

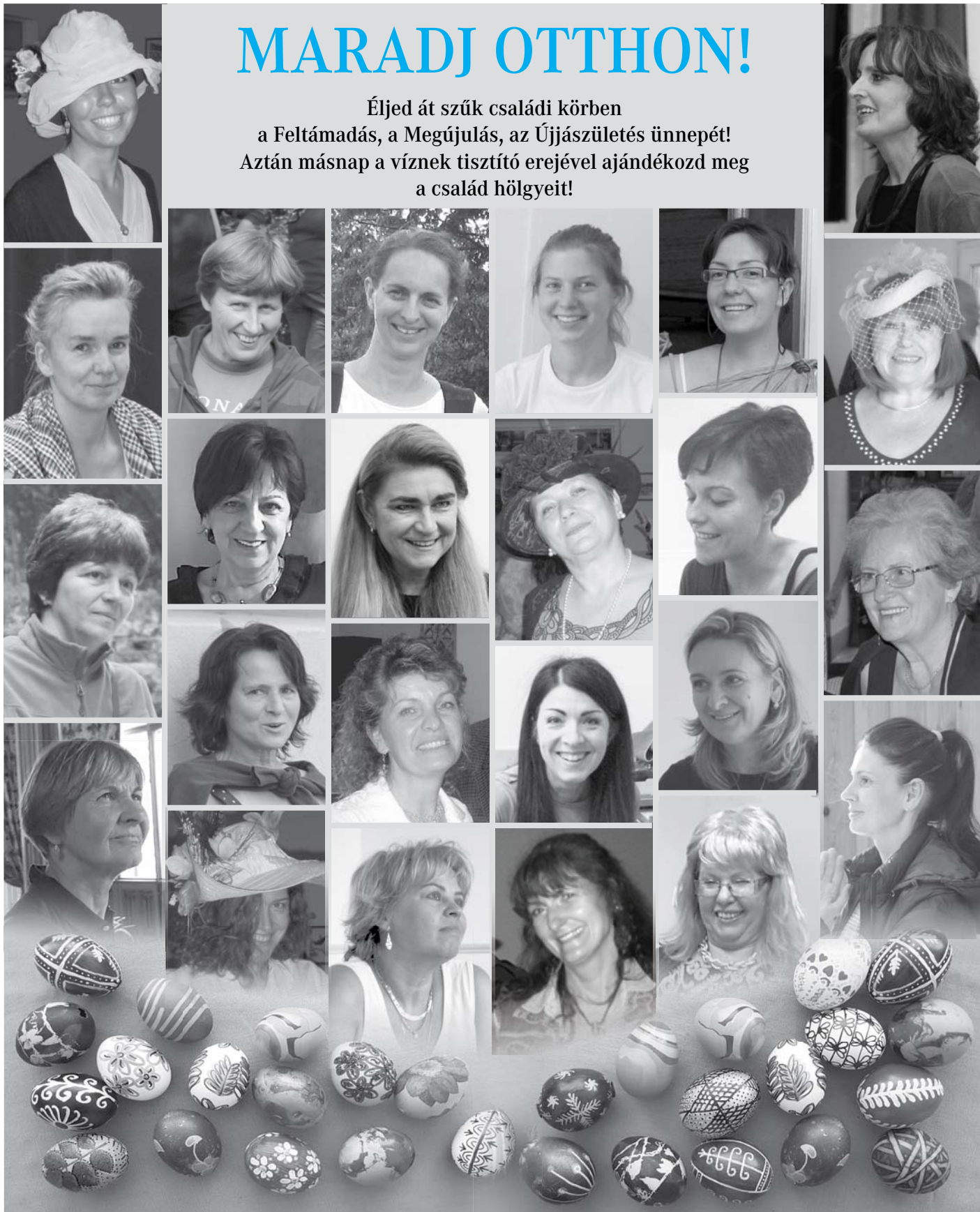


ÓHEGY-HÍREK

ÓBUDA HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK LAPJA • XXV. ÉVFOLYAM 3. SZÁM • 2020. ÁPRILIS

MARADJ OTTHON!

Éljed át szűk családi körben
a Feltámadás, a Megújulás, az Újjászületés ünnepét!
Aztán másnap a víznek tisztító erejével ajándékozd meg
a család hölgyeit!



Vírushelyzettel kapcsolatos legfrissebb információkért kövesse a tévé és a rádió adásait, valamint a helyi Óbuda újságot!

„Nekünk a sport az kikapcsolódás, az szerelem, feltöltődés és minden, ami pozitív dolog!”
– idézi mottóját és meséli el élményeit kedves hegylakó szomszédunk:

Tóth Nikoletta, a büszke anya, a sportoló

A családnak szinte minden idejét lefoglalja a sport, de azért ha tehetjük, részt veszünk a hegyi eseményekben. Én '77-ben születtem, azóta itt a Testvérhegyen élek, Testvérhegyhez gyökerezve, Testvérhegyről elmozdíthatatlanul. Bölcsődébe, óvodába, iskolába, majd középiskolába is, mindvégig Óbudán jártam. Bár Budaörsön dolgoztam másfél évet, de 2000 óta a munkahelyem is a III. kerületben van. Férjemmel két gyermekünket neveljük, mindketten az Erdőalja úti II. Rákóczi Ferenc Általános Iskolába járnak. De beszéljünk a sportról.

Az általános iskola 3. és 4. osztályában műkorcsolyázni jártam, az akkor még létező BS-be, az 55-ös busszal. Már későn kezdtem a sportot - azt mondták - így lemorzsolódtam. Középiskolás koromban sportágválasztón voltam, és ott átpártoltam a jégkorongra. 1-2 alkalommal egy női csapatban játszottam, de inkább azt éreztem, boxzsák vagyok a csapatban. Így felhagytam a jégkorongra járással! Amit az idő elteltével nagyon bánok! Bárcsak újra fiatal, újra kamasz lehetnék!

De a fagyott víz szeretete megmaradt bennem. Nem adtam fel. Ezért az akkori BS-be szombaton és vasárnap jégdiszkóba jártam, ismét korcsolyát húztam. Itt ismerkedtem meg 1995-ben férjemmel. Eztán a Városligeti Műjégpályán hosszú éveken keresztül, délelőtt és délután, közösen hosztelkedtünk. A két időszak között több óra szünet volt, ekkor a többi önkéntes dolgozóval jót hokiztunk. Éveken keresztül éltünk evvel a lehetőséggel, de ahogy a kamaszkor, úgy sajnos ez is elmúlt!

2005-ben és 2008-ban megszületettek gyerekeink. Lányunk neve sokatmondóan KORINA lett, öcsié pedig NIMRÓD. Ők már 2 évesen a fagyott vízben járkáltak.

