



ÓHEGY-HÍREK

ÓBUDA HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK LAPJA • XXIII. ÉVFOLYAM 3. SZÁM • 2018. ÁPRILIS

Házi borászok, kezdők és haladók!

Áprilisi Bormustra

a Táborhegyi Népházban

7-én, szombaton, 17.00 órakor

A bormintákról véleményt mondanak, tanácsokat adnak a bor érlelésére, kezelésére, a hibák megelőzésére:

Módos Péter

a Magyar Borakadémia ny. elnöke,

Séra Mihály

a Budafoki Borpince borásza.

Moderátor:

Vinicai Sándor,

a Borászati Füzetek társszerkesztője.

Belépő: borászoknak 2 üveg a saját bormintából; érdeklődőknek a kóstoló pohár díja (borkorcsolyával) 1500 Ft.

További információ Varga Bélától tel: 70-315 9698.

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

„Magyar tájak”

címmel

Krupa József

festőművész kiállítása nyílt a Táborhegyi Népházban.

Megtekinthető április 18.-ig.

Bejelentkezés: 20-917 0136

Vasárnapi mozi

Guillaume Canet:

Senkinek egy szót se! /2006/

április 15-én, 17.00 órakor

Oriol Paulo: A láthatatlan vendég /2016/

április 29-én, 17.00 órakor

**Minden kedves Olvasónknak
Kellemes Húsvéti Ünnepeket
kívánunk!**



Vacsora a Házért

a kerti átjáró kiépítéséért és kapcsolódó munkáiért.

április 14-én, szombaton 18:30-kor,

Shakács **Horváth Péter,** kulináris szakember.

Részvételi díj 3.000 Ft, de ennél sokkal többet is szívesen fogadunk. Jegyek elővételben kaphatók április 12-ig a Táborhegyi Népházban.

Előzetes bejelentkezés a 20-917 0136 és a 404 5380 telefonszámokon

(Részletek a 3. oldalon.)

Vasárnapi ebéd

április 22-én, 13:00 órakor.

Menü: **belényesi gulyás**

A szakácsok a

„Kerti bográcsozás”

kurzus résztvevői.

Muzsikál a **KOMAKO** együttes.

Jegyek csak elővételben vásárolhatók

1000 Ft-ért (gyerekjegy 500 Ft)

péntek délutánig a Népházban.

(Infó: 20-917 0136, 404 5380)

Kerti bográcsozás

Hagyományörzés, tapasztalatcsere hegyi szakácsoknak

április 22-én,

vasárnap 9:00 órától

a Táborhegyi Népházban.

Fakanálvezető:

Szécsi Antal

az „Óhegy legjobb szakácsa”.

Jelentkezés április 18-ig, szerdáig.

Etelközi Péternél, tel: 70-314 2274

(Részletek a 2. oldalon.)

Amikor befizetett adójának 1%-a fölött rendelkezik, kérjük, jelölje meg:

Kedvezményezett neve: **Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete**

Kedvezményezett adószáma: **18088476-1-41**

A kapott összeget kedvezőbb működési feltételeink megteremtésére használjuk fel.

Programok

| | | |
|----------------------|---------------|------------|
| Áprilisi bormustra | ápr. 7. szo. | 17:00 |
| Egyesület közgyűlése | ápr. 9. h. | 17:30 |
| Vasárnapi mozi | ápr. 15. vas. | 17:00 |
| Vacsora a Házért | ápr. 14. szo. | 18:30 |
| Kerti bográcsozás | ápr. 22. vas. | 9:00 |
| Vasárnapi ebéd | ápr. 22. vas. | 13:00 |
| Állandó programok | | 7. oldalon |

*A következő lap megjelenésének időpontja:
2018. május 3.*



Június 1. –től június 6-ig

Hat nap autóbusszal Felvidéken

(Részletek a 2. oldalon)

Hat nap Felvidéken

Június 1. péntektől, június 6. szerdáig.

Hat nap, öt éjszaka

Már 14. éve magyarlakta területeket járunk, idén a Felvidékre utazunk. A Felvidék sajátos területe az egykori Magyarországnak.

A Felvidék nevet a régebbi korokban a maitól eltérő jelentésben használták. Eszerint három korszak különböztethető meg:

A 19. század előtt Felvidék alatt csak a Magyar Királyság szlovák és ruszin lakosságú északi vidékeit, az úgynevezett „tótsági vidékeket” értették.

A 19. században a Felvidék fogalmát kiterjesztették Magyarorszag egész északi hegyvidéki területére, amit korábban a Felső-Magyarország elnevezéssel jelöltek. Vagyis mai Nyugat-Szlovákia területéből a Pozsony-Nyitra vonaltól északra eső vidékeket is, kelet felé pedig

a mai Magyarország egyes északi területeit (Miskolc és Salgótarján környéke), valamint a mai Kárpátalja hegyvidékeit is magába foglalta.

Az 1920-as trianoni békeszerződés után, a volt Magyar Királyságtól Csehszlovákiához került területek egészét kezdték Felvidéknek nevezni, tehát a mai Szlovákia teljes területét és Kárpátalját („Kelet-Felvidék”). Így a II. világháború alatt a Csehszlovákiától Magyarországhoz visszacsatolt országrészt is a Felvidék névvel jelölték.

