



# ÓHEGY-HÍREK

ÓBUDA HEGYVIDÉKIEK EGYESÜLETÉNEK LAPJA • XX. ÉVFOLYAM 5. SZÁM • 2015. JÚNIUS

## ÓHEGY NAPOK AZ ANJOUK ÓBUDÁJA ÉS KORA

Táborhegyi Népház (1037 Bp., Toronya utca 33.)

### Június 5. péntek, 18.00 órákor

Az Óhegy Napokat megnyitja:

**Kelemen Viktória**, Óbuda -Békásmegyer Önkormányzatának alpolgármestere  
„Anjou uralkodóink várai, palotái, templomai” című kiállítást megnyitja:

**Népessy Noémi**, az Óbudai Múzeum igazgatója

„Anjou-kori királyi központok” - Búzás Gergely régész,  
a visegrádi Mátyás Király Múzeum igazgatójának előadása.

„Évszázadok útjain” - szakrális és világi dallamok a középkori és reneszánsz Európából.

Közreműködnek: Kabdebó Noémi, Reményi Árpád, Tóth Emese Gyöngyvér.

**Középkori táncok:** az Óhegy Egyesület Alerton Klubjának táncosai (Benyó Dóra, Cseresznyék Veronika,  
Kovács Magdolna, Novath Ildikó, Révész Rozi, Sebestyén Ila, Tóth Ildikó) előadásában.

### Június 6. szombat, 18 órákor

**Arany János: „Toldi szerelme”** - felolvasó színház. Előadják az Egyesület amatőr színjátszói:  
Bakos Soma, Benyó Dóra, Dienes András, Etelközi Péter, Fábri Zoltán, Koppány Viktória, Szász Kálmán.  
Rendező: Raffinger Éva.

**Lakoma Nagy Lajos király udvarában.**

Menü: nemes gyümölcsök szeszes leve, fiatal jérce parázson pirongatva, illatos, fűszeres salátákkal,  
Erzsébet királyné kedvenc süteménye: juhtúróval és málnával. A vacsora alatt középkori zene, középkori  
hangszereken - Kecskés András és együttesének előadásában.

**Középkori táncok** - előadják az Egyesület Alerton Klubjának táncosai. Koreográfia: Holup Orsolya

**Trubadúrok versei** - hegyi amatőr költők „versengése”.

**Középkori táncház** - Kecskés András és együttesének muzsikájára.

### Június 7. vasárnap, 11 órától

**Középkori ételek főzőversenye**, az „Óhegy legjobb szakácsa 2015” cím elnyeréséért.

**Fenséges sütemények készítése**, az „Óhegy legjobb cukrásza 2015” cím elnyeréséért.

**Beszélgetés az Anjouk Óbudájáról, a viseletekről, az udvari életéről.**

**Középkori játszóház:** pecsét- és oklevélkészítés, pecsétviasz-öntés, középkori kódexírás.

**Szakács- és cukrászverseny eredményhirdetése** -14 órákor.

**Közös ebéd:** az étel- és cukrászreceptek elfogyasztása.

\*\*\*

A rendezvény háziasszonya és szervezője: Benyóné dr. Mojszis Dóra muzeológus (+36 30-333 2902)  
A programokon a részvétel ingyenes, kivéve a szombati lakomát, amelyre a belépőjegyek elővételben  
(2.500 Ft/fő) kaphatók a szervezőnél és a Népház gondnokánál (Gáspár Tibor: 06-30-899 5320).

A vasárnapi főzőversenyre kóstolójegyek (400 Ft/adag) a helyszínen vásárolhatók meg.

*Mindenkit sok szeretettel vár az Egyesület Vezetősége*

# Dónal Ó Néill ír meséje

Az történt, hogy egy májusi estén Dónal nem Írországról, nem is az ország történelméről, vallási harcairól, nem is a keltákról, még csak nem is a legendás tűzlánglábú Michael Flatleyről beszélt, hanem mesélt nekünk. A Várkonyi Flóra magyar tolmácsolásában angol nyelven előadott ír történetet rövidítve elmondjuk olvasóinknak:

Valamikor régen, Leinster egy kis falujában élt egy bádogos mester, Tallaghtmuch, a feleségével. Egyszer a völgy tulsó végén lévő községben egy pálínkfőző üst foltozására kapott megbízást. El is ment, megfoltozta az üstöt, tarsolyába tette a munkájáért kapott három ezüstpénzt, és elindult hazafelé a rövidebb úton, a mocsáron át. Azonban csakhamar eltévedt és nyakig süllyedt az ingoványba. „Vigyen el az ördög, ha még egyszer az élethen erre jövök!” – morogta magában. Valahogy mégiscsak kikecmergett, s ahogy ballag tovább hazafelé, találkozik ám az úton egy szegény emberrel, aki segítséget kér tőle. Mivel a bádogos a legjobb és legmegértőbb ember volt a világon, odaadta az egyik ezüstjét a szegény embernek. Alig haladt kicsit tova, találkozik egy még szegényebb emberrel, aki szintén segítséget kér tőle. Mivel

a bádogos a legjobb és legmegértőbb ember volt a világon, odaadta a második ezüstjét. Már majdnem hazaért, mikor találkozott az eddigi kettőnél is szegényebb, harmadik emberrel, aki ugyancsak segítséget kért tőle. Akkorra már igencsak meglehezett a bádogos, s tudta, hogy otthon üres a kamra, de úgy döntött, félbetöri a még megmaradt, harmadik ezüstpénzt. A harmadik, legszegényebb ember azonban így szólt: vagy az egész ezüstpénzt kéri, vagy semmit nem fogad el. A bádogos így nem tehetett mást, odaadta az utolsó ezüstöt a harmadik, legszegényebb embernek, mert nemcsak a legjobb és a legmegértőbb, hanem a legjószerűbb is volt e kerek világon.

Amikor ezeket a jó tetteket megtudta az angyal, megjelent a bádogos előtt és megígérte, hogy teljesíti három kívánságát. A bádogos első kívánsága az volt, hogy legyen tele a kamrája. S mivel a falubéli gyerekek mindig kilopkodták a ládájából a szerszámait, a második kívánsága az lett, hogy csak ő tudja kivenni azokat. Ekkor az angyal közbeszólt: te bádogos, nem túl érdekesek a kívánságaid, én mást vártam volna. Ő viszont nem szólt semmit,

hanem harmadikra azt kérte, hogy ha valaki le akarna szedni egy almát a fájukról, annak ragadjon az almához a keze, ami pedig ragadjon a faághoz, és soha többé ne mozdulhasson el onnan. Hazaérvén a bádogos nagyon megörült, mert a felesége egy aranyos kisfiút szült neki. Ő megölelte az asszonyt, meg a kisfiút, aztán elment, hogy keresztapát keressen fia számára. Először a gazdag emberrel találkozott össze, aki felkínálta magát keresztapának. A bádogos visszautasította, mondván: te, gazdag ember, nem vagy igazságos. Hatalmas palotában laksz a hegy tetején, mindened megvan, míg a többi ember itt él lent a völgyben és nincs semmije. Ez igazságtalanság, nem akarom, hogy ilyen ember legyen a fiam keresztapja. Másodszorra az isten jelentkezett, ő is keresztapának ajánlkozott, de a bádogos őt is elutasította, mondván: te isten, te sem vagy igazságos. Az egyik embernek minden jót megadtál, a másiknak meg semmit sem. Ez igazságtalanság, nem akarom, hogy ilyen ember legyen a fiam keresztapja. Harmadiknak a halál kínálkozott, és a bádogos e szavakkal elfogadta őt: „te, halál, te igazságos vagy, mert egyformán elviszel minden-

kit: akár öreg, akár fiatal, akár szép, akár csúnya, akár bölcs, akár buta, akár szegény, akár gazdag. Ilyent választok én a fiam keresztapjának.” A halál elfogadta a megítéltetést, és cserébe megjutalmazta a bádogost az élet vizével. A bádogos ezután sok-sok meghalt embert feltámasztott és nagyon meggazdagodott, mert a hozzátartozók, hálából, busásan megjutalmazták.

Történt egyszer, hogy ismét megbízást kapott a bádogos egy kilyukadt pálínkfőző üst megfoltozására a völgy túlsó oldalán. A bádogos újra elment, megfoltozta az üstöt, tarsolyába tette a munkájáért kapott pénzt, és újból elindult hazafelé, a rövidebb úton, a mocsáron át. A mocsár közepén azonban megint nyakig süllyedt, és mikor nagy nehezen kikecmergett, épp elindult volna, amikor megszólította az ördög: „hallod-e te, bádogos, úgy látom elfelejtetted az ígéreted. Velem kell jönnöd. Viszlek a pokolba.”

Idáig a mese, amiben később megtudjuk, hogyan járt a bádogos túl az eszén az ördögnek és a halálnak, hogyan vette jó hasznát mindhárom kívánságának, s hogyan vált belőle végül ma is élő, a Boyne folyó vizében fickándozó fekete pöttyös lazac, aki mindig kicsusszan a horgászok kezéből.

*Lejegyezte Szász Kálmán*

## Czája Pista ajándéka

Egy fakó rongybaba ült a kanapé támláján és ontotta magából a sok okosságot, hozzá hangoosan dobolt tömpe lábaival. Bölcs öregem, merthogy a rongybaba hozzám tartozott, nos, ő hangosan ragaszkodott dohszagú elvárásaihoz, kemény tisztaságához és kopott szakadt, régi ruhájához. Na azt, aztán még kimosni se engedte, inkább hagyta, hogy ruhástul mossam ki őt magát és csipeszsel a fülén ott fityegjen a szárítókötelen. Épp most hoztam be öklémét és odaültem a kanapé tetejére. Készültünk Pista 85. születésnapjára.

