Nyáron a magashegyi rétekre, télen az alföldi területekre hajtották a jószágokat. Az északi részeken honos egykori kuvasz populációból mára két önálló kutyafajtát gyártottak: a szlovákok nemzeti kutyafajtáját (csuvas névvel) és a lengyelekét (tátrai juhászkutya). A mai Macedónia, Albánia, Koszovó, Szerbia pásztorkutyái le sem tagadhatnák kuvasz rokonságukat.

Az első, de kiváltképp a második világháború alatt a fajta létszámában már-már tragikus méretű csökkenés következett be. Ez a meghátrálást, félelmet nem ismerő kutya habozás nélkül rátámadt a területére beható gépfegyveres katonákra is. Az ezt követő sok évtizedes tenyésztői munka eredményeként a kuvasz újra elterjedt, és talán szebb is, mint valaha.

Hódosi József

FCI nemzetközi küllembíró

Egyperces gyakorlatok a kutyával

A HELYBEN MARADÁS ELMÉLYÍTÉSE

A fellépőzés megalapozása után jöhet a gyakorlás konkrét helyzetben. Azt tanítjuk meg a kutyának, hogy amikor ha zaérkezünk, azonnal szaladjon a helyére és várjon, amíg fel nem oldjuk.

Hogyan gyakoroljunk?

1. Jelöljük ki azt a helyet, ahol a kutya várakozni fog. Válasszunk olyat, ahonnan jól láthat minket, ugyanakkor legalább két méternyi távolságra van a bejárattól – legyen az lakásajtó vagy kertkapu.
2. Vigyük a fellépőt a kiválasztott helyre. Udvaron fellépő helyett egy olyan magaslat (pl. lépcső vagy fatuskó) is megteszi, amire szívesen felül a kutya.
3. Vegyük magunkhoz kb. 50 apró jutalomfalatot.
4. Álljunk a kijelölt hely mellé, és tartsuk a falatot magunk elé a mellkas magasságában.
5. Adjuk ki a „helyedre!” vezényszót, és lassan vezessük a falatot tartó kezünket a fellépő irányába. A kezünk maradjon a kutya feje fölött.
6. Türelem! Ha még nem lép fel a kutya, álljon meg a kezünk a levegőben, és várjunk, azaz hagyjuk gondolkodni.

Amint elindult a helye felé, azonnal dicsérjük meg az „okos!” vezényszóval, majd dobjuk le neki a jutalmat.

7. Ismételjük meg ezt egymás után, szünet nélkül 8-10 alkalommal.

8. Ezután a „futás!” vezényszóval oldjuk fel a kutyát, és jöhet egy-két perc pihenő: rövid játék, simogatás.

9. Csináljuk végig a teljes fenti folyamatot még 4-szer.

Mire figyeljünk?

- Mindig vigyük vissza a kezünket a kiindulópontra, és minden falattal pontosan ugyanazt a mozdulatot ismételjük meg.
- Ügyeljünk az időzítésre: az „okos!” dicséretet pont akkor kell kimondanunk, amikor fellép a kutya a helyére, hiszen ebből érti meg, hogy mit várunk el tőle. Hogyan folytassuk, ha már jól megy?

Amikor a kutya már alig mozdul el, adjuk ki a „maradsz!” vezényszót, és lépünk egyet oldalra. Ha ekkor lelép a kutya a helyéről, álljunk meg, és küldjük vissza a fent leírt módon, azaz magasra tartott, lassan a helye felé vezetett karral. Ha a kutya fellép, azonnal dicsérjük és jutalmazzuk meg.

Mi lesz az eredmény?

Néhány nap rendszeres gyakorlás után a kutya már le sem jön a helyéről, vagy



a falat elvétele után kérés nélkül visszaszalad oda. Ilyenkor nagy-nagy dicsérettel jutalmazzuk meg. Később már körbe tudjuk járni a blökit, akkor is a helyén fog maradni. Ekkor elkezdhetjük növelni a távolságot: mindennap álljunk egy picit távolabb a kutya helyétől, és indítsuk onnan a feladatot. Így egy hónap alatt akár 10-15 méterrel is a helyére küldhetjük a kutyánkat.

A következő részben arról lesz szó, hogy mindezt hogyan mélyíthetjük el jutalomfalattal nélkül.