Hatnapos utunk során mi most elsősorban a ma használatos történelmi-földrajzi jelentésű „Felvidékre”, ezen belül is Besztercebányától keletre eső területekre látogatunk el.

Felkeressük Kelet- és Közép-Szlovákia nagyobb városait



(Kassa, Eperjes, Bártfa, Lőcse, Szepeszombat, Késmárk, Besztercebánya, Selmecebánya), a legszebb várakat (Fülek, Árva vára, Szepes vára), kastélyokat (Betlér, Szentantal, Zólyom), múzeumokat (Repülőgép múzeum, Sóvár, Bányamúzeum), templomokat (Karaszko, Csetnek, Szmrecsány, Csütörtök-hely, Zsigra, Hervartó, Szentkereszt, Okolicsány, Garamszeg, Turdossin, Nagyócsa). Jó idő esetén tutajozunk a Dunajec

folyón, keresztül az áttörésen. A tanulmányútnak minősülő hatnapos kirándulás részvételi díja a kassai, poprádi és a besztercebányai szállodák költségeivel, vacsorákkal, az utazás költségeivel, és a megnövekedett belépődíjakkal, idegenvezető kíséretével 70.000.- Ft/fő, (70 év felett 65.000.- Ft/fő). Az árak nem tartalmazzák a biztosítást. Jelentkezni lehet 30.000.- Ft előleg befizetésével Kiss Katinál,

április 10-én, kedden,

18.00-19.00 óráig,

vagy előre egyeztetett időpontban, a 20-922 1273 telefonszámon. A második részletet befizetése az indulás előtt két héttel, május 15-én, kedden 18.00-kor lesz esedékes, amikor összegyűvünk, és szokás szerint megbeszéljük a szobaelosztást és az út részleteit.

A társaság nyitott, családokat, házaspárokat, barátokat, idősebbeket és fiatalabbakat, mindenkit szeretettel várnak a visszatérő útitársak, és az

Egyesület Vezetősége

Hegyi utcák – újratöltve

Az Óhegy Hírek korábbi számaiban, már remek írások mutatták be a hegyvidéki utcák neveinek eredetét, azonban egy pár még kimaradt a felsorolásból.

A valamikori szőlőföldek, illetve téglagyárak területe csak fokozatosan népesedett be, lassan alakult ki a Hegyvidék mai, sűrű utcahálózata. A korabeli térképek, egészen a 20. század közepéig, hatalmas, részben szabad, beépítetlen területeket ábrázolnak. Ezt követően azonban jelentős változás következett be, főleg a Bécsi úton regnáló téglagyárak leállításával, illetve lebontásával.

Az építkezések számára szűzterületnek minősülő hegyoldalak szép lassan, majd a rendszerváltozást követően jelentősen felgyorsulva kezdtek benépesülni. Házak házak hátán, majd lakóparkok épültek, amely folyamatnak természetes velejárója volt az utcahálózat fejlesztése.

A Táborhegy, a Remetehegy és a Testvérhegy kisebb-nagyobb, hosszabb-rövidebb utcái elnevezéseinek több eredete, valamint fajtája van.

Ilyenek a trianoni Magyarország elszakított részein, többségében Felvidéken, Kárpátalján fekvő települések nevei. Ezen névadó települések Jablonka, Királyhelmece, Királylak, Körtvélyes, Máramaros, Toronya.

De vannak olyan utcák is, amelyek egy-egy mesterségről kapták nevüket, mint például a Göllöncsér utca, Kubik utca, Kékfestő utca. Közös bennük, hogy ezen mesterségek valamilyen módon kötődtek Óbudához, az utca egykori lakói a környéken gyakorolták szakmájukat.

Több utca egy-egy hölgy nevet viseli (Judit, Hedvig, Ilonka), vagy a Hegyvidék földrajzára utal (Testvérhegyi út, Táborhegyi út, Remetehegyi út, Farkastorki út, Erdőalja út, stb.).

Az Óhegy Hírek következő számaiban a Hegyvidék utcáit bemutató, a lokalitást erősítő sorozat folytatódik, amely tematikusan fogja ismertetni az elnevezések, névadások történetét és okát. Az eddig megjelent utcanevek magyarázatát pedig honlapunkon olvashatják a tisztelt érdeklődők.

Horváth Péter

Kerti bográcsozás

Hagyományörzés, tapasztalatcsere április 22-én, vasárnap 9:00 órától a Táborhegyi Népházban.

Fakanálvezető: Szécsi Antal

Harmadszor jövünk össze az udvaron, fortyogó bográcok mellett. Most is mindenki ugyanazt főzi, de saját ízlése szerint. Ez alkalommal fakanálvezető Szécsi Antal lesz, aki az „Óhegy legjobb szakácsa” cím és serleg birtokosa.

Szécsi Tóni a kezdes előtt elmondja szempontjait, tanácsait, majd miután mindenki belekezd a főzésbe, ügyel a minőségre. A szakácsok pedig ezalatt kicserélik tapasztalataikat és vidáman várják a végeredményt. Előírányzott főzet:

belényesi gulyás

Marhalábszárral egy hagyományos pörköltet készítünk. Már majdnem puha, amikor hozzáadunk ugyanannyi zöldbabot, majd csomborral, tárkonnyal, fokhagymával ízesítjük. Kellő időben feleannyi, kockázott krumplit teszünk hozzá. Készre főzzük, majd tejföllel tájaljuk. Ez a finom étel receptje a Nagyváradtól 70 km-re délre, a Fekete-Körös völgyében fekvő erdélyi város, Belényes családjaitól származik, de kellemes íze miatt más

vidékeken is kedvenc étel. Az alapanyagokat (marhalábszár, zöldbab, krumpli, tejföl, fokhagyma) mi szerezzük be a fakanálvezető felügyelete mellett, és mindenki abból főz. A fűszereket (csombor, tárkony, só és más fűszerek) minden szakács maga hozza. Így szakácsok megtapasztalhatják, hogy ugyanazon alapanyagokból, de különböző mód-szerekkel, mennyire különböző ízek hozhatók létre.