Czája Pista, merthogy ez az ő becsületes neve, a Ronyva partján született. Anya készítette, amikor mindenórásként terelgette kisgyerekeit, Bözsit és Bélát. Közben fogott egy kisebb vászondarabot, a varródobozból tűt és cérnát, kisebb holmikat és csinos kis rongybabát varrt hamar. Hímzés a szája, kenderkóc a haja, két fekete kis gombocsa a szeme. A gyerekek odabújtak Anyához.

- Ezt is már a kisbabának varrod? – kérdezte Béla. Anya már hetek óta készülődött a kisebbik fia érkezésére, akit Apa után Istvánnak akart hívni. – Varrjál neki birkózóruhát! Mint a Czája Cirkuszban! Anya mosolyogva meg is varrta a csíkos ruhát, ráadta a babára, a baba apró karjait mégjobban megtömté, jó „izmosra”.

A Czája Cirkusz nemrég ment el a városból, itt volt vendégszerepelni és mély nyomatokat hagyott a gyerekek emlékezetében. Minden kisgyerek ott tolongott, Béla is köztük volt. Láta az akrobatákat, a bohócot, a vadállatokat, kutyákat, mindenfélét, meg a birkózó Czája testvéreket. Hanem azok a birkózók olyan erős férfiemberké voltak, amelyenektől Béla bizony elfogadott volna segítőnek a pajtásaival vívott csetepatékban!

- Legyen a neve Czája Pista! A gazdája úgyis Pista lesz! – sipította Béla. Anya mosolygott kicsit aggódva magzatáért, az előtte álló szülés miatt.

Aznapi este minden komplikáció nélkül megszületett a kistesó, Valika. Gyönyörű szép kisleányka volt ám! Akkor júniusban szépen termelt a cseresznye. Legalábbis így mesélik.

Úgy mesélik, Vali nagyon rossz volt. Még tőlem is sokkal rosszabb. Czája Pista persze ezt nem ismeri el, ha ezt kérdelem tőle, mindig másról locsog. A rongybaba vagy három éve lakik nálam és igen elégedett a sorsával. Hasonlóan gyerekkora helyszínéhez, itt is hegyek magasodnak a lakóhelye fölül, van gyerekzsivaj, igaz, csak a szomszédban. Itt a hatalmas könyvszekrény is, benne lakik Valika régi porcelán babája. Meg itt vannak a szomszédok,

azaz hogy hol itt a teraszon, hol ott a másíknál a nappaliban, hol a harmadik kertjében, csak úgy jönnek-mennek egymás közt. Pista azt mondja, ez nagyon hiányzott neki, fél évszázadot leélt úgy, hogy az emberek jöszereivel nem is ismerték szomszédaikat, nem hogy összejártak volna velük! Cudar idők voltak, így meséli Pista.

Egyszerre csak csöndes kopogás hallatszott és valaki halkan szólította Pistát. Kisbarátom izgatottan az ajtóhoz szaladt a karomon ülve. A szomszéd állt ott, Dezső, egy hatalmas nagy műanyag dobozzal a kezében, tele dióval és Pista felé nyújtotta.

- Nagyon szeretem a diót! Köszönöm! Tudad, hogy ma van a születésnapom? – rikantotta a rongybaba és áthuppant a diók közé. Dezső nevetve kötötte a lelkemre, hogy a diót Pista egye meg, csak úgy magába, vagy darálva, vagy süteménynek megsütve. Megígértem. Pistával együtt örültem a diónak, a szomszédoknak itt a hegyen, a hegynek, a kisboltnak, a Népháznak a báljaival és bridzsklubjával. Körbenéztem itt fenn, az Olimposzon és megállapítottam, hogy Pista is és én is szerencsések vagyunk, hogy pár éve ide vetett bennünket a szél.

*Orehovszky Vali*

# Évszázadok útjain

Óhegy Napok, június 5. péntek, 18.00 órákor

Világi és szakrális dallamok a középkori és reneszánsz Európából. Előadók: Tóth Emese Gyöngyvér (ének, psalterium), Kabdebó Noémi (hegedű), Reményi Árpád (lant).

Szentlélek-dallam egy német apátnő tollából, Mária-dalok egy spanyol király gyűjteményéből, magyar ugrótánc egy itáliai kötetből, sirató az Anjouk idejéből, márdarhangok Zsigmond király

muzsikásától, ének Kinizsi Pál feleségének imakönyvéből... Szokatlan lista, de korántsem teljes. A középkor és a reneszánsz idején történelem és zene egyaránt változatos képet mutatott.

A fellépő előadóművészek régizenei tanulmányaikat Magyarországon, Ausztriában, Hollandiában és Franciaországban folytatták. Több hazai és külföldi együtt-

tes illetve műhely – Animando, Simplicissimus, Recercare, Budapest Bach Consort, Greccio, Panta Rhei – volt és jelenlegi tagjaiként zenélnek középkori, reneszánsz és barokk hangversenyeken. Ezen a koncertjükön a XII-XVI. század énekes és hangszeres műveiből adnak válogatást, bemutató a korabeli egyházi és világi dallamokat.

az Egyesület Vezetősége

## Anjou-kori királyi központok

Óhegy Napok – június 5. péntek  
Buzás Gergely előadása

Buzás Gergely régész, 2011-től a Visegrádi Mátyás Király múzeum igazgatója. Tanulmányait az ELTE-n végezte, szakterülete a középkor. Részt vett Visegrád minden jelentős középkori objektumának



feltárásán (királyi palota, Ferences és Szent László kolostor, Szent András monostor, középkori lakóházak), továbbá a pécsi pálos kolostor, a kisházi vár és a zirci ciszterci apátság feltárásain 1987 és 2011 között. Kérdemelte a szír állam bizalmát, hogy irányítsa az egyik legnagyobb keresztes erődítmény feltárását Malgratban. Számos kiállítás kurátora, legutóbb a „Középkori várak, virtuális vártúrák” c. utazó kiállítást rendezte, amely mostanáig már az ország több múzeumában is látható volt (jelenleg Sátoraljaújhelyen). Régészeti, történelmi, művészettörténeti tanulmányokat írt, elsősorban a visegrádi palotáról, de Óbuda középkori épületeiről is. Neki köszönhetjük az egykori óbudai királyi, királynői központ elpusztult templomainak és a királyi várak rekonstrukcióját is, amelyekről majd az előadásban is szó esik. Magyarországon hiánypótló az a munka, amelyet Buzás Gergely, valamint a Narmer Stúdió és a Pazirik Kft. elkezdtek: a történeti kutatások, a régészeti feltárások, a fennmaradt épületek és a számítógépes technika segítségével a középkori várak, kastélyok és templomok virtuális rekonstrukcióinak elkészítése.

Visegrádon 1997-től kezdődött el a királyi palota új típusú – a kutatások által igazolható – helyreállítása. A rekonstrukciót – a feltárások eredményei alapján – folyamatosan végzik. Ahogy Buzás Gergely megfogalmazta: „A jövőben mindinkább törekedni fogunk arra, hogy a múzeumot az Anjou-királyok és Mátyás, a 14-15. század emlékhelyévé tegyük. Rendkívül fontosnak tartjuk az élményszerűséget és az átélhetőséget. A legmodernebb technikával igyekszünk majd a kiállításokon bemutatni a látogatóknak mind a konkrét épületegyüttest, mind a korszakot.” Ez a vélemény illetve törekvés egyre inkább összhangban van korunk múzeumlátogatóinak elvárásaival, elképzeléseivel. A pénteki előadás alapján – a rekonstrukciók segítségével – képet kaphatunk az óbudai középkori királyi majd királynői székhely egykori impozáns épületeiről.

B.M.D.



Reményi Árpád



Tóth Emese Gyöngyvér



Kabdebó Noémi

## Kecskés András és együttese

Óhegy Napok, június 6. szombat, 18.00 órákor

Repertoráján régi középeurópai és magyar zeneművek szerepelnek. A Kecskés Együttes 1975-ben megnyerte a Brugge-i Régizenei Világfesztivált. 1983 óta a Közép-Európai Régizenei Nyári Akadémia tanárai Szentendrén, 1988-tól kezdődően pedig minden évben rangos fesztiválok állandó szereplői: Stary-Sach, Radovljica, Barcelona, Velenice, Ptuj, Blankenburg, Bécs, Linz, Csíkszereda, Szentendre, Esztergom, Szombathely stb.

1984-ben készítették első CD-felvételüket, amelyet további 20 követett. 1994-ben részt vettek az Adelaide-i Fesztiválon Ausztráliában, 1996-ban koncertsorozatot szerveztek régi magyar egyházi zenéből. 1997-ben igen nagyszerű hangversenyt adtak Bécsben, a Mozart-Saalban; illetve a zentai csata emlékére Jenő herceg palotájában. 1998-ban Kínában turnéztak, 1999-ben a krakói Jagello Egyetemen vendég szerepeltek.



2000-ben Magyar hősök és szentek címmel összeállított műsorukkal országsszerte fel léptek ifjúsági hangversenyek keretében, zászlószentelések alkalmával. Ebben az évben a szombathelyi Savaria Játékok és a győri Koboz- és lantfesztivál résztvevői. 2001-2002 folyamán száznál több régizenei koncertet adtak, köztük a Zeneakadémia Nagytermében bemutatott Kájoni-est, amellyel Domokos Pál Péterre emlékeztek. 2003-ban a Rákóczi-év kapcsán a kuruc küzdelmek zeneköltészetét bemutató műsorral jelentkeztek, 2004-ben pedig ők nyitották meg a Balassi-emlékét a Zeneakadémián.