Rózsa Péter

a Szívárvány kutyaiskola alapító oktatója
www.facebook.com/szivarvanykutyaiskola/

Iskolai hírek

Még fagyot lehelnek a fák, de már beindultak suliváro foglalkozásaink. Nyolcadikosaink is elkezdtek a szóbeli felvételeket.

Egészségben és remek színben érkeztek haza az osztrák sítábor lelkes látogatói.

Nyolcadikosaink igen nagy lelkesedéssel mentek színházba – a legnépszerűbb közösségi oldalon már a szünetben posztoltak. Vígben gondosan öltözve figyelték a „Pál utcai fiúk” című előadást. Élményeiket Moldován Richárd foglalta össze.

Tűzoltónap örvendeztette meg alsóainkat február második felében egy borús keddi délelőttön. Három helyszínen, forgószínpadszerű rendezéssel oldották meg, hogy minden osztályunk részt vehessen az osztályterekben tartott előadáson és a szelektív sziget körül gyújtott tűz eloltásában. A szerkocsiba bemászhattak, kipróbálhatták a jármű kormányzását. Tömlőt, láncfűrész és baltát forgathattak a gyerkőcök, így valóban kívülről-be-

lülről ismerik már az eszközök használatát. A lángok megfékezésére vízpárát képző oltótankot használtak. A könyvtárban mindenki méret szerinti auten-

tikus tűzoltóruhában fényképezkedhetett. Különös szerencsénkre a szerkocsi vezetője igen jól megtalálta a hangot a gyermekekkel, így délután hatalmas lelkesedéssel meséltek – így elkészülhetett e néhány soros beszámolónk.

Rajzpályázattal készülünk Arany János születésének 200. évfordulójára. Iskolai megemlékezésünket komoly irodalmi foglalkozásként tarthatjuk számon: több osztályunk a Családi kör című életképet adja elő.

Kádár Eszter



(Érték)mentés másként

Február 17-én, pénteken este várakozó hangulatban gyülekezett néhány erdőaljás műkedvelő a Vígsház klasszikus épülete előtt. A korhű épülethez korhű darab Molnár Ferenc *A Pál utcai fiúk* című regénye. A történetet feldolgozták már film formájában, az eredeti stílusban színdarabként, de a mai kort tükröző musicalként valami más élményben volt részünk. Geszti Péter és Dész László szö-

vegével és zenéjével új köntösöt kapott a darab. A zenei hatást nehéz szavakba önteni, szinte lehetetlen. A regény fő részeinek, eseményeinek megfelelően nemcsak látjuk, prózában halljuk, de a dalok tömör szövegbe foglalt kifejezőerejének köszönhetően egyedi élményben volt részünk. Modern stílusban éhettük át az „Estand!”-ot:

„Estand, tesó! Az van, amit akarok!”



A Pásztor-fiúk jellembrázolása nem mindennapi: a testvérek a színpadon egymást mutatták be.

Meglepő rendezői újítás volt az osztályterem térbeli kiemelése. Eleve természetes, hogy a közönség az enyhe lejtésű nézőtérről rálát a színpadra, de mivel a padok egymás mögött, lépcsőzetesen, térben kiemelkedtek – mi nézők érzécsalódással rögtön kicsire zsugorodtunk. A tanóra látszólagos nyugalma helyett teljesen átcsap a nézőtérre is az izgalom, az osztály egy színes kavalkád: Barabás, Weisz, Csónakos, Kolnay...

A vörösingesek ruházatát modern külső, piros, steppelt mellény, néha baseballsapka jellemezte. A musicalben nincsenek nők, míg a regényben szerepet kap Nemeček édesanyja vagy a Geréb levelét átadó cseléd lány.

A zene, az örömtánc modern, de a csapat egysége, a barátság régi, örök téma. A színpadon klasszikus a grund díszlete, érvényesül a talpalatnyi föld érzése:

„De van ez a föld, ami kezünkbe fér...”

„Gyere, mondd, hogy a grund mi vagyunk!”

Amikor a Pál utcaiak küldöttei a Fűvészkerthben jártak a vörösingeseknél, meglepetés-reklámként hatott a párbeszéd:

– Honnan a látcső?

– Hát a Vígsházból! – hangzott rá a válasz.

