



ÓHEGY-HÍREK

ÓBUDA HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK LAPJA • XXII. ÉVFOLYAM 10. SZÁM • 2017. DECEMBER

Kínai gerinctorna bemutató

a Táborhegyi Népházban,
december 9-én, szombaton

10:00 – kínai gerinctorna

11:30 - Lábdoktor orvosi eszköz
bemutatása

Részvétel ingyenes

(Részletek az 3. oldalon)

XVII. Dezső halála

Disznótör a Táborhegyi Népházban.

2018. január 27-én,
szombaton, 7:00 órától.

Disznótörös vacsora 18:00 órától.

(Részletek a 9. oldalon)

Angol nyelvű társalgási kör

Téli szünet után,
Valentin napon újra indul

2018. február 14-én,
szerdán 19:00 órákor,
Dónal Ó Néill vezetésével.

Vasárnapi mozi

Miguel Courtois: A farkas /2004/
2017. december 10. vasárnap, 17.00 órákor

John Hillcoat: Fékezhetetlen /2012
2018. január 7. vasárnap, 17.00 órákor

Joel Coen: A halál keresztútján /1990/
2018. január 21. vasárnap, 17.00 órákor

Programok

A Mikulás a Népházban	december 3. v. 10.00
Mikulás a Virágos-nyeregben	december 3. v. 16.00
Karácsony Szentföldön	december 8. p. 18.15
Adventi túra	december 9. szo. 9.30
Kínai gerinctorna bemutató	december 9. szo. 10.00
Vasárnapi mozi	december 10. v. 17.00
Vasárnapi mozi	január 7. v. 17.00
Vasárnapi mozi	január 21. v. 17.00
Disznótör	január 27. szo. 7.00
Állandó programok	9. oldalon

A következő lap megjelenésének időpontja:
2018. február 1.



Jön a Mikulás

december 3-án, vasárnap

Délelőtt 10.00 órákor a

Táborhegyi Népházba,
(a kicsiny gyermekekhez)

délután 16.00 órákor a

Virágos-nyeregbe.

(Részletek a 3. oldalon)

Adventi túra

a gercsei templomhoz
december 9-én 9:30-kor

a Viharhegyi út/Erdőalja út
találkozásától indulva

(Részletek az 5. oldalon)

Hegyvidéki Séta-Kör

minden szombaton,
9:30-tól 11:00 óráig.

(december 23-án szünet)

Karácsony a Szentföldön

Mihályfi Márta
néprajzkutató előadása

december 8-án,
pénteken 18:15-kor
a Táborhegyi Népházban

(Részletek a 3. oldalon)

A ház előtti szép karácsonyi díszkivilágítást köszönjük Ort Noéminak és Tislér Tibornak



Szeretettel kívánunk boldog,
békés Karácsonyt
minden kedves olvasónknak, szomszédunknak!

Nem kell mindig világmegváltó dolgokról beszélni

Varga Mihály országgyűlési képviselők évek óta rendszeres vendég rendezvényeinken, most interjút is adott. Családjáról, finom süteményről, a gyereknevelésről is beszélt lapunknak.

- Régóta visszatérő vendég egyesületünk rendezvényein. Számunkra ez megtiszteltetés. Hogyan tud ezekre időt szakítani miniszteri és képviselői feladatai mellett, nem beszélve róla, hogy négygyermekes családapa?

Régi mondás, hogy aki azt csinálja, amit szeret, annak nem kell dolgoznia. Ezeket a találkozásokat én is örömmel várom, ha hívnak, szívesen jövök. A nagyobb közösség az ilyen, kisebb közösségekből épül fel, ezért igyekszem az Óhegy Egyesület lelkes csapatát is támogatni. Szülőként tudom, mit jelent egy látszólag egyszerű rajzkiállítás. Ha tudom, igyekszem a családtagjaimat is elvinni a programokra, mert nekik is lehetőség egy kulturális, művészeti, vagy szórakoztató kapcsolódásra, én pedig együtt lehetek velük. Például Samu fiam mai napig emlegeti a legutóbb Békásmegyer-Ófaluban együtt látott Vitéz János bábelőadást, és várja a következő alkalmat.

- Milyen benyomásai vannak a rendezvényeken megismert emberekről? Alakultak-e ki kapcsolatok a látogatások alkalmával?

Minden közösségen belül megvan az a csapat, aki az ügyeket viszi, a rendezvényeket szervezi, ennek megfelelően alakult ki kapcsolat Felcsuti Lászlóval, munkatársaival: Dórával, Raffinger Évával, a Novath házaspárral és másokkal. Van egy hölgy, Ibolya, aki finom süteményeket süt, a kapcsolatunk egyoldalú, mert ha megkínál, veszek és megesszem a sütijét. De ez így van jól, nem kell mindig világmegváltó dolgokról beszélni.

- Tudja-e munkájában hasznosítani az itt hallott információkat?

Igen. Amikor beszélgetünk, sokszor kiderül, kinek mi a fontos, éppen mi foglalkoztatja. Ha ez kapcsolódik a munkámhoz, azzal csak segítünk egymásnak. Például azt, hogy hol lenne szükség játszótérre a Táborhegyen, azt az itt élő anyukák tudják a legjobban, nem máshol kell kitalálni. Gyermekkoromban nagyszüleimnél sokat voltam, mai napig szeretek idősekkel beszélgetni. Élettapasztalatuk, hogy már bizonyos kérdéseket kellő távolságból tudnak szemlélni, hitelesíti véleményüket.

- Hogy mi van a politikában, azt látjuk a TV-ben, de a családi életéről annál kevesebbet hallunk.

Két egyetemista lányom, egy gimnazista és egy óvodás fiam van. Feleséggel egyszerű, de határozott nevelési elveket követünk. Fontos a tanulás, a közösségi programok, de az otthoni feladatok teljesítése is. A gyerekeinket próbáljuk óvatosan abba az irányba terelni, amit képességeik és tudá-



Kis idő, és Samu is megnő

suk alapján megfelelőnek látunk. A legifjabb gyermek Samu, négy és fél éves, de ez nem akadály annak, hogy sokszor a családi élet középpontja legyen.