A bográcsozásra április 18-ig, szerdáig kell jelentkezni Etelközi Péternél a 70-314 2274 telefonszámon, hogy az alapanyagok mennyiségét meg tudjuk becsülni. A jelentkező szakácsoktól, vendégeiktől, és a vasárnapi ebéd vendégeitől 1.000.- Ft jegyárat kérünk, a költségek fedezetére.

Minden bográcsozni vágyóra számítunk. Arra is, aki tapasztalt szakács, és arra is, aki most kezd, hiszen átveheti másoktól a tudást, beletanulhat ebbe az igen hasznos, igen kellemes, szórakoztató szerepkörbe.

az Egyesület Vezetősége



GOLGOTA KARBANTARTÁSA. Kiscelli Golgota szoborcsoport kőfelületein legutóbb megjelent mohákat Seres János és Szőnyi Endre, a szobrok restaurátorai, még Nagypéntek előtt eltávolították. Köszönjük a négy napos munkájukat, és azt, hogy Egyesületünk által felújított szoborcsoportot ilyen odaadással őrzik.

Angol nyelvű társalgási kör

Fejleszd jó hangulatban a meglévő angol tudásodat, szerdánként 19:00 órakor, a Táborhegyi Népházban, Dónal Ó Néill vezetésével.

Apróhirdetések

- 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, 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

Felölös kiadó: Felcsuti László elnök.
Szerkesztő: Mikés Kriszta, Dienes Andrea.

Hirdetésfelvétel:

Óhegy Egyesület. Telefon: 70-325 3416

Előkészítés: Petit Typo Bt.

Nyomás: Granatalma O.Sz.Sz.

Megjelenik: 3000 példányban

Vacsora a Házért

Április 14-én, szombaton 18:30-kor, a Táborhegyi Népházban.

Hegyeiek építették, hegyeiek használják, hegyeiek gondozzák. Leginkább önerőből, olykor önkormányzati támogatással. Mindig rendbe hozunk valamit, csatornát, mosdót, konyhát, ablakokat, bejárati előtetőt, a keretet, kerítést, kombikazánt, legutóbb az épület homlokzatát. Most szintén nagy fába vágunk a fejszét.

Az egyre sűrűsödő programok miatt már lassan kultúrházzá fejlődő épület nagyterme olykor használhatatlan, mert az épület Toronya utca felőli helyiségei (mosdók, wc, konyha, kisterem, stb.) a kert felől helyiségekből (alsó terem, kerti előtér, stb.) csak a nagytermen keresztül közelíthetők meg. Miközben a nagyteremben az előadó mély gondolataival kívánja magával ragadni a hallgatóság figyelmét, a kisteremből a gyermekek harsány kacagással szaladnak termen keresztül a mosóba, és vissza. Olykor a kertből jövet is megtörténik mindez sáros lábbal a nagyterem parkettáján keresztül.

Ez a probléma egy ún. „kerti átjáró” kialakításával oldható meg, amely falak átépítését, padlóburkolatok, előregeedett ajtók cseréjét teszi szükségessé, valamint fűtés és villanszerelési munkálatokkal jár.

A kerti átjáró kialakítása régi cél, de anyagi hiányában képtelenek voltunk megoldani. Most élvezzük az Önkormányzat anyagi támogatását a kerti átjáró kialakításához, de most van az a pillanat, amikor más, nem

finanszírozott, un. fenntartási munkákat is elvégezhetnénk. Ilyenek: ajtó javítása, parkettacsiszolás, ablakjavítás, a termék festése, büfépult átalakítása, stb.

A Vezetőség úgy határozott, hogy mindehhez egy „vacsora a házért” rendezvény keretében az Egyesület szimpatizánsainak támogatását kéri. A vacsora költségeit a vezetőség tagjai állják. Az ügy mellé állt Horvát Péter (kulináris szakember), aki **vegyespörköltet** készít hagyományos módon bográcsban, amihez **sztrapačskát** kínál.

A vacsora teljes bevétele tehát a ház felújítására megy. A vacsorajegy ára 3.000 Ft, de ennél sokkal többet is szívesen fogadunk. Jegyek elővételben kaphatók április 12-ig a Népházban. Előzetes bejelentkezés a 20-917 0136 és a 404 5380 telefonszámokon.

Egyesület Vezetősége

Kérünk tehát mindenkit, akinek fontos a HÁZ, és értékeli a benne folyó tevékenységet, hogy vegyen részt az ígért vacsorán, vagy támogassa ügyünket adományával. Számlaszámunk:

Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete
11703006-20032630-00000000

Kérjük az utalásra írja rá:

„Adomány a Házra”

A támogatás összegét igazoljuk, így az adóalapból levonható.

