

Római Parti Hírek



DUNAI ÉLETKÉPEK
2008. XVI. ÉVF. 6. SZ.
RÓMAIFÜRDŐ TELEP
KÖRNYEZETVÉDŐ,
SZABADIDŐ ÉS DIÁK
VÍZISPORT
EGYESÜLET



cukrászda és kávéház
Várjuk reggelire
9,00-tól



Ostyafotók készítése
bármilyen adathordozóról és fényképről!

TÉLI NYITVA TARTÁS:
H-Va.: 9,00-19,30
Bp. III., Nánási út 55.
Tel.: 240-1188
www.cziniel.hu

Figurális és ostyafotós torták









Receptajánlat a 12. oldalon



Opel Gombos

1039 Bp. Szentendrei út 237.
Tel.: 06-1/453-3000
www.opelgombos.hu

AUTÓT A GOMBOSTÓL!!

Astra Classic II most



2 499 000 Ft-tól

A részletekről érdeklődjön kollégáinknál.



SZÖNYEG · PVC · PARKETTA · FÜGGÖNY

BOMBA ÁR!
~~1.995~~
1.490
Ft/m²

BOMBA ÁR!
~~1.495~~
990
Ft/m²

BOMBA ÁR!
~~7.990~~
4.990
Ft/m²

WOOD STEP
KÖRNYEZETBARÁTOS LAMINÁT PARKETTA

ÓBUDA, III. Bécsi út 267. • Tel.: 436-00-97
Nyitva tartás: H-P: 9-19, Szo-V: 9-14

Hétvégén fél áron!

2008. november 1-jétől 2009. március 31-ig



50%



A Duna Cafe Grill & Drink bárban, kellemes környezetben, gyönyörű kilátás mellett 2008. november 1 és 2009. március 31. között, minden szombaton és vasárnap 50% kedvezménnyel választhat étlapunkról.

Havonta különleges gasztronómiai élményekkel gazdagodhat, megújuló nemzetközi étel- és italkínálatunkból. Novemberben német, decemberben dél-amerikai különlegességekkel várjuk. Ajánlatainkról részletes információt honlapunkon találhat. Vendégeinknek ingyenes parkolási lehetőséget biztosítunk. Üdülési csekket is elfogadunk!

Cím: H-1039 Budapest, Piroska utca 3-5.
Tel.: (+36-1) 436-7160
e-mail: gastro@holidaybeach.hu



HOLIDAY BEACH BUDAPEST
WELLNESS & CONFERENCE HOTEL

www.holidaybeach.hu

Kedves Olvasó!

Ünnepi hétvégék elé nézünk. Ünnepi és szomorú, mert bár forradalmi nemzeti ünnepünk az egyik, de a néhány nap di-csőségét beárnyékolja a túl hamar bekövetkező vég. Fiatal életek veszték el. Szeretném hinni, hogy nem hiába, hogy méltó utódok tudunk lenni, amikor rájuk emlékezünk. Rájuk és saját halottjainkra is, hiszen a halottak napja közeleg. A gyertyafényes, krizantém illatú temetők emlékeket hívnak elő: emlékszem gyermekkoromban a halottak napja leginkább a vendégjárással volt egyenlő. Közeli és távoli elszármazott rokonok tértek vissza a szülőföldre. Együtt mentünk a temetőbe, és én megilletődve álltam meg egy-egy sírhalomnál, a neveket és évszámokat olvasgattam, miközben próbáltam elképzelni milyen ember lehetett a „mi halottunk”, akit sohasem láttam. Lassan felnőttem és most már szeretett, kedves arcokat kell felidézni. Egyre keserűbb és fájóbb lesz az emlékezés, de mégis jól esik. „Porból vagy és porrá leszel.” – jut eszembe. Az emberéletet e két látható pont határolja. Rosszul emlékezik, aki csak a halálra gondol a temetőben: a halálról azért nem szabad megfeledkezni, hogy igaz módon éljünk. Ezért szeretek emlékezni... Lehet, hogy nem éppen november 2-án – túl hangos lett a temető -, inkább, amikor úgy érzem, szükségem van az ősök biztatására. Halottak napján majd gyertyát gyújtok, és a lángok közé nézve, hiszem, hogy meglátom őket.



Kosztolányi Dezső Halottak

(részlet)

„Volt emberek.
Ha nincsenek is, vannak még. Csodák.
Nem téve semmit, nem akarva semmit,
hatnak tovább.
Futók között titokzatos megállók.
A mély sötét vizekbe néma, lassú
hálók.
Képek,
már megmeredtek és örökre
szépek.”