Szerkesztette: Varga Szabi



Legutóbbi disznótoron

Csak az ő segítségükkel

Az „Építs robotot!” szakkör nyílt napja

November 11-én tartotta első nyílt napját az „Építs robotot!” szakkör a Táborhegyi Népházban. A szülők érdeklődése és robotépítési aktivitása minden várakozásunkat felülmúlta. Örömmel tapasztaltuk, ahogy a 10-12 éves lurkók egy önfeledt családi játék keretében segítik át szüleiket a robotépítési és robotprogramozás nehézségein.

Kezdeményezésünk számunkra bizonyítja, hogy míg a digitális korszakba történő átmenet a mai általános iskolás gyermekeink számára természetes folyamat, addig mi, mai

felnőttek, csak az ő segítségükkel fogunk tudni alkalmazkodni a változó világhoz.

Jövőre ugyanitt újabb nyílt nappal jelentkezik a szakkör. Azokat a gyerekeket, akik addig is élőben szeretnék kipróbálni magukat és vállalják a kihívásokat, szombatonként 9:00-11:00 között várjuk „Építs robotot!” szakkörünkre. Jelentkezés az alábbi e-mail címen.

Gyere te is!

Matyi Sándor
Provektor Alapítvány
info@provektor.hu



Kínai gerinctorna

December 1-től péntekenként
18:00-19:30 között
a Táborhegyi Népházban
(1037 Bp., Toronya utca 33.)

Bemutató december 9-én, szombaton
10:00 – 11:30 kínai gerinctorna
11:30 – 12:30 NugaBest lábdoktor
orvosi eszköz bemutatása

Bemutatón a részvételi díj ingyenes

A kínai gerinctorna (WuShuang DaoYin) egy olyan ősi, kínai mozgásformákból összeállított - egyedülállóan hatékony - gerincgyógyító mozgásrendszer, mely a Hagyományos Kínai Gyógyászat elméleti ismereteit és a több ezer éves kínai gerincgyógyító gyakorlatokat hatékonyan ötvözi a nyugati orvostudomány ismereteivel.

Miért egyedülálló?

- Elméleti háttere megegyezik a Kínai Orvoslás elméleti hátterével
- Kiemelkedő fontosságú a meridián há-
lózat (Jingluo rendszer)
- Nyugati orvoslás funkcionális anató-
miai ismereteire épít (gerincanatómia, ge-
rincbetegségek)
- A gyakorlatok a kínai és nyugati or-
voslás elméleti háttérre épülnek fel

Mi a hatása?

A tapasztalatok alapján a gyakorlatok segítségével a nyaki, vállövi fájdalmaktól, gerincpanaszoktól, szenvedők mintegy 80%-a teljesen panaszmentessé válhat. Alkalmas természetesen arra is, ülő foglalkozás végzők, stresszes munkakörülmények között dolgozók egyszerűen és hatékonyan szüntessék meg örökös hátfájdalmukat.

Miben más?

- Különlegessége, amiben eltér minden gerinctornától az 5 elem tanára épülő meridián gyakorlatok.
- A gyakorlatok során a meridián csatornák nyílnak, mely lehetővé teszi a szabadabb chi áramlást.
- A chi kifejezés szélesebb és általánosabb jelentéssel bír. Nemcsak az emberi testben keringő energiát jelenti, hanem vonatkozhat az egyetemes energia típusára, ennek megnyilvánulására, vagy állapotának kifejezésére is.

Mi szükséges hozzá?

Tornaszőnyeg, törölköző, könnyű, kényelmes ruha, szénvasmentes ásványvíz, könnyű takaró a relaxációhoz

Mindenkit szeretettel várók a bemutatón és a foglalkozásokon

Halla Hajnalka
gerincterapeuta
T: 20-772 6780
halla.hajnalka@gmail.com

Jön a Mikulás!

December 3-án, vasárnap

Jön tehát a Mikulás a Táborhegyre is, és a Virágos-nyeregbe is! A kicsiny gyermekek délelőtt 10 órától közös énekléssel várják a Mikulást, akivel beszélgethetnek, szavalhatnak - a helyszín: a Táborhegyi Népház fűtött nagyterme. A nagyobbak pedig 16.00 órakor a Virágos-nyeregben, tábornút mellett várják majd a lovon érkező Mikulást. Akik közösen szeretnének felsétálni a nyeregbe, azokat 15.15-kor várjuk az Erdőalja úti buszvégállomáson. Mindenki hozzon magával lámpát, meleg ruhát és alkalmas cipőt. Mi nagyon készülünk a Mikulás fogadására, majd húszan vigyázunk, hogy el ne tévedjen. Reméljük, sokan eljönnek majd.

A mikulásjegyeket a lap megjelenésekor talán még lehet kapni az Erdőalja úti ABC-ben, és a Táborhegyi Népházban Gáspár Tibortól. A jegy magában foglalja a Mikulás csomagot is a részt vevő gyermek számára.

Reméljük, az előrejelzések pontosak, miszerint fent a nyeregben nem lesz rossz idő. Hideg ellen kínálunk forró teát, forralt bort, aki pedig megéhezik, az a rendezvényünket támogató, Vörösvári úti Pizza Paradicsom étterem kínálatát kóstolhatja.

Minden kis és nagy gyermeket, felnőttet és családot szeretettel vár

az Egyesület Vezetősége

Karácsony a Szentföldön

Mihályfi Márta néprajzkutató előadása

December 8-án, pénteken 18:15-kor a Táborhegyi Népházban

Az előadásban hallhatunk a szent városokhoz kapcsolódó bibliai történetekről és a legfontosabb keresztény szent helyekről. Karácsony ünnepére készülve megismerhetjük a Születés Templomának történetét, a barlang és a templom szimbolikáját és a római katolikus, görög és örmény karácsonyi ünneplést.