2010 magasságában nem éreztem ki-egyensúlyozottnak magam. Fogtam a gör-

korcsolyám és egy nagyot gurultam a Budai rakparton. Rájöttem, a két gyermek mellett felesleges energiám van, amit nem vezetek le! Egyik este, az akkori munkahelyem (Kunigunda útja) melletti Kalap utcai jégpályára besétáltam, és mondtam az ott dolgozónak, hogy jégkorongozni szeretnék. Mindjárt beajánlottak egy amatőr csapatba. Hazaszaladtam a nagyon foghíjas felszerelésemért, ami csak korcsolyából és ütőből állt. Ott azonnal, szinte mindent kaptam kölcsön, könyökvédőt, sípcsontvédőt, vállvédőt, mezt, kesztyűt, stb. ja és fejevédőt (bár rács nélkül) is, de később apránként a teljes felszerelést megvettem. Hetente lejártam játszani, jégkorongozni. A jégpálya a Kalap utcából átköltött a Kubik utcába, a lakhelyünkhöz még közelebb. Így kezdődött a felnőttkori sportolásom!

Ezek után erősödött a sport iránti elkötelezettségem, szeretetem, mely szinte orvosságnak hatott rám! Ez olyan, mint egy „függőség”, de annak mindenképp egy egészségesebb, kellemesebb fajtája!

Testvérhegy közösségi életével korábban a közeli boltban találkoztam, ahol összejöttek a szomszédok és beszélgettek. Mióta gyerekeim az Erdőalja Iskolába járnak, a közösségi kapcsolataink tovább gyarapodnak. Itt találkozunk eddig ismeretlen gyermekekkel, szüleikkel, családjaikkal. Korina évfolyamtársa, Decsi Veronika, akivel már nem csak a suliba járnak együtt, hanem kora edzésekre is. Az iskola által kerültem szorosabb kapcsolatba az Óhegy Egyesülettel is, részt veszünk programokban. Sajnos ritkábban, mint szeretnénk, mert változatlanul a jégkorong az első. A négytagú családnkból hárman a Magyar Jégkorong Szövetségnél leigazolt sportolók vagyunk, így nagyon minimális a szabadidőnk. A gyerekeknek heti 4-5 edzése van, fiamnak vasárnaponként



A jégkorongozó Tóth család

meccse, lányomnak női csapattal szombaton, fiúkkal vasárnap (vagy épp fordítva) van meccse. Március elején például nagyon szerettünk volna részt venni az Eurocenter felteti rét megtisztításában, de egyidőben volt a lányom mérkőzésével. (A csapatnak pedig éppen akkor szerzett Korina is 1 pontot, mert gólpasszt adott.) Az ősszel szervezett, közös hulladékgyűjtési akció ugyanis óriási élmény volt számunkra. Az összejött nagy csapat minden résztvevője egyet akart, szép, tiszta utcákat. Mindezt vidáman, kedves társaságban, azonnali pozitív visszajelzésekkel a járókelők részéről.

Ahogy lezárul a meccsek szezonja - és e vírusos időszak is elmúlik - élvezni szeretnénk újra az Egyesület közösségi életét. Még több közös élménnyel, emlékekkel gazdagodni.

Lejegyezte: Bérci Mária



Tóth Korina és Decsi Veronika



Első helyen a Gerilla csapat! Vagyis én is!



Őszi takarítás a Jablonka úton. (Czégény Barbara, Tóth Korina, Veress Boglárka)

Egyesületünk története

Múltunk és jelenünk

Az Óbuda Hegyvidékiek Egyesületét (rövid nevén Óhegy Egyesület) 1989-ben jegyezte be a Törvényszék. A névadás önmagában is sokat elárul rólunk. A Budapest III. kerületének, Remete-hegy, Tábor-hegy, Testvér-hegy keleti lankáin, Óbuda Hegyvidékén élő közösséget elsősorban lakóhelyünk szeretete fogja egybe.

Az Egyesületnek a Táborhegyi Népház nyújt otthont. Minden, amink csak van, 40 évvel ezelőtti hegylakók öröksége. A felhagyott szőlőskertek tulajdonosai, mint madár a fészket, tégláról téglára rakva hordták össze a közösségi háznak szánt épületet. Akinek nem volt módja két kezével segíteni, téglajeggyel támogatta a munkát. A befejezéshez az MSZMP anyagi hozzájárulásával került sor. Itt volt az első TV készülék a hegyen. De volt jól működő fiókkönyvtár, s minthogy akkoriban az Erdőalja úti iskola tornatermét még nem húzták fel, minden iskolai bálnak, ünnepélynek a Népház adott helyet. Lassan a Népházból Pártház lett, gondnokkal, takarítónővel és az MSZMP birtokában levő kulcs-csal. Látogatottsága is rohamosan csökkent. Egyetlen szervezet tartotta fenn sokáig folyamatos-ságát - a helyi Vöröskereszt.

Az Egyesület alapításának apropóját éppen a rendszerváltozás szolgáltatta. Mindazok, akik ismerték az épület Népházból Pártházzá alakulásának történetét, félve az önjelölt pártok ingatlan utáni vágyakozásától, politikamentes szervezetet megteremtésére fogtak össze. "Csak annyi téglát veszünk ki belőle, mint amennyit annak idején beletettünk!" - volt az alapítók válasza mindazoknak, akiknek az épületre fájt a foguk. Végül az Önkormányzattól azzal a feltétellel kaptuk meg a használati jogot, hogy gondoskodunk az állagmegóváról, valamint hogy kifizejtjük a közüzemi díjakat. Vállaltuk.

Sok gond volt a házzal. A földem beázott, elektromos hálózata életveszélyes volt, padlóburkolat felszakadozott, szennyvíz a szomszéd kertekbe folyt. A nagy hibák kijavításának költségeihez az Önkormányzat hozzájárult, de



a többi mind-mind az egyre bővülő Egyesület tagjaira, besegítő hegyi mesterekre maradt. Az éveken át tartó összefogás, és a hosszas munka eredményeként megújult a ház. Aki csak régen látta utoljára, az ma rá sem ismer. Új a bejárat, új a homlokzat, új a belső elrendezés, belső burkolatok, ajtók, és új a kert is. És ami a legfontosabb, az ablakokról levettük a rácsokat.

Mára közel kétszáz család tagja Egyesületünknek. Természetesen a „vár ereje nem a falakban, hanem a védők szívében vagyon”, így az épület használati jogának elnyerése, csak lehetőséget adott az egyesület szerte-

ágazó céljának megvalósítására. Fejleszti lokálpatriotizmust, a helyhez való kötődést. Fejlesztik minden lehetséges eszközzel. Fejleszti hagyományok ápolásával, környezet védelmével, az erdő és az utcák takarításával, Jablonka park kiépítésével, az összes hegyvidéki műemlékek helyreállításával. De fejleszti új hegyi közösségek létrehozásával, a „Ki, mit tud?”, a hegyi lakosok „Zöld számár színház” előadásai révén. Fejleszti az egykori ökörsütések és az évente ismétlődő disznótörök és a Táborhegyi Farsang, és a színvonalas Óhegy-napok, Táborhegyi szüret és szüreti bál, a „Mikulás a Vi-

rágos-nyeregben” rendezvények révén, és a családok által kedvelt un. „Családi vasárnapok”, kerti bográcsozás tanfolyamok és a vasárnapi ebédek alkalmával. Fejleszti előadásokkal, hegyiek kiállításával, koncertekkel, hagyományörző, szórakoztató, vagy éppen táncos rendezvényekkel.

