



ÓHEGY-HÍREK

ÓBUDA HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK LAPJA • XXII. ÉVFOLYAM 4. SZÁM • 2017. MÁJUS

A TÁBORHEGYI NÉPHÁZBAN

„Borivóknak való”

Az Egyesület Felolvasó Színpad Társulatának előadása:

május 26-án, pénteken, 18:00 órakor

Rendező:

Raffinger Éva.

Közreműködik a

Musica Equinoctis Kamarakórus.

Vezényel:

Tóth-Cseri Marica

Belépés ingyenes.

(Részletek a 3. oldalon)

Kihívások pszichológiája

Előadó:

Iszlay Zsuzsa life coach.

A születés

Május 12-én, pénteken, 18:00 órakor.

(Részletek a 3. oldalon)

Helyünk a világban

Ahol az ősi bölcsélet és a tudomány összeér

Dr. Brezovits László

előadássorozata folytatódik

május 11-én és május 23-án, kedden, 18:00 órakor.

(Részletek a 3. oldalon)

Vasárnapi mozi

Sidney Lumet: Tizenkét dühös ember (1957)

május 14-én, 17.00 órakor

Sidney Lumet: Mielőtt az ördög rád talál (2007)

május 28-án, 17.00 órakor

Programok

GaiaTúranap	május 7. vas.	9:00
Előadás - Helyünk a világban	május 9. k.	18:00
Kihívások pszichológiája	május 12. p.	18:00
Vasárnapi mozi	május 14. vas.	17:00
Titkos szám - filmbemutató	május 19. p.	18:00
Családi vasárnap	május 21. vas.	10:00
Előadás - Helyünk a világban	május 23. k.	18:00
Borivóknak való	május 26. p.	18:00
Vasárnapi mozi	május 28. vas.	17:00
Állandó programok		11. oldalon

A következő lap megjelenésének időpontja: 2017. június 1.

JÁTSZÓTÉR A HEGYEN

Ilonka utcai játszótér

ünnepélyes átadása május 11-én, 15 órától.

16 órától **Bús Balázs** polgármester úr megnyitja, majd zenés mesejáték Jó Tamással, utána játék kapuzárásig.

Várunk szeretettel mindenkit!

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata

Családi vasárnap

Egy májusi délelőtt

a Táborhegyi Népházban,

május 21-én, vasárnap, 10-13 óra között.

Programok:

kézműves foglalkozás, családi vetélkedő, baba sarok, szabadtéri népi játékok, állatos játékok, tombola.

A gyerekeket kalauzolja:

Wundele Gabriella és Kutas-Peresztegi Éva

Jegyek kaphatók a helyszínen
1000 Ft/gyermek, testvéreknek 800 Ft

Várunk mindenkit szeretettel!



Családi túranap

Gaia Fenntarthatósági Túranap - 2017

Indulás:

május 7-én, vasárnap, 9:00-13:00 óra között, a Hard Pop Cafetól

(1028 Hidegkúti út 2.)

át a hegyen, és érkezés: a Táborhegyi Népházba.

(Részletek a 4. oldalon)

Hegyvidéki Séta – Kör

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

Jelszó: „Maradj fitt!”

További infó: 20 590 2975

(Részletek a 4. oldalon)

Titkos szám

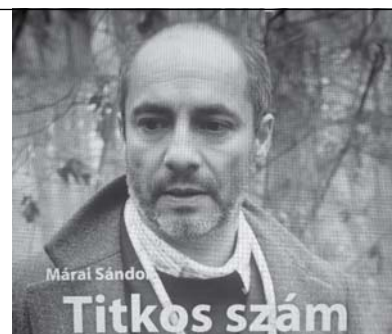
Filmbemutató a Táborhegyi Népházban (1037 Bp., Toronya utca 33.)

május 19-én, pénteken, 18:00 órakor.

Bemutattják:

Sipos József rendező és **Rudolf Péter** főszereplő

(Részletek a 3. oldalon)



Táborhegytől Bogácsig

(In memoriam Hanák Zsolt)

Valószínűleg kevesen tudják közölünk, hogy a Bükk lábánál fekvő, leginkább a termálfürdőjéről ismert Dél-Borsodi község, Bogács másik nevezetességének, a Színészligetnek az ötletgazdája egyik volt szomszédunk, a több évtizeden át a családjával a Táborhegyen élt Hanák Zsolt.

A történelem szele, pontosabban a kitelepítések, sodorták a Hanák családot az 1950-es években Bogácsra, ebbe az Eger és Mezőkövesd között fekvő kis faluba.

A falu befogadta őket és a család is megszerette a közösséget. Bár a későbbiekben Budapestre kerültek, továbbra is tartották a kapcsolatot a helyiakkal.

Zsolt polihisztor mérnök emberként és a művészetek tisztelőjeként szerette volna kifejezni háláját a falu családjára iránt tanúsított jóságáért, egyben méltó emléket állítani a magyar színjátszás nagyjainak,

ezért álmodta ide a színészligetet. Az ötlet 2009-ben valósult meg, az akkori bogácsi polgármester hatós támogatásával.

A múlhatatlanság szimbólumával, „égig érő” fák, piramistölgyek, ültetésével alakítottak ki egy szép ligetet, kirándulóhelyet a Nemzet Színészeinek közreműködésével, akik maguk ültették-ültetik el fáikat, ünnepi műsor keretében.

A színészliget elindítója, Hanák Zsolt sajnos már nincs köztünk, de a hagyományt és a kapcsolatot özvegye Decsi Ágnes (az Operaház és az Operettszínház magánénekeske, korrepetitor) és családjá, köztük Ha-



nák Maya bridzs klubunk aktív tagja, ápolja tovább.

Idén április 22-én immár hatodik alkalommal került sor a faültető ünnepségre. Ezúttal Almási Éva, Csomós Mari, Szacsavay László, Andorai Péter és Cserhalmi György fájával gazdagodott a liget. A program házi-asszonyaként Császár Angéla színművésznő konferálta az eseményeket.

A gálaműsorra meghívást kapott fellépésre a szintén „hegyi” kötődésű fiatalember, Pál Szilveszter, akinek klasszikus gitárjátékával már nekünk is volt szerencsénk megismerkedni.

A „Nemzet Fiatal Tehetségeiért Ösztöndíj” díjazottjaként most a Nemzet Színészeinek tiszteletére szóló gitárjátéka. Amennyiben egyszer a kedves olvasót a jó sorsa Bogácsra vezérli, talán e sorok alapján más szemmel nézi, közelebbinek érzi magához a felkeresésre érdemes, egyre szebben növekvő ligetet is, ahol információs útmutatás segít eligazodni és felidézni a színjátszás nagyjainak emlékét, valamint az ötletgazda, egykori szomszédunk, Hanák Zsolt emlékét is.

Anyák napjára

Hazánkban is hagyományosan május első vasárnapján ünnepeljük meg az anyák napját. Nehéz megmagyarázni, hogy miért egy napot választottak ki arra, hogy azokat ünnepeljük, akik életet adtak gyermekeiknek, akiknek egy életen át köszönet és megbecsülés járna. De mit tehet az ember, kultúratörténetileg így alakult. Aprópó történelem!

A magyar történelem számos híres anyával büszkélkedhet. Szűkebb pátriánk, Óbuda újkori történelme is nagyban függött egy (ugyan nem magyar) hölgytől, édesanyától, akinek uralkodása idején (1740-1780) megindult a török időben csaknem teljesen elnéptelenedett uradalom benépesítése. Az óbudai hegyvidék dolgos, németajkú telepeiről és a magyar uralkodóról, Mária Teréziáról van szó.

A Habsburg uralkodónő (többek között magyar, cseh, horvát és dalmát királynő, Ausztria főhercegnője) személye és politikája a mai napig igen megosztó, de most nem is erről kell szólnunk. A negyven évig uralkodó Mária Teréziának nemcsak a politika terén kellett megállnia a helyét, hanem családayaként is.

Tizenkilenc év alatt tizenhat gyermeknek adott életet, tizenegy leánynak és öt fiúnak. Közülük tízen éltek meg a felnőtt kort. A királynő és férje, Lotaringiai Ferenc a korban szokatlan és meglepő módon foglalkoztak és nevelték együtt gyermekeiket. Követek jelentéseiből tudjuk, hogy szinte polgári háztartást vittek, ahol családias, szerető hangulat uralkodott. Imádott férjében mindenre számított, de a politikai és hadi ügyek intézésében teljesen háttérbe szorította.