Az idei Óhegy Napok alkalmával újra vendégünk Kecskés András és együttese. A „Lakoma Nagy Lajos király udvarában” ünnepi vacsora hangulatát az együttes középkori hangszereken középkori zenével gazdagítják, majd az este „középkori táncház” programjával zárul az együttes muzsikájára. Szeretettel vár minden érdeklődőt.

az Egyesület Vezetősége



A VIII. Civil és Nemzetiségi Napon Bús Balázs polgármester úr és Kelemen Viktória alpolgármester asszony a Boldog Salamon Körnek adta át a „Balázs Lajos Óbudai Civil Díjat”. Az Egyesület Békásmegyer-Ófalu kulturális programjainak fő szervezője. Terve vette a Templom téri pihenőparkot és játszótérrel, majd az Önkormányzat támogatásával megépítette, és a mai napig gondozza. A főváros első „Tündérváráját” is ők valósították meg. Gallai Máté az Egyesület elnöke megköszönve a díjat elmondta, hogy köszönet illeti az Egyesület munkatársain kívül a T-Art Alapítványt és az Óbor-Kör Környezetvédő Egyesületet is, akikkel az elmúlt években szoros együttműködés alakult ki.

## Végéhez közeledik az ürömi körforgalom építése

A Nemzeti Infrastruktúra Fejlesztő Zrt. beruházásában 2014 őszén kezdődtek el a munkálatok az ürömi jelzőlámpás csomópontban. A körforgalom kivitelezése összesen 10 hónap alatt, két fő ütemben valósul meg. A jelentős forgalomkorlátozással járó munkálatok 2015. április elején indultak. A körforgalom átadása 2015 júliusában várható. Ezt követően már nem lesznek forgalomkorlátozások a 10. sz. főút bevezető szakaszán.

A kivitelezés az előre kalkulált ütemterv szerint zajlik, a vállalkozó egyszerre dolgozik a körforgalom 3 fő ágán. A budapesti ágon a csapadécsatorna építése zajlik, melyet az útburkolat kialakítása követ először a bal, majd a jobb pályán.

A solymári ágon a cementstabilizációs réteg kialakítás van folyamatban, ezt követően burkolatépítéssel folytatódnak a munkálatok. Az ürömi ágon elkészült a csapadécsatorna, a kiemelt szegély és a stabilizációs réteg épül a bal pályán. Az ütemezés szerint ezt követően téríti a kivitelező a burkolatot majd, itt is átfordul a jobb pályára.

A beruházás a Nemzeti Fejlesztési Minisztérium megbízásából a NIF Zrt. fejlesztésében a Strabag Általános Építő Kft. kivitelezésében, 85% uniós és 15% hazai forrás felhasználásával valósul meg. A beruházással kapcsolatos további információért kövesse a [www.facebook.com/nifzrt](http://www.facebook.com/nifzrt) oldalt.

Vezérigazgatói Titkárság és Kommunikációs Iroda

## Digitális bennszülött

Folyamatosan bombáznak bennünket az újdonság fogalmakkal akár a Rádióból is. Úgy néz ki, a digitális bennszülött az a valaki lehet, aki szinte születése pillanatától kezdve kezelni tudja korunk mindenféle legeslegújabb kommunikációs eszközeit.

A legfőbb jellemzője - amiről biztos felismerhetjük az ilyesféle irányultságú illetőt - nem beszélget, csak nyomkodja a "ketyerét". Ha befut hozzánk, azonnal hívást kap - mondja, a munka miatt. Bár az is előadódhat, Ő kezdeményez valakivel "munkailag" kontaktot.

Ezeket ne vegyük úgy, Őt ne érdekelné az önként vállalt találkozás velünk. Dehogy! Talán el sem jött volna, ha másként lenne - tételezzük fel jóindulatúan. Hiszen nekünk is öröm, hogy láthatjuk. Ettől kezdve azonban nem jelent udvariatlan viselkedést, ha jelenlétében tévézgetni kezdünk. Rejtvényt is fejthetünk, nyugodtan elfoglalhatjuk magunkat bármivel. Esetleg függetleníthetjük magunkat a kedves vendég elfoglaltságait szemlélve..

Észre sem veszi. Lehet Őt nézni, megsimogatni, meg-

kínálni: tea, kávé, üdítő, gumicukor, nasi - kortól függően.

Ez néha működik.

Közben Ő magasabb régiókban szaladgál. Eszében sincs megharagudni, ha megszólítjuk. Ám "igen-nem" válaszokra lehet számítani mindösszesen. Így aztán meggyőződhetünk arról: hangja is van "Neki". A helyzet direkt adja magát, rá vagyunk kényszerítve, hogy rövid, de velős, körmondfont kérdéseket adresszáljunk Irányába.

Itt az a remény vetődhet fel - szóra bírhatjuk.

Ha olyan generációból jövünk, ahol a könyvolvasás révén bő szókincsünk mutatkozik, ez nem is nehéz feladat.

Persze itt bele lehet futni egy olyan zsákutcába, ahol jól elbeszélgethetünk - saját magunkkal. Hát ez remek, láncsak milyen toleránsak vagyunk mi.

Veregetjük jól hátba magunkat - pat-pat, Brunella Gasperini, kedvenc írónk biztos erre biztatna minket.

Nos, mit is tehetnénk mást, kérdezhettük akinek ez gondot jelent. Idézhetünk példának okáért egy régi,

jó közmondást: "A türelem rózsát terem". Aztán az is lehetőség, legközelebb hátha találkozhatunk olyasvalakivel is, aki hasonló lelkeséggel rendelkezik, vagy is lelkileg hasonlóan van hangolva, mint mi. Akkor aztán kiderülhet, szerethető emberek vagyunk, akikkel érdemes megosztani az élet örömeit-gondjait.

Jön idő, jön tanács - mondaná a kedves Öregapánk, ha még itt lehetne közöttünk. Aztán igen jó lenne, ha rájöhetnénk a módszerére, miszerint feltétlen tiszteletet, odafigyelést váltott ki belőlünk, az akkori sülvölvényekből, már a pusztá megjelenésével is.

Persze, aki mindezeket szóvá tette, talán koránál fogva is, jól lemaradt modern korunk felgyorsult világától.

Megfosztja magát az Internet adta rengeteg információtól, pusztán csak azért, mert nincs türelme megbirkózni a gépek kezelésével. Mivel azonban az egész témakör igen széles skálán mozog az a legjobb, ha azt érezhetjük, válogathatunk kivel, mikor, merre meddig!

W. Grass

## Szívünkön viseljük a Nordic Klub életét!

Ezúton szeretnénk informálni a kedves érdeklődőket, hogy az Óbudai Sport Nonprofit Kft. megkezdte a nyári időszakítás szerinti klubdelutánjait. A Nordic Walking szerelmesei, ebben az időszakban heti egy alkalommal vehetnek részt a foglalkozásokon. Ajánljuk klubunkat mindazoknak, akik már e sport szerelmesei, és azoknak, akik még csak megismerkedni szeretnének ezzel a varázslatos természetben szabadon űzhető sportággal! A foglalkozásokra

**minden szerdán 18.00 – 19.00 óráig**

kerül sor. A részvétel a Klub programjain ingyenes! A szükséges felszerelést, a nordic walking botokat biztosítani tudjuk.

Gyülekező: az Óbudai Szabadidőpark Laborc utcai főbejáratánál.

Helyszín: az Óbudai Szabadidőpark, Budapest, III. Laborc u. 2.

Egy kis Totó! 13 ok, amiért érdemes a nordic walkingot választani és a klubban részt venni:

1. Tehermentesíti az ízületeket,
2. Javítja az állóképességet,
3. Erősíti az izmokat,
4. Hurrá fogyunk! Az egyik legjobb öregedésgátló szer!
5. Javítja a test oxigénellátását,
6. Oldja az izomfeszültséget,
7. Növeli a stressztűrő képességet,
8. Aktiválja a vérkeringést,
9. Hajlékonyabb ízületek,
10. Jót tesz az agynak,
11. Ki a természetbe!
12. Fő a jó közérzet!
13. A nordic walking egy csoportterápia, az egész család csinálhatja.

Várjuk az edzéseken!

Pivniczky Petra - sportszervező  
Óbudai Sport és Szabadidő Nonprofit Kft.  
[obudasport.hu/nordic-walking-klub/](http://obudasport.hu/nordic-walking-klub/)

