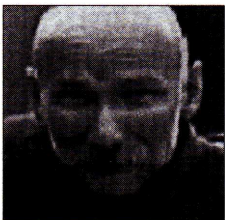


A TARTALOMBÓL:

Bemutatjuk	2
A nemes Kádár	3
Gréti-ösvény	4
Az allergiáról (2. rész)	5
Toll-hegy	6
Ismerjük fel és óvjuk... ..	8
Kullancsfertőzések	9
Így élünk mi	10
Veronika	11
Iskolai hírek	13
Van mit folytatnunk	14
Az egyesület hírei	15

Gratulálunk Konyi!!!

A Tábor-hegyről a világ tetejére



Várkonyi László-
nak és Erőss
Zsoltnak végre
sikerült, ami ma-
gyar mászónak
még soha: a sport-
emberek május
25-én feljutottak

a Mount Everest csúcsára, illetve köz-
vetlen közelébe Erőss Zsolt oxigénpalack-
kal volt 8848 m-en, Várkonyi László
oxigénpalack nélkül jutott a magyarok
közül a legmagasabbra a csúcscsúcsban.

A 46 éves Várkonyi László, — aki Erdőal-
ja úti szomszédunk — az egyik legeredmé-
nyesebb magyar expedíciós hegymászó.
Több sikeres Pamír- és Tien-Shan, vala-
mint Andok túra után csúcsmászó részt-
vevője volt a magyar Sisha Pangma (8012 m)
és a Cho Oyu (8202 m) expedícióknak.
A Mount Everesten első alkalommal az
1996-os magyar expedícióval kísérlete-
zett, majd kétszer járt más országok cso-
portjaival. Tavaly a Kangshung-falon kí-
sérletező Explorers-expedíció tagjaként
járt az Everesten.

Június 16-án, vasárnap parlagfűirtás

Találkozó 10 órakor a Népháznál

Bár a parlagfű még nem virágzik, gumikesztyűt hozz magaddal!

Célunk nem csak egy napos akció, hanem az, hogy minden gyomos rendezetlen területnek valódi
gazdája legyen. Itt fokozottan érvényesül az Egyesület mottója:

„Egynek minden nehéz, sokaknak semmi sem lehetetlen”

Várunk mindenkit, aki otthon szereti érezni magát a hegyen, aki már most allergiás, akinek a környezetében
van olyan, aki allergiás vagy asztmás.

Támogatóink:



Könyvesbolt, Új Udvar, Kórház u-i piac, Rózsakert

Óbuda Önkormányzatának PARLAGFŰ-vonalán: 368-4050 v. 437-4060 kaphatunk segítséget,
ha a terület gazdáját máshogy nem tudjuk figyelmeztetni.

A Mezőgazdasági Osztály 20.000 — 1.000.000 Ft-os bírságot vehet ki.

Irodalom: az Óhegy-hírek

— februári számában: dr. Brezovits László „Embert környezetéről” c. cikke,

— májusi számában: Kőszegi Péterné gyógyszerész (marti@eposta.hu)

„Az allergiáról” c. cikke.

Hasznos linkek: www.abosz.hu Asztmás és Allergiás Betegek Országos Szövetsége

www.levego.hu Levegő Munkacsoport www.parlagfu.hu Parlagfűről mindenkinek

Népházi programajánló:

(bővebben a 15. oldalon)

2002. június 11. kedd este fél hét
A budapesti
Vox Voluptatis kórus

2002. június 13. csütörtök 18.00
Író-olvasó találkozó

**Június 16-án vasárnap
13 órától
ismét ebéd a Népházban**

Június 22-én szombaton 19.00
Szent Iván éj

Mindenkit szeretettel várunk!

FELHÍVÁS

az Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete 2002. évi I. RENDES TAGGYŰLÉSÉT 2002. június 17-én,
hétfőn 17:00-órakor tartja a NÉPHÁZBAN, cím: 1037 Budapest Toronya u. 33

Alapszabályzatunk szerint, amennyiben a tagság létszáma nem éri el a teljes létszám 50%-át,
úgy ismételt időpont kitűzésével, a határozatképesség a megjelentek létszámától függetlenül fennáll,
ezért erre az esetre az Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete 2002. évi II. RENDES TAGGYŰLÉSÉT
2002. június 17-én, hétfőn 17:30-órakor tartja a NÉPHÁZBAN

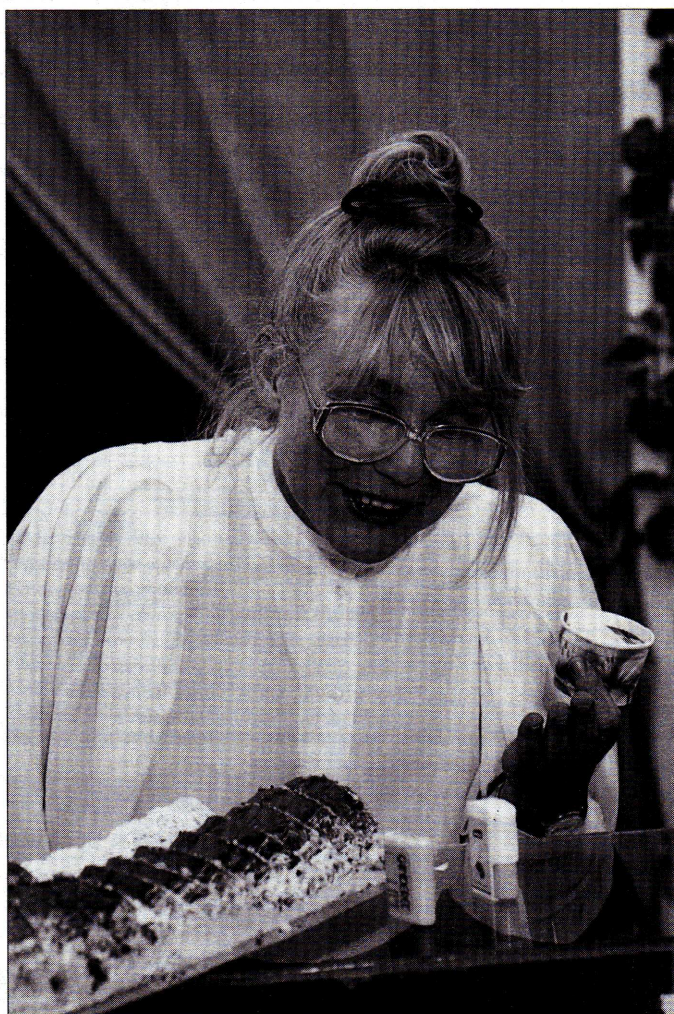
Napirendi pontok:

1. vezetőségi beszámolója az eddig eltelt időszakról
2. a Felügyelő Bizottsághoz érkezett, az Egyesület működésével
összefüggő kérdésekben kialakított álláspont ismertetése
3. mérlegbeszámoló
4. közhasznúsági beszámoló

Bemutatkozik dr. Laubálné Raffinger Éva

A mikor felkértek, hogy mint az új vezetőség tagja írjak egy pár bemutatkozó sort, zavarba jöttem. Egy gépelt oldalon, hogy lehet beszélni a múltból, a jelenről, a tervekről.

Egy pár szó a múltból. A Judit utcában születtem, a Viharhegyi úton kamaszodtam, és tizenhat éves korom óta a Körtvélyes közben élek. Ez a hegyi közösség olyan volt, mint egy falu. A kertek között kis kapuk voltak. A kiskapun keresztül időnként megjelent a szomszéd néni – mi „sütis Bőzsi néni” hívtuk – egy-egy tálca frissen sült finomsággal. A mézes ízét még ma is a számban érzem. Úgy tudtam a Vácsi néniék, vagy a Gráfék kiskereskedésébe menni, hogy nem kellett a fő utakra kimennem. Télen a szülők lapátolták el a havat az iskolába vezető úton. A gyerekek délutánonként a Viharhegyi úton szánkóztak, és miután hazatérve lefeküdtek aludni, a szülők, hónuk alatt forralt borral, teával felszerelve folytatták csemetéik szórakozását. Életem fontos, szinte meghatározó emléke a karácsony. Családunk anyai ága nagy részben a Hegyen, a többi Óbudán lakott. December 24-én unokatestvéim-



mel fölkerekedtünk, végiglátogattuk a hegyi nagynéniket, és mire hazaértünk, már állt a karácsonyfa, sült a rántott hal, és körülöttünk voltak azok az emberek, akik

szerettek minket és egymást. Házunk mindig tele volt gyerekekkel. Nem volt különbség közöttünk. Mindenki szegény volt, ki ezért, ki azért.

Még egy emlék: 1956 novemberében a Viharhegyi úti ház kertjében hasaltunk, és lestük, ahogy a szovjet tankok vonulnak az iskolához, onnan lövendő a Schmidt kastélyba magukat befészkelte forradalmárokat. Az akkor gyomromba beköltöző hideg gombóc a mai napig nem melegedett fel.

Szüleim sokat tettek a hegyi közösségért, és hogy ma még mindig Népház a Népház, nagyon nagy részük van benne.

Talán tőlük az indíttatás, hogy magam is a közösségért tenni akaró ember lettem.

Sok szó esett a múltból, már csak egy pár szó a jelenről.

A Körtvélyes közben működik tizedik éve a Lau-Ra Diabetikus Cukrászat, aminek tulajdonosa vagyok. Az ott készült rétesekről és vargabélesről már az előző számokban ódákat olvashattak Sáringer Erzsike tollából.

A jövő: tudom, hogy az újonnan felhúzott, téglából épült magas kerítéseken nehezebb kis átjáró kapukat vágni, de azon leszek, hogy ezek a falak mégis átjárhatóvá váljanak.

TERMÉSZETES, FAGYÁLLÓ, KÜLTÉRI

KŐBURKOLATOK

járdára, útra, lépcsőre, lábazatra,
kerti tipegőnek, garázsbeállónak,
kocka, szabályos, szabálytalan alakzatban

PORPHYR KFT.

1037 Bp., Bécsi út 302.
Telefon: 250-6036. Fax: 387-9895

Egyszer és mindenkorra!

1037 Budapest
Farkastorki-
Királyhelmec út sarok
Telefon: 387-9547



Rendelési idő:
hétfő-péntek: 9-11, 16-19
szombat: 9-11
vasárnap: 17-19

Kötelező veszettség elleni oltásra kijelölt rendelő

VÉDŐOLTÁSOK BEADÁSA HÁZNÁL IS,
HASI ÉS SZÍVULTRAHANG
ELŐZETES BEJELENTKEZÉS ALAPJÁN,
EKG-SZAKVIZSGÁLAT,
SEBÉSZETI-SZÜLÉSZETI BEAVATKOZÁSOK,
RÖNTGENVIZSGÁLAT

Hegyi Ovi

erdei környezet • jó levegő • nyelvoktatás • sportfoglalkozások
SZÍNEK VILÁGA ALAPÍTVÁNY
Beiratkozás 2002-2003. tanévre, április 30-ig. Szabó Judit, tel.: 367-3620
Cím: 1037 Budapest, Jablonka út 126/B.

A nemes Kadár

A magyar kultúra jellemzője a bor (és nem a sör, illetve az égetett szesz italok). Ezért a magyar „nemzetkarakterológiában” fontos helye van a bornak. Amikor 1822-ben Csaplovics János Et-nographiai értekezés Magyar Országról című tanulmányában az ország népeinek „nemzeti konyháját” jellemzi, már ekkor is közismert sztereotípiákat említ. Eszerint a magyarra a búzakenyér, a hús, a bor, a szlovákra a tej, a krumpli és a pálinka, a németre a krumpli és a sör jellemző. Ezenkívül – véleménye szerint – a rutén, a román, a horvát és a szerb is a pálinkát kedveli. Ennek ellenére elismerte, hogy mások is képesek minőségi bort termelni. „Négy nemzet négy nemes bort termeszt. A magyar Tokajit, az oláh Ménesit, a sváb Sopronit, a rác Karloviczit.” Azaz a hegyaljai aszút, az erdélyi szamorodni jellegű bort, a nyugati vörösborokat és a szerémségi ürmöst emeli ki.

Nem véletlen, hogy ezzel kezdtem írásomat, hiszen egy igazi hungaricumról szeretnék mesélni. Olyan hungaricumról, amely szülőhazáját jó néhány száz kilométerrel tőlünk délebbre jegyezheti. A Kadarkáról van szó, s a mondás szerint „ahol a rác megjelent, a Kadarka megterem”.

Tekintsünk egy kicsit vissza a múltba. A szerbek fokozatos betelepülése a történelmi Magyarországra már a korai Árpád-korban elkezdődött. A XIV-XV. században számuk egyre nő, Lazarevics István, majd Brankovics György kért támogatást a magyar királyoktól. A legrégebbi szerb település a mai ország területén Ráckeve volt. Később kolóniák alakultak ki Budán, Pesten, Dunaföldváron, Szentendrén, Vácott, Tolnában... Három fő foglalkozást űzhettek: kereskedők voltak, zsoldosnak álltak vagy szőlő- és gyümölcsstermesztéssel foglalkoztak. Pánikszzerű menekülésüket az 1606. évi Bécsi béke fogta meg, s lényegében a békeszerződés által megszabott határvonalig jutott el a Kadarka is. Az összefüggés nem lehet a véletlen műve... A Kadarka meghonosodása előtt a magyar szőlőkultúra szinte kizárólag fehér bogójú fajtákat ismert, a Bajor szőlőt, a Cigányszőlőt...