Mihályfi Márta tizenöt hónapot élt a Szentföldön. A hosszú idő alatt megismerte a keresztény, zsidó és iszlám val-

lás szent helyeit, részt vett a legnagyobb ünnepeken és betekintett a kisváros mai, modern világába, a családok mindennapi életébe, ünnepeibe. A jeles néprajzkutató megélt élményeit mutatja be nekünk sok színes képpel, érdekes, tanulságos történetekkel. Szeretettel várunk minden érdeklődőt:

Papp Éva
Magunk Ura Alapítvány
www.magunk-ura.hu



Novemberi móka: Számos játék várta a gyerekeket a családi vasárnapon. Olykor nehéz, elgondolkodtató a feladatot is kaptak, de Csomor Kata átsegítette őket a nehézségeken, aminek végül sikerélmény lett a következménye, és amit örömjongással háláltak meg.

Mi fán terem a szaloncukor?

Talán, hogy a címben olvasható képzavart tovább fokozzuk, válaszoljunk rá: természetesen a karácsonyfán terem. Persze ezzel a válasszal, csak a gyermeki fantáziát és a velejáráó kíváncsiságot szokták a mindig elfoglalt szülők kielégíteni. A történet ennél kacifántosabb.

A Szentestére gondosan felállított és aprólékosan feldíszített karácsonyfa története, ugyanis igen hosszú utat tett meg, amíg a valamikori termékenység jelképéből (értsd: életfa, amely a legtöbb ősi kultúrában fellelhető) ünnepi kellék lett. Ugyan a keresztény világban december 24-én a Megváltó születését ünneplik, a fa, mégis valahol megőrizte ezt az ősi jelentéstartalmát. A protestáns németek által elterjesztett karácsonyfaállítás és díszítés (16-17. század) szokása, az 1820-as években jelent meg Magyarországon. Főleg nemesi családok körében vált kedves szokássá (pl. a Brunszvik és a Podmaniczky családok). Kezdetben ezen helyeken is főleg valamilyen édességet vagy valamilyen élelmiszer-alapanyagból készített dísz akasztottak a fára. Tehát nem csillogó díszeket, amelyek a két világháború között terjedtek el igazán, hanem egyszerű mézeskalács és cukorka dekorációt. Ezen a ponton válik érdekessé a magyar szaloncukor genezise.

Tudniillik, mi magyarok is adtunk valamit ehhez az ünnep-



hez, még ha nem is a legegészségesebbet. Ennek a speciális (sőt, tematikus és időspecifikus) édességnek az archetípusa, a 14. századi francia földről ered, ahol megalkották az „öscukorkát”. Évszázadok múlva, német cukrászmesterek továbbfejlesztették a készítését, amelyben persze nagy szerepe volt Amerika felfedezésének (alapanyagok tekintetében), és általuk érkezett meg a termék és az ötlet hazánkban. A 19. század végére, már tökéletesen ismerték a szakavatott cukrászok a

cukor csaknem minden tulajdonosságát és el tudták készíteni minden cukorka modernkori alapján, a fondant. Ennek készítéséhez (figyelem, otthon ne próbáljuk ki, mert nagyon veszélyes) a cukrot 90 °C-ra melegítik, majd formázzák, gyúrnák. Mielőtt gépesítették volna, Magyarországon is otthon, háztartásokban készítették karácsony előtt a szaloncukrot, majd csomagolták és tették a fára. Ám voltak olyan honfitársaink, akiknek (főleg üzleti érdekből) kevésnek bizonyult, hogy a sze-

rencsétlen cukrászinasok, egész decemberben, kora hajnaltól késő estig melegítették, öntötték, formázták, hűtötték és csomagolták a cukorkákat az ünnepre való tekintettel.

A 19. század végén, olyan hazai cukrász nagyjágyuk, mint Gerbeaud Emil, Stühmer Frigyes és a gasztro-cézár, Gundel János forradalmasították a szaloncukor készítését. Az addigi lassú és macerás gyártást (a forró cukormasszát ízesítették, majd rizsliszttel megszórta formákba töltötték, csomagolták) modernizálták, felhasználva erre a nemes célra a gőzgépek adta lehetőséget. A már említett Stühmer úr ugyanis vásárolt (horribilis összegért) egy gőzüzemű fondantkészítő gépet és ezzel új korszakába repítette a szaloncukrot. A gyára, amely a mai Szentkirály utcában állt, nem győzte karácsony előtt teljesíteni a megrendeléseket, miközben folyamatosan kísérleteztek új alapanyagokkal és ízesítésekkel. A szaloncukor, mint a karácsonyfa elhagyhatatlan kelléke, először csak Magyarországon terjedt el ilyen formában (Felvidékre és Erdélybe is csak később vált általánossá), majd a piac törvényeinek megfelelően, megkezdte hódítását.

A szaloncukrot azonban nemcsak az íze teszi ünnepivé, hanem a külsője is, a színes és zörgő, rojtos sztaniolpapír, amely még akkor a karácsonyfa díszé, amikor már kiették belőle az édességet, majd gondosan visszahajtogatták.

Horváth Péter

A lappföldi Mikulás

Idén lesz száz éve, hogy 1917. december 6-án Finnország elnyerte függetlenségét az éppen romokban heverő Oroszországtól. Finn barátainkat ismerve, valószínűleg jól megünneplik majd, de ez a nap (december 6.) természetesen másról is híres. Igen, a Mikulásról. Már pedig a finnek, saját bevallásuk szerint is, közel állnak a nagyszakállú, kövérkés, piroszposzsgás bácsihoz, aki nem kis feltűnést keltve szokott rénszarvas szánjával közlekedni (na persze a levegőben). Mondhatnánk azt, hogy ahány kultúra, annyi Mikulás, de ez persze korántsem igaz. December 6-án estére, a keresztény kultúrkörbe tartozó országok zömében, a kisgyerekek gondosan és alaposan kitisztítják csizmacskájukat, vagy cipőcskéiket és várják, hogy a jóságos Mikulás valamilyen ajándékot tegyen bele (ha lehet, akkor sok-sok csokit). Akik „kicsit” rosszak voltak joggal féltnek attól, hogy csak virgács (a büntetés ősi jelképe) kerül a csizmába.