Az Óbuda Hegyvidékiek Egyesület Elnöksége meghív minden egyesületi tagot a **2018. április 9-én, hétfőn 17.30 órakor, a Táborhegyi Népházban tartandó**

KÖZGYŰLÉSRE

Napirendi pontok:

1. Beszámoló az elmúlt év eseményeiről.
2. A 2017. évi gazdálkodás ismertetése és jóváhagyása.
3. A 2017. évi közhasznúsági jelentés jóváhagyása.
4. A 2018. évi költségvetése.
5. A Felügyelő Bizottság jelentése.
6. Tisztségviselők választása.

Amennyiben a tagok 50%-a +1 fő mégsincs jelen, úgy ugyanazon a napon 18.00-kor, azonos napirend megtartásával, megismételt közgyűlésre kerül sor, amikor is a közgyűlés a megjelentek számától függetlenül határozatképes, és dönt az egyesület sorsát érintő, fontos kérdésekben.

(Ismételt meghívó)

Állandó programok

a Táborhegyi Népházban, 1037 Bp., Toronya u. 33.

| | | |
|------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|
| MRS - dajkáló | h. | 10:30-11:00 |
| MRS - mamibaba | h. | 11:15-12:15 |
| | sz. | 11:00-12:00 |
| Hatha Jóga - Balázs E. | h.,cs. | 18:15-19:45 |
| Lelki Egészség-őrző Klub | k. 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 | hó első sz. | 9:30-11:00 |
| Bridzs klub | sze. | 18:00-22:00 |
| MRS Játsszóház | cs. | 10:00-12:00 |
| MRS terhes jóga | p. | 15:00-16:30 |
| Gyermekballett | p. | 17:00-18:00 |
| Kínai Gerinctorna | p. | 18:00-19:30 |
| Viharhegyi út/Erdőalja út találkozásánál: Hegyvidéki Séta-kör | szó. | 9:30-11 |

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 Tibor, tel.: 20-917 0136. Bejárat a Népház udvaráról.

Hogyan sétáltassunk kutyát? – 2. rész

Az előző részben a tér és az idő szerepéről beszéltünk, most pedig a sétát meghatározó harmadik tényezővel, a hangulattal folytatjuk.

Emberi világunkban az érzelmek nagyon fontosak: fizikai állapotunktól kezdve a döntéseinken át a társas viszonyaink alakulásáig minden aktivitásunk szoros kapcsolatban áll aktuális érzelmi állapotunkkal.

Ugyanígy van ezzel a kutya is: a hangulata – pl. levertsége, félelme vagy izgalma – egyértelműen meghatározza, hogyan fog cselekedni.

Számunkra az érzelmi kapcsolatok nagyon fontosak. Szeretjük az gondolni, hogy a kutyánk szeret bennünket – hiszen milyen jó érzés is az, amikor lecsatoljuk a kutyát a pórázról, ő pedig mellettünk marad anélkül, hogy folyton hívogatnunk kellene. De ha érzelmi kapcsolatáról beszélünk, az nem csak azt jelenti, hogy figyel ránk és követ minket

a kutya, hanem azt is, hogy hatással vagyunk egymásra. Vagyis az érzelmi kapcsolat egyfajta együttműködést is jelez és eredményez. Legtöbbször mindez teljesen független az akaratunktól, vagyis akkor is működik, ha nem tudunk róla, vagy épp nem szeretnénk, hogy működjön.

Az érzelmek oda-vissza hatnak: a mi hangulatunk átragad a kutyára, a kutyáé pedig ránk. Tipikus példája ennek, amikor egy gazdi a séta során amiatt aggódik, hogy a kutyája agresszíven viselkedik más kutyákkal. Ezért amikor a járdán szembejön velük egy kutya, a gazdi egyre feszültebb lesz, egyre jobban izgul – ezt pedig a kutya tökéletesen érzi és átveszi. Hogy mi lesz ennek az eredménye? A kutya saját agressziós szintje fog megnőni, és szinte biztos, hogy ki fog támadni, amitől a gazdi még feszültebb lesz a következő sétán – gazdi és kutyája már bele is kerültek egy negatív spirálba.

Jó hír, hogy szerencsére nemcsak a negatív, hanem a pozitív érzelmekkel is erős hatást lehet gyakorolni. Felelős gazdiként az a dolgunk, hogy nyugodt, határozott viselkedésünkkel segítsünk a kutyánknak. Nem falkavezérségre van itt szükség, hanem kiegyensúlyozott, kulturált, ugyanakkor mindig tetterre kész, figyelmes állapotrara. Ezzel nemcsak megoldjuk a felmerülő helyzeteket – növelve ezzel a kutyánk belénk vetett bizalmát –, de meg is mutatjuk a kutyának a követendő viselkedésmintát.

Mindez azt jelenti, hogy először nem a kutya érzelmeit kell orvosolni, hanem a sajátunkat, hiszen addig, amíg saját érzelmeinket és hangulatainkat nem tudjuk uralni, addig a kutyánkét sem fogjuk tudni. Ha viszont már képesek vagyunk rá, akkor kezelhetjük a kutyáét is.