A fajtanév tekintetében – melyet a XVIII. században már írásos emlékek említenek – kétféle magyarázat ismert. Mindkettő a fajta kisázsiai származása mellett érvel, de az egyik szerint Isztambul egyik negyede Üszküdar, vagy másként Skaderi neve rejti a Kadarkáét. A másik úgy véli, az albán Shko-

deri-tó vidékéről ered, amely ugyancsak a skadarka-ra utal. Elterjedésére két útvonal ismert. Az egyik Arad felől tartott hazánk belseje felé, a Tabánba és Vádra. Ez lehetett a török zsoldos segédszolgálatok megszokott mozgási útiránya. A másik útvonal állomásai: Szerémség, Villány, Pécs, Szekszárd, Buda, Pest, Szentendre, Gyöngyös, Eger voltak.

Bél Mátyás 1737-ben már dicséri a Budai szagos Kadarka bort, s ezután a vele kap-



csolatos adatok egyre-másra gyarapodnak. Hamarosan ismertté váltak a helyi változatok, a Kereklevelű egri, a Lúdtalpú, a Fejér, a Fekete, a Zöld, a Török fekete Kadarka. Megbecsültségét növelte, hogy egyes borvidékeken, bizonyos évszázadokban aszút is lehetett belőle készíteni. A hazai szőlőtermesztők érdeklődését az a rác szőlés is jól mutatja, hogy „minden fajtát dicsérünk, de Kadarkát ültetünk”.

Ez a fajta a XIX. sz. elején a kékszőlőink kétharmadát adta, az 1960-as felmérés szerint az ország ültetvényeinek negyedét, ma – hiába fedezték fel újra – talán, ha ezer hektárrnyit találunk belőle. Magyarországon kívül talán Bulgáriában a legelterjedtebb, de jelentős területeket találunk a volt Jugoszlávia utódállamaiban és Romániában, – elsősorban Erdélyben – is.

A Kadarka kisebb-nagyobb hibái – fagyérzékenység, fűrtrohadási hajlam, színanyag problémák – mellett is elismert. A talajjal szemben igénytelen, életrevaló, edzett fajta. A futóhomokon tartós tőkéket nevel, jól tűri a szárazságot, s az alföldi homokbuckáknak hosszú időn keresztül szinte egyetlen fajtája volt. Nem csak bőtermő, de magas extrakttartalmú, tüzes bort ad. Jó években kiváló vörösbor készíthető belőle, gyakrabban jó minőségű siller (ritkaságként fehérbor). A páratlanul fűszeres, gazdag íz- és zamatanyagok lényegében mind egyik borvidéken előjönnek.

Hazánkban a villányi, szekszárdi dombok lösztalajain, az Egri borvidék nyiroktalajú, déli fekvésű hegyoldalain termett szőlőkből készülnek a legkiválóbb minőségű borok. A csongrádi, vaskúti területekről

könnyedségükkel, de amellel jellegzetes fűszeres fajtajellegükkel arattak nemegyszer kiemelkedő sikert a Kadarkák.

Szakmai körökben régóta zajló vita, hogy mivel is tudjuk a világ borkedvelőinek figyelmét felhívni magunkra. A gazdasági kényszer és a könnyebb megoldás lehetősége hosszú időn keresztül a világfajták felé mozdította el a termelőket. Ez az irány a lusta, marketingszegény piacépítésnek kedvezett, hiszen sokkal könnyebb volt egy már bevezetett fajtát piacra vinni, mint megdolgozni a fogyasztókat. Példaként hagy említsem a következőket. A világon kétféle nomenklatúra – elnevezés – létezik a borokra. Az egyik – a német – a szőlő fajtájáról nevezi el a borokat, míg a másik – a francia – elsősorban a termőhelyről. Nem nehéz elképzelni a különbséget. Míg a franciák több mint egy évszázada vezették be az eredetvédelmet, s hosszú, szívós munkával ismertették meg a boraikat, a németek, a gyors siker érdekében az általuk favorizált fajtákkal arattak. Csak néhány évtized telt el, s megjelentek a szőlő-bor kis-tigrisei, Chile, Argentína, Ausztrália, Új-Zéland..., kiváló minőségű olcsó boraikkal. De amíg egy Chardonnay – amit a németek is nagy felületen termesztnek – jöhet a világ bármely részéről – főleg ha kifogástalan – addig egy Chateau D' Iquem csak arról a bizonyos termőhelyről.

A kérdés máig lezáratlan: világfajták vagy hungaricumok? Merünk-e a vendégeinknek Cabernet franc helyett például Kadarkát kínálni?

Viniczai Sándor

Ui.: Évekkel ezelőtt – amikor a hazai borászat ébredezni kezdett nagyüzemi csipkerózsika álmából – kezdtünk szembesülni azzal, hogy nem elég szűk szakmai körben beszélni borról, borkultúráról. Mint szakújságíró – s, mint kertész – mind többen kerestek meg, hogyan lehetne a laikus nagyközönséghez is közelebb vinni ezt a nemes italt. Hosszú estéket vitatkoztunk át - áldozva Báchusnak – s állt össze az a színes kép, amely ma a bort jellemzi. Akkor – ezer más mellett – talán legfontosabb az volt, hogy a bort ne ragadjuk ki a környezetéből, legyen szerves része a hétköznapi életnek... És a gasztronómiának. Tudjuk, a magyar bor a magyar konyha elválaszthatatlan része. Ezért a jövőben e lap hasábjain sem jelenik meg önállóan a bor, hanem együtt, karöltve a konyhaművészettel.

Tisztelettel: V.S.

Gréti-ösvény

Közfelkiáltással Gréti-ösvénynek kereszteltük az új feljárót, emlékezve sokunk hegyi óvó nénijére, mosolygós szomszédasszonyára, Králik Károlyné-ra, Gréti nénire.



Králik Károlyné, Mindek Margit 1916. augusztus 16-án Kismartonban született, 1991-ben hunyt el.

Kun Zoltán, Gréti néni unokája több fényképet is küldött a nagymamájáról. Ezek közül ezt a kertjében készült, felszabadultan nevető képét választottuk ki. A fotó háttérében a Királylaki úti kanyar és a barlanghoz vezető út melletti hárs látszik. Gréti néni sosem zavarta, ha lefelé csörtöttünk az ösvényen, mosakodtunk, kutyát itattunk a kútnál. Mindig volt egy-egy kedves szava, mosolya az arra járóknak. Csak kevesen tudták, hogy valójában mennyi nehézséggel kellett küszködnie. Férje fiatalon elhunyt a II. világháborúban, egyedül nevelte fel lányait, hosszú-hosszú évekig súlyos betegen dolgozott. Ennek ellenére nekünk csak a mosolyából jutott, panaszkodni nem hallhattuk.

A másik fotó szintén sokunknak ismerős: séta közben a Máramaros út 34. előtt a Kertészeti Egyetem régi kollégiumi kerítésénél kapták le. Sajnos ma csak történelem, hogy a Máramaros út 37-ben volt a hegyi gyerekek önkormányzati óvodája. A házat egy gyermektelen betongyáros építette. A háború után az alsó szintre befo-



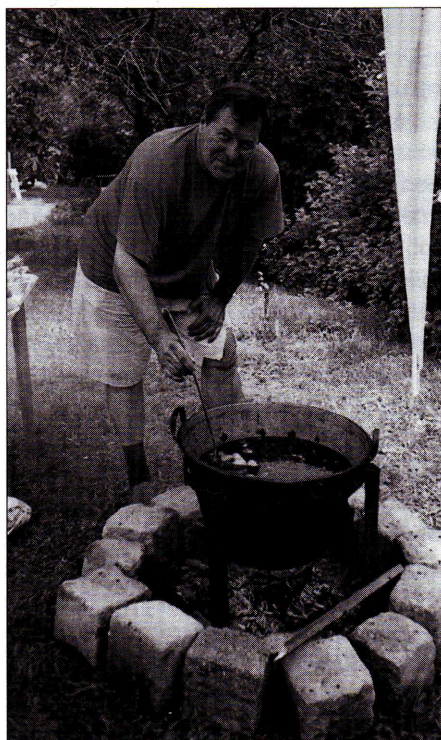
gadta az ovit, ennek volt vezetője Gréti néni. Hatalmas kert, cseresznyefa, medence, családias, szeretetteljes légkör várta az ovisokat. Az épület alatti agyagbánya feltöltésekor, csúszásveszélyre hivatkozva, először a Népházba telepítették le, majd szétszórta a lakótelepi óvodák között a gyerekeket és ezzel együtt a szülők baráti közösségét is. Gréti néni minden követ megmozgatott, de „erősebb érdekek” voltak a háttérben, mint a hegyieké.

Drága Gréti néni, sokunk óvó nénije, kedves szomszédasszonya! Maradjon meg így az emléked, ilyen mosolygósan példát adva mindannyiunknak az emberi tartásból, környezetünk iránti szeretetből, tenni akarásból!

P. Zs.

Paprikás krumpedli à la Laci de Rajnák

(avagy mitől döglök a pártsemleges légy a Népházban)



Verőfényes májusi vasárnap délelőtt a Királylaki úton. Közel száz élőlény (felnőtt, gyermek, kutya) gyülekezik, ahol a Barlanghoz vezető százéves ösvény kezdődik. Története van ennek az ösvénynek. A legutóbbi idők történetét e lapok hasábjain kísérhette figyelemmel az, akit érdekelt e téma. A lelkes társaság az ösvény névadó-ünnepségét kívánja összekötni a környék szeméttelenítésével. Közmegegyezéssel (az Oroszlán csapás helyett) a Gréti ösvény nevet adományoztuk. A névadó emlékére a felnőttek egy kortynyi pezsgővel áldoztak és nekiindultak a meredeknek. Útközben azon tanakodtak, hogy a szívhez

szóló meghívások ellenére sem képviselte az Önkormányzatot senki.

A barlang előtt szakavatott barlangászok ismertették a barlang történetét.

Lefelé menet megteltek a zsákok az erdőidegen hulladékok tömkelegével.

A nagy munka után a Népházban szuper finom, krinolinós, újbургonyával bolondított krumplipaprikás zöldsalátával, friss kenyér és almás-, meggyes-, túrós rétes szolgáltatta a kulináris élvezeteket.

Evés után jóízű beszélgetésektől zsongott még sokáig a Ház. (Csak az a mosogatás, csak azt tudnánk feledni Adrival!)

De ha lúd, legyen kövér jelszóval már a parlagfűirtásra és egy őszi szemétygyűjtésre készülünk. Mottó: MIÉNK A HEGY, MAGUNKNAK (és másoknak) SZÉPÍTJÜK!

Légy Te is társunk ebben a munkában, kedves HEGYLAKÓ!

S.Kné

Az allergiáról

2. rész

Előző számunkban a pollen okozta allergiáról írtam, most ígéretemhez híven a kontakt- és az élelmiszerallergiáról szólnék.

Megemlíteném még, hogy allergiás tünetek tesztelés kivizsgálásakor rájöttek, sokszor fizikai ingerek, sőt testmozgás is válthat ki allergiás reakciót.

KONTAKTALLERGIA

Ezek a tünetek a szervezet megváltozott érzékenységéből adódnak valamilyen (bármilyen) anyaggal szemben, amellyel kontaktusba kerülhet az egyén. Belégzéssel akár a termőföldtől, a háziportól, állatszörtől, tolltól, penészgombától, érintkezésnél a lakásban vagy bárhol előforduló ruházattól, azok kémiai anyagától előfordulhat váratlan reakció, sokszor felnőtt, sőt idősebb korban is (ékszerfémek, gyapjú, bizonyos műszál, stb.).

Az allergiának az egész éven át tartó fajtájához tartoznak ezek a tünetek, bőrteszt vizsgálataival általában megkereshető az allergén és annak kiiktatásával megszüntethető a betegség. Sajnos sokszor lakás, illetve munkakör változtatással lehet csak megoldani a problémát, de a szenvedés sokkal rosszabb.

Létezik ugyan allergén-immunterápia (injekciós kúra), amely alternatív megoldást hozhat. Általában inkább kiküszöbölik az érintett anyagot és gyógyszerként antihisztaminokat adnak a betegnek (gyógyszeres kezelés).

A kontaktallergiánál általában nem jelenik meg kötőhártya gyulladás, inkább kiütések, orrdugulás és -folyás, viszketés, fülproblémák, nehézlégzés a jellemzők.

ÉLELMISZERALLERGIA

A gyermekeknél kb. 3 éves korig gyakoribb, mint a felnőtteknél. Azonkívül a betegek java része nő. (persze azért fiúk is akadnak bőven).

Megfigyelték, hogy a földrajzi helyzettől függően változik a típusa, pl. tengerparton gyakori a halallergia, Távol-Keleten a rizs, angolszász országokban a földimogyoró. Hazánkban főleg a tej, tojás, szója, búzaliszt, csokoládé, sertéshús, eper, dinnye, paradicsom, dió, mogyoró, citrusfélék váltanak ki tüneteket.