A finnek esetében sokkal mélyebb gyökerei vannak ennek a történetnek. Ők nem Szent Miklóst tisztelik a saját Mikulásukban, hanem az ősi lapp és számi népek mondavilágának, meséinek jóságos figuráját, alakját. Az igazán vicces nevű Joulupukki (így hívják a finn Mikulást) alakja, 1927-ben robbant be a köztudatba, először csak északi barátainknál, nyelvokonunknál. Egy legendás, közismert finn rádiós

mondta be az éterbe, hogy bizony a gyerekek nagy barátja, ott lakik náluk, Lappföldön. Sőt, szerencsére megadta a pontos helyet is, ami örömtelnek mondható, mert Lappföld elég nagy terület, konkrétan 100 ezer km². Tehát állítása szerint, Joulupukki a sarkkörön fekvő Rovaniemi falucskájától, már „csak” 300 km-re lakik, a Fülhegy gyomrában. Vele van felesége, valamint a folyton sürgölődő manók, akik kedvenc rénszarvasai mellett segítik felelősségteljes munkáját. A lakhelye onnan kapta a nevét, mert valóban hasonlít egy nyúlfültre (félreértések elkerülése végett, egy valós helyszínről van szó, Korvatunturi a neve) és mint fül, a Mikulás egész évben hallja, hogyan viselkednek a gyerekek és majdan eszerint jutalmazza őket (Joulupukki nem szokott büntetni, a lapp-számi néprajzban ugyanis létezik egy ellentétje is, aki viszont megbünteti a rosszkedőket). Itt a hegy gyomrában, a sok-sok alagútban csinálják a manók a különböző játékokat. Az utóbbi évtizedekben vált igazán népszerűvé a finn Mikulás a világon, még saját postacíme is van, ahová egész évben lelkesen írnak a gyermekek a Planéta szinte minden zugából, majd lázasan várják a nagy napot, hogy mi lesz a csizmában. A magyar kisdedek is szerencsésnek mondhatják magukat, mert Joulupukki minden évben ellátogat hozzánk, bár a különböző állatvédelmi szabályok miatt nem szeretett rénszarvas szánjával repül hozzánk a távoli Lappföldről, hanem a FinnAir menetrendszerinti járatával. Hiába, halad a korrall.

Horváth Péter

Gercse temploma

Az egykori falu Gercse, már az 1200-as években létezett, de a török időkben teljesen elpusztult. Az utókor számára egyedül temploma maradt meg. A feltárások azt igazolják, hogy Árpád-korból származó, eredetileg román stílusú templom helyén már a római időkben is állt valamilyen épület. A templomot az 1700-as évek elején barokk stílusban helyreállították, és majd 100 évig használták. Körülötte ekkor temető volt. Az elhagyatott és omladozó épületet az Óbudai Polgári Társaság és a Pesthidegkút Alapítvány segítségével Bujdosó Győző építész hozta rendbe, amelyet 1997. augusztus 15-én megáldottak.

forrás: budaipolgar.hu



Adventi túra

*Hegyvidéki Séta – Kőr uticélja
Árpád-kori gercsei templom.*

*Indulás: a Viharhegyi út/Erdőalja út találkozásától,
december 9-én, szombaton 9:30-kor.*

A Hegyvidéki Séta-Kör tagjainak kívánságára, helyismeretünk gyarapítása céljából elgyalogolunk a Csúcs-hegy nyugati lejtő és a Vihar-hegy által körülhatárolt területen fellelhető Árpád-kori, gercsei templomhoz. A templomnál mécseseket gyűjtünk, majd megtekintjük belülről is, ahol megismerkedünk a templom történetével.

A túra teljes hossza kb. 8 km, időtartama kb. 4 óra, köz-

ben lesz egy kis nassolnivaló is. A tempó nem lesz gyors. Túrabot nem szükséges, de túrabakancs és réteges öltözet ajánlott.

Visszaérkezés a 137-es busz Erdőalja úti végállomásához.

Szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt, családokat, barátokat egy jó hangulatú kirándulásra és felfrissülésre. További információ:

*Halmágyi Edit
20-590 2975*

Volt egyszer egy temető

Kiegészítés az Óhegy-hírek 2017. novemberi cikkéhez.

A Szent Kereszt kápolna a temető legfelső útja mellett állt, a Zúzmara lépcsővel egyvonalban. Homlokzata vörös klinkertéglával volt borítva, bejárata a Farkastorki út felé nézett.

Szemben állva a bejárattal, a kápolnától balra Turcsányi „Mágnás” Elza sírköve állt, melyet Schmidt Miksa csináltatott. A relief egy szomorúfűz alatt, ülő nőalakot ábrázolt, melyet Schmidt Miksa a Kiscelli Kastély ablakából távcsövön bármikor láthatott.

A mellette lévő sírok egyiké-

nek sírkőfelirata: „Igert Teréz a kápolna építtetője”. Kissé távolabb három nagyméretű műköpadból kialakított pihenőt építettek.

A kápolna és a sír túlélte a II. világháborút. A kápolnától jobbra, a Táborhegyi út felé eső lejtőn kripták voltak. A temető középső fasorában fakadt egy gyérvízű forrás, télen, a havazás kezdetén, elolvadt körülötte a hó. A kicsorgó víz a Bécsi úti Radl malmot hajtó patak egyik mellékága volt.

Dr. Bókai Bátor



Adventi koszorúkészítés: Számos koszorút készítettek szomszédjaink. Volt, aki asztalára koszorút, volt, aki ajtódísz is készített, gazdagítva otthonát, a család karácsony előtti várakozásának szép időszakát. Köszönet a szervezésért Várkonyi Beának és Zsigmond Áginak.