A színház kifejezőereje hátborzongató, amint Nemeček szegényes kiságyában fekszik. A görcsösen szorított üveglyolyót kiejti a kezéből. A golyó végig gurul a színpadon és visszhangozva csobban, koppan... Ahogyan Nemeček izmai is lassan elernyednek, és a haladó kis test utolsókat rezdül.

A darab modern feldolgozása fontos értékeket közvetít: az eskü szent, mindenki egymásért. Örök igazságok jelennek meg a mai korra átültetve: a barátság, a hűség az eskühöz, a csapathoz, a grundhoz. Vanak, akik életüket áldozzák az eszméikért, és vannak, akik elárulják.

*Moldován Richárd,
8. osztály*

AZ EGYESÜLET HÍREI



„Egynek minden nehéz,
sokaknak
semmi sem lehetetlen”

Autóbuszal a Dráva mentén

*Magyar, horváth vidékeken,
május 29-től, június 2-ig.*

A következő, immáron 13-dik autóbusz kirándulásunkat is magyarul területekre tervezzük, a Dráva határfolyóhoz. A konkrét program kialakítása - szállodákhoz is igazodóan - folyamatban van. Programjaink között szerepel a Mura-Dráva találkozásának megtekintése Őrtilosnál, a horvát területen a felújított, szép Varasd város és Csáktornya, valamint a Dráva déli oldalán elterülő Verőce vármegye és környéke emlékeinek megtekintése Valpó, Ovcsara, Szentlászló, Eszék községekben. Az északi oldalon a tervek szerint az Ormányság falvaiban, Sellye, Drávaiványi, Kórós, Adorjás, Kovácshida, Túrony műemlékeit keressük fel. Ha lesz idő kis kitérőre - a hegyi utcánk névadó falujára - Királylakra (Prhovec) is ellátogatunk, és ha már a Drávát megkerültük, nem hagyjuk ki a hajótúrát Drávaszabolcsnál.

Az 5 napos kirándulást május 29-től, június 2-ig tervezzük. A kb. 1400 km-es út költségei háromcsillagos szállodákkal, vacsorákkal, belépőkkel (az eddigi ajánlatok alapján) 60.- eFt körülire tartjuk.

Kis türelmet kérünk várakozó, olykor telefonon érdeklődő útítársainktól, a következő újságban már egy végleges programmal találkozhatnak.

Felcsuti László

Egyesületi iroda nyitva tartása

Szerdán 17.00-19.00 h, a hét többi napján előre egyeztetett időpontban, tel.: 404 5380. Gondnok: Gáspár Aranka, tel.: 30-899 5320. Bejárt a Népház udvaráról.

ÓHEGY-HÍREK

HAVILAP (MKM 226.674/1998)

Kiadja: Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete,

1037 Budapest, Toronya u. 33.

Telefon: 30-230 6994

E-mail: egyesulet@ohegy.hu, www.ohegy.hu

Felelős kiadó: Felcsuti László elnök.

Szerkesztő: Mikes Kriszta, Dienes Andrea.

Hirdetésfelvétel:

Óhegy Egyesület. Telefon: 70-325 3416

Előkészítés: Petit Typo Bt.

Nyomás: Granatalma O.Sz.Sz.

Megjelenik: 3000 példányban



Nemzeti
Együttműködési
Alap

A söprés művészete

Toszkánában egy benzinkútnál vártam, mikor kijött egy huszoneves lány és söprögetni kezdett a benzinkút körül. Az ajtónál levő székek alatt gondosan kétszer is felsöpört, elhúzta a hirdetőtáblát, a bejárati ajtó előtti részt háromszor söpörte át, gyönyörű lett. Elmosolyodtam, olyan lendülettel, lelkesen tisztogatta a munkahelye körül a földet.

Ausztria, kis falu, sétálni indulunk a családdal, minden hihetetlen zöld, a tehének csodálatosak, a kutyáik nem ugatnak ok nélkül, egy kutyás turistáknak fenntartott szálloda mellett lakunk és nem kelünk fel éjjel kettőkor, mert az utcában lakó egyik kutya meglátott egy sünt és négyig ugatja, csend és madáracsicsérgés és sétáló emberek. Szemét sehol nincs, szombat estére kivétel nélkül minden porta rendbe téve.