Valódi allergiát sokszor az étékben levő per-metszer maradvány, bármilyen más növényvédőszer maradvány, adalékanyagok, állattartási maradványok (antibiotikum) okoznak. A szulfitek gyakran bűnösök, ezt a sárga festéket

sokszor használják édességek színezésére, üdítőitalokban, iparilag elkészített ételekben.

Tejallergia esetén sokszor a tejfelhérjét, a tejcukrot bontó enzim hiánya a ludas, ezt orvosi kivizsgálással el lehet dönteni.

Az adalék anyagot kinyomozni nehéz, lehet színezék, tartósítószer, állományjavító anyag.

Ezeket E betűvel jelölik az élelmiszeriparban és egy számot tesznek mellé: pl. E 300 - citromsav. Az E-vel jelölt anyagok listájáról az OÉTI tud felvilágosítást adni, de az allergia központokban is megvan már ez a névsor. Jó, ha a beteg tudja kivizsgálás után, mi az, ami számára problémás és azt elkerüli.

Az élelmiszerallergia főbb tünetei: bőrgyulladás, emésztőrendszeri megbetegedés, hasfájás, hasmenés, légúti problémák, migrén.

Létezik tünetmentes ételallergia is, bár ennek vannak apró jelei, mint bőrvizketés, fülcimpa alatti berepedés, váratlan, átmeneti orrdugulás.

Kivizsgáláskor érdemes TÜNETHI NAPLÓT vezetni, ez az orvosnak nagy segítség.

MI A KERESZTALLERGIA?

A pollenek és bizonyos gyümölcs és zöldségek között törzsfelődésbeli rokonság van, vagy azonos kémiai anyag található bennük. Ilyenkor a pollenallergiás egy váratlan tünetet produkál bizonyos zöldségre vagy gyümölcsre. Pl. parlagfű-görögdiinnye, nyírfa, sárgabarack, alma-burgonya, paradicsom-mogyoró keresztreakciók.

Az ember immunrendszere és allergiás válsza korával együtt változik. Másfajta érzékeny-

sége van egy újszülöttnak, egy csecsemőnek és egy kisgyereknek. Iskoláskor felé jelentkezik már az allergiás asztma. (bár láttam már 3 éves korban is).

A gyermekkori allergiák az idő múltával magától elmúlnak, illetve átalakulnak.

FONTOS! Gyerekeknél 2-3 éves kor alatt nem szabad bőrpróbát végezni!

Ilyenkor speciális vérvizsgálat és székletvizsgálat segít a meghatározásban.

Az allergiák özönében fizikai ingerekre is történhet reakció, kiütések, viszketés, légúti tünetek. Ilyen inger a napfény tavasszal, a hő, a hideg. Fényérzékenységet okozhatnak bizonyos gyógyszerek is, ezért a beteg tájékoztatást mindig alaposan olvassuk át.

Csalánkiütések jelentkezhetnek egyéneknek sportoláskor, érzelmi igénybevételnél, izzadást okozó tevékenység után.

Néhány embernél fizikai igénybevétel, testmozgás esetén asztmás jelenség lép fel és rendszerint a mozgás abbahagyása után. Főleg akkor jelenik meg, ha a levegő száraz és hideg.

Ilyen esetben kitűnő gyógyszer a kromoglikát hatóanyagú spray belélegzése még a mozgás, a nagyobb igénybevétel előtt. Megelőzi a tünet kialakulását.

Általában az étkezése nem könnyű az allergiával küszködő embereknek. Bár ma már kapható laktózmentes tej, tejtermék, adalékmentes biotermék. Az allergiás emberek étteremben és közétkeztetésben viszont nemigen vehetnek részt.

Köszegi Péterné
gyógyszerész
marti@eposta.hu

A Tábor-hegyi barlang



A Budai-hegység legnagyobb, hévizes eredetű dolomitbarlangja. Bejáratát a keletkezés utáni kéregmozgások emelték mai 300 m-es szintjére körülbelül 10 millió évvel ezelőtt.

Első tudományos feltárására Kadics Ottó vezetésével, 1931-ben került sor. Az ekkor előkerült számos prehisztórikus cserép- és csonttöredék bizonyítja, hogy a barlang ősidők óta használatos lakhelyként.

Az első barlangász csoportot, az Egyesült Izzóét, a SZIKKTI barlangászai követték. A 70 m-nyi járat kitisztításában az Erdőalja úti iskola egykori tanulói is részt vettek, sőt segítségükkel addig ismeretlen részt sikerült feltárni.

Mint minden magyar barlang, a Tábor-hegyi is védelem alatt áll.

Barczikay Dénes

SZIKKTI barlangászcsoporthoz vezetőjének az útjától elhangzott előadása alapján

Toll-Hegy

JÚNIUS

A hónap névadója valószínűleg Jupiter felesége, **Juno**, a házasság szentségének, a családnak és a gyermekáldásnak védőistene és úrnője.

Június régi magyar neve Rák hava (június 22/23.- július 22.), illetve Szent Iván hava. Ez utóbbi utal a hónap legjelentősebb szentjére, Keresztelő Szent Jánosra.

A Pünkösöd utáni tizedik nap a katolikus naptárban az **Úrnapja**, amikor az egyház az oltáriszentséget (Krisztus titokzatos testét) ünnepli. Legfontosabb eseménye a körmenet, amelyen talpas szentségtartóban, az úrmutatóban (monstrantia) hordozzák körül az oltáriszentséget. A körmenet útvonalán négy oltárt állítanak fel, följük lombátrát emelnek, a földre rózsaszirmot szórnak.

Június 8-án van **Medárd** napja, amikor a hiedelem szerint, ha esik az eső, 40 napig esni fog. Szent Medárd püspökhöz ennek aligha van köze, de egy legenda hozzá kapcsolta. E szerint, amikor egy jókedvű társaság nem hagyta abba a táncolást a püspök tilalma ellenére sem, Medárd 40 napos esőt zúdított a nyakukba.

Antal napját június 13-án ünnepeljük. A világ talán legnépszerűbb szentje Páduai **Szent Antal**, akihez a hívő katolikusok segítségért fordulnak végső menedékként, ha gondjuk-bajuk van. Szinte minden templomban megtalálható a szent szelíd ábrázatú szobra, egyik kezében a kis Jézussal, másikban egy liliommal. Antal a gyermekek védőszentje, ünnepe pedig éppen a liliomnyílás idejére esik. Szent An-

talhoz kötődik a számár jelképe is. A legenda szerint ugyanis egyszer egy zsidó embert akart meggyőzni arról, hogy az oltáriszentségben Jézus jelen van, és amikor a zsidó számárát a kehely és az ostya elé vezette, a számár letérdepelt a szentségek láttán.

Június 15-e **Vid napja**. Szent Vitus a segitőszentek egyike, aki apja haragja elől nevelőjével, Modestusszal és dajkájával, Crescentiával kénytelen volt otthonról elmenekülni. Saskeselyük táplálták őket, majd miután kiűzte az ördögöt Diocletianus fiából (vitustánc), de ennek ellenére bálványimádásra kényszerítette a császár, amit megtagadott, csodák csodájára megmenekült a különböző halálnemektől

hosszabb napját ünnepelte. Örömtűz volt, de gyógyító hatást is tulajdonítottak neki.

I. László királyunk, „az ország oltalmazója”, a lovagkor mintaképe volt. Halála után 100 évvel avatták szentté. Sírjánál (Várad) sok csoda történt, 1192. jún. 27-én déltájban a váradi székesegyház fölött fényes csillag gyúlt, mely 2 órán át ott lebegett a magasban. A csillagjelenés napján, június 27-én ünnepeljük **László napját**.

Péter, az apostolfejedelem és **Pál**, a népek térítő apostola névünnepe június 29-én van, kivégzésük napján. Ikerszentek, így gyakran szerepelnek párban. Péter a kulcsokról, Pál hóhérja pallosáról ismerhető fel. Péter (eredetileg Simon) Jézustól kapta a nevét, mely „sziklát” jelent.

LATIN

Audio, video, audiovizuális.

Ezeket a kifejezéseket a mai gyerekek is ismerik és használják, legyen szó akár kazettáról, akár híradástechnikai eszközökről (TV, magnó, kamera), akár oktatásról. Latinul az audio, video (többek között) azt jelentik, „hallok”, „látok”. Jó néhány kifejezés, mondas, szállóige érthető meg e két latin ige ismeretében. Szemezges-

sünk közöttük:

– **audiencia** – meghallgatás, kihallgatás valamely magas rangú személyiségnél (pl. pápa).

– **auditorium** – előadóterem felolvasások, előadások tartására, de a hallgatóság elnevezése is.

– **auditorium maximum** – a legnagyobb előadóterem egyetemek, főiskolák épületében.

– **Audiat et altera pars.** – Hallgassék meg a másik fél is, vagyis ne ítéld elhamarkodottan, mielőtt meghallgatnád a másik felet is. (Ezt Seneca már tudta, sőt a régi Athénban már a bírói eskü is tartalmazta e gondolatot. Sokszor a ma emberének sem ártana e tanácsot követnie...)

– **Veni, vidi, vici.** – Jöttem, láttam, győztem. Julius Caesar üzent barátjának ezekkel a szavakkal egyik győzelme után. Diadalmenetének táblafelirata is ez volt.

JÉTÉJÉ

Ethel Watts Mumford amerikai író, humorista mondta:

„A tudás hatalom — ha a megfelelő emberről tudod.”

„Knowledge is power, if you know it about the right person.”

(ólommal teli üst, ráuszított sárkány). Végül fejét vették.

A meteorológiai nyár június elsején kezdődik, a csillagászati nyár június 21-én. Ez az év leghosszabb napja, a **nyári napforduló**.

A június 24-i **Szent Iván-nap** Keresztelő Szent János és az ősi fényszimbolika közös ünnepe. Szent János éppen fél évvel volt idősebb Jézusnál. Ő fűzi egybe az Ő és Újszövetséget, mivel az őtestamentumi próféták között ő volt az utolsó, míg az újtestamentumi szentek sorában az első. Ő keresztelte meg Jézust. Sokan megfestették mézesléppel (eledel) vagy merítőedénnyel (keresztelés) a kezében. Egyik fő jelvénye a bárány: „Ecce Agnus Dei”, azaz „Íme, az Isten báránya”. Ezekkel a szavakkal mutatta be Jézust az embereknek.

A szentiváni tűzgyújtás az év leg-

KÁMÁN MAGASÉPÍTŐ ÉS KER. KFT. ABLAKRENDSZER

KÖMMERLING

ÚJ, 3-4-5 KAMRÁS PROFILOK

Fa és műanyag kültéri és beltéri nyílászárók forgalmazása, beépítéssel együtt is!

Bemutatóterem:

Budapest III. ker., Erdőalja út 46.

Tel./ Fax: 439-1463, 439-1464

Az egyszerűtől a luxusig

Kertek rendszeres fűnyírását vállalom. Érdeklődni 18.00 óra után lehet a 06-30-9864-804-es telefonszámon.

Kerti dolgaink

A tavaszi nagy virágmennyiség és erős kerti színfoltok után, a június valamivel talán halványabbnak tűnik. Természetesen ez csak a látvány része, kerti munkából jut bőven erre a hónapra is. Vegyünk sorra néhányat:

A tavaszi virágzású cserjék, fák metszését – a jövő évi virágzás érdekében – be kell fejezni.

Beindulnak a rózsabokrok is. A szétessett, elnyílt virágokat vágjuk le a tövekről, – ne engedjük a magház, termés kialakulását.

Ennek energiájával a növény egy újabb virágot tud kihozni. Általános szabálynak mondható, hogy a szár kétharmadát vegyük le, egyharmada maradjon meg, kifelé álló rüggyel.

Eddig elég sok, „aranyat érő” májusi esőben volt részünk. Ez a jótékony öntözés mellett gondot is jelent. Erősen megnöveli a gombás betegségek előfordulását. Gondolok itt elsősorban a lisztharmatra, levélrozdára. Permetezéskor vegyük figyelembe a levegő hőmérsékletét is. Voltak szokatlanul meleg napok már ezen a tavaszon, és vannak szerek, melyek perzselést okozhatnak.

A gyepek „csak” nyírást, öntözést, tápanyag utánpótlást várnak. Ezek egyensúlyának megtalálása nem mindig egyszerű.

Külön gond a gyomirtás. A kézzel végzett lehet alapos, de nagyon időigényes és fáradtságos is.

Vegyszer a gyomirtáshoz ma már rengeteg van, de hatékonyságuk, kiszórási lehetőségük és nem utolsósorban áruk között óriási különbségek vannak. Érdemes tájékozódni!

Jó kertészkedést kíván:

Ort János
kertész

Ne csak lomtalanítsunk, gyomtalanítsunk is!

Hazánkban egyre nagyobb gondot okoz a biológiai allergének, azaz az egészségkárosító gyomnövények elterjedése, szaporodása. Évente 10 ezerrel nő és már több mint 100 ezer az asztmás betegek száma. Az allergiát okozó gyomnövények hatását fokozza még az ember környezetszennyező magatartása is.