Ünnepek kutyás szemmel

Közelednek az ünnepek! Sokunknál a kutya családtagnak számít, így karácsonykor igyekszünk kedveskedni neki is, ajándékokkal és finom falatokkal kényeztetjük. A kutyánk egészsége érdekében a következőket azonban vegyük figyelembe. A legfontosabb, amire ügyelnünk kell, hogy a nyírfacukor, vagy más néven xilit súlyosan mérgező a kutyák számára, akár már egyetlen rágógumi lenyelése is halált okozhat! Ezen kívül a csokoládé is ártalmas számukra. Szalancukrot, süteményt, bejglit tehát semmiképp ne adjunk nekik, és figyeljünk oda, hogy a gyerek vagy a nagymama se tegye, főleg, ha utána egyedül hagyjuk otthon, így észre se tudjuk venni a figyelmeztető jeleket.

A karácsonyfát érdemes úgy elhelyezni, akár egy asztalra, hogy a kutya ne érje el. Az üvegömböket pedig semmiképp ne az alsó ágakra akasszuk, mert a blöki könnyen labdának nézheti azokat.

Egy kutya számára az a legszebb ajándék, ha a legértékesebbet, az időnket adjuk neki! Foglalkozunk úgy vele, hogy egy időre csak rá figyelünk, és teljes odaadással a kedvében járunk. Csapjuk össze a tenyerünket, fussunk, cselezzünk, birkózzunk, dögönyözzünk vagy csak gyengéden simogassuk meg. A lényeg, hogy kedves, szeretettel-

jes hangulatban töltsünk el némi időt vele!

A karácsonyt követi a szilveszter, a kutyások réme. Sokan, sok helyen hangoztatták már, de nem lehet elégszer mondani, hogy ilyenkor nagyon vigyázzon mindenki a kutyusára, állataira. A tüzijáték, petárdázás a kutyákban pánik reakciót válthat ki, sokkos állapotba is kerülhetnek, így akár beláthatatlan károkat tehetnek magukban, vagy környezetükben. Ezek a zajok számukra értelmezhetetlenek, és hirtelen, a semmiből jönnek, nem tudnak rájuk felkészülni.

Alapvető, hogy ezen a napon semmiképp ne hagyjuk egyedül a kutyát! Ha nem tudjuk megbízható ismerősre, bízni, akkor inkább mondjunk le a buliról és maradjunk vele otthon. Délelőtt, még a durrogások előtt vigyük ki egy nagy sétára, de szigorúan csak pórázon, mert sajnos a petárdázás már ilyenkor is elkezdődhet. Nyakörv, biléta (rajta a telefonszámunkkal) még akkor is legyen a kutyán, ha csak a kertben van. Az is jó ötlet, ha a nyakörvet körbetekerjük fehér szigetelő szalaggal, és óriási, könnyen leolvasható számokkal ráírjuk a telefonszámunkat. A kertben tartott kutyát erre az egy estére engedjük be a házba! Ha fél a kutyusunk, legyünk mellette, próbáljuk elterelni a figyelmét, játszunk vele jutalomfalat-



tal, ronggyal, labdával, bármivel, ami megnyugtatja kicsit.

A nem kutyásokat pedig mindenképpen arra kérjük, hogy úgy ünnepeljenek, hogy közben gondolnak másokra is. Kutya mellett soha ne dobjon el senki petárdát, mert ezzel akár egész életre szóló

traumát okozhat a négylábúnak! Tartsuk tiszteltetben egymást az év utolsó napján (is)!

Boldog karácsonyt és kellemes új évet kívánunk mindenkinek!

Rózsa Péter,

www.szivarvanykutyaiskola.hu

Babonáság . . .

. . . bolondság, azt írja a Friss Újság - gyermekkorunkban ezt mondóként. Ostobaságnak tartják, ha valaki hisz a babonákban. De azért mindenki lekopogja. Kop-kop-kop, mégpedig háromszor, a balkez közepsőujj bütykével, mert ez a tuti.

Nem vagyunk, babonásak - mondjuk - mégis, ami biztos, az biztos, és bebiztosítjuk magunkat. Ennek is igaza lehet, meg annak is.

Ki tudja? Néha megállunk egy két percre és rácsodálkozunk megtörtént esetekre. No már most, szokatlan történetekre mondják: ha például váratlanul egy kép leesik a falról, vagy széthullik egy antik kristályváza - ez biztos jel volt, és valamiről tudósított. Aki már élete során hallott ezt-azt, valami csak feltűnik ezeken a feltevézéseken.

Tudományos körökből azt is hallani, hogy az emberi test is sugároz ki valamiféle

bioenergiát. Még nem is tudunk róla, de ha veszély fenyeget, ez fokozódhat. Talán ez lehet a megérzés? Új kutatások szerint a bioenergiák legújabb mikroelemeit észlelik a tudósok? Majd kiderül.

Babonáság, ha fontos vizsgák előtt, színesek fellépést megelőzően, esetleg sportverseny előtt bizonyos kabalával indulunk el. Nem is azért, de hátha hasznunkra lesz, ha bevett-szokást gyakorlunk, amivel már egyszer sikerünk volt. Es mi fut át rajtunk, ha valakire, valamire gondolunk éppen és hirtelen tüsszentünk egyet? Csak is az juthat eszünkbe: pozitív a történet, hiszen rá-tüsszentettünk! Aztán, ha csöng a fülünk, jó odafigyelni hol zajlik a „happening”; Mert ugye kiemelten fontos jobb- vagy baloldalon történik a dolog. Egyesek szerint ez is előbbre visz, mivel a jó, a siker következhet vagy épp ellenkezőleg. Ugyanez vonatkozik a szemek viszketésére is. Hát ez remek!