Mária Terézia modernnek számító elveket



vallott a nevelés terén, nagy gondot fordított arra, hogy a gyermekeik egészségesen táplálkozzanak, mozogjanak („sportoljanak”), jól beszéljenek idegen nyelveket, vallásos és erkölcsös életet éljenek. Próbálta nem elkényeztetni őket, bár tudjuk, hogy egyeseknek többet engedett, mint másoknak. Ez azt is jelentett, hogy a gyerekek nem túlzottan viselkedtek jótetvéként, féltékenyek voltak egymásra. Közösen reggelizett és ebédelt a család, a közties időkben az anyuka az államügyeket intézte. A gyermekeket gondosan kiválogatott nevelők, tanárok okították. Ha valamelyik gyermek megbetegedett, az uralkodónő virrasztott az ágyuk mellett. Az anyai

gondoskodás akkor sem szűnt meg, amikor házasságok révén a gyermekek elhagyták a családi fészket, a bécsi Burg vastag és óvó falait. Hiába az anyai szigor (a nevelőket még a testi fenyítéstől sem tartotta vissza, bár ők ezzel sosem éltek), a gyermekek a nagyon szerették édesanyukat. Ez így helyes, így van rendjén. A családayak szeretete és tisztelete nemcsak történelmi távlatokban fontos, hanem mindennapi életünk szerves részének kell lennie.

Minden Édesanyának legyen boldog Anyák napja, és legyen boldog egész évben minden napja!

Horváth Péter

Titkos szám

Filmbemutató a Táborhegyi Népházban
május 19-én, pénteken, 18:00 órakor.
Bemutatja Sipos József rendező és
éRudolf Péter főszereplő

A film a hétköznapi ember küzdelmét ábrázolja a diktatúrával szemben. Márai Sándor azonos című rádiójátékát az 1960-as évek végén írta, amelyben elemi erővel fogalmazza meg, hogy mi teszi elviselhetlenné az életet a diktatúrában. Hősünk, Kovács úr, a kommunista világ kreációja, aki hisz egy eszmében, de hosszú megpróbáltatások során rájön, hogy az „eszme” viszont nem hisz benne és „nagyon egyedül van a világban”. Mikor mindezek után el akarja dobni az életét, egy csoda folytán megkapja a „titkos számot”, ahol a vonal végén a Jóisten várja hívását. A film ezt a különleges telefonbeszélgetést meséli el egy mai kereskedelmi rádió élő adásában.

A film után a rendező Sipos József és a főszereplő Rudolf Péter szeretettel várják a nézőket egy kötetlen beszélgetésre.

Az Egyesület Vezetősége



Az áprilisi családi vasárnap egyik pillanata

Kihívások pszichológiája

A születés

Május 12-én, pénteken, 18:00 órakor

Volte már olyan:

- *hogy elkezdett valamit és nem érzett elég erőt, hogy befejezze?*
- *hogy úgy érezte, hogy „fojtogat az élet”?*
- *hogy stresszhelyzetben nem kap levegőt?*
- *hogy biztonságosabbnak érzi, ha valaki átveszi a dolgok irányítását?*
- *hogy többször átfut a gondolat, nem „egész”, nincs itt a „másik fele”?*

Gyermek és szülő másképp éli meg a születést. Amit tudunk a nagy eseményről, az a szülők, a család és a környezet szemszögéből mondja el a történetet.

A magzati létnek is vannak emlékei, sejtjeink őrzik ezeket tudatos elménk helyett,

Hírek az Óhegy Egyesület

Felolvasó Színpad Társulatának házatájáról

„Borivóknak való”

Május 26-án, pénteken 18:00 órakor a Táborhegyi Népházban

Újra mozgalmas hetek elé nézünk. Készülünk a „Borivóknak való” május 26-i rendezvényre, ahol a borról, annak szeretetéről és ártalmairól szóló irodalmi művekkel, és a borról szóló dalokkal lépjük meg közönségünket. Társunk - az est fényét emelendő - a Karácsonykor már megismert és megkedvelt Musica Equinoctis Kamarakórus.

Ugyanakkor már nagy lelkesedéssel készülünk a

júniusi Óhegy Napokra is. Idén a reformáció 500 éves évfordulója alkalmából ezen időszak irodalmi műveiből készülünk egy lírai összeállítással.

Ezen két alkalomra az estéimet kitűnő társaságban töltöm: Hamvas Béla, Juhász Gyula, Vörösmarty Mihály, Arany János, Ballassy Bálint, Tóth Árpád, Szenci Molnár Albert, Ilosvai Selymes Péter, Kányádi Sándor, Heltai Gáspár, Sütő András, és a többiek.

Szeretettel várunk mindenkit, aki kedveli a jó irodalmat és a szép muzsikát.

A „Borivóknak való” estén, a műsor után vendégeink vagytok egy pohár borra. És hogy az este tökéletes legyen „Borkorcsolya versenyt” is rendezünk. A nyertesnek egy üveg bor lesz a jutalma az Óhegy legjobb borából.

Gyertek, hozzatok sütit, jó buli lesz

Raffinger Éva

Helyünk a Világban

Ahol az ősi bölcelet és a tudomány összeér

Folytatódik az előadássorozat a Táborhegyi Népházban

Május 9-én 18.00 órakor: *A szeretet fizikája*

Május 23-án 18.00 órakor: *Az ego, mint a fejlődés akadálya?*

Ahogy a modern tudomány egyre többet feltár az Univerzum titkaiból, lassan fény derül az ősi bölceletek, vallások, hagyományok által közvetített útmutatások valódi tartalmára. Az előadássorozat mindenki számára érthető módon, egyszerű példákon keresztül mutatja be az eddig rejtett összefüggéseket.

A szeretet fizikája

Kiderül, hogy nem véletlenül került a szeretet a legtöbb vallás és művészeti alko-

tás középpontjába. A rendszerelmélet és az információfizika alátámasztja nélkülözhetetlen szerepét az emberiség fejlődésében.

Az ego, mint a fejlődés akadálya?

Személyiségünk kiindulópontja és legfőbb védőbástyája az egónk. Lehet, hogy ez a biztosnak látszó támasz a börtönünk és akadályaink forrása is egyben? A válasz a vallások alapműveiben és a legújabb kutatási eredményekben rejlik.

Dr. Brezovits László

Ez teszi lehetővé azt az elmélyülést, amelyben megtörténik a lelki tartalmak feltárása. Nincs időfogalom, minden olyan, mintha most történt volna, mintha a gyakorlatban résztvevő valóságban élné újra születését. Az érzelmi súlyok alapján azonnal vissza tud zuhanni oda, ami igazán fontos és meghatározó számára, azt képes felszínre hozni, s ezzel az ismert emlékekkel már tudatosan megbirkózni.

Természetesen nem szabad mindig, minden nehézség mögött a magzati lét és a születés élményét látni, ám saját valódi történetünk megismerése lehetőséget ad arra, hogy ráébredjünk felnőtt életünk működési mintáira, ezáltal

Ezért vallom, hogy

„Úgy éled az életed, ahogy megszületted.”

Történetek, eredmények érdekességei a témában az előadáson.

*Iszlay Zsuzsa
coach*

*Családi túranap Anyák Napján***Gaia Fenntarthatósági Túranap - 2017***Indulás: május 7. vasárnap, 9:00-14:00 között.**Nevezés: Hard Pop Cafétól (1028 Hidegkúti út 2.)*

Itt egy remek alkalom, hogy bejárjuk a felettünk domborodó hegyvidéket. Az Útilapu Hálózat és az Óhegy Egyesület harmadik alkalommal szervez teljesítménytúrát a Budai-hegységben! A Gaia Fenntarthatósági Túranap egy rendhagyó teljesítménytúra, amely a fenntarthatóság és környezetvédelem nevében kínál izgalmas, egész napos programot. Idén mindezt Anyák napja alkalmából ajánljuk a családoknak, kicsiknek és nagyoknak egyaránt.

A túra Hívősvölgyből indul, a Határ-nyerget, az Árpád-kilátót, a Guckler sziklát és Virágos-nyerget útba ejtve, a Táborhegyi Népházban végződik. A

rajt helye a Hívősvölgyi Hard Pop Café. Itt lehet 9-14 óra között jelentkezni, „igazolási lapot” kapni, és elindulni a túrára.

A 12 km hosszú útvonalon több ellenőrzőpontot kell érinteni, ahol izgalmas feladatok és fakultatív, érdekes játékok várják az érkezőket. Túra egyéni tempóban teljesíthető, ezért kifejezetten ajánljuk családoknak mivel a rövid táv, és a terepviszonyok gyermekek számára is könnyen teljesíthető! A túrának nincsen előírt teljesítési szintjeje, de kérjük legkésőbb 6-ig érkezzenek meg a Táborhegyi Népházba.

A programról további részleteket tudhatnak meg a

[turazoktarsasaga.hu](http://www.teljesitmeny-turazoktarsasaga.hu) és a www.ohegy.hu honlapon, valamint érdeklődni lehet a gaia.scihun@gmail.com e-mail címen, vagy Lajos Dóra főszervezőnél az alábbi telefonszámon. Kérjük, hogy aki tervezi részvételt, az regisztrál-

jon alábbi linken. A regisztráció természetesen nem jár részvételi kötelezettséggel, mindössze a szervezők munkáját segíti a felkészülésben!

Szeretettel várunk kicsiket és nagyokat egy kis Anyák Napi kirándu-

lásra a környezettudatoság szellemében.