Ha a három említett tényezőt figyelembe vesszük (tér, idő és hangulat), akkor ezek segítség-

gével helyes döntéseket tudunk hozni a séta során. Például ha a mi vizslánk egy helyes, kedves, ugyanakkor túláradóan szeleburdi kutya, akkor nem fogjuk egy szemlátomást félős és gátlásos tacsikóra ráendegni. Bármilyen kedves is a mi kutyusunk, ilyenkor az a feladatunk, hogy azonnal vegyük pórázra, és csak nagyon lassan közelítsünk a másik kutyához. Ha azt látjuk, hogy a másik kutya pánikban van, akkor határozottan haladjunk tovább, mert a tacsinak a mi kutyánk biztosan nem fog örömet szeretni. Ha pedig azt látjuk, hogy a tacsik oldódik lassan, akkor is tartsunk két lépés távolságot mindaddig, amíg ő, a félős kutya kezd el közeledni a miénkhez.

Az elmélet után jöjjön a gyakorlat: a következő, záró részben sorra vesszük a séta során alkalmazható praktikus tanácsokat és illemszabályokat.

Rózsa Péter

www.szivarvanykutyaiskola.hu

Bella naplója

1. fejezet: - Sziasztok

Bella vagyok! Sokan úgy hívnak: a csodás golden retriever. Imádom, ha így hívnak.

Csodálatos életem van, a gazdám a legjószerűbb lány az iskolában. Úgy hívják, hogy Elina. Legjobb barátnője neve pedig Panna, de mindenki Panninak szólítja.

Egyik délután Elina és Panni lovagolni mennek. A két lány nagyon sok időt tölt a lovardában, főleg mert hétvégén ott dolgoznak.

Ikarus és Parázs, a két musztáng kanca, szokás szerint üdvözölték a lányokat. Elináé volt Ikarus, Pannié meg Parázs.

- Hé, Bella! - szól Elina, - Jössz velünk a lovardába?

- Vau, vau - ugatok. Imádom odamenni, főleg azért, mert ott van Milli, a barátom.

2. fejezet - Kétségbeesés

- Bella, hé Bella! - hallottam.

- Nem hiszem el, hogy tudtál ilyen jól aludni a kocsiban? - mérgelődött Elina.

Kezdtém félni. Azért kerültem Elinához, hogy felvidítsam.

Elinának volt egy másik kutyája, Lulu, egy gyönyörű tacsikó. Csakhogy őt ellopták a kertből. Elina azóta szomorkodik.

- Vau.... - ugatok, hogy idejőjön Milli.

A gyönyörű spániel füle zilált volt.

- Vau? - ugatom. Ez annyit jelent, hogy „mi történt?”

- Vau, vau - ugatja Milli és Ikarus boxához futott, majd Parázséhoz, végül le- rogyott.

- Mi történt? - kérdi Panni.

- Nézzük meg! - válaszolta Elina.

Odamennek a boxokhoz, de mindegyiket üresen találták.

- Ó - szól Panni. Eltűntek!

Orsi, az oktató, meglepődve hallja a történeteket.

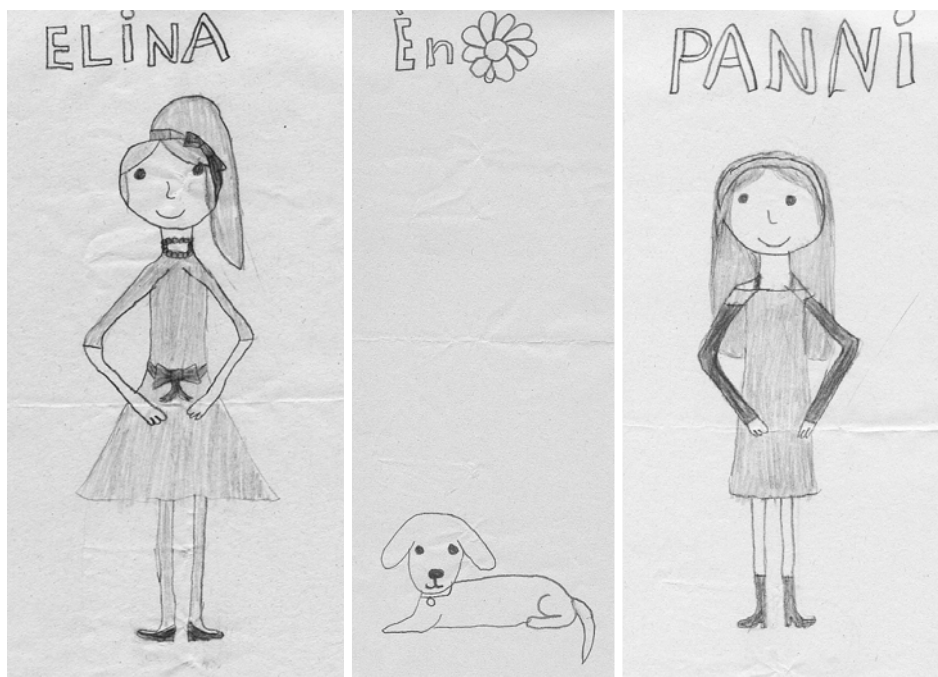
- Pár órája még itt voltak! - mondja.

Láttam, hogy Elina odamegy a padhoz és sír, pedig olyan boldog volt.

- Vau! - ugatom Millinek.

- Vau! - jön a válasz és Milli mellém ül.

Pető Panna (9 éves)



Hogyan tovább, Hegyvidék?