Ezen kívül sokan kedvelték a Teleház szolgáltatásait, Szt. Kristóf Turistaegylet kirándulásait, szerették a Mikka-Makka Játszóházat, vagy épp tagjai a bridszklubnak. Részt vesznek a tánciskola, hastánc és kondicionáló tornafoglalkozásokon, de a Népház helyet ad a hegyiek zárt-körű rendezvényeinek is.

Szócsovéünk az Óhegy-hírek, a ma már 25. éve havonta megjelenő, önként szerkesztett, a hegyi családokhoz ingyenesen eljutó lap. Jelentősége annál is nagyobb, mert bemutatja az egyesület tevékenységét, rövid és hosszú távú terveit, Óbuda Hegyvidékét érintő közügyeket, a hegyoldal történetét, természeti értékeit, riportok keretében a hegyi lakosokat, a helyi lakosok Általános Iskolájának mindennapjait, tanárjait, diákjait is, azaz dokumentálja a hegyvidék életét.

Mottónk: „Egynek minden nehéz, sokaknak semmi sem lehetetlen.” Sokszor számunkra is meglepő módon szabadul fel, közelebbi és távolabbi szomszédainkból, a már-már elveszettnek hitt együvé tartozás öröme. Mi meg kötelességünknek érezzük megfelelni a hegylakók várakozásának, önként szervezni újabb és újabb lehetőségeket. Tudjuk, hogy ezzel nem csak a Hegyvidék, hanem Óbuda kulturális életét gazdagítjuk.

„Levettük a rácsokat”, de nem csak az ablakokról. Levettük 30 évvel ezelőtti lelkünkben is. Továbbra is nyitva a ház mindenki előtt. Nincs anyagi érték, amit el lehetne vinni, de vannak benne szellemi értékek, amit bátran magával vihet mindenki. Olyan értékek, amelyek pénzben nem kifejezhetőek. Aki belép a házba, az vagy azonnal, vagy fél óra múlva megérzi mindezt, és attól kezdve hiányolja a közös élményeket. Hisz nincsenek korlátok, vagyoni, vallási vagy épp politikai megkülönböztetések. Egymás értékeit figyeljük, abból merítünk, és a szeretetet visszük haza.

Lejegyezte: Piroch Zsuzsa
az Egyesület fő alapítója

Dr. Brezovits László

Maradj otthon!

Maradj otthon

De ne azért, hogy vírusoktól félj

Ne azért, hogy négy fal között bezárt rabként élj

Ne azért, mert előírja dörgő rendelet

S ne azért, mert égő pánik nyomja lelkedet

Maradj otthon

Gondold végig, hogy jutottunk ide

Hogy vehettük Föld-Anyánkat ennyire semmibe

Gondold végig, a vész után hogyan legyen tovább

Mert ami volt, végleg elmúlt, a nagy bazár most bezárt

Maradj otthon

Halld meg újra, mit mesél a csend

Önzó, örült rohanásunk ugyan mire ment?

Halld meg újra, lombok között miről súg a szél

S megtudod, hogy visszatérve mit is tehetnél

Maradj otthon

Zárd be ajtód, s tégy rá lakatot

De szíved mélyén tárj ki minden csukott ablakot

Mert egyek vagyunk csenddel, széllal, figyelj a szavát:

Csak egységben a Nagy Egésszel léphetünk tovább!

Kertbarát Kör hírei

Itt a főszezon

Úgy hallottuk, hogy az orosházi palántanemesítők paprikája kiváló minőségű, ízletes. Akik az Orosco Kft. paprikamagjait márciusban elvetették, mostanra szép palántákkal büszkélkedhetnek. Ha az időjárás is kedvező lesz, a májusi kiültetést követően, nyáron már megérősíthetik a palántanemesítők állítását. Örömmel és kíváncsian várjuk a visszajelzéseket.

A márciusi alkalommal ismét egy nagyobb témát: a fűszer- és gyógynövények kérdéskörét jártuk körül Nagy Z. Róbert kertészmérnök, a Herbáció Magazin főszerkesztőjének útmutatásai szerint. Jól előkészített, részletes előadást hallhattunk, kreatív növényhasz-

nálati ötletekkel „megfűszerezve”. Kevés kérdésünk maradt, de az előadást követően azokra is választ kaptunk. Sokat jegyzeteltünk, így a fontos részleteket rögzíthettük, és magunk is kipróbálhatjuk a jó ötleteket.

Sok dekoratív, ráadásul ehető növényt láthattunk, legfőbb tulajdonságaik, felhasználhatóságuk ismeretével együtt. Ezek a növények szint visznek a díszkertekbe és a konyhakertekbe egyaránt. Itt a kertészkedés főszezonja, mi is kísérletezhetünk, hiszen a természet rengeteg növényt ad alapanyagunk, vagy csak hagyományos ételeink ízesítéséhez is.

Mivel a levendula gyakori növény a dísz- és haszonker-

tekben is, ráadásként most közléseink egy receptet a számtalan kreatív feldolgozásból. Nem igényel „szakértelmet”, és a nyári szezonban hűsítő társunk lehet.

Következő találkozási időpontjáról a szokásos fórumokon értesítünk minden érdeklődőt. Addig is szívesen várjuk lenti e-mail címen a kerttel kapcsolatos ötleteket, kérdéseket. Aki még nem tagja körünknek, szívesen várjuk, csatlakozni nem késő. Nyitottak vagyunk, várjuk kertszerető szomszédaink, barátaink jelentkezését is.

Kellemes időtöltést kívánok a kertben minden kedves kertbarátnak!

Mikóné Ormos Márta
kertbarat.ohegy@gmail.com



LEVENDULÁS LIMONÁDÉ: Ízlés szerint édesített vizet forralunk, friss levendula virágot dobunk bele és pár percig lefedve állni hagyjuk (ekkor már nem forraljuk). Citrommal, borsmentával, citromfűvel variálhatjuk. Egészségünkre!



A palánta

Nem is olyan régen, errefelé koratavaszzal, megelevenedtek a kertek. Mindenki lázas tevékenységbe fogott. Fontos volt és valahogy megérte, hogy a családnak legyen saját kiskertje. Szívesen csereberéltek virághagymákat, töveket. Ha valahol különösen szép, érdekes, óriásira nőtt spéci növény állt, annak hamar híre kelt. Az érdeklődőket szívesen fogadta a kertgazdája, sőt, büszke volt az elért eredményre.