„A sírt, hol nemzet süllyed el...” Tudunk még méltón emlékezni forradalmárainkra?

1956. szimbólum valamennyiünk számára. A szabadság, a szeretet, a bátorság, a küzdeni tudás, az áldozat vállalás szimbóluma, amelyhez a vértanúk áldozatából tudunk erőt meríteni, a saját küzdelmeinkhez. *Kossuth Lajos* torinói beszédét olvasgatom 1890-ből – azt, amelyikről hangfelvétel is maradt –, és azt érzem, egyre kevésbé vagyunk méltók a hősök emlékezetére, egyre kevésbé bírnak erőt és biztatást nyerni az ő példájukból.

„Nem néma az a kőszobor mely amott a magyar Golgotán a halhatatlan vértanú halottak emlékének emeltetett.

Én hozzáam a kitaszított élő halotthoz ki egykor zászlótartója valék Magyarország függetlenségének, melyért ők a lehóhérolt hősök anynyit küzdöttek és mártír halált halának, én hozzáam elhozták a multak szellemei a velőkig ható szózatot, mely amaz emlékszóbor kimagasló alakjának Hungariának halgatag ajkairól zeng:

„Hazádnak rendületlenül légy hive
oh magyar! tiszteld a kit tisztelet il-
let, de hive Hazádnak érte e ma-
gyar? Hazádnak légy. Ne csinálj
magadnak faragott képet hogy azt
imádjad, csak Hazád szabadságá-
nak Istenét imádd a mint imádták
azok a kik mártír halált
szenvetdenek hűségükért ahhoz a
mit haláluk után a jog ereje iránti
hitben az önbizalomban megfogya-
kozott nemzedék hite hagyottan el-
alkudott. Én hazád géniusza hirül
vittem megdicsőült szellemeknek,
oh magyar hogy kegyelettel adózol
emléküknek, válaszul azt hozom
neked tőlük, hogy ez jól vagyon, de
tartsad eszedben, hogy a Kegyelet
érzelmeinek virága meddő szóvirág
volna, ha hűsége nem fejlődne az
iránt a miért ők földi életüket felá-
dozák. Az ő Istenük a magyar haza
szabadságának Istene, annak oltá-
rához várják a magyart.”

Rohanó világunkban szánjunk időt arra, hogy megálljunk egy-egy emlékhelyen, egy szál gyertyával vagy virággal: s tudjuk mi is áldó imádság mellett elmondani a hősök nevét, akik értünk és az utánunk jövőkéért is meghozták a legnagyobb áldozatot.



Orbán Balázs Jóslat

Hűvös van

S lidércek suhannak által a szobán,
A múlt idők örök-fiatal kísértetei.

Halottakat látok, bizony, halottakat,
Kik üszkös karmokkal mind közelebb érnek,
Hogy feltépjék forró mellkasom
S ellopják izzó szívemet.

Hűvös van.

Bizony jönnek s hozzátok is betérnek majd,
Mondván: „Meggyaláztatok minket renyhéségetekkel,
Meggyaláztatok, mit egykoron építettünk
s romokban hever, mit örökül hagyunk rátok.
Ó, hogyan is születhetnének újja
S miként lelhetünk végső nyugalomra így?”

Bizony, jönnek, hogy megbosszulják nyugtalanságukat!

Vonuljatok hát belső szobátokba
S mélyüljete el a Csendben,
Mely lemarja szívetekről a szennyeket s a ragadós mocskot!
Kenjétek a Bárány vérét ajtófélfátokra,
„Mert a vér jelül lesz néktek a házakon”,
Ti életre érdemesek, s építeni akarók!

Hűvös van

S egyre sűrűbb a köd.

Bizony jönnek, hogy megbosszulják nyugtalanságukat!

RÓMAI PARTI HÍREK – DUNAI ÉLETKÉPEK

Kiadja az R.S.E. Kft, Budapest, Petur u. 22.

Felelős kiadó: Rátkai János üv.ig

Főszerkesztő: Fehér Ágnes

Szerkesztőségi titkár: Veilandné Jenei Györgyi

Tördelőszerkesztő: Kiss Marianna E-mail: marianna.kiss@chello.hu

Munkatársak: Orbán Béla,

Szűcs Boglárka, Böbe mama,

Nyomda: Oláh Nyomda és Kiadó Kft.