Szüleim 1931-ben költöztek a hegyre. Azóta a telkeken a haszonnövényeket felváltotta a pázsit és dísnövény. Ahol gyermekkoromban az úttesten labdázunk, ott most másodpercenként suhan el egy autó, ritkán látunk kerékpárost.

A harmincas évek alacsony gyermeklétszáma tovább csökkent. Thomas Malthus a szaporodástól félt, mi a kihalástól. Száz évvel ezelőtt a gazdasági szakértők megállapították, hogy az emberiségnek csak ötven éve van már, mert annyi ideig elég a bányászható szén. Ma már tudjuk, a szemét fog megfojtani!

Hegy viszonylatban felmerül a kérdés, hogy az egykori bányák területei, ahol a kibányászott oligocén kékagyag helyére több helyen kommunális szemét került, erdőtelepítésen kívül mire, és főként milyen gazdasági befektetés árán hasznosíthatóak? Hiszen a három hatalmas bányagödört

körülvette a város, ugyanakkor a Duna medre és kétoldali patakjai, árkai geológiai törésvonalak bizonyítékai. A talajvíz kénszennyezettsége helyenként speciális cementfelhasználást követel a betonalapozásnál. Kérdés, mi a közeli és a távolabbi sorsa a betöltött területeknek.

A természetvédelem további erdősítést kíván sportlétesítményekkel kombinálva. A fejlesztés botanikus kertet, vagy geológiai szabadtéri bemutatót indokol. Ugyanakkor a város további terjeszkedése szívesen látna családiház beépítést, nem gondolva a suvadás veszélyeire. Mert jó a közlekedés, jó a központ közelsége és ma még jó a levegő, és mindez nagyon vonzó.

Az első betelepülők igénye a saját ház volt, a most érkezők egy minden igényt kielégítő reprezentatív villa.

Hogyan tovább, Hegyvidék?

Bókai Bátor

Gyermekek fejlődése

Interaktív beszélgetés

Czeizel Barbara gyógypedagógussal

április 13-án, pénteken 15:00 órakor

Czeizel Barbara gyógypedagógus, a Budapesti Korai Fejlesztő Központ intézményvezetője, interaktív beszélgetésre hívja meg a felelős gondolkodású szülőket, nagyszülőket és pedagógusokat a Táborhegyi Népházba.

A beszélgetésen résztvevők megismerhetik a gyermekek csecsemőkori és kisgyermekkorai fejlődésének legjelentősebb mérföldköveit a látás, a hallás, a mozgás, az értelmi képességek területén, továbbá a szocializáció és a kommunikáció területein. Lehetőség nyílik a felesleges aggodalmak eloszlatására, sőt útmutatásra is sor kerül a későbbi bölcsőde, óvoda és iskola kiválasztáshoz.

A beszélgetésre jelentkezni lehet az info@mrs-obuda.hu címen levélben vagy a 70-77 44 166 telefonszámon. Részvételi díj 3.000 Ft/fő, vagy 5.000 Ft/család. Szeretettel várjuk a szülőket, nagyszülőket, pedagógusokat:

*Détár Krisztina
Mama Relax Stúdió*

Élő Shakespeare az Esernyősből

Igazi óbudai újdonságra készül a Fő téri kulturális intézmény. Áprilistól különleges színházi- és operaesteket láthat a közönség, így bárki részese lehet a Royal Shakespeare Company és a Royal Opera House válogatott produkcióinak, amelyeket műholdról sugároznak élőben az angliai előadással azonos időpontban.

Elsőként április 11-én Stratford-upon-Avonból köz-

vetítik angol nyelven a Royal Shakespeare Company Macbeth előadásának premierjét. Shakespeare legsötétebb pszichothrillerének modern felfogású rendezésében a csatából győztesként hazafelé tartó Macbeth a mocsárban három boszorkánnyal találkozik, majd felkavaró jóslatuktól vezérelve gyilkos útra lép.

*Deme László
www.esernyos.hu*

Zártkert

Kiállítás az Arzei Galériában

1037 Budapest, Kunigunda útja 18.

Megnyitő: 2018. április 14-én szombaton 17:00 órakor

Rendezte és megnyitja: Szemethy Orsi és Szemethy Jim

Látogatható: május 10-ig, bejelentkezés 70-310 8100

Webhely: www.artezi.hu



Ünnepnapjaink

A tavasz már kopogtat, és ünnepeink idei sora is kezdetét vette. Biztosan vannak néhányan, akiknek ezen sorban legnagyobb örömet a meghosszabbodott hétvégék extra ideje jelenti. Vitathatatlan, hogy manapság különösen felértékelődik, ha több alkalmunk adódik szabad óráink minőségéről határozni. A hosszú hétvége sok esetben csak elvont fogalom marad. Folyamatos munkarendben dolgozó embertársaink például nemigen gondolkoznak ilyen 3-4 napos kikapcsolódásban. A kisvállalkozások menedzseri meg eléggé egybehangzóan beszélhetnének átdolgozott normál hétvégeikről is, vagy éjszakába nyúló esti munkáikról. Amikor szabadidőben szabad sokat dolgozni.

Szerencsére az ünnep lényege különbözik fentiekől. A naptárban pirossal jelzett napok is többféle okból kerülhetnek kitüntetett helyzetbe. Megemlékezésről beszélünk

inkább, amikor nemzetünkért életüket adó hőseinkre gondolunk. Tiszteletünket fejezzük ki személyük és tettük iránt, mert áldozatuk mai életünkre is hatással van, ezért erre emlékezni kötelességünk.