Mire felmelegedett a talaj és palántázni lehetett, kapható volt - itt a hegyen - palánta is. Nem is egy helyen. Ahová én jártam ez ügyben, a szép, erős palánták mellé sok hasznos tanácsot is kaptam. Megtudtam, melyek azok a növények, amikkel érdemes foglalkozni a mi hideg, agyagos talajunkon. Mit igényel a veteményes, és hol legyen a virágoskert helye.

És akkor még nem beszéltünk a jó megfigyeléseken alapuló, népi hagyományokról. Ezeket itt, akkor, mindenki tudta. Szívesen tették közkinccsé, jóízű beszélgetések során. Nem is egy ezek közül, most úgy köszön vissza az újságokból, tévéelőadásokból, mintha mostanában találta volna ki az előadó. Hja kérem, divatba jött a biomindenféle.

Példának okáért itt az ősi hegytudomány, a csicsóka ismerete. Elsőre dísznövénynek is nézhetnénk. Sorba ültetve igen jól mutat, az is igaz. Térelválasztónak szintén. Olyasfajta virága van, mint a napraforgóé, csak jóval kisebb. Ha egyszer elültetjük, ki sem lehet irtani. Helyes, kis

ehető gumói vannak. Télen sem fagy ki, és ha enyhe az idő, az elszáradt száránál fogva elő lehet húzogatni, a föld alól. Megmosva azonnal elrágcsálható. Lereszelve, majonézzal kitűnő saláta, és így tovább. Olvastam az újságban a minap, növényi inzulint is tartalmaz, ez pedig egyes cukorbetegségeknél adhat enyhülést.

A petrezselyem leveléről azt beszélték, hogy elrágcsálva igen jól tesz az ereinknek. A zellerlevél meg a vesénk támogatója, míg a kapor az epe gyógynövénye. A rebarbarát pedig a szomszédától kapja a szorgos kertészkedő, mégpedig tőosztás után. Az első, korai alma még nincs a piracon, amikor már a rebarbara szárából finom almaízű kompót tudunk készíteni. Arra kell ügyelni, hogy a levele nem ehető.

A citromfű is kedveli a hegyi talajt. Nálam is van a kertben. Ezt is csak egyszer



kell telepíteni, és semmi gondoskodást nem igényel. Viszont a fürdővízbe téve, igen kellemes, lazító hatása van. Bizony ez, de sokszor, ránk is férne. . . Mint fűszernövény is megállja a helyét.

Érdekes, van úgy, hogy egyes növények maguktól „érkeznek”. Magjukat elhozza a szél, a madarak, a jőszerencse. Mások meg nem tudnak megmaradni a kertünkben. Hiába bármi igyekezett.

Így jártam én a kaporral. Tehettem akármit. Megyek legközelebb a szomszéd nénimhez, és mondom. Hogyne lett volna erre is jó tanács. Itt a hegyen ne volna? Óbudán hogy vetik a kaprot?! - csapta össze a kezeit. Ennél mi sem egyszerűbb. Meg kell várni, amikor tavasszal elsőt dördül az ég. Akkor, szaporán fel kell kapni egy rögtöt a földről, és jó erősen a hátunk mögé kell vetni! Ahol aztán ez leesik és szétporlad, ott mind kapor lesz! Aki nem hiszi, járjon utána. Nálam bejött.

Azelőtt igen sok sárgabarackfa volt itt a hegyen. Ezek tudtak olyan csodát, amire még az akkori körzeti doki sem talált magyarázatot. Sárgabarack-szezon idején az összes idős cukorbetegnek lement a cukra! Ezt ki érti?! Édes a sárgabarack, és mégsem okozott gondot. Persze lehet, csak a hegyi barack ilyen. Ki tudja?

És főztek itt bodzalekvárt, ittak bodzaszőrpöt is. Ez utóbbit még főzni sem kell. Itt arra kell figyelni, hogy csak a fás, magas-törzsű bodza ehető. A gyalogbodza tilos!

Nekünk sem ártana, ha a természet ajándékaira jobban odafigyelnénk.

W. Grass

Állatmesék a hegyoldalról

Huncutok a mókusok

Szomszédasszonyom, Edit számára nagyon kedvesek a mókusok. Szívesen gyönyörködne bennük hosszasan, csak ők mindig eliszkolnak, ha észreveszik az ember közelségét. Dohogott is Edit emiatt, panaszát a rőt bundás, mókás kis tolvajok meghallották.

Még ősszel volt, hogy kint ülünk együtt a kertben, őriztük a

nyári meleg utolsó emlékfoslányait az őszi napsütésben, egy bográcsnyi paprikáskrumpli illatozott mellettünk. Egyszer csak odanyargalt egy mókus, megtorpant előttünk a kövön, méricskélte Editet, pózolt egyet jobbra, pózolt egyet balra, majd, amikor biztos volt benne, hogy észrevetük, nekiállt bújószkodni a faraká-

son. Megállt, ránk nézett, eltűnt, felbukkant egy másik hasábon, ugrált, szaladt, kukucskált, mulattatott bennünket. Szokatlanul hosszú időt töltött körünkben.

Lehet, hogy az étel hívogatta és a csempészeti lehetőségeket jött felmérni, de nekem jobban tetszik az a magyarázat, hogy Edithez jött, őt üdvözölte.

Diósi Vali



Piacra fel!

A mai, szuper- és hipermarketekkel jól ellátott vásárlókultúrában még mindig fontos szerepet kapnak a hagyományos piacok, ahová nemcsak árubeszerzés céljából járnak/jártak az emberek, hanem sokszor csak a hangulat, a milió kedvéért. Az ételek elkészítéséhez, természetesen az alapanyagokat be kell szerezni. Sok évszázadon keresztül ennek természetes helyszíne a piac volt, ahol a vásárlók friss árukhoz juthattak. Így volt ez Óbudán is, ahol szintén a helyi piacokon - Kolosy tér, Tavasz utca, majd a Kórház utca - vásárolhatták meg az ételekhez valót.

Idén ünnepli 90. születésnapját az óbudai lakosság által közkedvelt Kórház utcai piac, amely 1929 szeptemberében nyitotta meg kapuit, és a régi, Tavasz utcai piacot váltotta fel. Az Árpád híd építése miatt ugyanis a Tavasz utcai piacot be kellett zárni és elbontani. Az új piacot részben az 1888-ban bezárt régi temető területére helyezték, a Kórház - Raktár - Vihar - Kerék utca által határolt négyszögben. A megnyitáskor még nyoma sem volt a panelcikk hánknak, jellegzetes földszintes

óbudai, ún. parasztpolgárházak szegélyezték, ahol a piaci árusok és fuvarosok által közkedvelt Weber kocsmá is működött.