Hirdetésfelvétel: a szerkesztőség címén és telefonszámán

1031 Bp., Petur u. 22. Tel.:240-3048, 06 20 9436-521

e-mail címünk: rse@enternet.hu • www.romaifurdo-se.hu

Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.

Megjelenik havonta 15.000 példányban. Eng. sz. B/ISK/204/1993

Ünnepi megemlékezések a kerületben

Óbuda-Békásmegyér Önkormányzata értesíti a kerületben élő polgárokat, hogy az 1956-os forradalomra és szabadságharcra – immáron hagyományosan – két rendezvénnyel emlékezik meg.

2008. október 22-én, 17 órai kezdettel a Szent Péter és Pál Főplébániatemplomnál, az I. világháborús hősi emlékműnél ünnepi beszédet mond *Dr. Khirer Vilmos* pápai prelátus és *Bús Balázs* polgármester. A koszorúzást követően szentmise zárja a megemlékezést.
2008. november 4-én, 17 órai kezdettel a Kiscelli Múzeum főbejáratánál *Szepessy Tamás* alpolgármester, valamint *Dalmadi Jenő* nyugalmazott ezredes beszédei köszöntik az egybegyűlteket, majd koszorúzás következik.

Az ünnepségekre mindenkit szeretettel várunk.





Rómaifürdő SE HÍREK

„R...”SE Kajak-kenu szakosztály EDZÉSEI

Hétfő: 16,00-tól vízitelepről
(1031 Bp.Nánási út 53.) futás a Hajógyári szigetre (Honvéd Vízitelep)
17,00-18,00-ig tanmedence
Szerda: 16,00-17,00-ig erősítő edzés („R...”SE Fitness, III., Petur u. 22.)
17,00-18,00-ig tornatermi edzés
Péntek: 16,00-tól erősítő edzés („R...”SE Fitness)

Edző: Rátkai Csaba, tel.: 06-30-257-7457

Évadzáró a vízitelepen

A Rómaifürdő SE október 25-én egy gulyás partival búcsúzik a vizes szezontól. **10 órára várja tagjait a Nánási úti vízitelepre**, hogy együtt elevenítsék fel az elmúlt nyár történéseit, és hogy összegyűjtsék a jövő évre szóló túraötleteket.



Advent Bécsben

Decemberi hétvégeken
– advent idején –

**AUTÓBUSZOS
KIRÁNDULÁST** szervezünk.

Részvételi díj: 4.500 Ft/fő.
Jelentkezés: 06 30 257 7457



Mozgáskorlátozottak a Dunán

A Rómaifürdő SE vízi telepén szívesen látott vendégek a Mozgáskorlátozottak Állami Intézetének növendékei. Jó néhány éve már, hogy a Marczibányi téri intézet bekapcsolódott a vízi sport oktatási programba. Azóta ősszel és tavasszal a Dunán gyakorolnak szorgalmasan, míg nyáron a Tisza-tavi túrához csatlakoznak.



Fotó: Hanula

Az idei augusztusi táborozás sikerén felbuzdulva, ősszel - dacolva széllel, hideggel – egyetlen hetet sem hagytak ki, rendszeresen vízre szálltak a Római-parti Dunán.

KOSÁRLABDÁZNI VÁGYÓ

ÖRÖKMOZGÓ, LASSÚ,
ALACSONY VAGY MAGAS

7-11 ÉVES

FIÚK ÉS LÁNYOK

JELENTKEZÉSÉT VÁRJUK

A RÓMAIFÜRDŐ SPORTEGYESÜLETBE.



JELENTKEZNI LEHET TELEFONON

BÁLINT BÁCSINÁL

06-70-276-6189



III. ker. Nánási út 67. Tel.: 250-4549

www.lidofitness.hu

CSALÁDI BÉRLET AKCIÓ!

SZOLGÁLTATÁSAINK

ERŐSÍTŐTEREM	SZAKEDZŐK	FORMA TORNA
CARDIO	BÜFÉ	CALLANETICS
FITNESS	SHOP	STEP
SZAUNA	AEROBIK	FIT-BOXE
SZOLÁRIUM	KONDI TORNA	JUDO - BOKSZ

Minden kedves régi és új vendégünket várjuk szeretettel, szakmai, étrendi és orvosi szaktanácsadással!