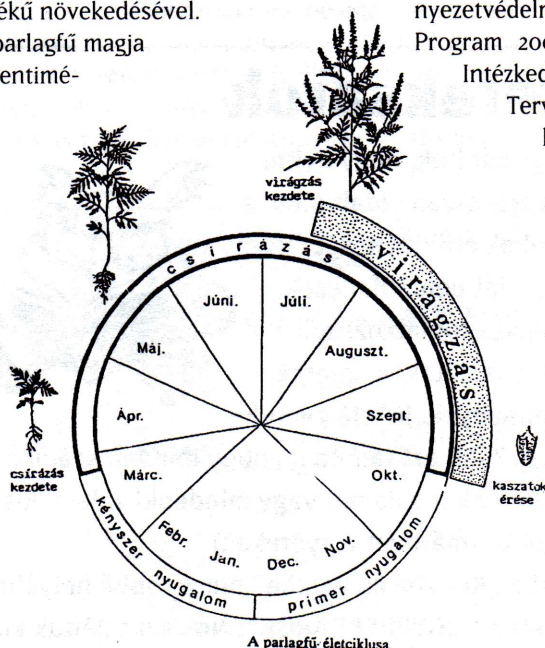
A sokfajta gyomnövény közül a legveszélyesebb a parlagfű, amely ma már Magyarország minden területén burjánzik. Ez a fokozott mértékű terjedés összhangba hozható az utóbbi időszak kedvezőtlen jelenségével, az elhagyott, műveletlen, gondozatlan területek nagyságának jelentős mértékű növekedésével.

A parlagfű magja hat centiméter

mélységig képes kicsírázni és csírázik is egészen addig, amíg a mag el nem fogy ebből a talajrétegből. A szennyezés elleni védekezés a műveletlen területek arányának visszaszorításával, a zöld területek folyamatos gondozásával és a már kihajtott parlagfű irtásával lehetséges. A parlagfű általában július közepén kezd virágozni, idén azonban a tartós korai meleg miatt ez korábban várható.

A Nemzeti Környezetvédelmi Program 2000. évi Intézkedési

Terve külön feje-



zetben foglalkozik a környezet-egészségügy fejlesztésével, ezen belül a biológiai allergének terjedése elleni küzdelemmel.

Ezzel a programmal összhangban a Lions Klubok Magyarországi Szövetsége tavalyi környezetvédelmi programjának egyik fő célkitűzése a parlagfű elleni küzdelem volt.

E célkitűzés mit sem veszített aktualitásából. Kérjük, gyomtalanítsa környezetét!

(a szerk.)

FESTÉKÁRUHÁZ-DISZKONT

Budapest XIII., Véső u. 5. Telefon: 350-77-59
Budapest III., Vörösvári út 125. Telefon/fax: 367-34-14
Budapest II., Budakeszi út 55. Telefon: 392-04-00

AKCIÓ! Hőszigetelő vakolatrendszer 2629 Ft/nm-től

**Díszstukkók nagy választékban!
Gipszkarton kapható!**

Számítógépes színkeverés: bel- és kültéri falfestékek, zománcok, lazúrok.
Számítógépes színtervezés*: nálunk megláthatja otthonát az elképzelt színekben!
Festékfutár*: a vásárolt termékeket haza is szállítjuk!

Színtervezés és házhoz szállítás időpont-egyeztetése: 288-08-18

*50 000 Ft feletti vásárlás esetén a színtervezés és a házhoz szállítás Budapesten ingyenes.

Caparol mosható !! falfesték 16 l	3590 Ft	Trinát fehér zománc 5 l	4730 Ft
CMC tapétaragasztó 1 kg	340 Ft	Padlopolon aljzatkiegyenlítő 25 kg	2520 Ft
Héra jól takaró falfesték 16 l	4090 Ft	Trinát mestertapas 1 l	1150 Ft
Metylan tapétaragasztó 125 g	560 Ft	Modellgipsz 40 kg	1450 Ft
Diszperzit falfesték 16 l	3740 Ft	Modakril-külső falfesték, fehér 25 kg	10710 Ft
Mester purhab 500 ml	970 Ft	Rigips glettgipsz 5 kg	860 Ft
Polifarbe falfesték	2350 Ft	Homlokzati külső falfesték 25 kg	8300 Ft
Festhető fugatömítő 310 ml	360 Ft	Fehér glettgipsz 25 kg	1800 Ft
Trinát alapozó 0,75 l	780 Ft	Prolux magasfényű parkettalakk 4 l	4410 Ft
Evipass	250 Ft	Rigips glettgipsz 25 kg	2590 Ft
Trinát alapozó 5 l	4270 Ft	Lignodekor falazór színekben 1 l	1120 Ft
Fűrészpóros tapéta 33,5 m	850 Ft	Rigips kézikivakolat 25 kg	2390 Ft
Trinát korrozógátló alapozó 1 l	1050 Ft	Bostik csemperagasztó 6 kg	2770 Ft
Üvegszövet-tapéta 25 nm	8200 Ft-tól	Olajfesték fehér 2,5 l	2460 Ft
Trinát fehér zománc 1 l	1050 Ft	Bostik PVC-, szőnyegragasztó 6 kg	3870 Ft
Csemperagasztó fagyálló 25 kg	1100 Ft		

A festő- és mázóiparhoz szükséges anyagok legszélesebb választékával várjuk kedves vásárlóinkat!

Nyitva tartás: hétfőtől péntekig 7-18, szombaton 7-12 óráig

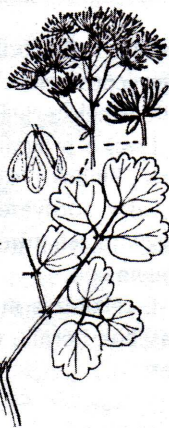
Ismerjük fel és óvjuk természeti kincseinket!

Június hó

Folytassuk ismertetésünket a nyár színes védett növényeivel! Már visszahúzódnak lassan a koratavaszi növények, amelyek kihasználták a lombtalan fák adta napsütést. A lombosodó erdő tisztásai olyan növényeknek adnak lehetőséget, amelyek virágot csak egyszer hoznak, de a zöld részük egészen a téli fagyokig megmaradnak.

Erdei borkóró (*Thalictrum aquilegifolium* L.)

Száraz tölgyesekben, karsztbokorerdőkben, de üde réteken és erdőszéleken is találkozhatunk magasra növe, feltűnően szép virágzatával. A hosszúra nyúlt lila, lilásrózsaszín porzószájai szinte légiessé teszik a növényt. Háromszármányt levelei hasonlítanak a kertekben is ültetett harangláb leveleire. A hasonlóságra utal a latin nevében az *aquilegifolium* -harangláb-Aquilegia, levél folium. Sok helyen előfordul, de nem gyakori. A környékünkön a Csúcs-hegyen találkozhatunk vele. V.-VII. 5 000 Ft (T.V.)



Fürtös homokliliom (*Anthericum liliago* L.)

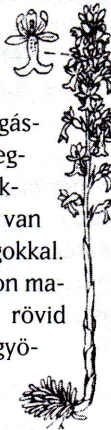
Karsztbokorerdők, sziklagyepek, pusztafüves lejtők feltűnő szépségű, kecses növénye. Szálas levelei tölevélrózsát alkotnak. Különösen szárazságban a hengeressé záródó levelei nem feltűnőek a fűfélék között. Virágzáskor tűnik fel egyszerű, magas fürtje, tele hófehér nagy (1,5-2 cm-es) virágaival. A hat fehér lepellevél a liliomfélékre jellemző.

Erre utal nevében a magyar homokliliom, és a latin *liliago*. A Tábor-hegyen sétálva találkozhatunk vele, nem gyakori növény. V.-VII. 10 000 Ft (T.V.)



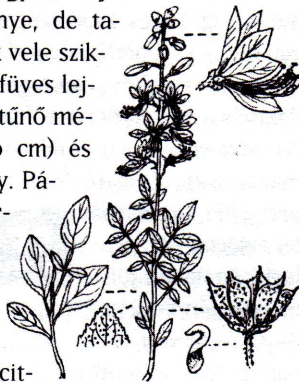
Madárfészek (*Neottia nidus-avis* (L.) Rich.)

Nyirkos erdőkben sok helyen előfordul, de nem gyakori kosborféle. Korhadéklakó (szaprofita) faj, sárgásbarna színű 20-45 cm-re is megnövő évelő. Levelei aprók, pikkelyszerűek. Virágzáskor tele van a szár jellegzetes kosborvirágokkal. Ezek a virágzás után is a száron maradnak. Jellegzetes kúszó, rövid gyöktörzse van húsos mellékgökökkel, mely apró madárfészekre emlékeztet. Ez magyar és latin nevében is tükröződik: *nidus* -fészek, *avis* -madár V.-VI. 5 000 Ft (N.T.E.V.)



Nagy ezerjófű (*Dictamnus albus* L.)

Száraz tölgyesek jellemző növénye, de találkozhatunk vele szikla- és pusztafüves lejtőkön is. Feltűnő méretű (60-100 cm) és alakú növény. Páratlanul szárnyalt levelei bőrneműek, áttetszően pontozottak, ezek citromillatú illóolajat tartalmaznak. Hatalmas (5 cm) rózsaszínű virágai bordón ereztettek, nagy fürtöt alkotnak. A virágzat és a termés is ragadós a vörös mirigyszőrőktől. Érzékeny bőreken érintésre ez bőrgyulladást okozhat! Hegyeink erdeiben nem ritka. Kőrislelű-ezerjófűnek is nevezik helyenként a levelei miatt. V.-VII. 5 000 Ft (N.T.E.V.)



Turbánliliom (*Lilium martagon* L.)

Bükkösökben, gyertyános és száraz tölgyesekben előforduló, feltű-

nő szépségű liliomféle. Környékünkön inkább az É-i kitettségű helyeken fordul elő. Jellegzetes alakú, sárga pikkelylevelekből álló hagymája van. A levelek látszólag örvösen állnak, ha nem virágzik, ezekről könnyen felismerhető. Virágzó példányai egy méteresre is megnőnek. Laza fürtben találhatók a gyönyörű liliomvirágai, amelyek bókólok, a rózsaszínű lepellevelek vörös pettyesek. A visszahajló lepellevelek „turbánt” alkotnak és a rózsaszínű porzók „lelőgnak” a virágból. Magyar nevét innen kapta. VI.-VII. 2 000 Ft (N.T.E.V.)



A madárfészek kivételével ezek a növények feltűnő szépségükkel tűnnek ki. De ne kísérletezzünk a kiásásukkal. Ne a büntetéstől való félelem vezéreljen minket, hanem a természet tisztelete és szeretete. Minden évben újra és újra megörvendeztetnek minket szépségükkel, ha eredeti termőhelyükön hagyjuk őket!

Stollmayer Ákosné

Hibajavítás a májusi cikkhez:

A karsztbokorerdőt egybe írjuk! (bíboros kosbor és fehér madársisaknál)

A bíboros kosbornál a Ft természetesen a 10.000-hez tartozik.

Gyereksarok

Úgy gondoltuk, hogy nyitni kéne egy olyan oldalt mely a gyerekek érdeklődését életre kelti, mint például mesék, kézműves foglalkozások hirdetése, játékok, gyerek hirdetmények. JéTéJé gyereke

Jármay Zsófi azt találta ki, hogy minden számba más gyerek ír valamit, vagy mindenki valami kis dolgot ír. (mármint a gyerekek)

Mivel a „Konyha és Vidéke” nincs többé helyébe léphetne a „GYEREKSAROK”. Nos ezt találtuk ki.



Kullancsfertőzések

Itt a tavasz, a nyár, ilyenkor erdős vidékeken rengeteg kullancs leselkedik a kirándulókra.

Magyarországon az Alföld kivételével szinte minden hegyes-dombos terület fertőzött. Kb. minden ezredik kullancs terjeszti az agyvelőgyulladást és minden tizedik Lyme-kórral fertőzött. Nagyon fontos a betegségek megelőzése, illetve a kullancsok időben történő kiszedése. Magas fűben, aljnövényzetben ne járkáljunk, ne feküdjünk le pokrócra hosszabb ideig. Ruházatunk legyen zárt, fehér zoknit tanácsos a nadrágszár külsejére ráhúzni. Hazatérve azonnal fürödjünk vagy zuhanyozzunk, és testünket nézzük át alaposan. Ruháinkat pedig, ha lehet, áztassuk be a fürdőkádba úgy, hogy ellepje a víz.

Sokszor olvastam már azt az ajánlatot, hogy Polybé tablettát vegyünk be kirándulás előtt. Ennek valóban jellegzetes, kellemetlen szaga van, ami megjelenik az izzadságunkban, de a fránya kullancsokat nem igazán riasztja el.

Ha esetleg mégis bőrünkbe csipett, óvatosan, nem tekerő mozdulattal szedjük ki. Ha lehet speciális csipesszel, amelyet patikában is lehet vásárolni. Lehetőleg ne tépjük ki, ne maradjon benne a rágószerve és a potrohát ne nyomjuk meg, mert ijedtében a nyálával kevert vért visszafecskendezi a sebbe. Tanácsos az első 24 órában kivenni! Ha nem voltunk elég ügyesek és egy darabkája benne maradt a sebben, menjünk orvoshoz! Ha sikerült kivenni egészben, fertőtlenítsük a sebet, esetleg gyulladáscsökkentő oldattal vagy kenőccsel kezeljük a sebet. (pl. Burow oldat vagy kenőcs).