Lajos Dóra szervező
20 235 3814
regisztráció kötelezettség nélkül:
<https://goo.gl/OshNwg>
Óhegy Egyesület
Vezetősége

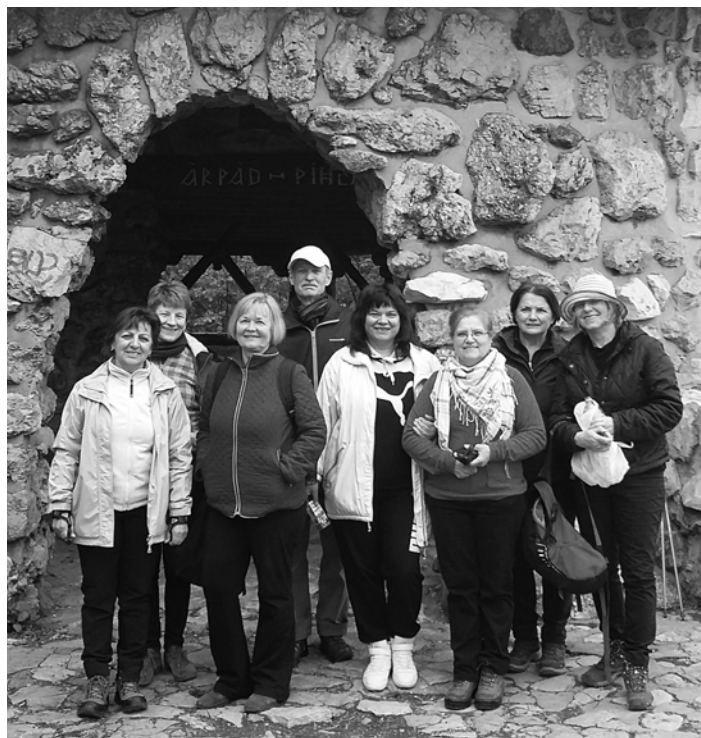
„Babázni jó”*Mama Relax Stúdió a Táborhegyi Népházban**Kismama jóga: hétfő 8.15-9.45 és péntek 15.00-16.30;**Kismama torna: hétfő 17.00-18.00,**illetve szerda 11.00-12.00;**Kismama klub: minden páros pénteken 11.00-12.30-ig*

Május 3-tól megkezdődtek a Mama Relax Stúdió (MRS) foglalkozásai. A találkozó célja, hogy egyrészt kényeztessen az áldott állapotban lévőket, gondoskodjon testi/lelki jólétükről, másrészt felkészítse őket, hogy mire is kell figyelniük, számítaniuk a terhességük alatt, illetve a baba megszületése utáni első hetekben. Ugyanakkor kiemelt fontosságú a személyes konzultáció lehetősége is az MRS honlapján, ahol védőnő, gyógytornász, szülésznő, szoptatási tanácsadó, fogorvos és bőrgyógyász válaszol a feltett kérdésekre. Az MRS hosszútávú terve, hogy az általa szervezett programokon a „hegyvidéki” kismamák személyes ismeretségekre tegyenek szert, és később is - kiegészülve a babákkal és a papákkal - igazi

közösséget alkossanak. Programjainkról, árainkról részletes tájékoztató olvasható a www.mrs-obuda.hu oldalon, illetve elérhetők vagyunk a facebook-on (Mama Relax Stúdió) is! Csatlakozz hozzánk, tegyél meg minden tőled telhető szünetelő kisbabádért és magadért! Jó hangulat, kellemes társaság, szakértőgárda biztosított, a többi már csak a Te döntéseden múlik! Legyél az elsők között: az első óráink ráadásul ingyenesek! A fent jelzett időpontokban mindig elérhetőek vagyunk.

Szeretettel várjuk a Táborhegyi Népházba a kispapákat is!

Mama Relax Stúdió
www.mrsobuda.hu
mrsobuda@gmail.com
242 2867



1 ÉVES A HEGYVIDÉKI SÉTA-KÖR: Az Árpád kilátóra módosult az úticélunk a szombati „jubileumi” kiránduláson. A kilátónál pezsgőt bontottunk és a Fenyőgyöngyében cappuccinóztunk. A 8 km-es útvonalat mindenki sportosan végiggyalogolta. Figyelem! Tempónkhoz és céljainkhoz igazodóan jelmondatot választottunk, ezután jelszavunk: **„Maradj fitt!”**

A legutóbbi számunkban feltett, szülinapi találós kérdés megfejtése: *leánykökörösín, latinul Pulsatilla grandis. A helyes megfejtésért Jakkal Ica kapta meg a jutalomcsokoládét.*

Óhegy Napok 2017'

„Reformáció és végvári harcok”

Táborhegyi Népházban, június 9-10-11, péntek, szombat, vasárnap

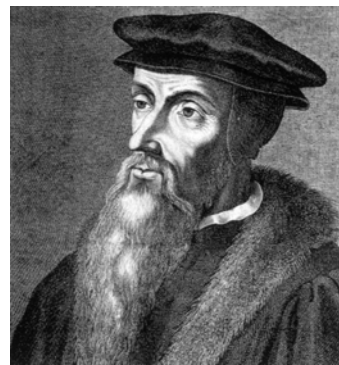
Ez évben 15. alkalommal rendezzük meg az évadzáró, kulturális, szórakoztató és gasztronómiai programunkat, idén a „REFORMÁCIÓ ÉS VÉGVÁRI HARCOK” jegyében.

A rendezvény első napján vendégeink között üdvözölhetjük Peterdiné Molnár Judit tiszteletes asszonyt, az óbudai református gyülekezet helyettes lelkipásztorát is. Megtekinthetjük Péchy Dániel címertörténeti kiállítását, aki egyesületünk címerét megalkotta. Pál Szilveszter, ifjú hegyi klasszikus gitár-művésznünk segítségével ízelítőt kaphatunk a korszak zenei kultúrájából. Viszket Zoltán történész, előadása megismertet bennünket az óbudai reformált egyházközösségek és az első fővárosi református templom történetével. Vendégeink fogadásában a Wysocki Légió végvári vitézei lesznek a segítségünkre.

A második napon az egyesület felolvasó színházának

előadásában (Raffinger Éva rendezésében) korabeli költők műveiből hallhatunk összeállítást, valamint részleteket Sütő András: Csillag a máglyán című drámájából. A veretes irodalmi művek meghallgatása után a kor török - magyar vízei párvialaiból is ízelítőt kapunk, világhírű kaszkadóreink, Piroch Gábor és csapatának fergeteges bemutatója során. Ezután, a vacsorán elmerülhetünk a gasztronómiai örömeinkben. A vacsora alatt Kecskés András és együttese korabeli hangszereken a reformáció és a végvári viadlok korának zenéjét idézi fel számunkra. Táborhegyi amatőr költőinket remélhetőleg idén is felolvassák számunkra az erre a jeles alkalomra írott verseiket! A hölgyek izgulhatnak, mert esetleg a vacsora közben elrabolhatnak valakit közülük a marcona végvári vitézek! A vacsora után a feszültséget – és a jóféle étkeket – korabeli tán-

kok eljárásával vezethetjük le. A harmadik napon, vasárnap is izgalmas dolgoknak lehetünk részesei! Dél előtt 10 órától ismét elindul a nemes versengés az „Óhegy legjobb szakácsa” és az „Óhegy legjobb cukrásza” címekért. Amatőr szakácsjelöltjeinknek a Népház udvarán, bográcsban kell megfőzniük azon ételeket, amelyeket Balassi Bálint, Tinódi Sebestyén, Dobó István vagy Bornemissza Gergely is szívesen elfogyasztának, ha az Óhegy Napokon erre járnának, és nemcsak a képekről tekinthetnének le ránk. Az egri hősök egy kicsit azért léleken mégis jobban velünk lesznek ezen a napon; Várkonyi Zoltán híres, máig is nagyszerű filmjének, az „Egri csillagok”-nak a segítségével, amelyet a nap folyamán megtekinthetnek kedves vendégeink. A gyerekekről sem felejtkezünk el: az étkek elkészültéig kardot, pajzsot, fejdíszeket készíthetnek, Felber-



mann Judit múzeumpedagógus segítségével. A jó hangulatról – akárcsak tavaly – most is a Békás zenekar gondoskodik, Juhász Dénes vezetésével.

Reméljük, hogy ezzel a kis előzetes „behangozóval” sikerült nagyon sok olvasónk, tagtársunk, barátunk és támogatónk figyelmét felkelteni az Óhegy Napok iránt és minél nagyobb létszámban ismerkednek majd a reformáció és a végvári harcok időszakának kultúrájával, költőivel, vitézeivel, zenéivel, táncaival és étkeivel. Sok szeretettel várunk mindenkit!

Az egyesület elnökségének nevében:

*Benyóné Dr. Mojzsis Dóra
régész, muzeológus,
az Óhegy Napok szervezője*

Óhegy Napok - 2017

Felhívás szakács- és cukrászversenyre!

a Óhegy Legjobb Szakácsa, és az Óhegy Legjobb Cukrásza cím elnyeréséért.