# Kreatívkodj Ökosan!

*Okoskodj kreatívan avagy kreatívkodj okosan!*

*Kiállítás a Táborhegyi Népházban*

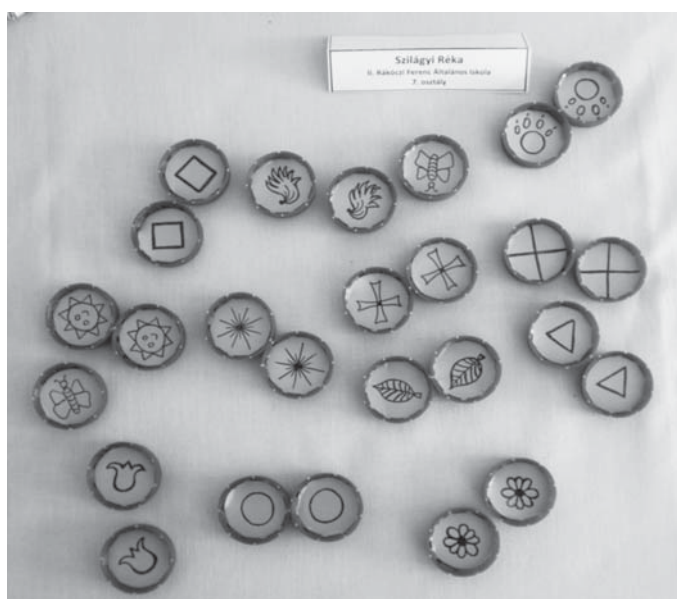
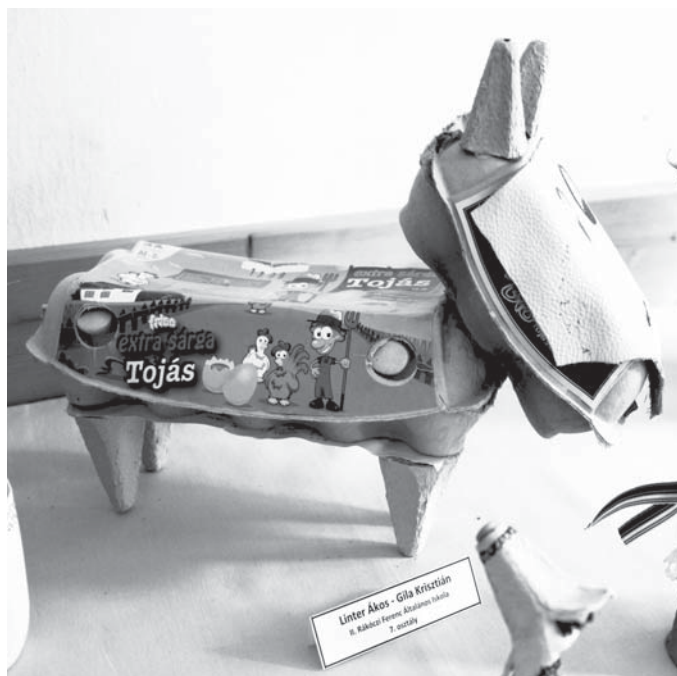
Az Útilapu Nemzetközi Építőtábor Hálózat Gaia Fenntartható Életért Munka-csoportja és az Óhegy Egyesület rendhagyó teljesítménytúrát szervezett a Budai-hegységben! A túra Hűvösvölgyből indult, a Határ-nyerget, az Árpád-kilátót, a Guckler sziklát (Nelli-pihenő) és Virágos-nyerget útba ejtve a Táborhegyen, a Népházban végződött, ahol a témához kapcsolódó előadások, társasjátékok és kézműves foglalkozások várták az érkezőket.

Sokan adtak le újrahasznosítható anyagokból készült igen kedves, érdekes és hasznos tárgyakat a „Kreatívkodj Ökosan” kiállításához. Ötletes tárgyak érkeztek az Erdőalja iskola 2. osztályából mint például Kónya Eszter - Berecz Fanni- Budai Klára virágai, valamint Berecz Fanni és Sebők Dóra Pohár virág képei továbbá a 7. osztály tanulójának technika órán készült munkáiból. Ilyenek Molnár Rómeó - Szalai Áron szélutrinája, Máté-Tóth Zsófi és Hlavács Cintia virágai, Linter Ákos - Gila Krisztián tojástartóból készült bikája, vagy Szilágyi Réka, Balázs Dorisz, Détári Bernadett, Decsi Titanilla, Gazda Brigitta kisbabái. A kupakokból készült memóriajáték és a flakkon tartók Sáringer Ágnes munkái. Takáts Anna 8. osztályos tanuló virág locsolási ötletét rajzolta le. Kovács Andrea régi könyvből készített fényképes élménynaplót Gergő fiának.

Számtalan, papírtekercsből készült apró kiscica, bagoly, nyuszi érkezett a Csata utcai Általános Iskola Könyvtári Kézműves Szakköréből, de teafilterből készült harangvirágot is láthattunk Bolczár Edittől, textillel bevont, kerek ékszeres dobozkákat Vitenkő Piroskától, vagy egész baromfiudvart festett papírmáséból, Sáringer Zsókatól. De újságpapír hasznosítására is láttunk példát Vének Máriaától, aki abból kosarakat font.

A kedves látogatók sok ötletet meríthettek későbbi munkáikhoz, és bizakodhatunk, hogy talán nem minden flakon vagy tojásdoboz kerül a kukába.

*Szerkesztők*



# Ismerjük fel és óvjuk természeti kincseinket!

Hegyünkön a kertekben és az erdőkben is találkozhatunk kedvenc gyümölcsünkkel: a cseresznyével.

**Vadcsesznye, madárcseresznye** (*Prunus avium* (L.) Moench) Európában őshonos *rózsaféle*. A gyertyános – tölgyesek jellemző faja. Termése kicsi, fekete, alig édes. A madarak kedvence, de a kirándulók is szeretik. A természetükben is szerepük van.

A **termesztett cseresznyefajták** őse a madárcseresznye. Két alköre van. Az egyik a *Prunus avium* convar. *juliana* (L.) Janchen a „**szívcsesznye**”. Termésük fekete vagy sárga, puha húsú, bő levű. A másik a *Prunus avium* convar. *duracina* (L.) Janchen a „**ropogós cseresznye**”. Termésük nagy, piros vagy sárga, keményebb húsú.

A cseresznyék zömét Európában termesztik. Hazánkban főleg a főváros budai kerületeiben, Pest megye északi részén, Borsod-Abaúj-Zemplén és Bács-Kiskun megyékben termesztik. Keresett tartósítóiipari nyersanyag. A természetben a házikertek fontos szerepet játszanak, mivel a szedése munka- és időigényes. Mindenki ismeri a középkeletit, keményhúsú Germersdorfi és Van fajtákat.

Fő kártevője a cseresznyelég. 3-4 mm-s fekete potrohú apró légy. Szárnyain feketésbarna harántsávok vannak. Lárvája a cseresznye és a meggy „kukacosodását” okozza. A gyümölcs értékét rontja. A bábok a talajban telelnek át. Az imágók április közepétől augusztusig is

rajznak. A nőstények a tojásokat a még zöld, vagy alig színesedő gyümölcsökhöz helyezik. Erős fertőzés esetén a fa alatti talajra megfelelő permetezőszert juttatunk.

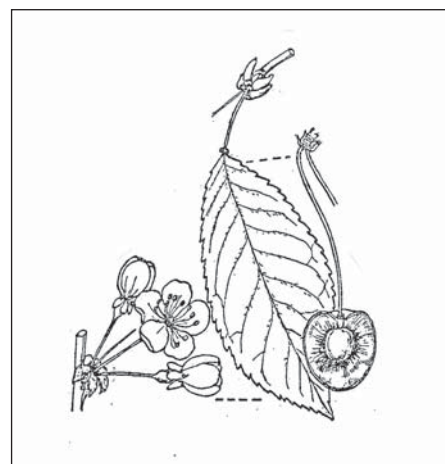
Termésszárát, levelét csúsz, szívbántalmak, légcsőhurut gyógyítására és élvezeti teának használják. A szénhidrát tartalma (14g/100g) elég magas. Vitaminjai: karotin, B1, B2, pantoténsav, biotin, folsav, C-vitamin. Ásványi anyagai: kálium, kalcium, magnézium, foszfor, cink, vas.

Fogyasszuk frissen a fáról, készítsünk befőttet, levest, szószt.

**Túróskrémes cseresznyetorta.** 1 piskóta-lap, 2 doboz vaníliás krémtúró, reszelt citromhéj, porcukor, 2 dkg feloldott zselatin, 30 dkg kimagozott cseresznye, 1 pohár tejszín.

Három lapra vágjuk a tortát, a krémtúrót keverjük a cukorral, citromhéjjal, a feloldott zselatinnal, tejszínnel. A felét az első lapra kenjük, megszórjuk a fele cseresznyével, erre tesszük a második lapot és ezt megismételjük. Tetejére egy pohár felvert tejszínt teszünk.

**Mandulás cseresznyés pite.** 14 dkg cukor, 14 dkg vaj, 6 tojás, csipetnyi só, 14 dkg hámozott darált mandula, 7 dkg morzsa, 60 dkg cseresznye. Habosra keverjük a vajat a cukorral. Egyenként keverjük tovább a tojássárgákkal, majd a mandulát, sőt, morzsát adjuk hozzá, végül a tojáshabot. Vajjal kikent, morzsával hintett tepsibe töltjük, egyenletesen megszórjuk a kimagozott, lecsurgatott cseresznyével és



meleg sütőben, közepes lángon sütjük. Megcukrozva, kihűlve kockákra vágjuk.

**Cseh cseresznyefelfújt darával.** 1 liter tej, pár csepp mandula aroma, 8 dkg cukor, 5 dkg margarin, 12 dkg dara, 3 tojás, 15 dkg fehér kenyér, 50 dkg cseresznye. Felfőzzük a tejet csipetnyi sóval, mandula aromával, cukorral és margarinnal, beleszórva a darát, kis lángon kevergetve sűrűre főzzük. Ha langyos, hozzákeverjük a tojásokat és a tejbe áztatott kinyomott kenyert, végül a kimagozott cseresznyét. Kikent tűzálló tálban rózsaszínűre sütjük.

Jó kirándulást a Hegyre és jó étvágyat!

Stollmayer Ákosné

## Hű társunk vagy Cave Canem?

(a hegyi felelős kutyatartók/barátok nevében)

A legutóbbi számban „A nagymama, az unoka és a bernáthe gyi” című cikkben hegyi lakótársunk M.K. tollából igen sajátos hangvételű írást találunk, amihez riasztó, félelemkeltésre alkalmas kép kapcsolódik.

Lakótársunk aktuális, közérdekű témát vetett föl: a hegyvidéken „szolgálatot teljesítő”, házőrző kutyák eddig nem kaptak megfelelő figyelmet bizonyos vonatkozásban. Hangsúlyozottan házőrző kutyákról van szó, akiknek szerepe itt a hegyen köztudottan nagy múltú. Egyéb szerepű kutyákkal ún. társasági ebekkel nem igen van alkalomunk találkozni házőrzői minőségben.

Sajnálatos, hogy az említett cikk írója szemtanúja volt az utca túloldaláról egy agresszív hajlamú kutya támadó jellegű viselkedésének. Egyetértünk M.K. lakótársunkkal, szörnyű lehetett végignézni egy ilyen jelenetet. Fel is veti – nagyon helyesen – a felelős állattartás (nyilván itt kutyatartásra gondol) kérdését. Ez a lényeg valójában: meddig, miben és hogyan felelős a gazda?