Nyitva tartás: H-P.: 7,00–22,00-ig Sz-V.: 8,00–20,00-ig

JUDOISKOLA



Jelentkezés:
Ledényi Levente
06-20/411-1911
Lido Fitness

JUDOISKOLA

ÖKÖLVÍVÓ EDZÉSEK

az „R...”SE Fitness teremben hétfőn és pénteken 20,00-21,30-ig
Érdeklődni és jelentkezni **Vörös Péter** edzőnél lehet a
06-70-409-9746-os telefonszámon.

Lakossági Fórum csatornabűz ügyben

2008. október 27-én 18,00 órakor

a Keve Utcai Általános Iskolában

LAKOSSÁGI FÓRUM

keretében válaszolnak a meghívott illetékesek az érdeklődők kérdéseire.

Részletek a II. oldalon a „Valami bűzlik Római Fürdőn” című tájékoztató anyagban.



KÖRKÉRDÉS

Egy gyönyörű, verőfényes vasárnap délutáni séta a Duna parton, és máris megtudjuk, hogy ki mit tervezett az október 23-i ünnepi hétvégeire. Sétáló párokat kérdeztünk:

Őnök hol töltik az ünnepi szabadidőt?



*Eszter és Tamás
tanulók:*

– Mi sokat szoktunk kirándulni, most a szünidőben üdülni megyünk a Balatonhoz. Anyukámékkal egy szállodában fogunk lakni, biztosan nagyon jó lesz...



*Anna és Gyula
„művész páros”:*

– Tinnyére megyünk, és valóban ünnepi hangulat lesz, mert egyik barátunk születésnap partyján fogunk örömködni. Szintén zenész...



Kármén és Kriszti:

– Egy jó kis társasággal úgy döntöttünk, hogy „melegebb éghajlatra” megyünk, pontosabban Olaszországba. A célpont Velence, nem hiszem, hogy unatkozni fogunk...



Katona Kriszti és Mia:

– Mindenképpen családi összejövetel lesz, valószínűleg a Hortobágyot látogatjuk meg. Ott él nagymamám és a család másik része. A szünidőre Mia is ott marad, lesz egy kis kiruccanás Debrecenbe, az Aquaparkba, meg ami belefér...

RIAL KÖNNYŰFÉM KEREKEK www.bridgestone.shop.hu

SERVICO Kft.
Budapest, III. kerület,
Mátyás Király út 39.
Tel.: 06/1 6300-800

GUMISZERELÉS, GUMIJAVÍTÁS

BRIDGESTONE
PASSION for EXCELLENCE

BRIDGESTONE, FIRESTONE ABRONCSOK
4X4, SZEMÉLY- ÉS KISTEHERKOCSIKRA

Egy kis szórakoztató hétvégi olvasmány

a művészetek kedvelőinek:

Eurázsiai művészetek füzetek – Szerkeszti: Bérczi Szaniszló

A Természet és Környezetvédő Tanárok Egyesülete 1996 óta vesz részt egy Eurázsiai Művészetek című füzet sorozat kiadásában. Ezek a füzetek hasznos segítő társai a diákoknak, akik a történelmet, a művészeteket szeretik és szívesen rajzolnak, festenek is. Ezt a sorozatot mutatjuk be ebben a kis rovatunkban a közeli jövőben, folyamatosan.

HONFOGLALÁS KORI KIFESTŐ

(Pozsony, 1996)

A Kárpát-medencébe a IX. század végén települtek be államszervező őseink. Árpád népe az Európában leghosszabb ideig fennálló olyan államot szervezte meg, melyet a sztyeppéről ide érkezett népek hoztak létre. Korábban már több lovas-nép szervezett itt államot. A hunok

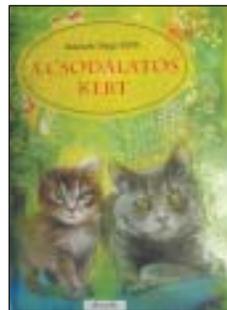
államának máig élő emléke Buda városának a neve. Buda Attila király bátyja volt. Priskosz rétor bizánci nagykövet és krónikás járt Attila udvarában. Leírása szerint a hunok székvárosa akkor a Duna-Tisza közén lehetett. Attila halálát követően (453) előbb a longobárdok és a gepidák, majd az avarok szerveztek államot (568). Az Avar Királyság (Kaganátus) határvidékeket telepített és 100 évvel később be tudta fogadni a sztyeppre felől érkező onogur honfoglalókat. (László Gyula kutatásai alapján ők voltak az első magyar nyelven beszélő honfoglalók.) Az avar onogur állam a 700-as évek végére meggyöngyült, a frankoktól csatákat veszített, s a dunántúli avarok megkeresztelkedtek. A 800-as években jutottak el a ma-