A Kórház utcai piac több részből állt. Az üzletekben bérlők működtek, a piac közepén, illetve déli oldalán őstermelők árulták portékáikat. A piacra főleg a környező településekről jöttek árusok - elsősorban a Pilis térségéből - zöldséget, gyümölcsöt és egyéb termékeket kínálva eladásra. A mindig friss áru vonzotta a vásárlókat. A piac átépítéséig élőállatot is árultak a vidéki termelők. A piac közepén lévő kis téren állt a szinte szimbólummá vált kerek kút. A Vihar és a Verőfény utca sarkán állt a Kórház, kocsmá, peccenyestű, órás, gombos és más kis boltok kaptak helyet. A piaccsarnok épületébe több bejáraton keresztül lehetett bejutni. A húsboltokon kívül egyéb üzletek is helyet kaptak a piacon: halárus, tejtermékes, pék, savanyúságos, lángosos. A II. világháborúban a piac súlyos sérüléseket szenvedett, de hamar újjáépítették, csarnoképületeket és a Kórházat renoválták. A Kórház és a Szél utca sarkán - idővel - egy kis közért

is helyet kapott. A piacot a hetvenes évek elejétől egyre több tízemeletes panelház fogta körbe, jelentősen megnőtt a kerület lakosságának létszáma, amely szükségessé tette a Kórház utcai piac átépítését. Erre 1983-1985 között került sor. Az építkezés idejére lezárták a Szél utca egy szakaszát, valamint a Verőfény utcát, ahol ideiglenes standokat hoztak létre és az átépítés alatt ezekben az utcákban működött a piac.

Az 1985-ben átadott új Kórház utcai piac egy modern, fedett csarnok lett, s ezzel elvesztette valamikori hangulatát. Az új piac 7800 m²-en terül el, amelyből 3600 m² van beépítve. Az eredeti tervek alapján egy emeletes, nagy raktárakkal és hűtőkel felszerelt komplexumot akartak felépíteni, amely azonban anyagiak hiányában nem valósult meg. A Kórházat lebontották, a kerek kútát elszállították, az őstermelők már nem a szabadban, hanem a zárt csarnokban kínálják áruikat. Sajnos a régi atmoszféra már a múlté, ám még akad olyan korosztály, akiknek kihagyhatatlan program a hétvégi piaci látogatás.

Horváth Péter





Az Erdőalja út a Zúzvara és Széphegy utca találkozásától a Virágosnyereg útig fut, mintegy 3 km hosszan. Nevét 1935. április 3-án kapta. Ebben az évben a Hegyvidék hét utcáját neveztek el a trianoni békeszerződés következtében Magyarországról leszakadt területek településeiről. Így kapott nevet többek között például a Farkastorki lejtő, a Körtvélyes utca, a Toronya utca, a Jablonka út is.

Az Erdőalja út a nevének eredetéről még nem rendelkezünk hiteles forrással, de az eddigi kutatás alapján feltehetően a Romániában fekvő Erdőalja (Sub Padure) településről kapta, mely ma Vámosgálfalva része, Maros megyében. A falvacska a trianoni békeszerződés előtt Kis-Küküllő vármegye Radnóti járásához tartozott.

Nem kizárt azonban az sem, hogy nevét a Szlovákiában található Erdőalja (szlovákul Podhorie) településről kapta. Az egykor önálló falu ma a tőle 4,5 km-re fekvő Bolesó település része, mely a Trencséni kerületben, az Illvavi járásban található.

Az utcanevek elhatárolásánál, a településnevek közül feltehetően azért ez a dűlőút kapta Erdőalja nevet, mert akkoriban az út hosszú szakaszán, egészen az erdő aljáig felnyúló telkeket lehetett megközelíteni.

Közel száz éve Óbuda hegyvidékén is megjelentek a kisvendéglők és kiskocsmák, melyek közül az egyik leghíresebb az Erdőalja út 15. sz. alatt található Rosner kocsmá és szatócsüzlet volt, melyet főleg kirándulók és egy ganz gyári társaság látogatott rendszeresen. Általában hideg falatokkal várták a vendégeket, meleg ételt csak külön megrendelésre készítettek. A történelmi események hatására 1950-ben bezáratták.

Az 1930-as évek elején, az akkor még névtelen dűlőút (Erdőalja út), és a Farkastorki-árok (ma Hedvig utca) kereszteződésénél épült a Testvérhegyi Csárda. Célközönsége a helyi lakosság, valamint a Hármashatár-hegyre kirándulók

voltak. Az alsó szinten konyha, sőtés és étterem funkcionált, míg az emeleten két vendégszoba várta a megpihenni vágyókat. A helyben történő fogyasztás mellett „utcán át” való italkimérés is volt, azonban a csárda nem hozta meg azokat a bevételeket, amelyeket a tulajdonos várt volna. A II. világháború után tulajdonosváltás történt. Az új üzemeltetők, a „dalos kedvű” Krasznai József és családja, folytatták elődeik tevékenységét. A telken még istállót is építettek, amelyben tehenet tartottak, hogy friss tejjel is szolgálhassanak. A remélt siker elmaradása miatt az étterem az 1950-es évek elején szintén bezárt.

Az addig csak kirándulóterületként funkcionáló utca és környéke ekkortájt kezdett beépülni. 1955. november 5-én buszjáratot indítottak 37E jelzéssel a Miklós utca és az Erdősor út között, mely 1977 óta 137-es jelzéssel közlekedik, a Szentlélek tértől.

Az Erdőalja út 5. szám alatt működik az Óbudai II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola, melynek építése 1942-ben kezdődött szülői indítványozásra, a tanítás pedig 1949-től indult el folyamatos magas színvonalú oktatással, sokrétű szakkör-, sport- és programkínálattal. Az iskola idén ünnepli működésének 70. évfordulóját.

Az Erdőalja ABC az 1960-as évek elejétől működik a Farkastorki lejtő becsatlakozásánál. Az un. „Kisabc” a helyiek minden igényét kielégíti, legyen szó egy finom reggeli kávéról, szendvicstről, a mindennapi bevásárlásról, vagy egy baráti találkozóóról a hangulatos padokon.

Akik egykoron a dűlőúton sétáltak szőlőskerteket láttak, egy évszázaddal később hétvégi házakat. Akik ma erre sétálnak egy-két lakásos családi házakat látnak, de ahogy a Hegyvidék több utcája, úgy az Erdőalja út is újabb átalakulás előtt áll. Elbontásra kerülnek a régi családi házak, helyükön többlakásos épületeket húznak fel. Vajon egy következő generáció mit fog látni az utcán sétálgatva?

Bugyi Szabina



II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola (1950)



Rosner kocsmá és szatócsüzlet (1950)



Testvérhegyi Csárda (1933)



Erdőalja ABC (fotó: 2015)

Iskolai hírek

A vidám farsangi kavalkád és a különleges finomságok időszaka után, derűsen indultunk a márciusba.