Természetesen csakugyan vannak olyan reakciók, amit nem szabad túlni, de a „leszerelés” kulturáltan, indulatmentesen és főképp jóindulatúan történjék. A másik kitűnő példa a cikkben a svédországi: megbüntetik a gazdát a

kutyaugatásért – ez óriási! Mit is csináljon a kutya, ha nem ugat, mivel beszélni nem tud? Svédországban miképp jelez, ha nem ugat? Sok mindenben csakugyan követendő a svédek, de kutyatartást talán mégse tőlük tanuljon egy olyan nemzet, mint a magyar, akik nem akármilyen kutyás múlttal állhatnak a világ elé – szemben a svédekkel.

Kétségtelen, hogy a kutyák viselkedését „kézbén” kell tartani. Egy tapasztalt kutyabarát / kutyatartó véleménye sokat segíthetne, hasznos lenne. Fórumot lehetne kezdeményezni, ahol kutyatartók és kutyabarátok véleményt cserélhetnének, tanácsokat kérnének és adnának tapasztalataik alapján, amik a kutya iránti bizalmat erősítik és nem riasztják az olvasókat, mert a cél mégis ez lenne. Olyan fotókkal illusztrálva a témát, amik az ember-kutya szoros kapcsolatát bizonyítják. Mint többszörös kutyagazda, annyit tennék hozzá, hogy kutyája csak annak legyen, aki nemcsak tartja, hanem aki szereti és törődik is vele.

A kutya évezredek óta bizonyítottan az ember leghűségesebb társa. Ezt a kapcsolatot csak az ember ronthatja el. Hagyjatjuk ezt?

Hódosi-Mali Gabriella  
Egy többszörös kutyatulajdonos  
a begyéről, szintén tanár

Brezovits László

## Sohasem tudhatod

*Sobasem tudhatod, mit hoz a holnap  
Életed folyója még merre sodorhat  
Mikor fut szelíden, mikor szökik árba  
Mikor ér végtelen kéklő óceánba*

*Víztükrön táncoló, csábító fénysugár  
Forró tangót jár, igéző tűzmadár  
Millió páracsepp szél szárnyán útra kél  
S világot bejárva folyóként visszatér*

*Sobasem tudhatod, milyen céllal jöttél  
Mily hatalmas munkált, hogy épp ide vetődöttél  
De mint apró vízcsepp, mi egyre duzzad csendben  
Teremtő erő kél a nyíló értelemben*

*Szerelem és féltés, barag, vágy, ábitat  
Lelke szövedékén mindenkit átitat  
Összegyűjtünk mindent, mit látunk, ballunk, teszünk  
S gondolat, szó, érzés együtt balad velünk*

*Sobasem tudhatod, meddig repít vágyad  
Mikor foszlik szerte álomból szőtt szárnyad  
Törve múltó mámor szédült ikarosza!  
Légy a bulló zápor szomjoltó csarnoka!*

*Minden felkelő nap egy-egy újabb esély  
Hogy tedd isteni dolgod, ne csak várj és remélj  
Sobasem tudhatod, mennyi lehet bátra  
Szállíts ezért Rendet a Nagy Harmóniába!*

# Júliai Alpoktól az Adriáig

Szlovéniai tanulmányút május 16-20.

Azon szerencsések közé tartozom, akik részt vehettek ezen a természeti csodákat, városokat és az I. világháború emlékhelyeinek felkeresését ígérő utazáson. Szlovéniában e három valóban elválaszthatatlanul együtt van jelen, és mindegyikből kaptunk hol megejtő szépséget, hol megrendítő emlékezést.

Az élmények gazdagságából kiragadom a Vršč-hágón való átkelést a harmadik napon, mikor Bledből indultunk az Isonzó (Soča) folyó völgye felé.

Kranjska Gorától kezdve a látvány szinte leírhatatlan, hiszen minden hajtűkanyar újabb és újabb képet mutat a körös-körül égbeszökő hegyekről, amelyek mintha karnyújtásnyira lennének tőlünk.

A busz nehezen kapaszkodik, végig gyo-morszorító érzés, hogy vajon sikerül-e beven-ni a 100 éve épült (sorszámozott) hajtű-kanyarokat, amiket nem ilyen hosszú jármű-vekre terveztek. Az út egyébiránt az osztrák-magyar hadi utánpótlás céljaira készült, és orosz hadifoglyokkal építették. (Mint mérnöki teljesítmény ma is tiszteletreméltó.)

Felérve a hágó tetejére, az élmény fokozha-tatlan: az égbeszökő hegyek hirtelen kitágul-nak körülöttünk, az ember alig képes befoga-dni ezt a páratlan látványt. Amúgy is szerencsé-sek vagyunk, mert ezen a májusi hétköznapon szinte csak a mi csapatunk bókászik a pom-pázó erikák és enciánok között.

Lefelé menet folytatódnak a hajtűkanyarok, de most a sofőrön kívül a fékek is kínlódnak, míg leértünk a folyóvölgybe, ahol türkizkék víz rohan a vakító fehér kövek között. (A kövek egyébként mutatják, hogy itt sokkal több víz szokott folyni, de hiszen az „örök hó birodal-ma” is a múlté, a klímaváltozás sajnos nyilván-való.)

A „Nagy Háborúban” vajon mennyi ember tengernyi szenvedését látták ezek a fenséges hegyek, amíg lovaikkal, ágyúikkal átküzdötték magukat ezeken a kanyarokon, amíg lejutot-tak a paradicsomi szépségű folyóvölgybe, ahol a meredek őriáshegyek oldalában további, ép ésszel alig felfogható szörnyűségek vártak rá-juk?

A most erdővel borított hegyek ugyanazok, mint amiket a kobaridi múzeum képein láthat-tunk, mint lövészárkokkal átszőtt kopár kő-sivatagokat. Az erdő teszi a dolgát: 100 év alatt benőtte az értelmetlen emberi pusztítás nyomait.

Az Isonzónál a 29 hónapig tartó harcokban elhunyt katonák egykori szenvedéseit számos temető és emlékhely őrzi. Utunk során ezekből a boveci temetőt, a kobaridi múzeu-mot, a Visintiniben lévő magyar kápolnát, és a Monte San Michele-i hősi emlékművet keres-tük fel, valamint sikerült feltalálni a solkani városi temető falán kívül, a vasúti sínek men-tén lévő, gyalogosan alig megközelíthető hősi temetőt is. Ezen a nyáron induló zárandokvo-natok programjaiban szerepel, hogy itt meg-állnak tisztelgésül.



Visintini magyar kápolna

Körbejártuk Szlovénia nyugati részét is, il-letve a természet földrajzilag összetartozó - Triesztig terjedő - adriai partvonalat.

A Triglav Nemzeti Park csodái közül a vé-gigjárt négy szurdok völgyet és vízesést emlékeztetőül felsorolom, mert egyenként is felülmúlt minden várakozást: a Vintgar szur-dok Blednél, Slap Savica vízesés a Bohinji-tónál, Slap Boka Bovecnél és a Tolmin szurdok völgyek Tolminnál.



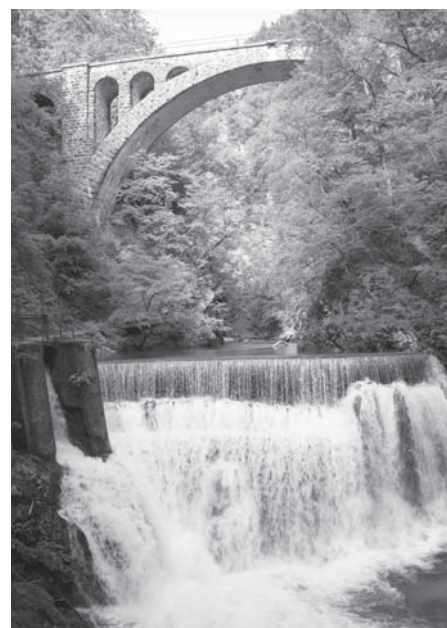
Bohinji-tó

A nemzeti park láthatóan nagy gondot fordít a biztonságos és esztétikus építményekre, így a vadregényes helyek legtöbbje könnyen jár-ható (ha nem, arra is figyelmeztetnek).



Ljubljana - Ljublanica folyó, háttérben a Ferences templom

Egyik útítársunk például végig egy un. vietná-mi papucsban szökölt hegyre föl, völgybe le.



Vintgar-szurdok

Trieszt az építészek öröme. Ismét fénykorát éli. Az I. világháború előtt, a monumentális terek köré épített hatalmas paloták felújítva pompáznak. Az Adrián mintha a Koper kikötőjére várakoztak volna a tengerjárók.

Ljubljana? Csak felsőfokon lehet mesél-ni róla. Minta az élhető városra: mérete, klímája, belvárosi épületeinek, tereinek, a Ljublanica festői partjának, utcáinak romantikája minden korosztály számára ajánlott. Nagyon kedves helyi idegenvezetőnknek nem volt nehéz dolga ezt érzékeltetni velünk. Méltó befejezé-se volt szerteágazó látnivalókban és élmé-nyekben gazdag körutazásunknak.

Végül a kedves, egymásra figyelő útítársak-ról: bár a korfa a régebben fiatalok javára billent, ezzel együtt elismerésre méltóan telje-sítették a túrát, melyről a program azt ígérte, hogy „tempója talán nem feszített”.