KULLANCS ÁLTAL TERJESZTETT BETEGSÉGEK

– Vírusos agyvelőgyulladás (encephalitis). Fertőzés után 5-10 nappal rossz közérzet, láz jelentkezik. Súlyosabb esetben fejfájás, tarkókörtöttség, hányás, személyiségváltozás, zavartság, aluszékonyság, görcsök. VÉDŐOLTÁSSAL kiküszöbölhető. Specifikus terápiája nincs, vírusölő szerekkel próbálkoznak az orvosok.

– Lyme-kór. Kb. 3 hét lappangási idő után jelentkeznek a tünetek: a comb, a farpofák, a törzs, a hónalj bőrén egy nagy piros folt formájában. A folt átmérője növekszik, elérheti a 15 cm-t is, közben közepre kifehéredik, ott már gyógyul a csipés. Később jelennek meg a súlyosabb tünetek. Láz, fejfájás, izom-izületi fájdalom. Esetleg hányinger, hányás, torokfájás, duzzadt nyirokcsomók. Még későbbi időszakban idegműködési zavarok, nagy izületi gyulladások is.

VÉDŐOLTÁS sajnos nincs. Kezelése: korai stádiumban szájon át adható, későbbi stádiumban már intravénás antibiotikumokkal.

– Előfordulhat még ún. Visszatérő láz. A rágcsálók véréből viszi át a baktériumot egy fertőzött kullancs az emberbe csípés útján. A csípés után általában 6 nappal később hirtelen magas láz jelenik meg, szapora szívverés, fejfájás, izom-izületi fájdalom.

lom, törzsön, végtagokon vörös foltok, beverzések.

A tünetek 3-5 nap után megszűnnek. A láz visszatértekor sárgaság lép fel.

Már az elején azonnali orvosi kezelés szükséges, vérből megpróbálják a baktériumot kitenyészteni. Ezt a betegséget nemcsak kullancs okozhatja.

Kőszegi Péterné
gyógyszerész
marti@eposta.hu

A G.T. EXPO. KFT. vállalja egyedi bútorkok, konyhák beépített szekrények gyártását, beszerelését is
Tel.: 06-30-481-00-93

✿ Kertápolás ✿ Permetezés ✿

ORT - KERT ☎ 250-6151

Hegyi referenciakertek!

Tetőbeázás javítás, bádigos, tetőszigetelés, tetőfedés, bitumenes zsindely, (vízvezeték szerelés, javítás) kisebb ácsjavítások
Tel.: 06-1-360-0643, 06-70-227-5964

Automata öntözőrendszerek

tervezése, kivitelezése

Kertépítés

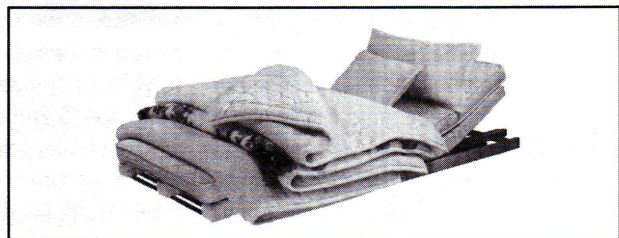
Tízéves szakmai gyakorlat.
Harminc működő rendszer csak itt a hegyn.
Mérnöki színvonalú munka.

V. 31 Kft., Bp. III., Jablonka u. 51.
Tel.: 250-4557, (06-20) 934-2740



DEMKO FEDER®
BIOPROGRAM

Akció!
június 30-ig.



- Egy gyapjú ágyneműgarnitúra vásárlása esetén 1 db rózsás gyapjú nyári takarót vagy Paloma plédet,
- franciaágy, illetve egyszemélyes ágy vásárlása esetén Standard gyapjú derékaljat adunk ajándékba.

Budapest, Margit krt 29/A Tel.: 212-4408,
V., József A. u. 20. Tel.: 266-1505, II., Új! MOM Park/ Konstruktum Tel.: 487-5650,
Pólus Center Tel.: 419-4268, Europark Tel.: 347-1545, VII., Dob u. 58. Tel.: 321-6939

www.demko.hu

Túlélési stratégiák kezdőknek és haladóknak

Így élünk mi

Mi a véleményük a gyermekmunkáról? Szabad-e, kell-e bevonni feladatainkba gyermekeinket? Vajon alanyi jogon jár-e a zsebpénz, vagy kössük feltételhez? Helyes-e vajon, ha a kötelességük teljesítését pénzzel jutalmazzuk? A gyermeknevelés elengedhetetlen feltétele a következetesség. De mikor válik a következetesség merevséggé? A cél szentesíti-e az eszközt? Biztos, hogy nem! De hiszem, hogy a célhoz kell megválasztani az eszközöket. Hogy mi végre ez a sok kérdés? Régi hibám, hogy mindent meg akarok magyarázni, szóba önteni, filozófiai alapon alátámasztani. Mert mindent meg lehet magyarázni. Sajnos, az ellenkezőjét is...

Dolgozz gyerek, neked is jut

Mindenki tud gyermeket nevelni, amíg nincs neki. Aztán rájön, hogy a gyereknevelés egyszeri és megismételhetetlen kísérlet. Azon belül pedig szakadatlan a kísérletezés. A cél adott: egészséges, boldog, sikeres gyermeket akarunk nevelni. Közben persze magunk is szeretnénk egészségesek maradni, sikeresek és boldogok lenni. És miközben a célt szem előtt tartva próbáljuk a megvalósítás lehetőségeit, nevelünk és nevelődünk. Szerencsére, képzett gyermekpszichológusok szerint egy egészséges gyermek sok nevelési hibát tűr el sértetlenül.

Az egyik legfontosabb arany szabálynak tartottam, hogy a kötelesség teljesítéséért a legnagyobb jutalom a jól végzett munka öröme és a másoknak (szülőknek) okozott öröm. De pénz, ajándék? Soha! A gyermek mindent megkap, amire szüksége lehet, és ha futja rá a családi kasszából, még annál többet is. Ezért cserébe majd ő is megtesz mindent. De a gyerek nem így működik! Célja a rendelkezésére álló időt a lehető legkellemesebben eltölteni. Mindig a maximális öröm és minimális kényelmetlenség által kijelölt ösvényen halad. Mondok egy példát:

Megítéltem gyermekeimnek napi egy fagyaltot a nyáron otthon töltött időre. (Szegények úgysem nyaralnak, legalább ez legyen!) Érdekes módon mindig a közelebbi boltba mentek csomagolt, pálcikás, drága fagyért, holott nem sokkal messzebb egy cukrászdában finom, gombócós fagyit volt kapható, baráti áron, nagy választék-

ban. Ez egészen addig így ment, amíg ki nem találtam, hogy egy hétre előre odaadom a fagyipénz limitált összegét, és azt aztán úgy osztják be, ahogy akarják.

Aztán ott van a nyár nagy része. Kevesen engedhetik meg maguknak, vidéki nagyszülők vagy egyebek híján, hogy tartalmas programokkal töltsék ki a gyermekek egész szünidejét. A napközis táborokra is csak a kisebbeket lehet rávenni. Persze ebből a szempontból is szerencsés környéken lakunk, a környékbeli barátok hol itt, hol ott jöttek össze, és a közelben lakó nagyszülők időnkénti ellenőrzése is megnyugtató volt. (Más ez, mint a lakótelepi „kulcsos” gyerekek.) Ez aztán azt eredményezte, hogy a nyolcórás munka után hazatérve vagy üres lakást és romokat, vagy sok gyereket és romokat találtam. Mert az egész napi játék és fogyasztás nyomainak eltakarítása persze megvárt! Először kértem, de valahogy sosem értek rá. Aztán veszekedtem, de meg is kaptam, hogy már nem is tudnak örülni, ha hazajövök, mert folyton csak kiabálok. És persze a fagyipénz, meg a zsebpénz azért mégiscsak jár!

Aztán koncepciót változtattam – csak az ökör következetes, az ember rugalmas. Mi a cél? Tiszta lakás, boldog gyerek, és békés szülő! Elővettem gyermekeimet:

„A napi munka után már nincs erőm rendbe tenni a lakást, és azt is unom, hogy az egész hétvégém takarítással telik. Unom továbbá, hogy mindig rumli vár. Ha bejárónőt fogadnék, az sok pénzbe kerülne. Ennek egy részét felajánlom. Minden nap vár mindenkit három feladat. Az elsőt ingyen köteles megtenni. Ez kb. 5 – 10 perc munkát jelent. A második további 10 – 15 percnyi, ennek ára 50 forint. De ez

csak akkor kerül kifizetésre, ha a kötelező feladat elvégeztetett. Aztán van egy harmadik feladat. Ez kb. félórás munkát jelent és 150 forintot ér. De ez csak a másik két elvégzése után teljesíthető. Tehát napi egy órával 200 forint kereshető, ami nem rossz órabér, de ha valaki akarja, akár egész nap is elszutyoroghat a feladatain. És persze ez a zsebpénz, meg a fagyipénz is. És ez szerintem igazságos, mert én is a szerint kapom a fizetésem, hogy mennyit, és milyen minőségben dolgozom.”

Hiszik vagy nem, csoda történt! A gyermekek sokkal nagyobb kedvvel dolgoztak, mert nem kínos, kibalhézott kötelesség, hanem szabadon választott kereseti lehetőség lett a munka. És a kedv a minőségben is meglátszott. A fagyifogyasztás azonban drasztikusan lecsökkent, mert egészen más az arcunk veritékével megszerzett pénz, mint a mások arca veritékével megszerzett.

Eleinte persze minden nap meg kellett határoznom a feladatokat. Szép kis táblázatokat mágneseztem a hűtő ajtajára, amin vezethette ki-ki a teljesítményét és az én adósságomat, ha nem napi fizetést óhajtott. Aztán voltak üres rubrikák, mert azt is érdemes megtanulni, hogy meglássa az ember gyereke a feladatot. Egy-két évvel később már elég volt egy árlista, hogy melyik feladat mennyit ér (pl. fűnyírás szegélynyírással 500 forint, konyhatakarítás, polcokkal, felmosással szintén 500 forint, de a kistestvér szobájának rendberakása selejtezéssel, portöreléssel, porszívózással már 800, és így tovább). De két dolog maradt: mindig van kötelező feladat ingyért, és hétvégi munkáért nem fizetek, akkor ugyanis én is ingyen dolgozom otthon. Így most mindenki pénzigénye és szorgalma alapján kereshet, és ha hiszik, ha nem, a hétvégi ingyen munkát is elvégzik, mert kialakult bennük némi igény a rendben tartott környezet iránt.

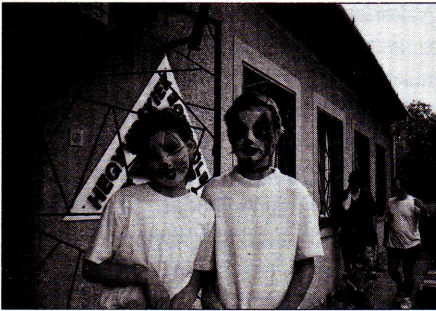
A rendszer mostanában kezd felborulni, mert nagyon kamaszkodnak és egyre kevésbé érdekli már őket az otthon. (Arra is kezdenek rájönni, hogy ha máshol vállalnak munkát, többet kereshetnek. Persze sokkal kevésbé kényelmes eljárni, mint otthon, saját időbeosztás alapján dolgozni, de erre majd még rá kell jönniük.) Mégis érdemes megpróbálni, mert pár év is sokat számít. Nálam, szerencsére van egy harmadik, aki most kezd belenőni a munkába.

Apropó, nem tudnak valami jó módszert, mitől döbbennek rá a gyerekek, hogy maguknak tanulnak?

Cseresznyák Veronika

Gyermeknap a Táborhegyen

2002. május 25. szombat



Bár „hivatalosan” május utolsó vasárnapja a gyermekeké, mi (az Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete és a Mikkamakka Játéktár) úgy döntöttünk, hogy legyen az egész hétvége a csöppségeké. Így a Táborhegyen a gyermekek ünneplését már szombat reggel kilenc-kor elkezdtük.

Radványi Balázssal, a Kaláka együttes egyik tagjával együtt énekelhettük a Volt egy fakatonát, vagy például az Ukulelét. Ezen kívül érdekes hangszerekkel is megismerkedhettek a koncertet hallgató gyerekek.

A zene után kezdődött csak az igazi móka. Volt kézműves-sarok papírcsigákkal és csodás színekre vágyó golyákkal, de át is lehetett változni „igazi” állatokká, bőrbárát arcfesték és igazán nagy türelmű arcfestő segítségével. Így aztán már szinte egy mesevilágban érezhették magukat a lányok és fiúk a sok csodamacska, tündér, boszorkány, kutyus és bohóc között.

Az udvaron eközben zajlott az ügyességi megmérettetés. Nem is nevezhetjük versenynek, mert éppen az volt a lényeg, hogy aki végigment az akadálypályán, ajándékot választhatott magának.

Várható volt, hogy a legnagyobb sikere a szappanbuborék-fújónak lesz, így az egész kertben csak úgy röpködtek a csodálatos, a szívrávrány minden színében pompázó buborékok.