Az 5-es Szilágyi Réka nem csak a matematika kerületi fordulón remekelt, de a budapesti szinten is túljutva, az országos versenyre várják.

A februári palacsintás nap, a XXVI. Angol szalon idén is sok örömet okozott a résztvevőknek. A hagyományosnak mondható serpenyővel futás, a palacsinták feldobása, a pinponglabda-fújás és némi angol szó- és receptkeresés mellett számos új csapatjátékot vetettünk be, amelyek szellemi és fizikai igénybevételt is jelentettek (hulahopp a kő-papír-ollóval kombinálva). Minden jó móka után eljött a palacsinta-evés ideje, így remek lekvárokat kóstolhatott a zsűri, és igazán elégedetten tértek haza a nebulók.

Alsós kontingensünk részt vett a kis óraszámú angol tanulók versenyén, felsősünk pedig az Országos Angol Tanulmányi Verseny budapesti fordulóján. Eredményeik még nem ismertek.

Az 5. osztály és az énekkar lelkesen készült a március 15-i ünnepekre. Ez olyan különleges nemzeti ünnepünk,

amelyet minden tanulóknak nagyon vár. Ekkor kezdődik számukra a tavasz és a nyár is egyben – mondták a 8-osok –, miután (a friss rendeletek miatt), az iskolarádió közvetítette az előzőleg felvett ünnepi műsorunkat. A megemlékezés érdekes, színes és hangulatos volt, amelynek fényét emelte az iskolai kórus zongorával és gitárral kísért éneke. Mégis csalódást jelentett a személyes jelenléthez szokott nebulóknak a padban való hallgatás, és így kissé elszontyolodva viselték kokárdájukat.

Az újabb közegészségügyi rendeletek miatt a távoktatásra állt át intézményünk. A kormányzati bejelentést követően a hétvégén számos kollégánk talpon volt – értsd online. Égtek a vonalak, hogy a hétfői eligazításra már némi felkészültséggel érkezhessünk. A vezetőség és Basa István tanár úr szíves közreműködésével létrejöttek azok a feltételek, amelyekkel minden tanulni vágyó gyermek részt vehet a digitális munkavégzésben.

Kialakultak a virtuális osztálytermek, megteltek tanulókkal. A pedagógusok apránként adagolva rendelkezésre bocsátják a tananyagot, a magyarázatokat, és gyakorló feladatok linkjeit csatolják.

A kütyükhöz szokott gyermekek ügyesen küldik be elkészített munkáikat a központi, esetleg a magán tárhelyekre. Örvendetes, hiszen ha magatartásjegyet nem is kapnak, szorgalmuk értékelésre kerül.

Egyik igen kedves és szorgalmas tanítványom következő bájos mondata fogadott engem a virtuális osztályterem falán három nap elteltével: „Kezdem unni ezt a bentlakásos iskolát”. Igyekszünk jópofa virtuális feladatokat, vicces alkalmazásokat felvonultatni a következő időszakban, a személyes jelenléte pedig előbb-utóbb, talán videokonferenciák, videós órák pótolják majd, bár csak kis százalékban. Nagy erőfeszítések árán, a közoktatásban részt vevő mindhárom szereplő aktív és kölcsönös együttműködésével nézünk elébe a következő heteknek, hónapoknak. Bízunk abban, hogy sikerül a paradigmaváltás, és az új helyzetben a gyermekekkel, valamint a szülőkkel együtt mi is megtaláljuk a megfelelő megoldásokat. Talán majd némi döccenővel, de biztos örömmel zárhatjuk majd be nyár elején, az egyébként sikeres és ünnepi 70. tanévet.

K.E.



Suliváró foglalkozás. Február utolsó csütörtökén délután nyüzsgő ovis gyereksereg foglalta el iskolánk könyvtárát, ahol Kriszta néni és Gergő bácsi mókás bábfigurái énekeltek és mozgatták meg a leendő elsős tanulókat, majd sor került a kézügyességet igénylő színezésre, nyírásra, valamint az első emeleti folyosón cikkcakk vonalon kellett ügyességüket bizonyítaniuk a kicsiknek.

Hét évtizede a Remete-hegyen



1948 óta, azaz három éves koromtól kezdve a lakcímem változatlan. A lakásminőségem 1982-től ugyan javult, mert szüleim telkén építkeztem. Kisgyermekként folyamatosan jártam a szomszédos agyagbányákba, a Budai-hegyekbe, a Római-partra, a Kiscelli kastélyba és kertjébe, a piacra, a Mocsaras dűlőbe...

Az Erdőalja úti Általános Iskolába nyolc évig jártam. Elsős tanító nénim Faust Erzsébet, Zsóka néni volt. Másodiktól negyedikig Kiss Márta volt az osztályfőnököm. Ötödikben Boronkay Róbert földrajz tanár, majd hatodiktól nyolcadikig Árvai Magda magyar tanár volt az osztályfőnököm. Az Iskola igazgatója mindvégig Pethő Márton (Marci Bácsi) volt. A matematikát Karádi Károlyné Magdi néni tanította, akinek férje az Árpádban biológia tanárom volt.

Az iskola hat tantermes volt, ezért két éven át – hetente felváltva – délelőtt, illetve délután jártunk. A tornaórákat Metykó Sándor nyáron az udvaron, télen a folyosón tartotta.

Szinte mindennapos „vadászterületünk” volt a Mátyás-hegytől a Hármashatár-hegyen és a Csúcs-hegyen át a Kálvária-hegyig terjedő hegyvonulat. Az iskolából hazafelé a Tábor-hegyi barlanghoz gyakran csak úgy felszaladtunk, vagy éppen a Tábor-hegyre rohantunk erdőtüz esetén a tűzoltók legnagyobb örömeire – és Édesanyám legnagyobb bánatára – a lángokat csapkodni. De nem vágok a dolgok elébe, élményeimet kronológiai sorrendben osztom meg. Másképpen fogalmazva: a hegyvonulattal összefüggésben ismertetek személyesen átélte tájalakulás-történeti epizódokat. Az élmények többsége az 1950-es évekhez kapcsolódik, illetve addig nyúlik vissza...

Csemez Attila

Egy hegyvidéki tájépitész élményei - 1

Betörések a kis közértbe

Az 1950-es évek elején Ruppné egykori telkén közértet nyitottak a mai Máramarosi út és a Máramarosi köz elágazásánál. A földszintes kis családi házat az út melletti forgácslapból készített raktárral bővítették. A közértet a telekhatáron épített drótfonatos kerítés kapujának láncos lakatolásával is bezárták. Mindez azért lényeges, mert a drótkerítés átmászása után a kis közért szimpla ajtaját illetve a raktár pozdorjás ajtaját könnyedén ki lehetett feszíteni.