Vallási ünnepeink is valójában (meg)emlékezések, de kötöttebb szertartási előírásokkal. Ezen napok rendje évszázadok óta szabályozott a legapróbb részletekig, mindenki lelkiismerete szerint eldöntheti, mennyit fogad el belőle. Persze néphagyományaink szokásai megszűnnek, és ha lehet, vidámmá teszik ezeket az alkalmat is.

A néphagyomány különben biztos jelző lehet életünk során, ha figyelünk rá. Túlmutat mind a „hivatalos” mind a vallási ünnepeken. Vegyük elsőként a telet elűző szertartást, a Busójárást. Azt hiszem, sokkal komolyabban vennék, ha egy hosszú, kemény tél hatásai közvetlenül érintenének minket. Ha, mondjuk, tél végén

a szupermarketben sem lenne már élelmiszer, és ha hidegebb időben nem tudnánk a fűtés hőfokát magasabbra állítani. Gondoljunk csak bele, és máris lesz értelme a kereplők rázásának, amitől a tél messzire szalad.

Ősrégi elődeink közös öröme a Tavaszünnep volt, amikor már végleg eltűnt a tél, és a nap melegítő sugarai előcsalogatták a virágokat, rügyeket. Naptár nélkül is tudták, hogy a sötét napok múlóban, hogy a szikrázó ég alatt zöldellő erdők madárdaltól hangosak. Langyos szellő simogat és a friss fűszálak között bogarak zümmögnek. Minden feltétel megadott a kacagásra, táncra, az élet újraindulására.

Szent Ivánkor a leghosszabb nappal miatt érzett örömünket még ma is jó kedvvel, mulatsággal élhetjük át. Egyre több helyszín kínálkozik ehhez, mert a vidámságra mindig szükség van. Nyár végén, ősszel a betakarítással, szürettel kapcsolatos

jeles napok következnek. Régebben a lakodalmakat is szüret után tartották. Pontosan tudták azonban, hogy nem csak nevetni állunk meg időnként, ideje van a szomorúságnak is. November táján saját halottainkra is kellő tisztelettel gondolunk.

Utoljára, de nem utolsó sorban a családi és személyes alkalmakról is szót kell ejteni. Biztosan állíthatom, hogy életünk első éveiben még leginkább saját és családunk kora, neve fontos. Jól is van ez így, mert mire felnőve megtanuljuk, hogy egy nagyobb közösségnek is tagjai vagyunk, addigra a közösség ünnepei is tudásunk szerves részét képezik.

Úgy gondolom, hogy ha hétköznapijaink szürke láncszemeinek sorából engedjük kivillanni ünnepeink csillogó ékköveit, akkor tudjuk megélni mindkettőt igaz valójában. Létünk csak így lehet teljes és egész.

Mikóné Ormos Márta



Iskolai hírek

A havas március valóban dermesztően kezdődött, de a tavaszi ünnepekre készülve a nap is hamar kisütött, és a madárcsák is csicsérgésbe kezdtek.

A gyermekek lelkesen készülnek a márciusi események bemutatására: Nemzeti ünnepünket többek között botos táncsal, életképekkel, színpadi játékkal, énekkel, verssel, táncsal, zenével fogják feleleveníteni 5.eseink. Az ünnepség mottója: Tisztelet a bátraknak! Az ünnepély szövegkönyvét Bertalan Csaba tanár úr írta és rendezte, remek dramaturgiai fogásokat

alkalmazva. Három '48-as mondát is beépített az osztálya által bemutatott fél óras darabba, Gyárfás Endre és Tamási Áron írásai nyomán. Elsőseink ugyan kissé megváratták az ünneplő közönséget, de vastappsal fogadtuk, a vörös csákóban, színes forgódísszel érkező kicsiket, akik később lelkesen részt vettek a Nemzeti dal közös eskütételében, és amikor még színes nemzeti zászlónk kicsiny példányait is fennen lobogtatták. A gyerekek roppant eleven-séggel és átéléssel adták elő szerepeiket. Felemelő pillanatokat éltünk át a Himnusz,

a Szózat és legősibb, a Tavaszi szél vizet áraszt... kezdetű népdalunk közös éneklésekor.

Iskolánk névadójának születésnapját március 27-én ünnepeljük. II. Rákóczi Ferenc vezérlő fejedelem életútját szintén sok szempontból tekintjük majd át. Különleges lesz a mozgóképek által bemutatandó jelentős cselekedeteinek megtekintése, amelyeket a 6. a-sok jelenetei egészítenek majd ki.

K.E.