Sándor Erzsébet

# Kitelepítések Óbudáról

A II. világháború befejeztével új világrend alakult ki. A szovjet csapatok által megszállt közepkelet európai országokban azonnal kezdetét vette a boszszuállítás, a háborús bűnösök felkutatása és megbüntetése. Az ország területén élő németiséget kollektív bűnösséggel vádolták (ez egész Európára igaz volt). 1946-ban törvényt hoztak arról, hogy a magyarországi német nemzetiségű lakosok nagy részét ki kell telepíteni az országból és Németország nyugati felébe költöztetni. Akit közvetlen háborús bűnök elkövetésével vádoltak (igaz, vagy hamis alapon) a Szovjetunió valamelyik hadifogoly- vagy munkatáborába internálták. Magyarországról 2 év alatt mintegy 220 000 német nemzetiségű magyar állampolgárt telepítettek ki.

Sajnos a kitelepítések nagyban befolyásolták Óbuda életét

is, hiszen a kerületben rengeteg német származású lakos élt. A szovjet feljegyzések szerint Óbuda német városrész és így is bánták az itt lakókkal. 1946. február 28–március 5. között Békásmegyer összlakosságának 92%-át vagonokba zárták és Németországba telepítették ki. Óbuda más részeiből, főleg a Hegyvidékről is igyekeztek a megmaradt német lakosokat az ország elhagyására kényszeríteni. Sokan letagadták nemzetiségüket, így ők maradhattak. A kitelepített embereknek kevés csomaggal, poggyásszal kellett a vagonokba felszállniuk. Ahogy akkoriban mondták: „Amennyivel jöttek, annyival menjenek!”. Az óbudai kitelepített sváb családok házaiba kibombázott magyar családok költöztek.

A kitelepítések nemcsak a magyarországi német, hanem a szlovák kisebbséget is érintet-

ték. Egy 1946-os csehszlovák-magyar államközi megállapodás szerint a két ország „kicserelei” az adott nemzetiségű állampolgárait. 1946-1948 között kb. 73 000 magyarországi szlovákot telepítettek át, míg onnan 10 000 magyar nemzetiségű személyt szállítottak hazánk területére.

A kitelepítések során az Óbudán lakott sváb lakosok gyakorlatilag egész eddigi életük munkáját hátrahagyták. Itt maradtak takaros házaik, szereszámaik, vállalkozásaik, üzleteik, állataik, termőföldjeik. Egy bőrrönddel, vagy egy zsákkal a kezükben kellett visszanezniük és elkészönniük otthonaiktól. Csak az emlékeiket, gyökereiket nem tudták tőlük elvenni. A kevés itt maradtak őrzik, ápolják hagyományaikait, szokásaikat.

*Horváth Péter történész*

## Hegyi történelem, hegyi történetek

Ahogy legutóbb említettem, a szovjet hadvezetőség kizárólag a bőséges lőszer utánpótlásról gondoskodott és a katonákra bízta az önellátást, így általánossá vált a rablás és fosztogatás. Néhány jellemző történet:

A muníció ellátottság magas fokát mutatta, hogy géppisztoly töltényeiket, amikor valamelyik csapat tovább vonult, százával hagyták hátra azokat úgy, hogy a lakók kétségbe esve vitték utánuk pl. egy abroszban a több kilónyi töltényt.

Apám tűrhetően beszélt oroszul, amit az I. világháború idején az orosz foglyoktól tanult meg, és amikor erről a magatartásról beszélünk az orosz katonákkal, látszott, hogy a kommunista nevelés eredményeként nincsenek fogalmaik ennek a magatartásnak az elborzasztó voltáról. Különösen sokat szenvedtek a magánosan élő asszonyok és lányok.

Mindenemű alkoholtermék nagy vonzalommal volt a számukra. A denaturált szesztől kezdve a kölnivízig mindent megittak. A hegyvidék lakosságát mégjobban sújtotta - a front hathetes megállásán kívül - az a tény, hogy az Újpesti híd roncsein fennakadt jégtorlasz miatt a Duna előtötte Csillaghegy-Római fürdő nagy részét, így az ott állomáyozó is a hegyoldalra menekültek. A lakószobámban a szekrényeket is a földre döntötték és azon aludtak. Volt eset, amikor egy szobában harminc szovjet katona is tartózkodott.

Általánosan megfigyelhető volt, hogy ahol bekvártélyozták magukat, ott némi védelmet nyújtottak az otlakóknak. Az asszonyokkal mosatták ruhájukat, de a rabolt élelemből is adtak nekik. Rabolni máshova jártak. A férfiakat megvédték, hogy máshová vigyék robotmunkára. Gyakorta ásatattak lövészgödröket az utak mellé. Vagy német betöréstől félve, egészen Pilisszántóig vittek férfiakat, nőket egyaránt, sáncot ásní.

Buda elfoglalásának hetei alatt a Hegyvidék a II. frontvonalnak számított. Éjjelente a felderítő repülőgépeknek kézfegyverek torkolatüzével jelezték, melyik a már megszállott terület. Mivel a Budapest ostroma elhúzódását a helyi szovjet katonai vezetők "nagy létszámú" katonai erővel magyarázták, és utóbb sem hadifoglyokban, sem halottakban nem tudtak arról számot adni, így kezdődött a lakosság fogságba szállítása. 1945. január első napjaitól kezdve gyerekeket és nőket is vittek.

A második vonal területén történt a szovjet katonai halottak ideiglenes eltemetése, ami szintén a polgári lakosságra hárult. Építőanyag céljára tartalékolat deszkákból készítették el a "ládakoporsókat". Így lett a Farkastoroki lejtő és a Judit utca találkozásánál lévő Lenz börgyáros villája kertjében néhány szovjet halott eltemetve. Úgy az eltemetésben, mint az exhumálásban részt vettem.

*Dr. Bókai Bátor*

## Egyedülálló római kori bronzmécses Óbudáról

A legmodernebb digitális technológiával született újjá az az egyedülálló római kori világítóeszköz, amelyet Óbudán találtak az Aquincumi Múzeum régészei. A tényérnyi tárgy egy színházi komikus maszkot ábrázoló, két darabból össze-illeszthető bronzmécses egyik fele. Hasonló mindössze néhány példány ismert az egész Római Birodalom területéről, Pannoniából ez az első ilyen darab. A főváros Keled utcai baseball-pályájának építését megelőzően, ami az Aquincum római kori polgárvárosától közvetlenül keletre fekvő területen fekszik, gondos régészeti kutatások folytak.

Geofizikai vizsgálatoknak köszönhetően, amelyek során láthatóvá váltak a jelenleg is földben rejtőző épületek, a pálya feltöltése előtt fémkereső műszerrel vizsgálták át felszínt részben önkéntesek közreműködésével. A kutatásnak köszönhetően több száz ókori lelet: érmek, ruhadíszek, bútoralaktrészek, kulcsok, mezőgazdasági szerszámok kerültek az Aquincumi Múzeum gyűjteményébe. A régészek ekkor bukkantak egy nagy földbe süllyesztett



*A bronzmécses és számítógépes rekonstrukciója*

*(Fotó: Bakos Ágnes – Tibanyi Bence)*

kerámia edény alján a mécsesre.

A tényérnyi lelet egy nagyon ritka olajmécses típusba, a két darabból álló, összeilleszthető, díszített példányok közé tartozik. A tárgy két szimmetrikus, a hossztengele mentén összeilleszthető, önállóan is funkcionáló darabból állt. Az aquincumi edény alján egy ilyen tárgy jobb fele maradt meg.

A felső rész komikus maszkot ábrázol, az olajbeöntő nyílást a száj sarkában alakították ki. Az állnál található égőnyílásba rakták egykor a kandócot. A szemöldöknél egy függesztő részt alakítottak ki, amelybe egy kis bronzláncot fűztek. A hajhoz levél alakú fogantyút forrasztottak. A mécses belső oldala egyenes kialakítású, a hátsó, fej felőli részénél egy horony található,

az ebben illeszthették össze a tárgyat a szimmetrikusan kialakított párjával. Az aquincumihoz hasonló, két darabból összeilleszthető példányból mindössze tucatnyi ismert a birodalomban, ráadásul eddig ez az egyetlen hiteles ásatási körülmények között talált darabja ennek a tárgytípusnak. Pontos keltezése ezért igen nehéz, valószínű, hogy a Kr.u. 1-2. században készülhetett.

A különleges leletet egy 3 dimenziós képalkotó eljárással, lézerszkennéssel dokumentálta a debreceni SziMe3D Kft. egy Európai Unió keretében. A szkennelt állományhoz készült el a tárgy teljes virtuális rekonstrukciója.

A mécseset a tervek szerint a nagyközönség is megcsodálhatja az Aquincumi Múzeum kiállításán.

*Dr. Lassányi Gábor régész*



www.obudainyar.hu

2015. 06. 14.

Vasárnap 10:00

# ÓBUDAI KOROK FESZTIVÁLJA

Barangoljon velünk az időben Óbuda történelmi korszakainak megelevenítésével a Fő téren, a Szentlélek téren és a Zichy-kastély udvarában!

10.00 GYÜLEKEZŐ AZ AMFITEÁTRUMBAN (1035 Budapest, Pácsirtamező utca 2-14.)

10.30 Látványos jelmezes, zenés felvonulás az ókortól a századfordulóig a Lajos utca, Zsinagóga, Árpádfejedelem útja, Fő tér útvonalon. Az Óbuda történelméhez kapcsolódó felvonuláshoz bárki csatlakozhat.

## FŐ TÉR – SZENTLÉLEK TÉR

(1033 Budapest)

A nap házigazdája: Papp János, színművész

A Fő tér hamisítatlan középkori piacterré változik az Óbudai Korok Fesztiválján. A Zichy-kastély falát kora középkori képek borítják, míg a szekekre övezett téren a bátrabbak kipróbálhatják a kalodát és a szégyenketrecet is. A sok izgalmas látnivaló mellett a közönség megismerheti a középkori mesterségek csínját-bínját, sőt be is kapcsolódhat a munkafolyamatokba. Lesz itt papírméretés, gyertyamártás, kovácsolás, szövés-fonás, kötélverés, faesztergálás, a mosodáról nem is beszélve!