A nagyteremben negyedtizenkettőkor kezdődött a Meseerdő Bábszínház zenés előadása. A gyerekeket körülbelül két perc

alatt teljesen magával ragadta Süni és a csodabogyó meséje a címszereplő sünivel, a nyuszikkal és a rókával. A terem a fel-fel-szisszenő hangoktól, a Vigyázz, ott a róka! felkiáltásoktól volt hangos.

A kora délután folyamán folytatódtak a kézműves foglalkozások, mindenki sorra kerülhetett az arcfestőnél, tovább játszhatott a kertben.

Ezen alkalmak nem csak a kicsiknek szereznek örömet, de a hegyen lakó szülőket is közelebb hozhatja egymáshoz, amivel egyesületünk egyik fő célja is megvalósul, mégpedig az, hogy a helyiek közös programokon keresztül megismerkedjenek egymással.

Még egyszer szeretnék köszönetet mondani Radványi Balázsnak, Papp Ágnesnek és Lindner Lászlónak (Meseerdő Bábszínház), a Mikkamakka Játéktár képviselőitől Évának, Blankának, Dórinak, Edinának, Lillának, a kézműves-sarok vezetéséért Noéminek, az arcfestésért Zsuzsának, és végül az éhséget-szomjúságot oltani segítőknél, Ildikónak, Erzsikének, Erikának és Lacinak!

Hiller Adrienn

Veronika

ELŐSZÓ

Az értelmetlen és indokolhatatlan kiszolgáltatottságot felismerve először mindig ökölbe szorul a kezem, és az arcom megfeszül.

Másodszorra remegő meghatódás kezdi fojtogatni a torkomat. Harmadszorra pedig – erőt merítve a két indulatomból – ösztönösen nekilátok, hogy segítsék a kiszolgáltatottaknak. Az élőket megpróbálom fölemelni, a holtaknak igyekszem emléket állítani.

Ezt teszem most is.

A novellában szereplő családokat ismerték a szüleim. Kiséssel jó barátságban is voltak, Zselléréknél gyakran vásároltak ezt-azt. A történetben szereplő emberek valóságos, hús-vér figurák voltak. Éltek, és volt nevük is, de én – a Kis családot kivéve – mindét megváltoztattam. A történet viszont az elejétől a végéig igaz. Ismételni és hangsúlyozni kívánom, hogy nem akartam ítélni senki fölött, csupán emlékeket idéztem föl, és emléket kívántam állítani.

Egyedüli bűnösnek a Háborút tartom, az viszont személytelen, annak nincs arca sem. És most, ha Önök, tisztelt olvasók is úgy gondolják, következze a történet:

Az 1920-as évek végén épült, Bécsi úti ún.

városi házakban sok és sokféle ember lakott, és lakik most is. A Főváros saját tisztviselői részére építtette, és az ott lakók nagy részét ők és családjuk tették ki. A városi házak több, különálló, számozott (1-es, 2-es stb.) lakótömbből állt. Az én történetem az 1-es tömbben hajdan lakott két család végzetes összeütközéséről szól. Az egyik, a Kis család az E-betű alakú háztömb Kecskéi utcái szárnyában lakott az első emeleten. Papa, mama és két gyerek. A másik, a Zsellér család szintén a tömbben lakott, de nekik volt egy kis vegyesboltjuk is, ami a Bécsi útra nyílt. A csonka családban az idős mamával élt együtt három felnőtt gyermeke: két lány és egy fiú. A két család összeütközéséhez egy külső tényező, egy nagy vállalkozás, a II. Világháború asszisztált.

De ne vágjunk a dolgok elébe.

A Kis család, mint annyi más kis család is, élte a maga hétköznapi életét. A papa, János jelentéktelen külsejű, középtermetű, csendes kishivatalnok volt. A mama, Sári pedig – talán a férje ellenpontjaként – nagyszájú, cserfes, örökre mozgó asszonyka. A nagyobbik gyerek, a lány, Veronika már gimnáziumba járt az Angol-kisasszonyokhoz. Nagyon szép, szőke, barna szemű kislány volt. Viselkedésében az édesanyjára ütött, annyi különbséggel, hogy ő a nagyszájúsága mellett még tűzrőlpattant, harcos fehérlépnek is

mutakozott. Gyurika, a kisfiú óvodába járt. Eleven volt, göndör hajú és szeretni valóan vásott. Mindkét gyereket ráadásul hosszú, seprűként ívelő, selymes szempillával áldotta meg a természet.

Zselléréknél a mama kíméletre érdeme-sült, ősz matrónaként csak néha-néha helyettesítette valamelyik lányát a kis üzlet pultjánál. A boltot egyébként a lányok vették. Még nem voltak vénkisasszonyok, de úgy látszott, hogy férjek híján minden női gyengédségüket, gondoskodásukat fivérük, a szépményű, balett-táncos Laci karrierjének egyengetésére pazarolták. Laci az Operaház balettkarában kezdett. Szépen előrehaladva pályáján lassan kivált a karból, és már néhány szolótáncos szerepet tudhatott maga mögött.

No, és mit csinált közben a külső tényező, a Háború? Hát ő is élte a maga életét, tette a dolgát. Rombolt, hódított és hatalmasra kitátott szájával be akarta kapni a világot. A meghódításra szánt területeken megalapította a hazát védő, nemzeti érzelmű, felnőtt és ifjúsági szervezeteket. A világ és a meghódítandó területek azonban egyre nyugtalanabbul nézték a hatalmas, kitátott száját. Megpróbáltak ellenállni a bekapásnak. Amint a Háború ezt észrevette, azonnal az ellenállás megtörését tűzte ki magának legfőbb célul. Programot készített, megjelölte

az ellenséget, előírta, hogy az új, és esetleg valaki által be nem tartott szabályok esetén annak milyen büntetés jár. A Háború a Program végrehajtásával az Állam biztonságát védő titkosrendőrséget és ügynökeit bízta meg.

A Kis család a legfőbb célról nem tudott semmit. Nem is tudhatott, hiszen az titkos volt. Mendemondák kószáltak ugyan az éterben, de Kisék ezt is a többi mendemondához hasonlónak minősítették, azaz megvonták mind a nyolc vállukat. Olyannyira nem zökkentek ki a hétköznapiakból, hogy Veronika például – szokásához híven most is – anyatigrisként szállt szembe az Újlaki Téglaárnyék nyomortelepéről a környékre ruccanó, és háborúsdit játszó fiúfalkával, amikor az kedves játszótársának, Sós Ilikének a copfjait akarta testületileg megcibálni. Sárika, a mama pedig százszázalékosan pontos híreket szállított mindenkinek arról, hogy melyik férfi melyik pártnak lett a tagja, és most éppen ki a szeretője.

És Gyurika? Gyurika szemrebbenés nélkül, egy szempillantás alatt kék tintával terítette be nővére és Sós Ilike, valamint a saját ünnepi ruháját a húsvéti locsolókodás hétfőjén. Nem a kölnis üvegben, hanem az Ilike kicsiny íróasztalán álló tintásüvegben volt a tinta, ugyanis Ilike a locsolókat várva írta szünidei földrajzleckéjét. Természetesen a földrajzfüzet is tocsogott a tintában. A selypítő Gyurika a következő percben már azonnal, tintásan az Ilike ölébe bújott, és bűnbánóan súgta neki: „Serets Ilike? Nem lesek máskor ross, sak seress!” Nem lehetett haragudni rá.

És a Zsellér család? A Zsellér család az első adandó alkalommal följelentette a titkosrendőrségnél a Kis családot. Igaz, hogy Kisék – az asszony és a gyerekek minden zajossága ellenére – békében, szeretetben éltek; igaz az is, hogy Sári zsidó származású volt, de nem ezekért jelentették fel őket. A vád az volt, hogy a család testületileg, zseblámpával éjszaka jelzéseket adott az angol szövetséges bombázó repülőgépeknek. Ez bizony súlyos vád! Kémkedéssel együtt elkövetett hazaárulás!

A Háború, amely eddig külső tényezőként lapított, most belemocant a két család életébe. Mit sem törődve azzal, hogy a feljelentés időpontjában, 1945. január másodikán már egy hónapja nem bombázták Óbudát, a vádat megalapozottnak találta. Két területi légóparancsnokot – A. Bélát és B. Gyuszt – azonnal Kisék lakására küldött, és a teljes családot bekísértette a Gestapo Bécsi úti irodájába. És a Háború ítélkezett is. Kémkedéssel együtt elkövetett hazaárulásért az egész

Kis család golyó általi halálra ítéltetett. Stábiumból kifolyólag az ítélet 12 órán belül végrehajtandó.

Amikor a légóparancsnokok csöngettek a Kisék lakásán, a család – mit sem tudva a följelentésről – éppen nekilátott az ünnepi ebédnek. Sári már a hetedik hónapban járt a harmadik gyerekkel, de nem ezt ünnepelték, hanem Veronikát. Veronika pont aznap töltötte be életének tizenharmadik évét. Kész hölgy volt már, kisasszony. Sári, az anya már előző nap elkészítette az ünnepi tortát a tizenhárom gyertyával együtt. Ezt már nem tudták felszeli. Megzavarták őket.

Zselléréknél még nem ünnepeltek. Talán majd Vízkeresztkor. Ők egyelőre annak örültek, hogy megúszták. Nem őket jelentették föl. Jobb az ilyesmit megelőzni. Jobb, ha az ember előbb jelent, mint a másik. Talán így még marad esély a túlélésre. Talán arra is, hogy a följelentettek után maradó néhány tárgy (bútor, szőnyegek, ékszer stb.) még idejében megmenthető legyen az ilyenkor a föld alól előbukkanó hiénáktól. Ki tudja?

A Háború viszont nem tudott 12 órát sem várni. Annál is inkább, mert télen korán alkonyodik, és aznap estére is várható volt az aknátámadás. A szövetséges csapatok már egy ideje minden este aknazáport zúdítottak Óbudára az ütegeikből. Nem bombát és nem az angolok, aknát és az oroszok. A kivégzést a Háború egy 16 éves, fiatal, német pótkatonára bízta, és a kezébe adott, két darab hatlövetű pisztolyra. Veronika később, már a fal elé állítva, döbbsen nézett a játszótársnyi, barna fiúra. „Milyen érdekes megoldás!” – gondolta, majd egy ösztönös mozdulattal a fiú lábához borult, és az Angol-kisasszonyoknál tanult, irodalmi németiséggel könyörgött kegyelemért. Átölelve a fiú lábát érezte, hogy az remeg. És a keze is. Az irodalomból azonban parancsok, a szűk udvaron pedig egy perc múltán fegyverek dörögtek. Két golyó az anyának, két golyó a kisfiúnak, két golyó a lánynak. Az hat. Összesen hat golyó. Kiürül az egyik pisztoly. Kettő az apának, és még marad négy golyó a másik tárnban. De nem maradt. Az anya és a két gyerek ugyan a rájuk szánt lövésektől azonnal összeesett, de az apába egy teljes tárat bele kellett löni. Vele is végzett a második golyó, de ő még állt, állt, állt mindaddig, míg az utolsó lövés a térdét nem érte. Aztán összezsugorlott. Ekkor hirtelen – egyszerre vijjogva és csattogva – megindult az aknazápor, és az egyszemélyes kivégzőosztag be menekült a többiekkel együtt a légópincébe. A négy test meredten feküdt a behavazott udvaron. A bevágott pinceajtó dübörgése még ott zengett az udvaron, amikor Veroni-

ka megmozdult. Óvatossággal körülnézett, aztán felült. Láta, hogy az anyja halott, az apja halott, az öccse még egy picit lélegzik. Veronikát nem találta el a fiú. A pótkatonára. Nem csoda, hiszen még alig-alig lehetett nagy gyakorlata a játszótársai kivégzésében. De az is lehet, hogy Veronikának ragyogóan működtek a szorult helyzetben a reflexei, és a lövés pillanatában azonnal elvágódott. Élve. De mi lett akkor a második, neki szánt golyóval? Lehet, hogy azt is az apa kapta? Veronika nem gondolkodott a második golyón. Feltápáskodott, felemelte Gyurika vállát a földről, és az egyre mélyülő alkony áldott homályában vonszolni kezdte testvérét az udvar hátsó, mászhatóbbnak látszó kerítése felé. A kerítéshez érve észrevette, hogy öccse már nem lélegzik. Gyorsan elengedte hát, magában még elbúcsúzott a halott családtól, és sietve átmászott a kerítésen. Aztán, szinte hangosan vacogva a dermesztő hidegtől, megcélolta a San Marco utcát, és nekilátott a Pesten lakó nagymamához vezető, bizonytalan, hosszú és fáradságos utazásnak.