A hegyre, legalábbis a Máramarosi út felé autóbussz nem közlekedett. A jelenlegi 137-es végállomása lehetett a vízválásztó. Azaz a mai buszfordulótól lefelé lakók villamossal közlekedtek. A Perényi úti megállótól gyalog mentek haza. A fél hegygel találkozhattunk a késő délutáni órákban.

Mi naponta a Perényi út elején lévő és államosított Tepper közértbe (a megbecsülésnek örvendő, gyermektelen zsidó házaspár felszolgálóként 1956-ig „saját” boltjukban dolgozhatott) jártunk kétkilós kenyeret venni felváltva öcsémmel. Hazafelé pedig a cipekedő asszonyok valamelyikének mindig segítettünk. Minket azok is ismertek, akikkel nem voltunk közelebbi ismeretségben, mert mi voltunk az a ház, ahol a két fiú lakott és a hatalmas komondor. Fickó kutyánk azért is nagy elismerésnek örvendett a hegyiek körében, mert a rendszeres tyúk és szénalopásoktól minket megvédett.

A Perényi úton járó lakók mint faluhelyen, úgy ismerték egymást.

December elején, Mikuláskor, decem-

ber közepén, Karácsony előtt a kisközértbe rendszeresen betörték. Bizonyára nem fogják kitalálni, mit „loptak” el. Mindössze egy-egy doboz szaloncukrot, némi édességet, esetleg egy-egy kiló cukrot. A közérttestől pontosan tudtuk, hogy mikor mit! S miért? Mert akkora volt a nyomor, hogy még sok családnál édességre sem tellett... A négy-öt háznaira lakó asszonyok rendszeresen jöttek édesanyához:

- Mártika egy-két tojást kaphatnék kölcsön?

- Mártika egy fél kiló lisztet tudnál kölcsön adni?

Hat évtized távlatából bevallom, hogy egy-két ismerősöm november végén egy-egy méteres feketefenyőt éjjel ellopott a Remete-hegy keleti oldaláról karácsonyfának. December elejétől a kifűrészelt fácskák számának növekedését a rendszeres lovas-rendőrök járőrözésével lehetett csökkenteni...

Diplomás szüleim segéd munkásként keresték a megélhetéshez szükséges anyagiakat. Rokoni látogatások során anyám szinte sírva mesélte, hogy az iskolaorvos rendszeresen behívatta, mert gyermekei alultápláltak voltak. Pedig nekünk még „jól ment”. Kertünkben a gyümölcs megtermett. Tyúkok mindig voltak. S évente egy-egy disznót is leöltünk. S mégis: aki naponta lement a két kilós kenyérért a Tepper közértbe, mire hazafele, a vekniből olykor egy fél kilót is elcsipegetett. A felfelé jövő hegyiek ilyenkor megjegyezték, hogy miért hoztunk olyan kenyeret, amelyet a kisegér megrágott...

Csemez Attila

Bűnügyek a Hegyvidéken – anno

Szerelmi dráma a Táborhegyen

Sorozatunk következő tragikusán véres esete 1938 áprilisában történt a Tábor-hegyi barlang bejáratánál, amely story ellepte a korabeli újságok címlapjait. Iskolásfiúk a barlang bejárat előtti tisztáson három halottra bukkantak. Utóbb kiderült, hogy kettős gyilkosság és öngyilkosság történt. A helyszínre kiérkező rendőrök, nyomozók és mentősök, 20-25 évesnek látszó két fiatal leány és egy férfi egymás mellett fekvő testét vizsgálták, fejükből még szivárgott a vér, homloklövés érte mindhármukat. Segíteni már nem tudtak rajtuk. A kíváncsi helybeli lakosok azonnal ellepték a helyszínt, és figyel-

ték a detektívek munkáját. Az rögtön kiderült, hogy a gyilkosságokat a fiatalember követte el egy hatlövetű Steyr-gyártmányú revolverrel, amit még a kezében tartott, majd magával is végzett.

A holttesteket elszállították a Törvényszéki Orvostani Intézetbe, ahol alaposan átvizsgálták a ruházatukat, iratokat keresve kiletükre vonatkozóan, amelyek segítenék a nyomozást. Találtak is! Egymásután kerültek elő igazolványok, búcsúlevelek és más papírok, bizonyítékok. Ezekből kiderült, hogy gyilkos lövéseket Magyar István 25 éves pestszentlőrinci cukrászsegéd adta le, illetve az egyik nőt – a zse-

bében talált a Beszkárt villamosigazolvány alapján – Kollár Istvánnénak hívták. A harmadik nő kiléte ekkor még ismeretlen volt, nála három mozijegyet és egy levelezőlapot találtak, amelyre a Nusi, Bözsi és Pista neveket írták. Kollár Istvánné retiküljében egy noteszt is találtak, valamint három mozijegyet és egy levelet. A fiatalembertől szintén találtak búcsúlevelet, amelyben szüleinek és testvéreinek üzent.

A fellelt bizonyítékok – a búcsúlevelek, a teleírt mozijegyek és levelezőlap – alapján próbálták összerakni a nyomozók, hogy pontosan mi vezethetett a rejtélyes tragédiához. Ezek sze-

rint a három fiatal együtt töltötte élete utolsó napját, moziban voltak, majd Békásmegyerről gyalogoltak át Óbudára, fel a Táborhegyre, ahol eldördültek az előre kitervelt halálos lövések és közösen véget vetettek földi életüknek. A többi, homályos írásból nem derül ki, hogy ki volt a harmadik lány – a levelezőlap alapján talán Nusinak hívták -, aki halálakor egy csokor vadvirágot szorongatott a kezében. A találgatások szerint féltékenység, pénz, esetleg egy szerelmi háromszög, boldogtalanság lehetett a kiváltó ok.

A fiatalember búcsúlevelében azt kérte, hogy közös sírba temessék mindhármukat, ahol örökre megpihenhetnek. A híradásokból nem derült ki, hogy ez az utolsó kívánság teljesült-e.

Horváth Péter

AZ EGYESÜLET HÍREI



„Egynek minden nehéz,
sokaknak
semmi sem lehetetlen”

Wagner Judit

Nagyot változott a világ

Nagyot változott a világ.
Sosem lesz már régi.
Ott lapul majd szívünk mélyén
Feszültség és félsz is.

Életért verseny kezdődhet.
Hajtás túlélésért.
Elhullik majd a férgese.
Bánt és fáj, szúr és sért.

Szinte megállt az életünk.
Az utca néptelen.
Bámul maga elé ember,
Felfogni képtelen.

Hol a nagyvárosi moraj?
Zúgás, motor hangja?
Csak néma csend van mindenütt.
Jaj, templom harangja!

Kellett már ez a büntetés.
Habzsoltuk életet.
Pörögtünk és túlvállaltunk.
A sok is kevés lett.