Június 11. vasárnap

A téma: „Reformáció és végvári harcok”. A végvári vitézek nyilván szerették a tartalmasabb étkeket, hogy legyen elég erejük a viadalokhoz, várostromok visszaveréséhez. A paprika és a paradicsom még nem volt igazán népszerű, sőt az örölt pirospaprikát is csak jóval később, már a 18. századtól kezdték el nagyobb mértékben használni. A rántást még nem ismerték, az ételeket kenyérbéllel (nem fehér kenyérről van szó!), tejföllel, esetleg tejszínnel sűrítették. Nagyon kedveltek voltak a vadételek, a szárnyasok, de a halak is (főleg bőjtös napokon). A húshoz mártásokat fogyasztottak, rengeteg variációban, és persze barna kenyeret.

Felhívom a tisztelt jelentkezők figyelmét, hogy főzni a helyszínen (a Népház kertjé-

ben) lehet, kizárólag bográcsban Más főzőeszköz használata nem megengedett, az egyenlő esélyek lehetősége miatt! Az ételek elkészítése is a helyszínen történik, csak a hámozást, tisztítást, darabolást lehet előre, otthon is elvégezni. Az alapanyagokat, fűszereket és a bográcsot a versenyzőknek kell magukkal hozni, tűzifát mi adunk. A szakácsjelölteknek kb. 10-15 adag ételt kell főzni, amelyet aztán a közönség a helyszínen megvásárolt jegyek átadásával kóstolhat meg. Az egyesület a szakácsok által begyűjtött jegyek árát fizeti ki, így ennek arányában térülnek meg a résztvevők alapanyag kiadásai. Az ételeknek 13 óra 30-ra kell elkészülniük, eredményhirdetés 14 óra után várható. Közönségdíj is kiosztásra

kerül, a kóstolás után lehet szavazni. A cukrászversenyre jelentkezőknek viszont otthon kell elkészíteniük a versenyre benevezni kívánt süteményeket, amelyeket szintén június 11-én, legkésőbb 13 óráig kell leadni a Népházban, mellékelve egy borítékot, rajta egy jeligét, benne pedig a cukrászjelölt nevét és a receptet.

Sok szeretettel várjuk a jelentkezőket, akik kedvet és tehetséget éreznek magukban, hogy elmélyedjenek a reformáció és a végvári harcok idejének konyhai rejtelmeiben és az eredménnyel majd a vendégeket is megörvendeztessék!

*Jelentkezni lehet az alábbi elérhetőségen:
Benyóné Dr. Mojzsis Dóra,
az Óhegy Napok szervezője
30-3332902*

Óhegy Napok 2017'

Felhívás
költő-
versenyre!

Az Óhegy Napok második napján, 10-én, szombaton a vacsora alatt a gasztronómiai örömeink mellett a szellemi étkek is terítékre kerülnek!

Most is várjuk „hegyi koszorús – és egyenlőre még koszorútlan – költőink” vidám vagy fenkölt, vicces vagy emelkedett hangvételű, a reformáció és a végvári harcok szellemében írott versezeteit, amellyel megörvendeztetik majd a vacsora vendégeit!

A legjobb műveket természetesen megjelentetjük – az örökkévalóság számára –, az Óhegy Hírek hasábjain.
Az Egyesület Vezetősége

Így kirándulunk mi!

Ismét meghódítottuk a Nagy Hegyet! Ugye, milyen jól hangzik? Ez nagyon is említésre méltó történet, ha szerény hegymászó tudásomra gondolok. Igaz, hogy csak barátságos szomszédunk, a Hármashatár-hegy volt a cél.

Kezdem az elején: egy nap-sütéses, lágy szellőjű, szombati napon összecsomagoltunk kevés enni- és innivalót, majd a gondolatot tett követte: neki-vágtunk. Úgy éreztük, szinte kötelességünk időnként látogatást tenni a természet lágy ölén. Már csak azért is, mert olyan szerencsések vagyunk, hogy még utaznunk sem kell, ha kirándulni akarunk.

Némi kellemes, laza sétát követően elértük az emelkedő alját, a Hedvig utca végén. Jól jelzett, eltéveszthetetlen turista ösvény. Eddig rendben is van, de kicsit azért mászni kellett: igazából ezért jöttünk. A zenei aláfestést nyújtó a madárcsicsergés már eddig is jelezte, hogy jó irányba megyünk, az élményt csak tovább fokozta az aljnövényzetben megbújó virágszőnyeg ezernyi színe.

Szóval a természet megtette a magáét, most rajtunk a sor. Rendszerint ilyenkor szokott kiderülni, hogy a számítógép

előtt, vagy az autóban sokkal könnyebb ülni, mint hegyet mászni. Lelkesedésünket még az sem csökkentette, hogy közben fittebbnek látszó kirándulók időnként elhagytak minket.

Ösvényünk hamarosan keresztezte az első szélesebb földutat, melyen már határozottan többen sétálgattak, és persze teljesen simának tűnt. Mi azonban állhatatosan tovább kaptattunk fölfelé a meredeken. A következő találkozás már a hegy aszfaltos útjával történt. Nem szándékoztunk autók társaságában sétálni, ezért ezen az úton is átkelve megcéloztuk a Kilátó felé vezető irányt.

Felértünk - és már csak mi hiányoztunk! Az ideális időjárás sokakat kicsalt az erdőbe, gyerekekkel, kutyával különösen érdemes arra járni. A panoráma lélegzetelállító és megunhatatlan. A Kilátó környezetének felderítését követően találtunk egy jó kis szélvédett helyet is, ahol kellemes napozással telt az ebéd előtti időszak. Ezután megtekintettük hátizsákunk tartalmát. Szerencsére a szendvicsek is épségben felértek.

A feljutás fáradságainak alapos kipihenése közben elhatároztuk, hogy visszafelé másik utat járunk be. Ilyen

szép időben csak rajtunk múlik, meddig élvezzük a barátságos természet vendégszeretetét. Sikeresen rátaláltunk az először keresztezett szélesebb útra, mely a hegy oldalával párhuzamosan fut. Azon kényelmesen végigsétálva abban ringattuk magunkat, hogy ez hazáig így lesz. Tévedtünk.

Lehet, hogy a turistajelzések nem következettek, lehet, hogy mi, ez nem derült ki. Természetesen a hazafelé tartó irány, még a kerülő út ellenére is egyértelmű volt, viszont a kitaposott ösvények nem feltétlenül arra tartottak, amerre mi gondoltuk.

Mi ragaszkodtunk a rövidebb megoldáshoz, ezért saját elképzelés szerint folytattuk utunkat. Persze, nem tévedtünk el a „mi erdőnkben”, de maradt picit izgalom a kirándulás végére is. Örömmel jelentem, nem maradtunk fent a hegyen, sikerült visszatalálni az ismerős utcákba.

Megkérdezhetné bárki, hogy miért nem GPS segítségével mentünk. Visszakérdeznék: hol marad akkor a vadregényes kirándulás? Száz szónak is egy a vége: szép napunk volt, jót kirándultunk, legközelebb is ott a helyünk!

Mikóné Ormos Márta

Változatok sprotnira – 2

Sprotni olajban

Fejeket vágjuk le. A beleket húzzuk ki. Vastagon sózzuk be a halakat. Két napig tartjuk normál hűtőben. Ezután alaposan öblítsük ki. Csurgassuk le, hogy minél kevesebb víz maradjon bennük. Kisebb méretű befőttes üveg aljába tegyünk babért, koriandert, megrepszett borsot. Függetlenül helyezzük el szorosan a halakat. Öntsük fel olajjal, és forgassuk, rázogassuk, hogy a levegő kijöjjön a halak közül. Zárjuk le és tegyük normál hűtőbe. Egy-két hét után, már jól fogyasztható. Ha valaki szereti a csípőset – tehet hozzá chili olajat, vagy chili pelyhet. Nagyon tartós.

Füstölt sprotni olajban

A fent leírt módon sózott, kimosott, leszárított halakat helyezzük el megfelelő sűrűségű rácsra. Tegyük tíz órára intenzív füstre. Egy napos szellőzés után, a fenti eljárás szerint rakjuk üvegekbe. Míg ezt tesszük – bekapathatunk belőlük egyet-egyét. Így is nagyon finom.

A már érettebb halakat összetörhetjük vajjal. A sardellával vetekedő szendvicskrémek készíthetünk.

Pirchala

A csuhé

Érdekes témával szolgálhatunk, ha valaki még esetleg nem találkozott ezzel a fogalommal, tárggyal.