Ötödikesek a március 15-i műsorról

„A próbák nagyon jó hangulatban teltek. A vidámság csak úgy kiült az arcunkra. Anynyit neveltünk és mosolyogtunk, mintha meg lennénk örülve. Nagyon sokat gyakoroltuk a szöveget és a mozgást... Egyre jobban haladtunk, és egyre nagyobb volt az izgalom. Amennyire szerettem volna szerepelni, az előadás napján pont akkora görcsrel a gyomromban keltem... Az iskolában már mindenki sürgött-forgott. A lányok egymás haját fonták, a fiúk műbajuszt rajzoltak. Az ELŐADÁS közben biztattuk, és segítettük egymást. Az énekek is csodálatosak voltak. Én legjobban Csaba bácsinak, Zsuzsa néni-nek, Bea néni-nek és András bácsinak szeretném megköszönni azt az elmondhatatlan mennyiségű segítséget, amit nyújtottak...” (Kónya Eszter)

„Amikor megtudtam, hogy mi adjuk elő a március 15-i műsört, nagyot dobbant a szívem.” (Dezső Marcell)

„Én kisbéres voltam. Először nagyon soknak találtam a szöveget, de utána megszerettem.” (Halápi Gergő)

„A tanárok szerint nagyon jól szerepeltünk. Csaba bácsi arcán is láttam a büszkeséget és az örömet.” (Molnár Kiara)

„Ági néni segítségével táncot tanultunk. A csoportban én is benne voltam.” (Halasi Barnabás)

„Mindenkinek nagyon izgult, de amikor elkezdődött az előadás... Nekem a tánc tetszett a legjobban.” (Szénási Kamilla)

„Én voltam Petőfi Sándor... Büszke vagyok az osztálytársaimra...” (Jakab Kristóf)



„Március 14-én elérkezett a műsor napja. Felvettük jelmezzünket, átismételtük a szövegünket. A tornaterem megtelt... Szerencsére nagy sikere volt az előadásunknak. Fantasztikus nap volt...” (Sánta Nikol)

„A műsor közben úgy éreztem magam, mintha egy színházban szerepelnék.” (Zámor Réka)

„Korhú ruháinkkal és kellékeinkkel megteremtettük az ünnephez hű hangulatot.” (Budai Klára)

„Az ünnepséget természetesen a Him-

nusz eléneklésével kezdtük. Az első jelenetben március tizenötödike eseményit elevenítettük fel. Elhangzott a Nemzeti dal és a Szabad sajtó című vers. Ezt a részt Dóri szavalata zárta. (Petőfi Sándor: A Szabadsághoz.). A második jelenet a Toborzó volt, melyben megmutattuk, hogyan gyűlt össze a pénz a Kossuth bankó fedezésére. Ezután következett a Damjanichról és katonáiról szóló jelenet. A végén az egyik katona vezényszavára táncra perdültek a fiúk. Jólesett, hogy vastapsot kaptunk.” (Berecz Fanni, Sebők Dóra)

Az első beiratkozás időpontja:

- április 19. csütörtök 8–19 óráig.
- április 20. péntek 8–19 óráig.

Szükséges dokumentumok:

1. A gyermek nevére kiállított *személyi azonosító*.
2. A lakcímet igazoló *hatósági igazolvány* (lakcímkártya).
3. Az iskolába lépéshez *szükséges fejlettség*

elérését tanúsító EREDETI *igazolás*: óvodai vagy a nevelési tanácsadó által kiállított *szakvélemény*.

4. Nyilatkozat a *közös szülői felügyelet gyakorlásáról*.
5. Nyilatkozat *életvitelszerű lakcíméről*.

Emellett az iskola kéri bemutatni

6. a gyermek születési anyakönyvi kivonatát (vagy annak másolatát) és

7. a szülő lakcímkártyáját (ez az étkezési kedvezményhez kell).

A beiratkozáskor a szülőnek nyilatkoznia kell, hogy gyermeke számára az etika, vagy a hit- és erkölcsstan (= hittan) tantárgyat választja. (A választás egész tanévre szól!)

A tankötelezettség külföldön történő megkezdését az illetékes kormányhivatal részére kötelező bejelenteni.

HEGYVIDÉKIEK INGATLANIRODÁJA

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

ÓBUDALUX INGATLANIRODA



Forster Judit
irodavezető-építész

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

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



MAMA RELAX
STÚDIÓ

Testi-lelki felfrissülés a várandós- és kisgyermekes anyáknak

- ▶ Várandós torna és jóga
- ▶ Babamassázs
- ▶ 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

A szervezet tavaszi nagytakarítása

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

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

Bővebb információ és megrendelés: 70-325 3416



NYÁRI ELŐFOGLALÁS

★ ★ ★ ★ ★
EURO Travel

-20-30%
KEDVEZMÉNY!

FOGLALJA LE NYARALÁSÁT MOST!

Bp. Andrásy
1062 Budapest,
Andrásy út 61.
(+36-1) 413-0652
(+36 30) 825-6897

Bp. Pólus
1152 Budapest,
Szentmihályi út 131.
(+36-1) 410-1499
(+36-30) 949-8062

www.ohegy.hu

NŐI FRISSÍTŐ, ÁTMOZGATÓ TORNA

Kedd-csütörtök, 8.15-19.15 óráig

FÉRFI ÁTMOZGATÓ ERŐSÍTŐ MOZGÁS ÓRA

Kedd-csütörtök 19.30-20.30 óráig

Budapest III., Toronya utca 33.

Szeretettel várom jelentkezőket!
Szolga Beáta tánctanpedagógus és tánctanművész

Információ: 06 30 506 7800, 10-14 óráig
E-mail: beszinestanc@gmail.com, facebook: [beszinestanc](https://www.facebook.com/beszinestanc)

Weboldalak készítése,
üzemeltetése, karbantartása
Üzleti Facebook-oldalak készítése,
menedzselése
Grafikai tervezés,
nyomdai munkák kivitelezése

**STÍLUSOS,
MÁS!**

06 30 464 3920
petit@upcmail.hu

**LEGYEN
LEGYEN**