Na és, ha beütjük a könyökünket? Mi a helyzet a váratlan vendég érkezésével? Mert ez a jelzés erre utalna. Itt aztán a jobb

könyök a női látogatóra vonatkozna, míg a bal könyök férfi vendéget ígér! Persze, ha a sérülés, a fájdalom túl erős, gyakran elszóljuk magunkat: csuda vigye akárki is, maradt volna inkább odahaza. Na és még itt van a csuklás is. Jól tudjuk, mi okozza. Viszont rögtön az jön elő, pláne, ha nem akar szünni, ki a búbánat emlegethet?

Búcsúzóul: érettségi tételelem őrangyala, Radnóti Miklós jeles költőnk „Nem tudhatom” című versének csodás sorait idézzük:

*S az iskolába menvén,
A járda peremén,
Hogy ne feleljek aznap,
Egy kőre léptem én ...*

Könnyen eldönthető a világirodalom egyik remekében mit is üzen a zseniális gondolkodó költő-fejedelem.

Nos, hát jól körbejártuk a témakört. Az idő majd mindent kiforr, ha a babonák köztudatban maradnak továbbra is. Legeslegvégül lehetne az egészet játékosan is kezelni, úgymint: HISZI a PISZI.

W.Grass

Iskolai hírek

Örömmel számolunk be arról, hogy első osztályos tanítványaink nagy számban vettek részt az Óhegy Egyesület által meghirdetett környezettakarítási programon, amelyen nem csak jelenlegi, de volt tanítványaink is ott voltak. Rájuk is büszkék vagyunk.

Az őszi szünet utáni héten eredményes papírgyűjtés zajlott az iskolában. Reméljük, hogy a családok tavasszal is hozzák a háztartásaikban, munkahelyeiken addig felgyűlő, újra hasznosítható fehér és színes papírt.

A Bolyai matematika csapatversenyen 3. osztályos tanulóink (Auber Adél, Emőd Maja, Pázmándi Renáta, Szilágyi Réka), a Bűvöskockák ezüstérmet nyertek. Felkészítő tanáruk: Szappanosné Majzik Erika.

A másik Bolyai versenyen, az anyanyelvin is eredményesen szerepeltek csapataink. A 3.-osok Betűfalók (Auber Adél, Gazda Vivien, Pázmándi Renáta, Szilágyi Réka), illetve a hetedikesek Foszló Anorák (Bozóki Afrodité, Csontos Lili, Keményffy Aletta, Szaka Fruzsina) csapata is az első 6 hely valamelyikén végzett. A végleges helyezést majd az eredményhirdetésen tudják meg a csapatok tagjai és felkészítő tanáraik: Juhász Viktória és Szánáné Misuth Zsuzsanna.

November 13. a magyar nyelv napja. Hagyományos vetélkedőnkön a képen látható 27 gyermek versenyzett 5 csoportban. Közmondásainkon és szólásainkon túl érdekes régi szavaink jelentésén is tünődhettek, keresztretjvényeken kívül nyelvtörőkkel is szórakoztatták egymást. A nyelvújítást megidézve Kazinczy tevékenységét is átgondolhatták a tanulók, miközben a zsűri munkáját is megkönnyítették mókás megoldásaikkal.

Álljon itt néhány példa az előző évszázadokból (a PIM központi adattárából), amelyeket Önöknek is, Nyájas Olvasó, a szinonimákkal való játékként előterjesztünk e sorokban, miután nebulóink is sikeresen megküzdöttek velük:

1. möndölöcske csapóajtó
fullajtár feltápászkodik
nyírettyű csúszkál
karabély juh
csomolyodik küldönc
felszentepelődik köpenybe burkolózik
lappancs hegedű
sikondál rövid csövű katonai puska

2. A kanbagoly pénzcserző és a ruhahős étnök a bérszáguldóban szeszélyszikrákat meséltek egymásnak.

Az ódondában a nevelész szemfűlködve bön-gesztte a légtüneménytani könyveket.

Lábszánkózás közben szaladműszeremet törtem, így most sebkóc fedi.

3. A keresztretjvények megfejtésének néhány gyöngyszemét is közreadjuk:

Az első emberpár lakhelye a kiüzetésig (Paradicsom, Éden) helyett: LIDL

Középkori énekmondó (regős) helyett: Regés,

Híreket kikiáltó, utcai árus (rikkancs) helyett: Parketta,

Hosszú szárú, szűrő- és hajító fegyver (dárda) helyett: Kasza,

Közös lónak (túros) a háta helyett: Közös,

Híres népmese gyűjtő Benedek apó: (Elek) helyett: MESE apó

Idős, öreg (koros) helyett: Kóros

Előttünk áll még a Simonyi Zsigmond országos helyesírási és a népdaléneklő verseny, miközben várjuk a Mikulást is a lassan hűlő, deres őszi reggeleken.

Majranek Krisztina:

Évszakok

*Lassan hullanak a levelek
Ősre fordult az idő
Beburkolóznak az emberek
Nyílik már egy esernyő.*

*Az esőcsepp pocolyává nő
Benne a barna levél kis hajó
Letört fa ága, mint apró evező
És kikötőnek a járda való.*

*Csizmák sarka tapossa a sarat
Hideg szél fúj városban, falun,
Ez az idő tavaszig így marad,
S lassan megfagy a víz a tavon.*

*Jégvirág nő az ablakon
A küszöbön ott áll a tél
Hideg-fehéren, csillogón
Havas szakállá földig ér.*

*Recseg-ropog a fagyott világ
A sötétség az uralkodó
És koronáján jég a virág,
Fekete palástján fehér a hó.*

*Apránként olvad a hideg
Csepeg a jégcsap a magasból
Remény tündére hova belibeg
Magokat szór el a tavasztól.*

*Lekerül kiscsizma, nagykabát,
Fagyott arcokra kiül a mosoly,
Melengetően süt a napsugár
Bár a föld még barna, komor.*

*Májusi eső aranyat ér
Tartja a mondás és így igaz
Ébred az élet, hova élér
Varázskézevel a tavasz.*

*Nyomában szorosan ott a nyár
Ölelése forrón perzselő
S ha idejét kitöltötte már
Kabátját az őszenek készíti elő.*

K.E.