Talán figyelemfelkeltő lehet ez a beszélgetés. Amikor beérik a kukorica és letörlik ősszel a kukoricacsöveket, vagyis elkezdődik a betakarítás, a kukorica növényen ott marad a kukoricacsövet körülölelő fedőlevél. Ha jól megszárad, nos, ez lesz a csuhé. Régen, amikor még nem gépileg történt a betakarítás, otthon volt a kukoricahántás, kaláka alapon. Esténként sok mesével, huncutkodással, nótázással. Mint Hollósy Simon neves festőnk ezt a Nemzeti Galériában őrzött kiváló festményén be is mutatja nekünk, a látogatóknak.

Szóval, amikor jól kiszáradt a csuhé jó nagy zsákváson derékáljba gyömszölik, jó kényelmesre. Ennek a csuhéval töltött „szalmazsáknak” elődje lehetett a szalmával töltött derékálj. Valószínű azért alakult ki a csuhés változat, mivel a szalma igen hamar elporlad. Az egészet úgy kell elkép-



zelni, mint a mai epedás ágybetétek őst.

Azon a megfáradt emberi test nyugalmat talál. A zizegő kukoricalevelek bársony-dallamára elnyerhetjük a jó kontaktot önmagunkkal. Azt kapjuk, amit várunk. A nyár melegét, a napfényt, a mezei virágok illatát, a kristálytisza oxigén dús levegőt. Lelki simogatást jelenthet mindez mindannyiunknak. Kell ennél több egy jó éjszakához, egy derűs álomhoz? (Nix többé a báránykák számolgotása.)

A natúr természet ölelése biztosítja a békés pihenést. Ezek tudatában nem kell keresgélni a mindenféle reklámozott, fűt-

fát ígérgető műanyag ágybetéteket többé.

Régen azt is hallottuk – és akkortájt biztosra is vették – ha az ifjú pár csuhéval töltött derékáljon élte meg a mézesheteket, akkor hosszú, boldog házasságra számíthatott.

No lámcsak, mennyi csoda mellett élhetünk! Sajnos alig van mód és idő észrevenni ezeket. Inkább mérgeledünk, keserűnk pedig, ha elfogadnánk a természet ajándékait vidámabbak is lehetnének.

Tessék, tessék ki lehet próbálni, hátha jó a megfigyelés.

Azt is a népi hagyomány tartja számon, mint kedves mondást (bár úgy is legyen!) a május a szerelem hónapja.

Valamikor réges régen az itáliai Vergilius arra biztatta a Nagyérdeműt: „Omnia vincit Amor, nos et caedemus Amori”. Ahogy a kisokosomban olvasom a fordítást! „Mindent legyőz a szerelem, szolgáljuk hát mi is Ámort.” Ebben lehet valami. Ezek a latinok pedig tudhattak valamit. Ez tuti. Mégpedig csuhéval is, meg anélkül is.

W. Grass

Még egyszer a magyar kutyafajtákról

A magyar agár

A magyar pásztorkutyák eredetének boncolgatását befejezve most áttérhetünk az őshonos magyar vadászkutyák történetének vizsgálatára. Vadászkutyáink három csoportba oszthatók: agarak (futó vadászkutyák), vizslák (mindenes vadász- és kajtatókutyák), kopók (speciális vadászatok kutyái). Kezdjük a magyar agárral:

Az agarak feltételezhetően a legősibb vadászkutyák. Ezt igazolják az ötezer éves sumér ékszeréken, az egyiptomi falfestményeken talált ábrázolások is. Sokféle vadra használták, nyúlra, rókára, antilopra, szarvasra, farkasra. Szaglása gyengébb, de arra nem is volt szüksége, hiszen orrát a nagy sebesség miatt úgysem használhatta. Látása viszont kiváló, ezért „szemre” dolgozik.

A népvándorlás folyamán az Ázsiából Európa felé özönlő pásztornépek már rendelkeztek agár típusú kutyákkal, melyeket futó vadak elfogására

használtak. A magyar agár ősi változata is ekkor kerülhetett a Kárpát medencébe.

A X–XIV. században a királyi és nemesi udvarok nagy becsben tartották a vadászatoknál használt kopókat, agarakat és sólymokat. Agárd (azaz ahol az agarakat tartották) nevű települést is ekkor alapították.

Mátyás király kitűnő lovas volt és szenvedélyesen szerette az agarakkal történő vadászatot. Ekkor a híres pilisi kopózás mellett virágzott az agarászat is. Agarainak külön szállásuk volt a mai Városliget területén.

A török hódoltság idején néhány keleti agár, így arab agár is került a Kárpát medencébe (pl főúri ajándékként). Ezek javító hatása a hazai állományra vitathatatlan, hiszen minden mai agár fajtát az egykori egyiptomi agártól származtatnak.

Az agarászat a későbbiekben is nagyon népszerű volt a nemesség körében, egyben nemesi kiváltságos is jelentett.



Több vármegyében a köznép számára tilos volt agarat tartani. Nehezebb, erősebb fajtátípusát farkasra, vaddisznóra, míg könnyebb, fordulékonyabb típusát nyúlra használták. A futó agarat a vadászok lóháton kísérték, egyrészt hogy az elejtett vadat széjjel ne tépje, másrészt hogy segítségére siethessenek, ha esetleg bajba kerül.

A XVIII–XIX. század volt a hazai agarászat aranykora. Széchenyi István kezdeményezésére sorra alakultak az agár egyletek, melyek sok embert megmozgató rendezvényei (gyakran száz lovas vágatott az agarak mögött) kitűnő alkalmat nyújtottak politikai összejövetelekhez, ahol a haza állapotát vitatták meg. Egy korabeli vadászlap szerint minden birtokon, minden uradalomban ott voltak az agarak, hiszen ebben

az időben ez volt a magyarok „nemzeti kutyája”.

A mezőgazdaság fejlődésével a lovas agarászat egyre szűkebb területre korlátozódott. Az agár használata a tényleges vadászatról inkább a versenypályákra tolódott. Az angol telivér lovak importjával együtt megjelentek az angol agarak is. A magyar agár jellegzetesen terepagár volt, míg az angol agár versenyagár. Az angol mintára megváltoztatott versenyszabályok az Angliából importált agarakat juttatták előnyhöz, mivel azok rövidtávon gyorsabbak voltak. A tömeges keresztezések eredményeként a magyar agár átalakult, sok tekintetben angol jelegűvé változott. Bár gyengébb, fáradékonyabb és sérülékenyebb lett, viszont fordulékonyasága, gyorsasága növekedett, ezáltal növekedtek az esélyei a versenypályán.

Szervezett tenyésztése a múlt század 60-as éveiben kezdődhetett meg újra néhány Szabolcs-Szatmár megyében föllelt, vadorzásra használt eredeti egyed bevonásával.

Hódosi József
FCI nemzetközi küllembíró

Egyperces gyakorlatok a kutyával

A JÁRDÁZÁS TANÍTÁSA – 1. RÉSZ

Egy városi kutya számára nagyon fontos dolog a járdánál való megállás, hiszen az élete múlik rajta. Ám a kutyák világában nem szokás a járdánál megállni – a természetben maga a járda sem létezik –, a szabály megtanítása tehát az ember feladata és kötelessége. Ennek az elméleti alapvetése következik az alábbiakban.

Számunkra teljesen hétköznapi viselkedés, hogy a forgalmas úttest helyett a járdát választjuk a sétához. De nem így van ezzel a kutya! Hogy ezt megértsük és átérizzük, egy pillanatra képzeljük bele magunkat: milyen lenne, ha egy életveszélyes mocsárvidéken sétálnánk, ahol egyetlen rossz lépésünk is végzetes lehet, hiszen ha elsüllyedünk, nincs menekvés. Nem tudjuk, hová lépünk, merre is induljunk. A kutya számára ezt jelenti a város, és a túlélést biztosító járdaszabályt – azaz az ösvényt a mocsárban – a mi dolgunk megtanítani neki.

Gondolkodjunk kutyául!

Nézzük tényszerűen a dolgokat! Mi a járda? Nem más, mint egy 10–25 cm-es magasságkülönbség a talajon. Nekünk erre a „képződményre” kell a kutya figyelmét összpontosítanunk. Ez nem köny-

nyú, hiszen olyan dologról van szó, ami a számára teljesen közömbös. Az utcai séta során, a sok információban érdektelen számára az a magasságkülönbség, amit a járda jelent.

Középpont és periféria

A kutya figyelme megosztott. Ugyan ragadozó, de préda is válhat belőle bármikor, ezért folyamatosan figyelemmel kell kísérnie a környezetét. Vannak dolgok, amelyekre élesen koncentrálnak, ezek vannak a figyelme középpontjában. Ugyanakkor van egy másodrangú figyelme, és az itt tapasztaltak a perifériás észleléséhez tartoznak. Ezért amennyiben mi úgy tanítjuk a kutyának a járdaszabályt, hogy leültetjük őt a járda szélén, akkor ez perifériás járdázás lesz, mert a kutya figyelmének középpontjába az ültetés kerül. Természetesen a járda is szerepet kap, de csak is másodrangú elemként. Amikor a gazdi elindul és hívja a kutyát, ismét egy másik dolog lesz fókuszban: a behívás. A járda megint csak sokdrangú. Ettől függetlenül véleményem szerint alapos, precíz gyakorlással így is meg lehet tanítani a kutyának a járdaszabályt, de korántsem olyan lényegre törően, mint amikor maga a járda kerül a figyelem fókuszába.