10.00 Térzene – Katasztrófavédelem Központi Zenekara

11.00 Ünneplés megnyitó

A fesztivált megnyitja: Bús Balázs, Óbuda-Békásmegyer polgármestere

11.30 Antik színház: Plautus: Az ikrek

Rendező: Halmágyi Sándor. Szereplők: Antal Olga, Fazekas István, Halmágyi Sándor, Nagy Zsolt Kálmán, Rancsó Dezső, Varga Szilvia.

13.30 Zászlóforgatók és táncosok

15.00 Nyilvános akasztás, avagy Sobri Józsa színre lép

A Kárpácsi Vízirevű Végrehajtó Testülete közhírré téteti minden erős idegzetű polgárnak, hogy hosszú idő óta először, nyilvános akasztás lesz a Fő téren. Habár a szervezők, és a Csendőrség minden óvintézkedést megtesznek, mégsem zárható ki, hogy az elvetemült rabló egykori cimborái kísérletet tesznek annak kiszabadítására, így a kivégzésen mindenki csak saját felelősségére vehet részt!

16.00 Sebő együttes

„Vajha én hazámnak olyan komponistájára találnék, aki .. vélem és magyarral meg tudná kedveltetni a görög szabású ritmusoknak mennyi harmóniáját.” – Csokonai Vitéz Mihály: Anakreoni Dalok

17.00 Kincso Néptáncgyűttes

19.00 Bohém Ragtime Jazz Band

A Bohém Trió tagjai az 1985 óta működő Bohém Ragtime Jazz Banddel bejárták a világot, szerepeltek Európa és Amerika legnagyobb fesztiváljain, amikor a Scott Joplin Ragtime Fesztivál (USA) felkérésére 2006-ban triót alakítottak a zenekaron belül.

## ZICHY UDVAR: LÉGIÓS TÁBOR

(1033 Budapest, Fő tér 1.)

12.30 A Familia Gladiatoria bemutatója

14.00 a Székesfehérvári Szabad Királyi Lovagok Egyesülete - bajvívás  
A program ingyenes.

## ESERNYŐS

ÓBUDAI KULTURÁLIS, TURISZTIKAI ÉS INFORMÁCIÓS PONT  
(1033 Budapest, Fő tér 2.)

A középkori sokadalomban vendégeinknek régi korok ételeit, itkait kínáljuk:

- Rómák előétele – Szafos kolbászkák fehér szóssal
- Éhes lovag álma – Veresboros, fűszeres diónőpörkölt bográcsban
- Vándorlegény előétele – Zsíros dicska, tepertőkrémes vajkr
- Édes mámor – Rétes töltöttéte ízben
- Római császárok csemegéje, avagy Hilda nyulat
- Szerzetesek itala – Frissen csapott sör

A századforduló hangulatát megidéző illatos kávéval és finom süteményekkel várjuk a hozzánk betérőket, az Abszinth sarkában pedig megkóstolhatják a már az ókorban is ismert italt, melyet gyógyászati céllal is alkalmaztak.



ÓBUDA  
a kultúra városa

ÓBUDAI  
KULTURÁLIS  
KÖZPONT

ÓBUDAI TÁRSASKÖR

esernyős

KÖBUCI

ÓBUDAI TURISZTIKAI EGYESÜLET

ÓBUDAI  
MŰZEUUM

Óbudai  
Központ

CASINO

AQUINCUM  
MŰZEUUM

PORT.hu PESTI

FESTIVÁL

ECHOTV

Ötlet

est.hu

RADIO PRO

## Iskolakezdés

A következő tanévben 32 első kezd az Erdőalján. Közeledik a nyár, mire érdemes figyelni, ha gyermekünk első osztályt kezd?

- *Minél többet beszéljünk Neki, beszélges-szünk Vele, erősítsük a képi világát,* ne üljön órákig a tévé, számítógép előtt! Ilyenkor a gyermek mindent készen kap, a saját belső képi világa semmit nem fejlődik. Sok a szorongó kisgyermek, a szöveges mesében is vannak sárkányok és egyéb szörnyek, de ő úgy képzelel el magában, hogy még uralni tudja, tehát nem fél tőle. A készen kapott filmek felülírják az ő fantáziáját és olyan félelmetes képeket raknak a gyerek elé, amit ő nem tud uralni, tehát a félelem benne marad és szorong miatta. Ne hagyjuk, hogy egyedül tévézzenek!

- *Sokat rajzoltassuk,* az asztalon legyen egy csuporban jó minőségű, kíváncsra hegyezett színes ceruza. Ma az óvodákban nincs kötelező foglalkozás, a kislányok szorgalmasan azért le-leúznak rajzolni, de vannak olyan kislányok, akik szinte az iskolában találkoznak először a ceruzával, ilyenkor megtanítani nekik a helyes ceruza fogást már nagyon nehéz.

- *Shaktassuk őket önállóságra,* tudjanak felöltözni, átöltözni, cipőt kötni, késsel-villával étkezni. Már nincsenek dadusok, mindent egyedül kell megoldaniuk. A kislány anyukák ilyenkor szokták áldani a tépőzár feltalálóját. A fűzős tornacipőre javasolom a gumi cipőfűzőt, egyszer bekötjük és a bebújt cipőként tudja a gyermek használni.

- *Legyen egy íróasztaluk,* szobában egy külön részük, ahová a saját dolgaikat pakolhatják.

- A netről letölthető alak-háttér felismerő

feladatlapok, amivel a figyelmüket fejleszthetjük. A betűtanuláshoz mindent aprólékosan meg kell tudni jegyezni.

- *Irányok felismerését* gyakoroljuk, merre van az előre, fent lenn, jobbra, balra, saját testén is tudja illetve a papírra viszonyítva is. Szeptembertől a tábláról a papírra vonatkoztatva kell tájékozódni.

- Nagyon fontos, hogy *a beszéde tiszta legyen,* beszédhibás gyermek úgy fogja leírni a szavakat, ahogy ő kiejti. Ha még nem tud minden hangot kiejteni, feltétlenül forduljunk logopédushoz!

- *Látását, hallását* vizsgáltsuk meg szakemberrel! Sokszor az első osztályban derül ki, hogy a gyermek nem jól lát, hall, addig eleve kél a problémájával valahogy.

- *Vele együtt vásároljuk meg a táskát, tolltartót, füzeteket,* engedjük, hogy hadd válogasson, sokkal szívesebben használja azokat a tárgyakat, ami neki tetszik. Közben ne forgaszuk a szemünket, hogy te jó világ, a Barbie mennyire tetszik a molett, fekete kislányomnak, majd kinövi!

- Várjuk az iskolát, *pozitív megerősítéseket* mondjuk, ne fenyegetssük vele vagy a tanító nénivel, ne érezze, hogy mi is tartunk tőle hogyan fog teljesíteni! Legyen önbizalma, érezze azt, hogy a tanulás neki menni fog!

- *Sokat jutalmazzuk* az erőfeszítéseit. Rakjuk ki a rajzait a konyhában, hűtőre, lássa, hogy fontos és értékeljük azt, amit csinál.

Mikes Kriszta

**Helyreigazítás:** Legutóbbi számunk „Iskolai hírek” cikkének harmadik bekezdésében a mondat helyesen így hangzik: „Salamon Gergely és Nagy Bátor tökéletesen tervezett angolórát valósított meg”

## Ő, az a legendás nyolcadik osztály!

Minden évben figyelem ezt a folyamatot. Hetedik osztályig az osztály egy osztály, a kamaszok bejönnek, eltelik a nap, irány a délutáni különfoglalkozások világa.

A nyolcadik pedig minden évben a második félétől egy külön világ, állam az államban. Már minden napot külön értékelnek, amit együtt tölthetnek. Már nem sodorják le a lépcsőről a kiselsőt, hanem megsimogatják a fejüket, rájuk mosolyognak. Utánuk viszik a leejtett tornaszákjukat. Ők a nagyok. Fivérek és nővérek.

Az ideiektől különösen nehéz lesz elválnunk. Ők még különlegesebbek - azért az osztályfőnöknőjük kedvessége is közrejátszik a dologban - ők Mikulásra az egész alsó tagozatnak műsort adtak, de olyan minőségűt, hogy levetíthette volna a Mese tévé. Aranyosak voltak, kedvesek, figyelmesek, játékosak.

Egy téli nap meglepetést szereztek tanáraiknak - villásreggelire hívták őket. A tanárok pedig zavartan, de nagy örömmel fogadták az új helyzetet - amikor reggel kötetlen beszélgetéssel indíthatták a napot, régi barátokként.

Október 23-án a forradalomra és szabadságharcra emlékezve megindító műsorral készültek az egész iskola számára. Okosak voltak és felkészültek.

Nehéz lesz tehát elengednünk őket, de mégis öröm, hiszen megérték a továbblépésre, a gimnazista létformára és a pedagógus számára a legnagyobb boldogság látni, hogy a munkája beért.

Mikes Kriszta



**Idén május 18-20-ig tartottak az osztálykirándulások.** Mindegyik osztálynak kitűnően sikerült a programja, amit a szervezésen túl a kedvező időjárásnak is köszönhetünk. A képen a 3.b osztály és tanárai találhatók, a gyerekek a vértessolvasi gyermektáborban élvezték az úszkálást, lovaglást, kézműveskedést.