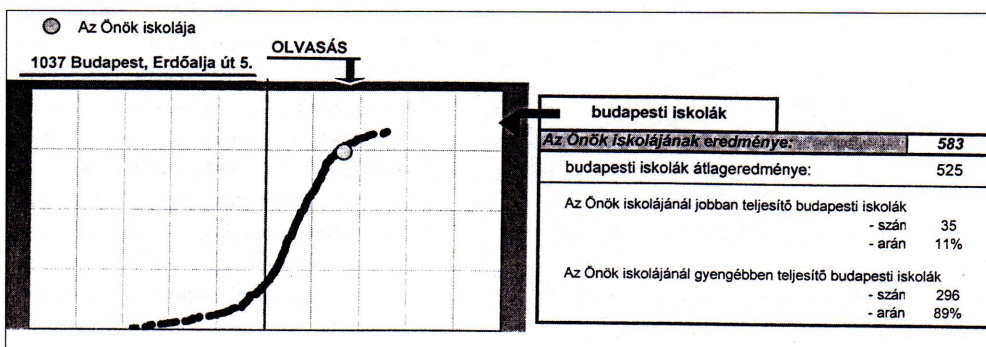
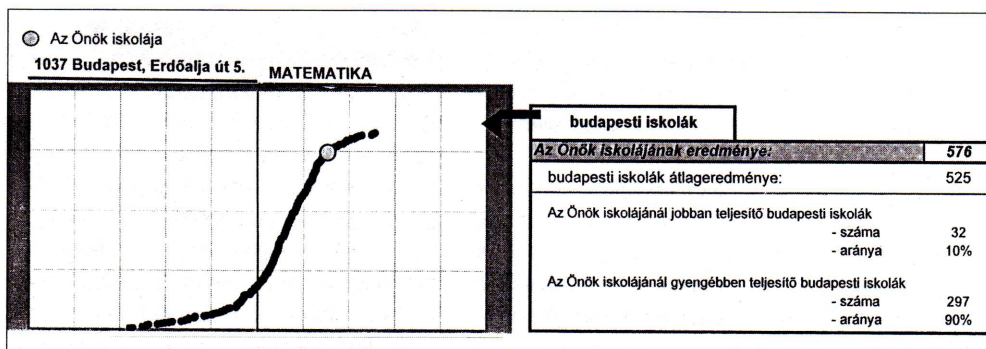
EPILÓGUS

1945. tavaszán a nagymama följelentette a III. kerületi rendőrkapitányságon a Gestapót a fiának, a menyének és unokájának a meggyilkolásáért. A halottakat tömegsírba temették. A Zsellér családot letartóztatták, és Kistarcsára internálták. Az ügyükben kiadott házkutatási parancs foganatosításakor lakásukban a Veronika által azonosított több, a Kisék lakásából származó tárgyat találtak. A lakást lezárták, lepecsételték.

Még azon év nyarán, valamelyik rendőrségi jegyzőkönyv személyes aláírásának napján Veronika felkereste Sós Ilikét. A Sós család lakását aknátálat érte, lakhatatlanná vált. Az előjáróság átmeneti lakásként – a másik helyreállításáig – egy kiürült Szomolnok utcai lakást utalt ki számukra. Itt találta meg Ilikét Veronika. A négy utcával határtól lakótömb, ahol az átmeneti lakás volt, még nem készült el teljesen, észak-nyugati saroktélkéről hiányzott egy tervezett ház. A tömbbelsőből ezen a sarki foghíjon át ki lehetett látni a San Marco utcára. Veronika a nyári melegben a folyosón beszélgetett Ilikével, és egyszer csak – kipillantva a San Marco utcára nyíló foghíjon – csendesen megjegyezte:

– Nini, nézd, Ilike! Ott van az a kerítés, amelyik mögött lelőttek minket, és amin a télen átmásztam.

Szász Kálmán
Budapest, 2002. április



Iskolai hírek

Nagy örömet és elégedettséget jelentett a tantestületünk számára az Országos Közzoktatási Értékelési és Vizsgaközpont (OK-ÉV) által megküldött, iskolánkat érintő értékelése.

A tanév elején az 5. osztályos tanulók körében, országos szinten, matematikából és olvasás- szövegértésből, egységes feladatok alapján felmérést végeztek.

A mérés eredménye szerint a mi tanulóink mind matematikából, mind olvasás – szövegértésből a kb. 40 feladat elemzése alapján az ország iskoláinak 90%-ánál jobb eredményt értek el.

Ez a felsős szakos tanárok mellett jelentős mértékben Kádár Sári néni 4 éves munkáját dicséri.

Az OKÉV jelentés két szemléletes ábráját közöljük.

A tavaszi papírgyűjtés újra szép eredménnyel zárult. 9721 kg papír gyűlt össze, amelyért 77850 Ft-ot kapott iskolánk. A legjobb eredménnyel a 2. osztály büszkélkedhetett, fejenként 87,79 kg-os átlaggal. A II. helyezett az 5. osztály lett, az átlag 72,46 kg/ fő, a III. helyen a 3. osztályos tanulók végeztek 64,55 kg/fős átlag gyűjtéssel.

Köszönjük mindazoknak, akik hozzájárultak ehhez az eredményes akcióhoz.

Számlítsanak rá, hogy ősszel megismételjük.

Ez az ősz is szükséges ahhoz, hogy az Erdőalja Alapítvánnyal együtt kb. 300 000 Ft-tal támogathassuk a rászorulókat, hogy minden tanulóink részt vehessen a tanév végi erdei iskolában Sárospatakon.

Lezajlott a Békásmegyeri Művelődési Ház által szervezett ÖKO-7 környezetvédelemmel foglalkozó verseny, melyen részt vettek a kerület iskolái.

A két lelkes erdőaljas csapat töltött öko totót, hajózott a Dunán, élőképet alkotott a szabadban és kerékpáros ügyességi vetélkedőn jeleskedett.

Május 12-én vasárnap Szirtes Csaba tanár úr vezetésével iskolánk tanulóinak lelkes csoportja is részt vett az Óbuda-Hegyvidék egyesület által szervezett barlangi út-avatáson, melyet a környék erdeinek megtisztogatásával kapcsolunk egybe. A rövid névadó ünnepség után gumikesztyűkkel és szemetesszákokkal felfegyverkezve tartottunk terepbejárást. Sajnos a zsákok megteltek a felelőtlenül oda került hulladékokkal.

Figyelem ! Az iskola sok tábor szervezője a nyári szünet idejére.

Az erdőaljas Tisza túra végső jelentkezési határideje május 25-e. Idáig több, mint negyvenen döntöttünk úgy, hogy nekivágunk Huszt várának érintésével e csodás tájnak. Még bárki csatlakozhat hozzánk.

Jelentkezni lehet még Balaton-szabadi-Sóstóra. A tábor ideje: június 28 - július 5. Az Önkormányzat jelentős szociálpolitikai támogatást biztosít a jelentkezőknek.

Tájékoztató a tanév végi rendezvényeinkről.

– A 8. osztályosok ballagása június 7-én, pénteken de. 10-kor kezdődik.

– Június 10-14-ig az iskola tanulói – kivéve az elsősök – Sárospatakra mennek erdei iskolába.

– A tanévzáró ünnepséget június 18-án, kedd délután 16 órai kezdettel tartjuk. Az érdeklődőket szeretettel várjuk

Marótiné Horváth Gizella
igazgató

**EXTRA
LADY**
s t ú d i ó

Női divatáru kereskedés
1036 Budapest, Bécsi út 85.
Telefon: 250-8064
Nyitva: hétfő-péntek
10.00-18.00

Elérhető áron kínálunk kanadai importból két és háromrészes együtteseket, blézereket, szoknyákat, fürdőruhákat molett hölgyek részére.

Válasszon új nyári kollekcióból!



Van mit folytatnunk

1950. júniusa táján jelent meg a Képes Fügylőben a „Függőkeres iskola a Tábor-hegyen” c. cikk: „Háromszáz méter magasságban a Tábor-hegyen épült ez az új iskola. A főváros és a szülői munkaközösség áldozatkészsége tette lehetővé, hogy a legmodernebb pesti iskola 110 növendéke egészséges hegyi vidéken, napsütéses, hatalmas ablakú termekben és függőkertben tanulhasson.

A függőkert egyik sarkában olvasósarok van. Itt tanulják meg a kisdiákok a leckéjüket. Alattuk Budapest panorámája, felettük a tábor-hegyi erdők.

Ez az egyetlen iskola, ahonnan nem sietnek haza a gyerekek. Legtöbbjük estig is ott marad. Röplabdáznak, kosárlabdát játszanak, és utána boldogan zuhanyoznak a fürdőteremben.”

Az 1950. június 20-i Szabad Nép és a Fővárosi Napló cikkének tanúsága szerint a tankötelesek 90%-a beiratkozott az átlagos 55-60 %-hoz képest. A Timár utcai iskolával együtt a beiratkozási verseny legjobb eredményét érte el az Erdőalja Úti Általános Iskola.

Az intézmény folyamatos sikerét az anyagiak mellett a személyi feltételek is erősítették. Az

igazgató bácsi — Pethő Márton — rendkívüli egyéniség volt. Odaadás, ragaszkodás és összefogó erő is jellemezte, egységet és összhangot teremtett. Tevékenységét fél évszázad múltán is példaként emlegetjük.

Tudjuk, a felavatás évétől kezdve minden év az építkezés, a fejlesztés jegyében múlik. Eleinte sem tornaterem, sem sportpálya nem volt. A téglagyártól bérelt telken játszottak, fociztak a gyerekek. A szülők jártak a hatóságoknál és az iskola kétszer is kapott jelentősebb összeget (25.000,- illetve 6.000,- Ft-ot), hogy az időkben létrejött iskolai sportpálya felszerelése is meglegyen.

Boronkai Róbert tanár úr 1950. III. 18 - 1955. III. 12-ig „Rendezvényeink” című iskolai kötetében összefoglalta az intézmény jelentősebb eseményeit: Figyelemmel kísérhetjük Calligaris Ferenc zenei munkásságát: A kitűnő komponista nem csak Brazília himnuszának zeneszerzője; hanem nagyszerű zenepedagógus is, aki többször a semmiből indulva remek kórust nevelt. Vendégszerepléseket is vállalt például a Kiscelli úti iskolában, műsoros kerti ünnepségeket is rendezett különböző nemes célok érdekében. Hol az úttörőcsapat, hol a zenekar felszerelésére, vagy a koreai gyerekek megsegítésére, de

akár az iskola leendő zongorájának beszerzésére is gondolt. A belépőjegyek és „tisztelőjegyek” 2-2,50 Ft-os áron voltak megválthatók. Zenekari bemutatóira alkalmanként az Óbudai Fehérítőgyár kultúrbrigádját is meghívta, amely további műsort szolgáltatott például fenyőfa- vagy magyar-szovjet barátság ünnepség alkalmából.

1951. szeptemberében ingyenes tankönyvosztásra került sor, majd 28-án békegyűlésre, amely során az úttörőcsapat 100,- Ft-ot jegyzett. Novemberben megtekintették a Sztálin hidat és 15-én megnyitották az előző számunkban már megemlített Szülők Iskoláját.

A Pajtás Újság 1951. február 21-én cikkben méltatta a hatodikos Juhász nevű tanuló tanulmányi és mozgalmi munkáját és azt a tényt, hogy pajtásaival együtt rendbe hozta a felső és alsó udvart.

Az eddig felvázolt rendkívül sokrétű oktató és nevelő munkát a II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola a mai napig folytatja. A sikerekről a Nyájas Olvasó folyamatosan értesülhet gyermekeitől, barátaitól, ismerőseitől, rokonaitól és üzletfeleitől. De az eredményekről folyamatosan beszámolunk lapunk hasábjain is, ezért várjuk Önöket —... folytatjuk!

Kádár Eszter

Önkormányzat

A méltán népszerű Váradi utcai óvoda dolgozóinak levelét közöltük áprilisi számunkban. Mint emlékeztetés, az óvoda tervezett — részleges — bezárása miatt panaszkodnak. Elhatároztuk, utánakérdezzük az ügynek, ugyanis a hegyről is sok gyerek jár ide, — általános megelégedettség.

Tapasztalataink, no meg az illendőség okán április 15-vel kezdődő héten telefonon kerestem időpontért az illetékes osztályvezetőt, — Szabó Istvánnét. Sajnos szabadságon volt. Keressem 22-én hétfőn, — kapom a tájékoztatást. Kérésre azért előzetesen beírnak az osztályvezető asz-szony naptárába.

Hétfőn reggel hívom Szabó Istvánnét. Nagyon kedves, telefonon tájékoztat, hogy 25-én, rendkívüli ülésen a képviselőtestület tárgyalja az ügyet, ezért szerencsés volna ezt követően beszélgetnünk, ha erre valóban van engedélyünk a polgármester úrtól.

Tekintettel a 23-i lapzártára, mindenkivel egyeztetek, rendben a dolog, az önkormányzati tájékoztatás kedvéért fenntartjuk a helyet. 24-én hívom osztályvezető asszonyt az időpont rögzítéséért. Kiderül a képviselőtestület éppen most ülésezik, ő is ott van, hívjam később.

Meglepetésemben majdnem elfelejtem megkérdezni, mi történt, hogy előrehozták az ügyet? Kiderül szó sem volt rendkívüli ülésről, csupán a szokásos szerdai ülés megtartására ke-

rült sor, aminek a napirendjén szerepel több óvoda sorsa is. Délután sikerül elérnem Szabó Istvánnét személyesen is. Tájékoztatom ma tárgyalta a testület a Váradi utcai óvoda sorsát, most azonban sajnos nincs ideje, később visszahív, annyit azért telefonon is elárul, a testület nem döntött, megvárják a beíratási időszak végét, és a jelentkezések számának figyelembevételével fognak dönteni. Közvetésemre, hogy jelenleg minden érdeklődőt eltanácsolnak, megjegyzi, nagyon helyes, ugyanis még nem érkezett el a beíratás ideje. Még előzékenyen megígéri visszahív az időpont ügyében.