Lakodalmi hangulat

a Vasárnapi ebéden

Az ebéd előtt Krzyzewsky Miklós, a fakanálvezető ismertette, hogy miként készült el négy bográcsban a babgulyás, bemutatta, hogy miben különböznek az egyes szakácsok főzetei, mi adta a délelőtti munka nehézségeit, örömeit. Kel-

lemes meglepetés, hogy Rác Andrea területi képviselőnk is eljött, köszöntötte a jelenlévőket, majd országgyűlési képviselőnk minőségi ajándékborait tette az asztalra. Mindenkinek jutott.

Aztán éhezők álltak sorba

tányérjaikkal a bográcsok előtt. Volt, aki csak egy bográcsból merített, abból, amelyiknek leginkább bizalmat szavazott. Voltak, akik több szakács babgulyását is megkóstolták. Lassan csillapodott az éhség, ismerkedtek egymással a hegyoldalról érkező vendégek.

A szentendrei zenészekből álló, Madách Zsuzsa vezette baráti kör, a KOMAKO együttes, pe-

dig alaposan feldobta a hangulatot. Vidám dalokra, operettekre, slágerekre serkentették a jelenlévőket, vagy éppen arra, amire a hangadó társaság vágyott. Aztán Tóth Verona korabeli ruhában táncolt az asztalok között. Nem kellett énekre bízgatni a csapatot. Kis idő és igazi lakodalmi hangulat kerekedett a teremben.

A finom ebéd, a kiváló zene, a vidám társaság, mi kell más?



Fakanalat vezettem

Szent Erzsébet napján vasárnap folytattuk a múlt hónapban megkezdett, és tudatosan tradíciónak szánt bográcsozást, amelynek keretében engem kértek fel arra, hogy adjak egy olyan receptet, amit 3-4 bográcszó társam is követve olyan egytáléltel készítünk, amivel 50-60 vendéget tudunk megebédeltetni. Nem annyira egyszerű a feladat, mint amilyennek látszik. Hiszen a Népház kertje nagyon kellemes, jó hangulat kerekedhet néhány lelkes szakácsjelölt összeállása esetén, de azért nemcsak a hangulatra kellett figyelni, hanem arra is, hogy jó ízeket, és elegendő mennyiséget produkáljunk olyan alapanyagokból, amelyeknek a főzési ideje különböző.

A számomra kezelhetőbb lecsó (virslivel, tojással, sajttal) le lett szavazva így maradt a babgulyás. De a babgulyás füstölt csülök nélkül olyan, mint bajusz csók nélkül, tehát a sertés lapocka mellett a sertés csülök is szükséges kelleke lett a babgulyásnak. Annak érdekében, hogy bizonyosan elkészüljön, megpuhuljon a csülök időben el kellett kezdeni a főzést. Sok előkészületet igényel egy ilyen kaja elkészítése. Hagyma, zöldségek pucolása, aprítása, szalonna kockázása, a hús és a csülök kockázása. Ha egy-

ben tettük volna bele a csülköt (ahogy egyébként kellene) akkor még ma is várnánk, hogy megpuhuljon.

A fakanálvezetőnek elvileg felügyelni kell a többi szakácsot, hogy egyforma módon, ízesítéssel készüljön valamennyi bográcsban az étel. Itt bevallom egy kicsit laza voltam, mert a többi bográcsos olyan felkészült volt és határozott elképzeléssel jött ízesíteni, hogy hagytam őket. Bár mindegyiket megkóstoltam, de hát mit csináljak egyik jobb volt, mint a másik. Volt, amelyik paprikásabb, volt egy kicsit csípősebb változat, és volt, aki szabadabban fűszerezett. Nekem mindegyik ízlett. Ennek aztán az lett az eredménye, hogy a vasárnapi ebéd minden vendége kóstolgatott ebbe is, abba is. Nagyon jól sikerültnek éreztem az összejövetelt. Már főzés alatt is megalapoztuk a hangulatot, hiszen kis pálinka, kis bor azért mindenkinél volt.

Biztosan voltak gyermekbetegségei a rendezvény szervezésének, a főzésnek, de milyen az, ahol minden klappol? Legyen kicsit gyermeteg, egy kicsit amatőr, de legyen hangulata, legyen szeretettel teljes. Hiszen azért csináljuk, hogy a mások is jól érezzék magukat, és ez nekünk, a szakácsoknak is örömet okoz.

Jó étvágyat a következő összejövetelekre is, és aki nem jött el, biztosan szegényebb lett egy kellemes találkozóval.

Krzyzewsky Miklós



AZ EGYESÜLET HÍREI



„Egynek minden nehéz,
sokaknak
semmi sem lehetetlen”

Óhegy-hírek szerkesztése

Talán tapasztalta kedves Olvasónk, hogy idén a lapunkat már nagyobb betűkkel szerkesztettük, ezért olvashatóbb, mint korábban. A forma azonban kevés. Újra megerősödött bennünk a tartalom frissítésének, bővítésének szándéka. Kevés egy ötlet, a Szerkesztőség felé elhangzó igény, kell, aki azt kimunkálja, közölhetővé teszi.

Amit Ön most kezében forgat 8-10 lelkes, többnyire hegylakó barát önként felvállalt munkája, amit szakmájuk, hivatásuk mellett végeznek. Némelyikük szerkesztői feladatokat lát el, vagy éppen képet szerkeszt, van, aki esetenként cikket juttat el hozzánk, újabb és újabb gondolatokkal állnak elő. Úgy gondoljuk, hogy körünk bővülése további gondolatokat, kapcsolatokat eredményezne, még érdekesebbé, változatosabbá tehetné a lapot, Szeretnénk hegyi lakókkal készült riportokkal, közterületeink problémáival, közügyeink megvitatásával, érdekes eseményekkel gazdagítani számainkat, ezzel is támogva olvasóink körét.

Célunk továbbra is Egyesületünk életének bemutatása, a hegyvidék lakosságának közérdekű tájékoztatása, a helyi lakosságot érintő egyéb érdekességekkel fűszerezve, mindig a lokálpatriotizmus fejlesztését szem előtt tartva.