Koncentrált figyelem

Ezért én olyan technikát alkalmazok, ahol a járda kapja a főszerepet. Így a kutya akkor is tökéletes biztonsággal fog megállni a járdánál, ha éppen kergetőzik a többiekkel, vagy ha kigurul az úttestre a labdája, vagy a másik oldalon meglát egy macskát. Sőt, olyankor is képes lesz megállni, ha a gazdi még messze van, a kutya pedig egyedül ér a járdához, ezért önállóan kell azt felismernie, figyelembe vennie és döntenie róla.

Tehát hogyan tanítom a járdázást? A séta során keresek olyan járdaszakaszokat, ahol a forgalomtól védettek vagyunk – például két parkoló autó között –, mert ezek alkalmasak a gyakorlásra. Nem ültem le a kutyát, hanem lelépek a járdáról a kutyával együtt, és a helyre küldés technikájával letről, az úttestről viszem vissza a kutyát a járdára. Ezt naponta több helyszínen 3x4-es ismétléses rendszerben kezdem gyakorolni. A lényeg, hogy eljussak odáig, hogy a kutya csak akkor lépjen le a járdáról, ha meghallja a feloldó vezényszót.

Innen folytatjuk!

Rózsa Péter
a Szivárvány kutyaiskola alapító
oktatója

Lassan eltelt az első iskolai év...

Gyorsan elrepült nyolc hónap. A szeptemberben tévoa óvodás léptekkel jött elsősök májusra már iskolásként mozognak az épületben.

Nagyon sok tudás került a birtokukba. Megtanultak betűt vetni. Milyen szép kifejezés! Betűvetés- képesek leírni a gondolataikat, amikből később kerekedhet valami. Megtanultak tehát írni, olvasni. Írástudó emberekké váltak.

Megtanultak rutinosan mozogni a húszas számkörben- a számolás alapjait sajátították el: kisebb, nagyobb, több, kevesebb, összeadás, kivonás, pótlás. Hosszabb, rövidebb, könnyebb, nehezebb- elkezdtek a mértékegységeket tanulgatni. Nem maradt ki az időben tájékozódás: órák, napok, hetek, hónapok nevei.

Megtanultak festeni, színeket használni, képesek mondókákat, verseket szavalni, énekeket, népi játékokat dalolni, játszani.

Belejöttek a vágásba, ragasztásba, maguk után elpakolásba.

Megtanultak gondoskodni a gyengébbekről, ki adott ma enni a halaknak?

Megtanulták, hogy egy közösség részei. Szeretetlen elviseljük egymást- mert vannak nehezebb időszakai mindenkinek, de mivel a közösség része, ilyenkor mellé állunk és segítjük. Megtanulták, hogy délután a szabad játékidő alatt szabadon dönthetnek, hogy kivel és mit játszanak. Kivel barátkoznak, kit fogadnak a bizalmukba. Kinek bocsátanak meg. Hogyan tudják késleltetni a vágyaikat, én már ennék, de még nincs itt az uzsonnaidő és csak miattam nem megyünk be a terembe. Megtanultak összefogni. Ha valamit el szeretnének érni, együtt erősebbek vagyunk. Megtanulták, hogy egy nagyobb közösségnek a részei- iskolai ünnepélyekkor óvatosan körbe lehet sandítani a tornateremben:



tehát ennyien vagyunk, erdőaljas diákok. A vezetőnk az Árpi bácsi. Ő mondja, mikor van az ünnepély vége, mikor lehet tapsolni. És a magyar népnek is a részei vagyunk, együtt énekeljük a Himnuszot és a Szózatot. Szurkolunk a forradalmainknak, akkor is, ha általában nem vidám a történet vége. Akkor is büszkéek vagyunk a mesélés közben. Ahogy vágattunk és ahogy jók voltunk, azt nem mindenki tudja utánunk csinálni!

Megtanultak a Mezőtlábi réten játszani, pontosan ugyanúgy, ahogy ezer éve játszanak a gyerekek. Csapatokban építeni, gyűjtögetni, alkotni. Micsoda kreatív dolgok készültek! Híd, kunyhó, bunker. Ahova jó bekucorodni együtt. Jó beszélgetni benne. Jó megcsinálni, kigondolni.

Megtanultak gyönyörködni. De szép az őszi/téli/tavaszi rét, az erdő, a felhők, a madarak suhanása, éneke. Március elején mi keltettük föl a rétet, Süss fel nap, fényes nap, énekeltek teli torokból. A rét fölébredt, nyújtózott, sóhajtott egyet és elmosolyodott.

Megtanultak elképzelni történeteket, mi minden lehetséges az erdőben, hiszen farkasok, rókák, medvék, nyulak népesítik be!

Megtanultak színházban, koncerten figyelni a szépre, érdekesre, igazra, hiszen minden hónapban mentünk előadásra.

Voltunk a Magyar Nemzeti Galériában, ahol nem csak csodálhattuk a képeket, hanem fölmerészkedtünk a restaurátorok számára fenntartott emeletre is és mi is alkottunk. Akril festékkel méghozzá, micsoda színek kerültek a papírra! Készültünk a szülőknek betlehemessel, melyben nyolc ének szerepelt, Palya Beától a Kalákáig, mi mindent tudunk! Ki mertünk állni a szülők és nagyszülők elé nagy hanggal, örömmel. Mennyi minden fért bele ebbe a pár hónapba! Közben minden ruhánkat kinőttünk, kiestek elől a tejfogaink, megizmosodtunk.

Biccentünk a beiratkozó ovisoknak: gyerekek, jó helyetek lesz ebben a jó meleg iskolában!

Mikes Kriszta



A Kiscelli Golgota szoborcsoport restaurátorai Seres János és Szőnyi Endre művészek húsvéti ünnepek előtt eredeti színre varázolták a bezöldült szobrokat. A három éve felújított köfelületek újra bemohásodtak, bár koránt sem annyira, mint tavaly. A több évtizedig kezeletlen, fa alatti köfelületbe ugyanis mélyen begyökerezett a moha, így hiába pusztítjuk el a felszínen, a gyökerek újra kihajtanak. Úgy becsüljük, hogy még két év, míg vége a mohásodásnak, ha az időjárás nem ellenkezik.

Liptay Panni (3. a)

Tavasszal

*Márciusban szép az idő,
Már finoman melengető.
Leveszem a nagy kabátom,
Jaj de jó, hogy már nem fázom!*

*Áprilisban jön az eső
Új termésben bővelkedő
Lassan érik már az eper
Mindegyik a számban hever!*

*Májusban már jól tudom,
Eltelt a tanév, kicsit unom,
Még könyveimet bámulom,
Talán még majd átfutom!*

*Mi tervezzük bátran,
Szüleim a bárban,
Előttünk a nyári szünet,
Júniustól minden jöhet!*

Pőcze Annamária
(3. b osztály)

Tavaszi erdő

*Tavaszi erdőben sok a kis róka,
mamájuk szól: Tízet üt az óra!
Tavaszi erdőben őzek
szaladgálnak,
ha zsenge fűhöz érnek,
kicsit megállnak.
Tavaszi erdőben csicsereg
a rigó,
másoknak kiáltja: Sok a földi jó!
Tavaszi erdő, tavaszi mező,
jó, hogy ilyen sokat termő!*

Palotás Rebeka (5. b osztály)

Az amőba

*Volt egyszer egy amőba,
megéhezett spenótra.
Elindult ám a boltba,
de nem volt spenót, csak sóska.
Szomorkodott az amőba,
hiába vágyott spenótra?
Reménykedett szorongva.
- Biztos, hogy nincs spenót ma?
Rázta fejét a boltos.
- Csak sóska van ma,
az is szutykos.
Belépett valaki a boltba
hóna alatt spenóttal.
Megörült az amőba,
hazaszaladt ujjongva.
nem is figyelt már oda,
ott maradt a spenótja.*

Iskolai hírek

Iskolánk névadójának ünnepét, március 24-én, csütörtökön ültük. Az 5.b osztály kuruc, labanc és népi ruhás előadása Rákóczi-mondákat ölelt fel. A színes díszleteket a gyermekek készítették. Már régóta nagy izgalommal és lelkesedéssel készültek. Külön öröm, hogy idén ismét meghívtuk 50 éve ballagott diáktársainkat. 1967-en végeztek, 46 főt sikerült felkutatnunk. Bár tizenegyen már nem élnek, még Torontó is bejelentkezett. A meghívottak többsége jelenlétével megtisztelte ünnepélyünket. A napot a diákönkormányzat ünnepi gyűlése zárta.

A költészet napját április 11-én, kedden ünnepeltük: József Attila születésnapját a költő megzenésített verseivel köszöntöttük. A tíz perces szünetekben XX. és XXI. századi, tehát többnyire kortárs költemények voltak hallhatók.