gyar kalandozók a Kárpát-medencébe. Mái fennálló államukat 1100 éve szervezték meg. Árpád honfoglalói jellegzetes díszítőművészetet hoztak magukkal. Fegyverzetük, ruházatuk, lószerszámuk palmettás díszítése mindmáig korszakjellemző a Kárpát-medence régészetiében. Nyitó ábránkon a tarsoly lemezeket is tartalmazó sírok elhelyezkedését mutatjuk be. Ezek a leggazdagabb díszítőművészetű sírok olyan honfoglaló csoportokéi lehetnek, akiknek erős kaukázusi, iráni és közép-ázsiai eredetű művészeti hagyományai voltak.

Bérczi Szaniszló, ELTE TTK Fizikai Intézet,
Anyagfizika Tanszék, 1117 Budapest,
Pázmány Péter sétány 1/a.

Megjelent!



bozsoki Nagy Edith A csodálatos kert

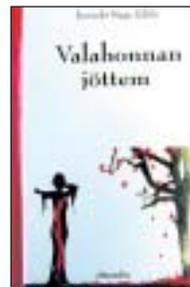
Vannak-e csodák?

Vannak – mondja a mesék írója. De a csodák nem valami külső, titokzatos erők hatására történnek. Töretlen, kétely nélküli hittel és szeretettel mi magunk vagyunk képesek csodát tenni. Mindegyik történetben van egy kis életbölcseesség is, miként tudjuk életünket szebbé, meglegedettebbé tenni.

A „csodálatos kert” arról szól, hogy a kapzsóság sehová sem vezet. Egy meleg, együtt érző szív gyémántja azonban sosem változik át súlyos, értéktelen kővé.

„A fűnyírás” pedig arról szól, hogyha másokon segíteni tudunk, az a saját lelkünket is derűssé teszi és hogy a jó példa is ragadós, nem csak a rossz.

A könyvet 7–13 éves fiataloknak ajánljuk.



bozsoki Nagy Edith Valahonnan jöttem

A vers ének. És néha a lélek mélyén megszólal a lant és dalolni kell – mondja a versek írója.

A szerző még egy békés világban született, átélte a második világháborút, majd az 1956-os forradalmat, utána Németországban telepedett le. Mindig szíven viselte a magyarság sorsát és negyven év után végleg hazatért szeretett hazájába.

Verses kötetével szeretne dalt fakasztani más lelkekben is.

bozsoki Nagy Edith

A '80-as évek újdonságai a nemzetközi kiállítások tükrében

– a Szabad Európa Rádió adásaiból –

Itt a Szabad Európa hangja a 19, 25, 31, 41 és 49-es hullámhosszon. A mikrofonnál Miskolci Nagy Jenő, Hobby-műsorunkat hallják.

A Hobby műsor nagy népszerűségnek örvendett a magyar hallgatóság körében, híven tájékoztatta a hallgatókat az Európában megjelent technikai újdonságokról, segítséget nyújtva az akkor még külföldre járó magyaroknak bevásárlásaikhoz.

Ebben a kötetben Miskolci Jenő egyik munkatársának, Végh Eszternek a beszámolóit olvashatják a nemzetközi kiállításokról.



SULI HÍREK

FODROS

Fodros programok az új tanévben

Ebben a hónapban elkezdődik a hagyományos „Szöszmötölő” iskolánkban, ahol kézműves és sportjáték foglalkozásokon ismerkedhetnek egymással és a leendő tanítónénikkel a szeptembertől már iskolás korba lépő óvodások szüleikkel együtt. A foglalkozásokon való részvétel ingyenes!

IDŐPONTOK:

Október 20. hétfő
17.00

Iskolás lesz a gyermekünk! Előadás, beszélgetés Gyurkovits Zsuzsa pszichológussal
A Fodros Iskola és a leendő elsős tanító nénik bemutatkozása

November 15. szombat
10.00 - 12.00

Őszi szöszmötölő - játékos foglalkozás

November 25. kedd
7.45 -10.30

Nyílt tanítási órák

Január 17. szombat
10.00 - 12.00

Téli szöszmötölő - játékos foglalkozás



Októberben az éves **egészséges életmód program** keretében az iskolai büfé kóstolót rendezett az egészséges táplálkozás bemutatásával iskolánk valamennyi tanulója számára.