Most aztán mindenki leáll.
És minden szünetel.
Furcsán tekintünk egymásra,
Messze kerülve el.

Tönkre fognak menni sokan.
Mások nyerészkednek.
Kemény harc az új javakért.
Ölni merészelnék.

Háborús intézkedések
Fegyver, lövés nélkül.
Kijárási tilalom lesz,
Otthon maradsz végül.

Szemtanúi vagyunk ennek,
Sosem látott bajnak.
Mit unokáink is majd csak
Csodálkozva hallnak.

Aggódás és félelem van,
Várokozás mégis.
Nagyot változott a világ,
Sosem lesz a régi.

Szünet a Házban

Járvány miatt zárva a Ház. Elmarad az áprilisa tervezett „Tavaszi koncert”, a „Családi Vasárnap” az énekmondó Joós Tamással. Nem lesz kiállítás, megnyitó, kerti bográcsozás a vasárnapi ebédrel, egy előadást is lemondunk. A meghirdetett állandó programok is szünetelnek.

Mi lesz májusra tervezett programjainkkal, az éves egyesületi közgyűléssel? Arról majd a következő számainkban, a Vezetőség vírushelyzethez igazodó döntését követően írunk.

Sajnos el kell halasztanunk a júniusra tervezett erdélyi tanulmányutunkat is. Ezzel kapcsolatos részletekről a bejelentkezett útitársainkat közvetlenül értesítjük.

Ahogy halljuk, mindannyian otthon vagyunk. Időnk van. A múltat elemezzük, a jövőről elmélkedünk, gondolkodunk, s legalább picit tisztul az agyunk, s gazdagabb lesz programunk.

az Egyesület Vezetősége

Kedves gondnokunk Varga Éva elköltözött,
családi nehézségei miatt. Helyére új gondnok érkezett:

Kiss Tünde

Tünde végzettsége szerint varrónő, de nem idegen neki a rendtartás, a takarítás sem. Ahogy mondja – nagyon szeretek háziasszonykodni. Húsz évvel ezelőtt Hajdú-Bihar megyéből, Egyekről költözött Pestre. Előző házasságából vele jött a 8 éves Vivien, aki egy szabályos kis tündér. Vele jött új vőlegénye is, Soltész Jani, aki Szatmárnémetiből való, aki szintén 20 éve él Pesten. Több OKJ-s bizonyítványa van, biztonsági őr meg targoncavezető, de valójában amolyan ezermester féle. Ezermesterségről ugyan nincs bizonyítványa, de majdnem

mindenhez ért. Fő foglalkozása a lakásfelújítás. A kis gondnoki lakást már kifestette, Tündével be is rendezték, és készülnek a májusi esküvőjükre.

Tünde végigjárva a házat, a kertet, nem rettent el a feladattól, sőt...! Örömmel jött, nem hiányzott arcáról a mosoly.

A házban szünet van most a vírus miatt, de tapasztalatok nélkül is meggyőződésünk, hogy kiválóan látják majd el feladataikat. Reméljük, jól érzik majd magukat társaságunkban, és akik megfordulnak a házban szintén szeretettel fogadják őket.

fl



ÖSSZERAKJUK, KISZÁLLÍTJUK!

Rendkívüli helyzetre való tekintettel, a Hegyvidéken élő időskorúak telefonos megrendelésére összerakjuk áruikat és az üzlet előtt átadjuk, vagy hétköznap 9-14 óra között házhoz szállítjuk.

Erdőalja úti ABC, 1037 Bp., Erdőalja út 79.

Telefon: 06 1 388 6713

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

Felelős kiadó: Felcsuti László elnök.

Szerkesztő: Mikes Kriszta, Dienes Andrea.
Hirdetésfelvétel:

Óhegy Egyesület. Telefon: 70-325 3416

Előkészítés: Petít Typo Bt.

Nyomás: Coradix Kft.

Megjelenik: 3000 példányban



HÍVJON, SEGÍTÜNK!

Hegyvidékünk területén élő időskorúak számára készsággal nyújtunk segítséget, mind élelmiszereik, mind gyógyszereik beszerzésében. Aki erre igényt tart, jelentkezzen bátran. Ha az Ön környezetében van olyan szomszéd vagy ismerős, akinek sokat jelentene ilyen jellegű támogatás, e lehetőségről értesítse őt, vagy minket.

Ígényükről írjanak az egyesulet@ohegy.hu e-mail címünkre, vagy jelentkezzenek a +36 20-994 1431 telefonszámon.

Ugyanitt lehet jelentkezni önkéntes segítőknek is.

az Egyesület Vezetősége

Idősek gondozását, betegek ápolását

vállalom a Hegyvidéken.
egészségügyi végzettséggel
és igazolt tapasztalattal.

Bővebb információ:

Hendlein Teréz

Tel: +36 20-266 9330

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

ÍNYENC KERT

ÉTTEREM ÉS KÁVÉHÁZ

INGYENES KISZÁLLÍTÁS

Menü: leves + választható főétel 1150 Ft + csomagolás.

Menü: Leves + választható főétel + desszert 1500 Ft + csomagolás.

Kiszállítjuk honlapunkon olvasható, finom ételeinket is.

Megtekinthető: www.inyenckert.hu

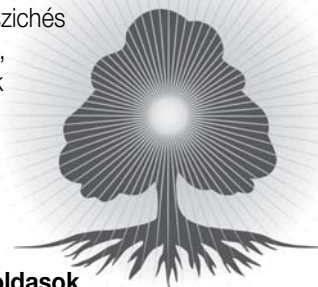
Telefon: 487 3090, +30 476 1316 vagy inyenckert@gmail.com

Ínyenckert étterem - 1037 Bp. Vörösvári út 131.

ONLINE KINEZIOLÓGIAI STRESSZOLDÁS

**TESTI-LELKI-SZELLEMI PROBLÉMÁK FEOLDÁSA
HARMONIZÁLÁS, BELSŐ ERŐ NÖVELÉS.**

A blokkolás utáni belső egyensúly kialakításával
öngyógyító erőink beindulnak, pszichés
immunrendszerünk megerősödik,
így képessé válunk nehézségeink
hatékonyabb kezelésére.



Szeretettel várlak:

PAPP ÉVA kineziológus:

+36 20 322 4944;

www.kinezmag.wixsite.com/oldasok



Rónai Balázs, hegyi szomszédunk, a „Táborhegyi kutyásokkal” hulladékgyűjtést szervezett márciusban, az egykori Újlak II. bánya helyén lévő „réten”. Az akció nyomán a szokásos sétaútvonalak környékéről teljesen eltűnt a szemét. A kevésbé szem előtt lévő, nagy „lerakók” környékén viszont még sok órai munkával lehet majd csak látványos változást elérni. Ahogy Balázs jelezte: a csapat nem adja fel.