Versíró versenyünkre egyéni és csoportos szerzői alkotások is érkeztek. Három hét alatt 36 pályamű érkezett. Arany penna fokozatot érdemelt 15, Ezüst penna oklevelet kapott 14 és Bronz penna minősítésre volt érdemes 7 alkotás. A legjobbakat az aula falújságján olvasták boldogan a szerzők és kedves olvasói. Nagyon örültek saját és ismerőseik alkotásainak. Aki nem találta költeményét a nyilvánosság elé terjesztve, az reklamált. Nagy öröm volt látnunk, hogy ennyire komolyan veszik tanítványaink a lehetőséget, és egymás munkáira is így figyeltek.

A kerületi angol munkanyelvű Öko-versenyen minden mezőnyben részt vettek két-két évfolyamot és a mindkét nemet képviselő csapataink. A 7-8.-osaink: Cseh Janka, Kupa Levente, Molnár Brúnó és Vajgel Maja a III. helyen végeztek.

Hagyományos sportnapunkat idén is az UniCredit Bank támogatta. A húsvéti szünet előtti napon erős nyitással bírő 8.-osaink válogatottja éppen csak, de nyert a pedagógusok röplabdás tagjai ellen.



Április utolsó napjaiban olyan eseményre került sor iskolánkban, melyre még nem volt példa: a Than Károly Óiskola mazzorett csoportja tartott rövid bemutatót. A csoport, mely nem olyan régen alakult, tagjai a bemutató végén meghívókat osztottak a nézőknek iskolájuk Szakmák éjszakája című programjára.

Kádár Eszter



Óhegyért (Pro Óhegy) Díj Köszönöm a díjat

Kedves Egyesületi Tagok, Tisztelt Hegyi Lakótársaink! Sokan emlékezhetnek rá (több, mint 260-en), hogy pár hónappal ezelőtt titkos aláírásgyűjtésbe kezdtünk, miszerint javasoljuk, hogy az ÓHEGY Egyesület elnöke, Felcsuti László kapja idén az Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata által kiírt Óbuda Kultúrájáért Díjat.

Tudomásunkra jutott, hogy csekély az esély, mivel a jelölt értesült a titkos akciónkról és nem támogatta azt. Nem támogatta mert szerény, és mert tervezőirodája élő szerződéses viszonyban áll az Önkormányzattal. Ilyen esetben valóban nem szerencsés a pénzjutalommal is járó elismerés egyik fél részéről sem. Mi az előterjesztéstől elálltunk, de Etelközi Péter barátunk magánemberként benyújtotta a felterjesztést az összegyűjtött aláírásokkal, hogy ezzel is felhívja szándékunkra az Önkormányzat figyelmét.

Ezért magunk - a vezetőség és a lakosok - alapítottuk az Óhegyért díjat, erre az alkalomra, és célzottan Felcsuti Laci számára A díjat meglepetésként és ünnepélyes keretek közt adtuk át április 9-én, az

emléklappal, laudációval, egy kisplasztikával (Dudás Sándor: Csemegi Károly), és a begyűjtött aláírási ívek másolatával együtt.

Kit és mit díjaztunk? Az embert, a teljesítményt, a munkát. Nyugodtan kijelenthetjük, hogy így egyben az egészet. Egy igazi emberbarát, humánus szemléletű, napjainkban ritkáságnak számító reneszánsz embert. Nemcsak az Egyesületben végzett munkájáért (mint tagja, majd annak elnöke), hanem azért, mert szemléletet a közösség tagjai között is terjeszti.

Miért különleges ez a díj? Különleges, mert csak egyszer került átadásra, és mert egy különleges ember kapta. Sablonosnak tűnhet, de minden egyes részében igaz. Ezt a díjat az a személy kapta, aki kiváló közösségépítő tevékenységével, 14 éve egyesületi vezetőjeként, elismerésre méltó munkával segíti, az alapítása óta csak a saját erejére támaszkodó Óhegy Egyesület fejlődését, hírnevének öregbítését, és színesíti lakóközösségünk életét.

*Várkonyi Beáta
az Elnökség tagja
hegyvidéki lakos*

Az aláírásokról már az utcán hallottam, az „Óhegyért Díj” valóban nagy meglepetés volt. Különösen, hogy azt egy születésnapnak álcázott ünnepélyes összejövetelen tudtam meg, illetve kaptam meg.

Köszönöm! – a meglepődéstől, zavaromban akkor szólni sem tudtam. Most, néhány nap után, kicsit megnyugodva, könnyebb.

Megtisztelő volt számomra a több, mint 260 hegyi hegyvidéki lakos aláírása, a kitüntetett díj és plakett. Ráadásul többen feláldozva vasárnap délutánjukat képesek voltak közösen, közös akarattal kinyilvánítani köszönetüket, többen azt versbe is foglalták. Ez a közös és egyetértő akarat megnyilvánulása sokat jelent számomra.

Ugyanakkor zavarba jöttem nagyon, mert a szabad idejüket nem kímélő vezetőségi tagok és hegyi szervezők nélkül nincsen ez a díj. Ezt tudnia kell mindenkinek. Ha van, akkor ez a díj az övéké is. Nélkülük nincs

egyesületi élet. Nem történnek műemlék felújítások, nélkülük nincsenek hegyi rendezvények, nincsenek Óhgy-napok, nem jön a Mikulás a Virágos-nyeregbe, nincs szüret, nincs autóbuszki-rándulás. Kultúrházzá fejlődött Táborhegyi Népházunkban tőlük van társasági élet, vasárnapi mozi, kiállítás, koncert, családi vasárnap, vannak találkozók, egyáltalán új kapcsolatok, barátok. Nélkülük nincs Alerton klub, Hegyvidéki Sétakör, sőt nélkülük az Óhegy-hírek sem jelenik meg.

Valóban dolgozom, nem is keveset, nem tagadom, de nem szerénykedem. A sok, odaadó, elszánt lélek nélkül nem is léteznék. Nem csak én, hanem az Egyesület sem. Sőt, közösségi élet sem létezne.

Nekem csak ezekkel a gondolatokkal kerek ez a díj, és így volt kerek a születésnapnak álcázott ünnep is. Köszönöm mindannyiótoknak.

Felcsuti László

Helyreigazítás

A legutóbbi, 2017. áprilisi számunk 5. oldalán a „Helyreigazítás” című cikkben az „1948-as hadügyminiszter ... Mészáros Lázár” helyesen „1848-as hadügyminiszter ... Mészáros Lázár”. Az elírásért szíves elnézésüket kérjük.

Szerkesztőség

Forgalomcsillapítás a Hegyvidéken

Az Egyesület Közügyek Munkacsoportja április 27-én ülésén Óbuda-Békásmegyer Városfejlesztő Nonprofit Kft. kommunikációs vezetője, Lukácsházi Gergely, és Berkes Gergely (Lonberg Kft.) tervező tájékoztatták a Táborhegyi Népházban megjelenteket a Hegyvidéken (Remetehegy, Táborhegy, Testvérhegy) várható forgalomcsillapításról, mely megtekinthető a www.obvf.hu/forgalomcsillapitas weboldalon is.

A terv szerint - aminek megvalósulása leghamarabb 2018-ban várható - a terület buszforgalmat is lebonyolító utak által határolt zónákra oszlik. A zónákon belül a forgalomkorlátozás 30-as táblákkal és burkolatba épített küszöbök kihelyezésével történik, valamint a jelenleg is egyirányú utcákon túl további utcák egyirányúsítása is tervezett. Ezek a Perényi út (a Remetehegyi út és a Hortenzia köz között lefele), Máramarosi út (a Remetehegyi út két csatlakozása között lefele), a Jablonka út (Kocsis Sándor út és Jablonka köz között lefele), valamint a Jablonka köz (a Jablonka úttól a Kocsis Sándor út felé).

Általánosságban megfogalmazódott, hogy a rossz minőségű burkolatok miatt a forgalomkorlátozás szükségtelen mindaddig, amíg az utak nincsenek kellő szélességben, kátyúmentes, járható burkolattal kiépítve.

A csaknem három órán át tartó találkozóan a jelenlévők - a tervező és a kommunikációs vezető moderációja mellett, az egyes kérdéseket részletesen megvizsgálva - végül az alábbi javaslatokat tették (északról dél fele):

- sűrűbb forgalomkorlátozást kérnek az Erdőalja úti autóbuszvégállomás és Kocsis Sándor út között;

- kéri a Domoszló útja és Táborhegyi út jelenleg működésképtelen csomópontjának forgalomtechnikai megoldását;

- kéri az Erdőalja lépcső egyirányúsítását az Erdőalja út irányába;

- kérték az Erdőalja út iskola előtti szakaszán az egyirányúsítás megszüntetését. Ezügyben az önkormányzat azt kéri a helyiektől, hogy az iskolával közös álláspontot alakítsanak ki, amelyet ezután az önkormányzat képviselni tud az engedélyező hatóság előtt.