AQUINCUM „ISKOLANYITOGATÓ” FOGLALKOZÁSOK

Leendő első osztályosoknak

2008. októbertől
szerdai napokon 17 órától

Időpont:

November	05.	Erdő Katalin és Kissné Bóta Ágnes
	12.	Sziklai Fanni és Herrné Fekete Zsuzsanna
	19.	Erdő Katalin és Kissné Bóta Ágnes
	26.	Sziklai Fanni és Tóth Hajnalka
December	03.	Erdő Katalin és Herrné Fekete Zsuzsanna

A foglalkozást tartja



KEVE

Zenei Világnap a Kevében

A Keve-Kiserdei Általános Iskola a Zene Világnapját egy előadással ünnepelte. Hagyományosan az *Alea Sabina Zeneiskola* hallgatói mini koncertjeikkel szórakoztattak bennünket. Az előadáson kicsik és nagyok egyaránt résztvettek. A műsor az egyik legnépszerűbb fúvós hangszerral, a trombitával kezdődött. A második szám *Méri Anna* iskolánk tanulója volt, aki zongorázott. Hallottunk még hegedűt, csellót, fuvolát és gitárt is. Külön érdekesség volt a gitárosok zenekarának előadása. Harmadik számukba - nagy meglepeté-



sünkre – bekapcsolódott *Schaidler Orsolya* furulyajátékával. Nagyon ügyes volt, mert a furulya szép hangját a sok gitár szólama mellett is jól hallottuk.

Sajnos nagyon hamar véget ért a műsor. Nagyon köszönjük az egész iskola nevében, hogy a zeneiskolások idén újra eljöttek közénk, és zenéltek nekünk.

Gulyás Dorottya és Balog Beáta 5.b.

DÖK-kirándulás Visegrádon

Iskolánk hagyományos DÖK-kirándulását tavaly év végén elmosta egy zápor. Így most szeptemberben kaptunk egy lehetőséget, hogy mégis közösen töltsünk el egy napot iskolán kívül, és vitassuk meg a jövő évi DÖK feladatokat.

Verőfényes napon indultunk diákönkormányzati képviselők és tanáraink Visegrád környékére kirándulni.

Az őszbe boruló erdő gyönyörű látványt nyújtott. Jókat beszélgetve botorkáltunk a kanyargó ösvényeken. Utunkat még egy fürge kis patak is keresztezte. A bátrabbak közülünk -cipőiket lekapkodva – belegázoltak a hús vízbe.

A kirándulás második felében egy nagy réten telepedtünk le. Itt különféle játékokkal múltattuk az időt.

Már senki nem bánta a tavaszi kirándulás elmaradását. Nagyon kellemes napot töltöttünk együtt a Pilisben. Reméljük, hogy a komoly munka után jövő májusban újra egy nagyszerű kirándulással zárhatjuk a tanévet!



Bárczi Géza Általános Iskola



Kedves Szülők!

Játékos

ISKOLAELŐKÉSZÍTŐ FOGLALKOZÁSOK
kezdődnek a Bárcziban októbertől!

A foglalkozások időpontja:

- minden csütörtökön 16.00-tól 16.45-ig

A foglalkozások díja:

- 2000 Ft/hó/fő

Foglalkozásvezető:

Jakus Tibor fejlesztőpedagógus

Szeretettel várunk minden érdeklődőt!

BÁRCZI

Szüreti vigadalom a Bárcziban!

A sok éves hagyományokhoz híven október első péntekén szokatlan sürgés-forgás volt tapasztalható az alsóban, készülődtek a szüreti mulatságra. Az iskola tornatermében a felsős néptáncosok fergeteges nyitószámával indult a program. A nyitószám után vígan énekeltek a jól ismert szüreti dalokat az osztályok, majd váltóversenyben vetélkedtek egymással az évfolyamok. Idén is nagy sikere volt a kézműves foglalkozásoknak. A gyerek lelkesen vettek részt az ügyes kezű tanítók által tartott foglalkozások valamelyikén. A program végén az osztálytermükben íhették meg a szőlőpréselés eredményét, a finom édes mustot a diákok.