# AZ EGYESÜLET HÍREI



„Egynek minden nehéz,  
sokaknak  
semmi sem lehetetlen”

## Főző- és Sütiverseny

az Óhegy legjobb szakácsa és  
az Óhegy legjobb sütséje cím elnyeréséért.  
Óhegy Napok – június 7, vasárnap

Felhívjuk a vállalkozó szellemű amatőr szakács- és cukrászjelölteket, hogy az Óhegy Napok harmadik napján megrendezendő főző- és sütiversenyre még jelentkezhetnek a rendezvény szervezőjénél, Benyóné Dr. Mojzis Dóránál (tel.: 30-333 2902). A készítendő mennyiség szakácsoknak 15-20 adag étel, a cukrászoknak egy tepsis sütemény, vagy torta.

Szakácsoknak az ételt reggeltől a helyszínen kell elkészíteni, eszközöket mindenki hoz magával. A süteményeket kész állapotban, jelíges borítékkal ellátva (a borítékban a névvel és a sütemény címével, esetleg receptjével) kell a Népházban átadni, aznap 13 óráig. Költségterítés előzetes egyeztetés alapján.

Ajánlott szakirodalom: Bornemisza Anna szakácskönyve, de természetesen más, a témába vágó „szakirodalom” is felhasználható.

A zsüri jeles tagjai: Bartuska Lajos, a Sipos Halászkertek séfje, Faragó Tamás, a „Pizza Paradicsom” séfje, Horváth Péter szakács, történész; Koch Danica, mestercukrász, a Koch Cukrászda tulajdonosa. A zsüri elnöke: Szabó Magdolna, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzatának tudományos tanácsadója.

A cím elnyerésével együtt egy serleget adunk át, valamint felröjök nevét az egyesület vitrinében őrzött serleg talpazatára, a korábbi győztesek neve mellé.

Egyesület Vezetősége

Varga Mihály miniszter, a Fidesz 4-es választókerületi elnökének megbízásából

### Dr. Kővári Béla ügyvéd ingyenes jogsegélyt tart

a Táborhegyi Népházban  
(Toronya utca 33.)

**minden hónap második  
csütörtökén 18-20 óráig.**

**Legközelebb június 11-én.**

Bejelentkezés nem szükséges.

További információ a +36-20-200 0017  
telefonszámon.

### ÓHEGY-HÍREK

HAVILAP (MKM 226.674/1998)

Kiadja: Óbuda-Hegyvidékiek Egyesülete,  
1037 Bp., Toronya u. 33. Telefon: 30-230 6994

E-mail: egyesulet@ohegy.hu,

web: www.ohegy.hu

Felölös kiadó: Felcsuti László elnök.

Szerkesztő: Mikos Kriszta, Varga Szabolcs.

Hirdetésfelvétel: Óhegy Egyesület. Tel.: 70-325 3416

Előkészítés: Petit Typo Bt. Nyomás: Granatalma O.Sz.Sz.

Megjelenik: 3000 példányban

Ajánljuk újra Bornemisza Anna könyvét az „Óhegy Legjobb Szakácsa” és az „Óhegy Legjobb Cukrásza” 2015' címek elnyeréséért küzdő kedves versenyzőink figyelmébe!

## Bornemisza Anna szakácskönyve /1680/

A könyv eredetije 1604-ben jelent meg a Majna menti Frankfurtban, Ein new Kochbuch címen, bizonyos Rumpolt írta. Ezt fordította magyarra Keszei János, és ajánlotta az erdélyi fejedelemszónak.

A magyar ízek rajongói azonban megnyugodhatnak: az új szakácskönyv ugyan tartalmaz német, olasz, spanyol, francia, cseh, lengyel fogásokat is, de a „magyar módon”, „a magyar urak így szeretik” megjegyzések gyakoribbak, mint az összes többi. A magyar konyha akkor már Európa-szerte ismert volt, hatott a többi nép gasztronómiájára annyira, hogy maga Rumpolt is „ein geborner Ungernek” vallotta magát.

A 17-18. századi ételek legfőbb jellemzői a sok zöldség, gyümölcs és főleg a fűszerek használata. Az így készült ételek természetesen elsősorban az „urak”, az előkelőségek asztalára kerültek, hiszen csak ők tudták megfizetni a citrom, füge, gránátalma, mandula és a bors, fahéj, szegfűszeg, gyömbér, szerecsendió, sáfrány és hasonló árát. (Pl. 1 font - azaz 56 dkg – sáfrány egy tehén árba került!)

Kevés levest készítettek, ezek pótlására szolgáltak a különféle „levelek” és „sásák” (szószok, mártások). Általában elmosódott a különbség a sütés és a főzés között, de már olvashatunk külön párolásról, pirításról is. A húsokat más lében főzték és másban tálalták fel. Mindent erősen fűszereztek. Mintegy ennek ellensúlyozására (az emésztés megkönnyítésére) többnyire borban (vagy borral) főzték a hússokat és ecettel, egressel, zöld szőlőszemekkel savanyítottak a leveket, mártásokat.



Az ételek sűrítésére már nemcsak az áztatott cipót vagy kenyeret használták, hanem feltűnik a rántás elődje is, amikor azt olvassuk, hogy „pergelj lisztet belé”.

A tésztafélét egyre inkább önálló ételként tálalták. Növekszik a vereshagyma jelentősége, már nemcsak főzve, de pirítva is.

A paradicsom, a kukorica és a burgonya csak lassan terjed el. (Talán a „földi alma” jelenthette a burgonyát, de lehet, hogy a csicsókát nevezte így.)

Aránylag kevés sertéshúst használnak, és zsír helyett vajban vagy olajban rántják a rántani valót.

Honlapun <http://www.ohegy.hu/letoltes/Bornemisza.pdf> linkjét beírva számos, könyvből kigyűjtött receptet is olvashatnak kedves olvasóink. Különösen ajánljuk az Óhegy napok versenyzőinek figyelmébe. Természetesen nem kell szó szerint értelmezni a recepteket, csak gondolatébresztésnek, kiindulópontnak tekintés!

B.D.

## Állandó programok a Táborhegyi Népházban

1037 Budapest, Toronya u. 33.

|                                      |         |             |
|--------------------------------------|---------|-------------|
| Kreatív Tánc - Játék gyerekeknek     | k., cs. | 17.00-18.00 |
| Női átmozgató torna                  | k., cs. | 18.00-19.00 |
| Kínai gerinctorna                    | k.      | 18.00-19.30 |
|                                      | p.      | 9.00-10.30  |
| Férfi átmozgató sebességmérőző torna | k., cs. | 19.30-20.30 |
| Bridzs klub                          | sz.     | 18.00-22.00 |
| Pilates torna (Tenki)                | sz., p. | 8.00-10.00  |
| Hastánc                              | sz.     | 18.00-19.00 |

Egyesületi iroda nyitva tartása: szerdán 17.00-19.00 h-ig, a hét többi napján előre egyeztetett időpontban, tel.: 404 5380. Gondnok: Gáspár Aranka, tel.: 30-899 5320. Bejárat a Népház udvaráról.

### KÉPVISELŐINK FOGADÓÓRÁI:

**Rácz Andrea** 8. vk. minden hónap második csütörtökén 17.00-18.00 h - Táborhegyi Népházban. Tel: 20-200 0017

**Farkas Balázs** 4.vk. minden hónap első csütörtök 16.00-18.00 h - Árpád Gimnáziumban. Tel: 20-461 2438

**Stollmayer Ákos** 5. vk. minden hónap első hétfő 18.00-19.00 h között II. Rákóczi F. Ált. Iskola, Erdőalja út 5. Tel: 367 8791

## HEGYVIDÉKIEK INGATLANIRODÁJA

Építési telkek, családi házak, újjépítésű és használt lakások értékesítése és bérbeadása

## ÓBUDALUX INGATLANIRODA

E-mail: obudalux@oi.hu



Forster Judit  
irodavezető-építész

TESTVÉRHEGY,  
TÁBORHEGY,  
REMETEHEGY,  
MÁTYÁSHEGY

150 aktuális ingatlant  
kereső ügyfél,

300 eladó vagy  
kiadó ingatlan ajánlat



1037 Budapest,  
Erdőalja út 46.

**Hívjon bizalommal!**

**30-696-696-9, 1-242-1096**

[www.obudalux.hu](http://www.obudalux.hu), [www.obudaihegyvidek.hu](http://www.obudaihegyvidek.hu)

## SÁGI MAGDI INGATLANIRODÁJA



**Óbuda - Hegyvidéki ingatlanok**  
értékesítése, bérbeadása



Sági Magdolna irodavezető  
1037 Bp., Hegyláb u. 5.  
Mobil: 30-378 5113, tel./fax: 388 5919  
E-mail: [sagimagdi1@gmail.com](mailto:sagimagdi1@gmail.com)  
[www.sagimagdi.ingatlan.com](http://www.sagimagdi.ingatlan.com)

**Önnek is előírták  
a kéményseprők  
a kémlelőnyílasos  
égéstermék elvezető  
könyök beépítését?**



Hegyi vállalkozó kedvezménnyel megteszi Önnek.

**Várom hívását: 30/940 0269 vagy 368 6084**

## Pizza Paradicsom

NON-STOP  
ETTEREM



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

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



**Asztalfoglalás: 439-19-88**

**Házhozszállítás: 430-10-10**

**Online rendelés: [www.pizzaparadicsom.hu](http://www.pizzaparadicsom.hu)**



Április végén szépírási versenyt rendeztünk, melyen a következő eredmények születtek: **Arany minősítés:** Paulik Flóra 1.b, Molnár Flóra 2.o., Szalai Júlia 3.b, Török Zsófia 4.o. **Ezüst minősítés:** Lipták Panni 1.a, Sánta Nikol 2.o., Tóth-Szendrei Dalma 3.a, Csontos Lili 4.o. **Bronz minősítés:** Mészáros Dóra 1.a, Jean Jázmin 1.b, Sebők Dóra 2.o., Brenkus Lilla 3.a, Bozóki Afrodité 4.o. Gratulálunk a helyezetteknek!