A mi utcánk a Táborhegyen. A járdán menet közben nagyon kell figyelni: mibe lépünk, nyitva van-e a kert kapuja annál

a háznál, ahol a kutya őrzöngve ugatja a járókelőket és ráveti magát a kerítésre, a hajunkat megrángatja-e az utcára kinőtt fenyő, tuja ága esős, havas időben egy óvatlan mozdulat és a hátunk közepéig vízesek lehetünk. Söprés nyoma elvéve.

Pedig olyan jó érzés tiszta környezetben élni, máshol rácsodálkozunk és gyönyörködünk benne. Lehet, hogy az európaisághoz ez is hozzá tartozna, hogy magunk körül élhető legyen a világ? És lehet, hogy ezt nem másoktól kellene elvárni, hanem magunknak kellene megcsinálni? Lehet, hogy ez főváros függő vidéken olyan szép előkertek örvendeztetik meg az arra járókat, a városban másoktól várjuk, hogy rendet tegyenek. Hull a hó, valaki jöjjön és a házam előtti járdát sózza fel, söpörje el, tegye rendbe. Persze lehetne ez másképp is, söpörni jókedvűen és kedvesen, mint ahogy az az olasz kislány tette.

Kiss Ilona

Állandó programok a Táborhegyi Népházban

1037 Budapest, Toronya u. 33.

Hatha Jóga - Balázs E.	h., 18:15-19:45, cs. 18:45-20:15
Gyerekszoba	k. 10:00-12:00
Lelki Egészség-őrző Klub	k. páros 19:00-21:00
Mozgásfejlesztő kreatív tánc (kicsiknek)	k. 16:30-17:15
Jazz és modern tánc (nagyoknak)	k., cs. 17:15-18:15
Átmozgató - frissítő női torna	k., cs. 18:15-19:15
Átmozgató - erősítő férfi torna	k., cs. 19:30-20:30
Pilates torna - Tenki T.	sz., p 8:00-10:00
Bridzs klub	sze. 18:00-22:00
Gyermekbalett	p. 17:00-18:00
Robotépítés	szo. 9:00-12:00

Képviselőink fogadóórái

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

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

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

Nincs téli szünet!

Hegyvidéki Séta - Kör

Indulás minden szombaton 9:30-kor a Viharhegyi út-Erdőalja út találkozásától.

További infó:
20 590 2975

Lakásétterem

ZSIDÓ ÍZEK SZENTENDRÉN

Bejelentkezés:

06 30 / 538 5456

2000 Szentendre, Berek Utca 22.
(Viola utca sarka)



facebook.com/lakasetterem.zsisz

HEGYVIDÉKIEK INGATLANIRODÁJA

Építési telkek, családi házak, új építésű
és használt lakások értékesítése és bérbeadása

ÓBUDALUX INGATLANIRODA



Forster Judit
irodavezető-építész

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

E-mail: obudalux@oi.hu

HÍVJON BIZALOMMAL!

06 30 696 6969

www.obudalux.hu | www.obudaihegyvidek.hu

TESTVÉRHEGY
TÁBORHEGY
REMETEHEGY
MÁTYÁSHEGY
ARANYHEGY
ÜRÖMHEGY



1037 Budapest,
Erdőalja út 46.

SÁGI MAGDI INGATLANIRODÁJA

Óbuda - Hegyvidéki ingatlanok
ÉRTÉKESÍTÉSE, BÉRBEADÁSA



Sági Magdolna irodavezető
1037 Budapest, Hegyláb u. 5.
Mobil: 06 30 378 5113
E-mail: sagimagdi1@gmail.com
www.sagimagdiingatlan.com



BIOREZONANCIÁS VIZSGÁLAT A HEGYEN!

Ajánlott mindenkinek, aki szeretne javítani a közérzetén,
szervezete működésén, aki kíváncsi,
hogyan előzheti meg a betegségek kialakulását,
hogyan érezheti magát jobban a bőrében.

**HEGYLAKÓKNAK MÁRCIUS HÓNAPBAN
50% KEDVEZMÉNY!**

Érdeklődés, időpont-egyeztetés: +36-70-325-3416



Parlamenti látogatás: Varga Mihály miniszter úr, országgyűlési képviselőnk második alkalommal is meghívta Egyesületünk tagjait az Országházba. Február 26-án két csoportban, összesen százan jártuk végig a látogatónak kijelölt útvonalat. Megcsodálhatuk a szobrokkal díszített folyosót, a díszlépcső színes üvegablakait, a kupolacsarnokot a Szent Koronával és a felsőházi ülésteremet.