Állatorvosi rovat

Szerkesztő: Dr. Varga József



A szárazszem-betegség

Sok kutyatulajdonos tér be az állatorvosi rendelőbe azzal a panasszal, hogy kedvence szemé könnyezik, gyulladt, „csipás”. Ezek a tünetek számos okból jelentkezhetnek. Közülük az egyik az ún. szárazszem-betegség (*keratoconjunctivitis sicca*), amivel ez a cikk foglalkozik. A szem egy igen érzékeny, összetett szerv. Főbb részei a szemgolyó, a kötőhártya, a könnymirigyek és a szemhéjak. A könnyezés egy élettani folyamat, melynek során a termelődő könnyfilm - amely normális esetben víztiszta, átlátszó, a víznél kissé nagyobb sűrűségű - több feladatot is ellát. Bevonja a szemgolyó külső részét (a szaruhártyát), megóvva azt a kiszáradástól; segít eljutni a szembe a tápanyagoknak, az oxigénnek és az immunrendszer által termelt ellenanyagoknak; síkklóssá teszi a felületét, hogy a szemhéjak könnyedén elmozdulhassanak és eltávolítja a szemre jutó különféle szennyező anyagok nagy részét, azokat kimosva. Könnytermelés-fokozódás tapasztalható olyan esetekben, mikor a területet sérülés érte, gyulladás alakul ki, vagy túl sok szennyező anyag (por, stb.) jut a szembe. Ha bakteriális fertőzés társul a sérüléshez, a termelődő váladék besűrűsödik, gennyes is lehet. Szárazszem-betegségben a termelődő könnyfilm elválasztásának a zavara figyelhető meg, amely csökkent könnytermelésben vagy a könny összetételének kóros megváltozásában nyilvánul meg. Ennek okai különfélék lehetnek: trauma, rég fennálló kötő-

hártya-gyulladás, szopornyica-fertőzés, autoimmun betegségek, egyes gyógyszerek, és lehet veleszületett is (gyakori yorkshire terrierek és mopszok körében). A betegség egyes fajták esetében halmozottan fordul elő (pl.: cocker spániel, west highland white terrier, bulldogok, shar-pei és shih-tzu). Végeredményben a könnyfilm elvékonyodása, annak folytonossági hiánya alakul ki. A szemfelület (a szaruhártya és a kötőhártya is) következményesen kiszárad és begyullad. A látható tünetek a következők: látászavar, hunyorgás, kötőhártya-gyulladás, nyálkás-gennyes váladék. A szaruhártya matt fényű, száraz, rajta esetleg kimaródások, fekélyek láthatók. Idült esetekben a szaruhártyában erek alakulhatnak ki, rajta pigmentfoltokat találunk. A betegség kezelés hiányában vaksághoz vezet. A szárazszem-betegséget gyakran bakteriális kötőhártya-gyulladással keverik össze. Igaz, hogy az idült esetek nagy részében bakteriális fertőzés is társul az alapbetegséghez, viszont egy egyszerű vizsgálattal kideríthető, hogy az alapbántalom ténylegesen a könnytermelés zavarát jelenti. Ez az ún. Schirmer könny-teszt, melynek során egy speciális papírcsík segítségével megmérjük az időegység alatt termelődő könny mennyiségét. Ezenkívül létezik még egy festési eljárás is, amivel az elhalt, degeneráló szöveteket festhetjük meg. Fontos azonban tovább vizsgálni az állatot, hogy fényt derítsünk az esetleges korábban említett okokra is.

A betegség kezelése és gyógyítása összetett és az esetek döntő többségében hosszú folyamat. Meg kell akadályoznunk a szem kiszáradását, pótolnunk kell a könny hiányát, valamint a már kialakult elváltozásokat és a következményes fertőzést is mérsékelnünk kell. Az eset súlyosságától és fennállásának idejétől függően választhatunk a gyógyszeres és a műtéti megoldások között. Az első és egyik legfontosabb teendőnk a szem és környékének alapos megtisztítása a beszáradt váladéktól. Mindennemű gyógyszeres kezelés (szemcseppek, szemkenőcsök) alkalmazása csak ezután következhet. Alkalmazhatunk műkönyt, valamint olyan szereket, amelyek a könnytermelést fokozzák. Ezek viszont csak akkor eredményesek, ha némi könnytermelés még tapasztalható. Ezenkívül gyulladáscsökkentők és antibiotikum adása is szükséges (fontos az előtte végzett rezisztenciavizsgálat). A

gyógyszeres kezelés akár hónapokig is eltarthat. Műtéti eljárás az azokban az esetekben fordulunk, amikor a konzervatív gyógyszeres terápiánk nem vezet eredményre, vagy olyan súlyos elváltozással állunk szemben, hogy nem is várhatunk eredményt (pl. súlyos fokú szaruhártyafekély, vagy teljesen megszűnt könnytermelés). Nagyon fontos a betegek rendszeres utóvizsgálata (pl. újabb Schirmer könny-teszt), hogy értékeljük az addig elért eredményeket. Ha immun-eredetű alapproblémával állunk szemben, szükség lehet az egész életen át tartó kezelésre is. Végeredményben elmondható, ha felderítjük az alapbetegséget és megfelelő terápiát választunk, az esetek többségében jó eredményeket érhetünk el a szárazszem-betegség kezelésében.

dr. Hábor Krisztián és dr. Varga József

Kérjük, támogassa az Elvesztett Állatok Alapítványt!