„Természetesen” nem hív.

25-én, csütörtökön délután az újságban fenntartott hely okán, veszem a bátorságot, és újból hívom Szabó Istvánnét. Közli, hogy nincs ideje, talán valamikor a jövő héten. Tiltakozásomra, miszerint határozottan megígérte, lapzártára, fenntartott hely, kerületi lakosok tájékoztatása, egyebek és egyáltalán, — elhárít, nincs ideje, hívjam a jövő héten.

Segítséget kérően, — hogy legalább a testületi ülés jegyzőkönyvét megismerhessem, és onnan kapjunk tájékoztatást, — hívom Nyíri Csaba alpolgármester urat, — akitől hasonló esetekre ígéretem van támogató segítségére.

Sajnos alpolgármester úr fontos tárgyaláson van, ha időben végez visszahív, bár napirendje szerint már várják valahol, de keressem dr. Tass Bálint aljegyző urat, ő biztosan tud segíteni.

Keresem. Már délután 3, a kapott számon senki sem veszi fel a telefont. Még néhány próbálkozás, — központon keresztül is, — újból alpolgármester urat keresem. Már elmúlt 4 óra, a hivatalos időnek vége. Talán holnap, - kapom a fáradt hangú, udvarias elutasítást.

A kör bezárult, a lapzártára utánra kicsikart póthatáridő letelt, nincs tovább.

Nincs tovább!? Ágaskodik bennem választópolgár. Miért van az, hogy annyi — már lapunk hasábjain is megírt — kör lefutása után, annyi ígérettel a tarsolyunkban, még mindig úgy gondolják az önkormányzatnál, a mi Önkormányzatunknál, hogy nem vagyunk fontosak, hogy mi állunk a sor végén, legyünk türelemmel, majd megtudjuk mit döntöttek rólunk, és különben is minek akadékoskodunk, miért nem hagyjuk őket dolgozni, hiszen éjt nappallá téve értünk fáradnak!

Tényleg, miért nem?

Csige Sándor

Az Óhegy-Hírek áprilisi számában „Valóban nincs más válsztás?” címmel megjelent a Váradi utcai óvoda dolgozóinak levele. Hogy az abban felvetett probléma megoldásához a lapban való megjelenés hozzájárult-e vagy sem, nem tudjuk, de örömmel tájékoztatjuk olvasóinkat, hogy az Önkormányzati Oktatási Bizottság döntése alapján a 2002/2003-as tanévben az óvoda változatlan módon működhet tovább. (a szerk.)

Az egyesület hírei



**„EGYNEK MINDEN NEHÉZ,
SOKAKNAK SEMMI SEM
LEHETETLEN”**

Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete
1037 Budapest, Toronya utca 33.
Telefon: 430-1326

Népház

Állandó programok

Hétfő

7³⁰ – 9³⁰:

Reggeli erősítés – Tenki Tamás

18⁰⁰ – 19⁰⁰:

Női torna – Szolga Beáta

18⁰⁰-tól BRIDZS KLUB

Kedd:

18⁰⁰ – 20³⁰ Jóga – Beke Andrea

Szerda:

18⁰⁰ – 19⁰⁰ Női torna – Szolga Beáta

18⁰⁰-tól BRIDZS KLUB

Csütörtök

7³⁰ – 9³⁰ Reggeli erősítés – Tenki Tamás

17³⁰ – 18³⁰-ig Hastánc tanfolyam

a Népházban

20⁰⁰ – 21³⁰ Társastánc tanfolyam

TELEHÁZ

Nyitva tartás:

Hétfő: ZÁRVA

Kedd: 13.00-18.00

Szerda: 13.00-18.00

Csütörtök: 13.00-18.00

Péntek: 13.00-18.00

Szombat: 13.00-18.00

Vasárnap: ZÁRVA

A Teleház vezetője: Turi László

2002. június 11. kedd este fél hét

A budapesti

Vox Voluptatis kórus

koncertjére a Népházba várunk szeretettel minden kedves zenebarátot egy vidám, jó hangulatú estére!

A műsoron a reneszánsztól egészen napjainkig, főként világi darabok szerepelnek.

A belépés díjtalan.

Jó szórakozást!

2002. június 13. csütörtök 18.00

Író-olvasó találkozó

a Népházban, fiatal magyar írók köteteinek bemutatása a Kávé Kiadó gondozásában.

Beszélgetés Péterfi András és Benedek Szabolccsal és felolvasás új könyveikből, a Berettás könyvből és a Báthory Zsigmond című műből.

Az előtérben a program kezdete előtt fél órával és a találkozót követő fél órában a meghívott írók és a kiadó egyéb könyvei megvásárolhatók.

A belépés díjtalan.

Minden kedves érdeklődőt szeretettel várunk!

ÓHEGY-HÍREK
polgári havilap

Kiadja: Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete

1037 Budapest, Toronya u. 33.

Telefon: 430-1326

A lapot szerkesztik: Cseresznyák Veronika

Csige Sándor

Jármayné Tatár Judit

Piroch Zsuzsa

Hirdetésfelvétel: Óhegy Egyesület

Telefon: 430-1326

Nyomdai előkészítés: DTP-Műhely

grafikai stúdió

Megjelenik: 2.800 példányban

Felelős kiadó: Rajnák László

az egyesület elnöke

Június 16-án vasárnap 13 órától ismét ebéd a Népházban

A parlagfű-szedés után találkozhatunk egy jó egytálételre, a menü egyelőre titok, csak a mesterek neve nem, az ebédet Pirchala István és Vinczai Sándor készíti majd nekünk.

A jegyek ára: 500 Ft/fő Jegyek elővételben válthatók Hiller Adriennél a Népházban, kérjük, hogy lehetőleg a program hetének szerdájáig jelezzék részvételi szándékukat.

A Szent Iván éj ünneplése június 22-én 19.00 órakor

A Népházban és annak kertjében közösen ünnepeljük a nyár legrövidebb éjszakáját. Lesz tűzgrás, móka, kacagás, tánc hajnalig! A szokásos alacsony árakkal dolgozó kedves büféslányok sem hiányozhatnak!

A belépők ára: 500 Ft/fő

Jegyek elővételben is kaphatóak Hiller Adriennél, a Népházban.

BRIDZS

Mire kedves olvasóink kézhez kapják az Óhegy Hírek jelen számát, – már vége a Szarvas Kupa versenysorozatnak. E sorok írásakor viszont csak az előkészületekről tudok beszámolni.

A versenyen Egyesületünk Bridzs Klubja két önálló, teljes csapattal, illetve három vendégjátékoskal kiegészülve, – a dolgok jelen állása szerint három csapattal képviselteti magát.

Természetesen nem csak csapatban, hanem a párosversenyen is indul minden résztvevő játékosunk.

A felkészülés jegyében licitkártyákat is be-

szereztünk, – ugyanis a verseny során ennek használata kötelező.

A szerdai napokon egyéb, a versennyel kapcsolatos tudnivalókat is megismertünk, illetve gyakoroltunk.

Remélem, következő lapszámunkban eredményes szereplésről számolhatok be, – bár tudni kell, hogy legtöbbünknek ez lesz az első alkalom ilyen stílusú játékra, és az ilyen versenyeken számos élvonalbeli játékos is indulni szokott.

A házi bridzsverseny eredménye:

I. Vágó Ilona – Csige Sándor

II. Molnár Gyula – Raksányi György

III. Jakkel Ilona – Ráki Zsolt

Pezsgő party

Szokásos havi háziversenyünkön ez alkalommal Reimann Katalin – Hanák Sándor az első, Harkai Csaba – Bánlaki Csaba a második, Pázmándi Antal – Tóth István a harmadik helyezést szerezte meg.

Nekik gratulálok, a Szarvas Kupán indulóknak pedig jó szórakozást, eredményes játékot kívánok.

Csige Sándor

Lomjaimon ülök...

Minden évben elhatározom, hogy összeszedem a házban és a ház körül a szemetet, a lim-lomokat, a dobozokat, az üvegeket, a fölöslegessé vált holmikat és örült nagy rendet csapok a családot körülvevő tárgyak körében (is). De mindez és mindig nagyjából csak akkor jut eszembe, amikor észreveszem a lomtalanítás elvégzésére kirendelt kukásautó farvizét.

De ennek most vége! Nem ülök tovább a lomjaimon! Megtudtam, hogy az évi rendes **lomtalanítás** időpontja a hegyen **június 24. és 28.** között lesz. Önök se feledkezzenek meg róla! Én időben szoltam...

JéTéJé

PAN-NA 2001 KFT.

HOZZÁNK ÉRDEMES BETÉRNI!

APEH- és ügyviteli NYOMTATVÁNYOK

Iskola- és irodaszerek, különleges csomagolóanyagok, képeslapok.

KREATÍV ÖTLETEI

megvalósításához szükséges eszközök széles és egyre bővülő választéka várja kedves vásárlóinkat.

FÉNYMÁSOLÁS

Nyitva tartás: H-P: 9.00-18.00 óráig Szo: 9.30-13.00 óráig Címünk: 1035 Budapest, Vörösvári út 39. Tel.: 430-0928. Fax: 430-0929

KEDVEZMÉNYES HITELLEHETŐSÉGEK

SUZUKI ROMAI -NÁL!

márkakereskedés és szerviz

Bp. III., Rákóczi u. 33.
Tel.: 240-4444 (Szalon)
436-7920 (Szerviz)
Ny.: H-P: 8-18, Szo-V: 9-13

Most fizesse elő a törlesztőrészlet felét!
Pl.: Swift 1.0 GL 15.797 Ft/hó!

Új! 30%-tól CASCO-mentesség!

ÓRIÁSI használt autó VÁSÁR!
Pl.: '94-es Swift 12.604 Ft/hó+CASCO-mentesség!

A LEGJOBB AJÁNLATOT BIZTOS TÖLÜNK KAPJA!

www.suzukibarta.hu, www.autodata.hu, www.vezess.hu

Teljes körű szervizszolgáltatás ♦ Zöldkártya
♦ Karosszéria- és biztosítási munkák ♦ Eredetiségvizsgálat

TISZTELT HEGYLAKÓ IPAR- ÉS KÉPZŐMŰVÉSZEK FIGYELEM!

A Toronya utcai Népház felkínálja termeit alkotásaik egyszeri, közös bemutatására és értékesítésére.

MŰVÉSZEK A HEGYVIDÉKÉRT –
HEGYVIDÉK A MŰVÉSZÉKÉRT!

A részleteket a 430-1326-os telefonszámon, naponta 9-17 óra között Hiller Adriennel lehet megbeszélni.

„Kérem a tisztelt olvasókat”

Az egyesület vezetősége áttekintette az eddig eltelt időszakban elért eredményeket, továbbá megvizsgálta a kiadások-bevételek mérlegét. Megállapítást nyert, hogy a Népházban rendezett vagy ahhoz csatlakozó rendezvények kiemelkedően jó fogadtatásban részesültek, részesülnek.

A vezetőség által meghirdetett program életképes, a kijelölt irány követhető, habár az anyagi tartalékok apadása kérdéseket vet fel. Ezért erőfeszítéseket teszünk az önkormányzat költségvetéséből való részesedésre, a pályázatok monitorozására és be-

nyújtására, továbbá olyan saját ötletek megvalósítására, amely a termék bérbeadása mellett biztosítani tudja a ház konszolidált működését.

Az első ilyen ötlet, és nemis felajánlás Etelközi Péter nevéhez fűződik, aki menedzser tréning meghirdetésével — reményeink szerint — jelentős bevételi forrást nyithat egyesületünk számára. Kérem a tisztelt olvasókat, „hegylakókat” közvetítsék ezt a remek lehetőséget! Bátran tehetik, mert Etelközi úr a legjobbak között „jegyzett” név a szakmában!

r.l.

„A menedzsment tudomány is, művészet is.”

Menedzser tréning

Az Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete menedzser tanfolyamot hirdet a Toronya utcai közösségi házban. (Cím: 1037 Budapest Toronya u. 33.)

A tréning az alapfokú pszichológia, szociálpszichológia, vezetélmélet, közgazdaságtan, rendszerelmélet, szervezélmélet, stb. mellett elsősorban a menedzserszemlélet kialakításában segít.

A tanfolyamot vezeti:

Etelközi Péter a CASHWARE Kft. igazgatója
A tréning 5 x 4, (17.00–21.00); vagy 2 x 10 órás.
(9.00–20.00); (hétfőn is)

Az előadás sorozatot 4 órás (egyéni, vagy csoportos) konzultáció követi.

A részvételi díj magában foglalja a tanfolyamot követő egy évben a további konzultációs lehetőséget is.

A tréning tervezett időpontja: 2002. június 22–23.
vagy június 24–28.

vagy július 1–5.; vagy július 6–7.

Minimális létszám: 20 fő

A tréning ára: 45.000 Ft/fő

Érdeklődni személyesen, vagy telefonon (430-1326) Hiller Adriennel, a Népház művelődésszervezőjénél lehet.

Kedvezmény: óbudaiaiak számára 10%,
az Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete tagjainak 20%!