Ha Ön kedvet érez mindehhez, vagy gondolatait szívesen megosztaná velünk, kérjük, jelezze a 30-230 6994 telefonszámon vagy az Egyesület e-mail címén.

Szerkesztők

egyesulet@ohegy.hu

XVII. Dezső halála

Disznótort a Táborhegyi Népházban 2016. január 27-én, szombaton, 7.00 órától

Jövő év januárjában tizenhetedik alkalommal tartunk disznótort. Reggel hétkor kezdünk. Aki részt kíván venni a munkában, az kötenyt és éles kést hozzon magával! A résztvevők - a hagyományhoz igazodóan - reggel pálinkával kezdik a napot, majd a hozott disznó leeresztett vérért pirított hagymán megsütik, és friss kenyérré kenve elfogyasztják. Utána kezdődik a pörzsölés, majd a további munka. Az ebéd orjaleves, toros káposzta. A délután a hurka-kolbász töltésével telik. Este hatig, a vacsora kezdetéig elkészül minden.

Hat órákor jellegzetes disznótortos vacso-

ra lesz, a sült hurka, sült kolbász, hagymás burgonya, vidám hangulatban.

Részvételi jegyek kaphatók január 11-től a Táborhegyi Népházban, valamint az Erdőalja úti és a Domszló újtjai ABC áruházakban. A délelőtti program ára finomságokkal és ebéddel 1500.- Ft. A vacsora ára szintén 1500.- Ft. A gyerekek 10 éves korig mindkét alkalommal 700.-Ft áron vehetnek részt. A résztvevők - ha marad - hurkát, kolbászt vihetnek önköltségi áron.

Mindenkit szeretettel vár

az Egyesület Vezetősége

Állandó programok a Táborhegyi Népházban

1037 Budapest, Toronya u. 33.

MRS - kismama jóga

h. 8:15-9:45

p. 15:00-16:30

h. 10:30-11:15

MRS - dajkáló

h.,cs. 18:15-19:45

Hatha jóga - Balázs E.

17:00-18:00

MRS - kismama tornák.

p. 18:00-19:00

Lelki Egészség-őrző Klubk.

páros 19:00-21:00

Kreatív jazz és szabad tánc (nagyoknak)

k. 17:00-18:00

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

MRS - hordozós klub

szerda 10:00-11:30

MRS - maminbaba

szerda 11:30-12:30

Bridzs klub

sze. 18:00-22:00

MRS Játsszóház

cs. 10:00-12:00

Szabad tánc (kicsiknek)

cs. 15:00-17:45

MRS klub

minden hó 1.p. 10:00-12:00

Gyermekbalett

p. 17:00-18:00

Kínai Gerinctorna

p. 18:00-19:30

Egyesületi iroda nyitva tartása: szerdán 17.00-19.00 h, a hét többi napján előre egyeztetett időpontban, tel.: 404 5380. Gondnok: Gáspár Tibor, tel.: 20-917 0136. Bejárat a Népház udvaráról.

Apróhirdetések

- **Gyermek felügyeletet, ha kell, bejárónői munkát** vállal sokoldalú nyugdíjas nő, csak a kerületben. Telefon: 06-20-436-3033”
- **Idősgondozást vállal** több éves gyakorlattal rendelkező hölgy otthallással. Tel: 70 702 0947.
- **Akciós fogászati kezelések!** 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.

Varga Mihály miniszter, országgyűlési képviselő megbízásából

DR. KÓVÁRI BÉLA ÜGYVÉD INGYENES JOGSEGÉLYT TART

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

MINDEN HÓNAP MÁSODIK CSÜTÖRTÖKÉN 18-20 ÓRAIG.

Bejelentkezés nem szükséges. További információ a +36-20-200 0017 telefonszámon

ÓHEGY-HÍREK

HAVILAP (MKM 226.674/1998)

Kiadja: Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete,

1037 Bp., Toronya u. 33. Tel.: 30-230 6994

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

Felölös 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**

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

ÓBUDA-HEGYVIDÉK INGATLANIRODA



*Kellemes
Karácsonyi Ünnepeket
és Boldog Békés
Új Esztendőt kívánok!*



Sági Magdolna
Ingatlanbróker



Iroda: 1037 Budapest, Hegyláb utca 5.

Telefon: 06 30 378 5113 | E-mail: sagimagdi1@gmail.com

www.sagimagdiingatlan.com

BÚTORKLINIKA A HEGYEN

Antik bútorok szakszerű javítását,
korhű restaurálását
vállaljuk.



Telefon: 388-2464
Mobil: 06 30 845-6186



**MAMA RELAX
STÚDIÓ**

Testi-lelki felfrissülés a várandós- és kisgyermekes anyáknak

- ▶ Várandós torna és jóga
- ▶ Babamasszázs
- ▶ Szülésfelkészítő tanfolyam
- ▶ Dajkáló
- ▶ Maminbaba
– Óbudán csak nálunk!
- ▶ Babahordozó klub
- ▶ Szoptatási tanácsadás

Weboldal: www.mrs-obuda.hu | Facebook: Mama Relax Stúdió
Telefon: +36-70-774-4166 | E-mail: info@mrs-obuda.hu

Pizza Paradicsom

NON-STOP
ÉTTEREM



A nap 24 órájában teljes étel-ital kínálat várja Önt
„2009-2011 Óbuda Legjobb Vendéglátó helye”
cím birtokosa

**A már megszokott ételeink mellett
akcióink alkalmával számos
új finomságot kínálunk!
Házhozszállítás esetén bővebb
választékkal, hetente több alkalommal
20-25%-os kedvezményekkel,
ajándékokkal és 100%-os
ételgaranciával kedveskedünk
rég és leendő vendégeinknek!**



Asztalfoglalás: 439-19-88

Házhozszállítás: 430-10-10

Online rendelés: www.pizzaparadicsom.hu