- a Széphegy utca és Zúzmara utca csatlakozásánál az egyenrangú útkereszteződés jelölését;

- a lezárt Királylakai köz megnyitását, a Királylakai út és Máramaros út között;

- nem értettek egyet a Perényi út tervezett egyirányúsításával, és kérték annak törlését;

- javasolják a Remetehegyi út buszvégállomás és a Kolostor utca közti szakaszát zónahatárként tervezni (akár forgalomcsillapítással) és a csatlakozó utcáknál (Perényi köz, Remete köz, Kiscelli köz, Nyereg utca, Toboz utca) elsőbbségadás táblát kihelyezni, a kis utcák torolatainál fekvőrendőroket elhelyezni;

- kéri a Kiscelli köz jelenlegi egyirányúsításának megszüntetését.

A tervező ezeket a javaslatokat megvizsgálja, és ha azok szakmailag is megvalósíthatóak, fedvénytervet készít a meglévő engedély módosításához. A Városfejlesztő kommunikációs vezetője ezen felül azt kérte a jelenlévőktől, hogy amennyiben további javaslataik vannak, azokat az info@obvf.hu címre küldjék meg, lehetőleg minél több érintett által aláírva.

Elhangzottakat lejegyezte:

Felcsuti László

AZ EGYESÜLET HÍREI



„Egynek minden nehéz,
sokaknak
semmi sem lehetetlen”

Tagdíj

Kérjük minden tagtársunkat, rendezze idei tagdíját, utalja el

Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete
11703006-20032630

számlánkra „tagdíj” megjelöléssel, vagy fizesse be személyesen Kiss Katinak a Táborhegyi Népházban szerdánként, 17.30-19 óra között. A tagdíj összege keresőknek 2.000.-Ft, nyugdíjasoknak és diákoknak 1.000.-Ft. Cserébe tagkártyát adunk, mellyel rendezvényeinken kedvezményben részesülnek, és ingyenesen tehetnek fel **apróhirdetést**.

Egyesület Vezetősége

Apróhirdetés

Idősgondozást vállal több éves gyakorlattal rendelkező hölgy otthallással. Tel: 70 702 0947.

Akciós fogászati kezeléseket! Rendelőmben minden fogászati kezelésre, fogpótlás elkészítésére és fogfehérítő kezelésre 25 % kedvezményt biztosítok. Dr. Virág Dániel (cím: 1132 Budapest, Szent István krt. 4. III. em. 1. Tel: 20 522 1700).

Angol tanítás, korrepetálás a Testvérhegyen diplomás tanárnőnél. Tel.: 20-213 1738. Angol, német és magyar tanítás, tolmácsolás és korrepetálás a Testvérhegyen diplomás tanárnőnél. Külföldieknek ügyintézés magyarul. Tel: 20-375 8877.

Bútorclinika a Hegyen! Mindenféle bútor javítása, felújítása, antik és stílbútorok szakszerű restaurálása! Tel: 388 2464, vagy 30-845 6186.

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**

Közgyűlési beszámoló

Az Egyesület megtartotta a 2017. évi rendes közgyűlését, amelyen a tagok jóváhagyták a 2016. év gazdálkodásáról szóló jelentést, és a közhasznúsági jelentést, valamint a 2017. év gazdálkodásának tervezetét.

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. Megvalósította Óbuda fejlődését meghatározó téglagyártást bemutató „Belső-óbudai téglagyárak” című állandó helytörténeti kiállítást. Elmúlt évben az Egyesület a Budapest Főváros Önkormányzata, számos vállalkozás és a tagok támogatásával felújította a székház homlokzatát, megszüntetve annak már átvétel óta meglévő rossz állapotát.

A közgyűlés Elnökségi tagnak választotta László Saroltát és Tóth Gyöngyit, olvasóinknak őket következő számainkban bemutatjuk.

Közhasznú Egyesületünk a 2017. március 31-i nyilvántartás szerint a tagok száma 368 fő, tagdíjat befizette 130 fő. Az Egyesület elmúlt évben egy közérdekű önkéntest foglalkoztatott, valamint két középiskolával szerződés kötött, a diákjaik számára előírt „közösségi szolgálat”

teljesítésére. Ennek alapján a diákok több alkalommal résztvettek az egyesületi rendezvények lebonyolításában.

Az Egyesület 2016 évi eredményei nem jöhettek volna létre az Elnökség minden egyes tagjának és segítőinek önként vállalt, térítésmentes munkája nélkül, akik azt szabad idejükben, saját telefonjikkal, gépkocsijuk használatával folyamatosan végzik.

Az Egyesület tevékenységét sikeres pályázatok eredményeként támogatta a Nemzeti Együttműködési Alap, Óbuda-Békásmegyér Önkormányzata, valamint pénzügyi adományaival segítette számos vállalkozás és egyesületi tag, fedezte a tagdíjakból, az 1%-ból és rendezvények belépőiből származó bevételek. Az Óhegy-hírek megjelenéséhez hirdetésekkel hozzájárultak a hirdető, és jelentős támogatásban részesítette a Nemzeti Együttműködési Alap.

Összefoglalva elmondható azonban, hogy működésünk stabilitása érdekében továbbra is szigorúan takarékoskodni kell, a rendezvényeket önköltségessé tenni, az Óhegy-hírek hirdetési bevételeit pedig növelni kell.

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

Felcsuti László

Állandó programok a Táborhegyi Népházban

1037 Budapest, Toronya u. 33.

Hatha Jóga - Balázs E.	h., 18:15-19:45, cs. 18:45-20:15
Kismama jóga	8:15- 9:45, p. 15:00-16:30
Kismama torna	h. 17:00-18:00, sze. 11:00-12:00
Gyerekszoba	kedd 10:00-12:00
Lelki Egészség-őrző Klub	k. páros 19:00-21:00
Mozgásfejlesztő kreatív tánc és balett (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
Kismama klub	páros p. 11:00-12:30
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

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. Bejárat a Népház udvaráról.

HEGYVIDÉKIEK INGATLANIRODÁJA

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

ÓBUDALUX INGATLANIRODA



Forster Judit
irodavezető-építész

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

TESTVÉRHEGY
TÁBORHEGY
REMETEHEGY
MÁTYÁSHEGY
ARANYHEGY
ÜRÖMHEGY



1037 Budapest,
Erdőalja út 46.

E-mail: obudalux@oi.hu

HÍVJON BIZALOMMAL!
06 30 696 6969

www.obudalux.hu | www.obudaihegyvidek.hu

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.sagimagdi ingatlan.com



A szervezet tavaszi nagytakarítása

Szervezetünk belsőleg is tisztításra szorul, rendszeresen el kell távolítani a bekerült mérgeanyagokat, hiszen ezek erőteljesen károsítják szervezetünket.



Clean 9 összeállításunk egy kilenc napos program során megtisztítja szervezetünket az ártalmas tartósítószerektől és más vegyi anyagoktól, miközben a lerakódott zsírpárnák elégetését is megindítja.

Bővebb információ és megrendelés: 06 70 325 3416

HOLISZTIKUS KOZMETIKA

SZEMÉLYRE SZABOTT KEZELÉSI PROGRAMMAL,
ADRIENNE FELLER ÉS PANAROM TERMÉKEKKEL

Farkas Timi 06 20 936 3218

Gyógymasszázs, gerincterápia

Volenszki Tímea 06 20 491 1844

Kéz- és lábápolás

Esztétikai és gyógypedikűr
Csizmás Fruzsina 06 20 284 8818

AromaBeauty Szépségszalon

1031 Bp., Torma Károly u. 13. [f](https://www.facebook.com/obuda.aromaszepseg) obuda.aromaszepseg

KISMAMATORNA, KISMAMAJÓGA, KISMAMAKLUB

„BABÁZNI JÓ”

Mama Relax Stúdió

Facebook: Mama Relax Stúdió
www.mrsobuda.hu

E-mail: mrsobuda@gmail.com

Telefon: 242 2867

(Részletek olvashatók az 5. oldalon)



Buda
ENTERTAINMENT & GASTRO
1036. Bp. Bécsi út 38-44

NAGYOBB HELYEN, SZÉLESEBB VÁLASZTÉKKAL VÁRJUK
MINDEN RÉGI ÉS ÚJ VÁSÁRLÓNKAT!

A Buda Entertainment&Gastro-ban
(volt Új Udvar) nagyobb területén, szélesebb
választékkal várjuk minden régi és új vásárlónkat!

- Bio Kávé
- Bio-, vegán-,
és paleo szendvicsek,
sütemények
- Vitaminok,
táplálékkiegészítők
- Naturkozmetikumok
- Bio-, és reformélelmiszerek
- Öko tisztítószer

☎: +36 30 620 4654

🏠: 1036 Bp., Bécsi út 38-44.

✉ lotuszbiobolt@gmail.com

[f](https://www.facebook.com/lotuszbiobolt.obuda) lotuszbiobolt.obuda

🌐 www.lotuszbiobolt.com