Alapítványunk célja az elveszett, elhagyott és rászoruló állatok egészségének megőrzése és gyógyító rehabilitációs tevékenység, emellett az iskolákban végzett oktatásainkon keresztül tájékoztatni a fiatalokat a helyes állattartásról, állatvédelemről, és környezetvédelemről.

Amennyiben adománnyal járulna hozzá munkánkhoz:

Bankszámlaszám: CIB 11102209-18113633-1000001

Segítségét előre is köszönjük!

Az Alapítvány kuratóriuma

12 éves az „R...”S.E. FITNESS

1031 BUDAPEST
III. PETUR U. 22.

NYITVA:

H-P: 6-22-ig

Szo-V: 10-17-ig

TELEFON:
242- 4213

Body napijegy 600,-
Havi bérlet 5.000,-
12 alkalmas bérlet 5.600,-
Terembérlet 2.000,-/óra
Szolárium 150,-/5 perc
Szauna 500,-/fő

**KONDITIONÁLÓ ÉS ERŐFEJLESZTŐ GÉPEK
EDZÉSPROGRAMOK
BÉRELHETŐ TEREM
BÜFÉ, KLUB, SZAUNA**

• KARATE • KEMPO
• BOX • HASTÁNC



1039 Budapest, Család utca 36/a

Tel.: 240-9780, 06-30-934-5480

IDŐSKORI SZŰRŐVIZSGÁLAT

Színes doppler ultrahangos vizsgáló berendezés

* teljeskörű laboratóriumi szolgáltatás

* allergiateszt és kúra * geriátriai szűrés.

RENDELÉSI IDŐ:

Hétfőtől – péntekig 9-11 és 17-20 óráig

Szombaton 9-11 óráig, vasárnap és ünnepnap 17-20 óráig

LOVAK, PÓNIK BÉRTARTÁSA

Oktatás, lovaglás, tereplovaglás, lovas túrák

Budapesttől 5 km-re Budakalászon
LOVAK BÉRTARTÁSÁT vállaljuk.

Környékünk
TEREPLÓVAGLÁSOK
ideális helyszíne.



Tel.: 06-30-951-4577



Csillaghegyen 2 lakásos, külön-külön utcai bejárattal családi házban dél-nyugati fekvésű saroktelken 70 m²-es földszinti lakás + 50 m²-es szuterén, + 8 m²-es terasz + 250 m²-es földterülettel 35 Mft-ért ELADÓ!
Tel.: 06-20-9229-333

MATEMATIKA KORREPETÁLÁS
FELSŐ TAGOZATOSOKNAK – Készségfejlesztés
Hiánypótlás – FELVÉTELI ELŐKÉSZÍTÉS
06-30-432-5574

Vállaljuk magánszemélyek adóbevallását és társas vállalkozások könyvelését visszamenőlegesen is!
Tel.: 06-20-537-8444

KÉPREGÉNY PÁLYÁZAT

A Magyar Televíziós, és Film-művészeti Szövetség Képregény Pályázatot ír ki mindazok számára, akik kedvet érzenek ahhoz, hogy képregényes formába öntsék a fantáziájukat.

A pályázaton életkori megkötés nélkül bárki részt vehet. Személyenként csak egy pályamű adható be.

A pályaművek témája szabadon választható, és a pályaművek bármilyen technikával készülhetnek.

A pályaművek értékelése során a hangsúlyt nem pályázó alkotók rajzbeli, és szakmai tudására helyezzük, hanem a kreatív megoldásokra, az egyéni látásmódra, és a gazdag képzeletvilágra. A pályaműveket A4-es formátumban, minimum 1 oldal, és maximum 5 oldal terjedelemben lehet benyújtani postai úton, vagy elküldeni elektronikus levél csatolmányaként.

A pályaművekhez mellékelni kell a pályázati jelentkezési lapot.

A pályázaton csak olyan pályaművel lehet részt venni, amely más hasonló jellegű pályázatra nem került benyújtásra, és nem jelent meg nyomtatásban.

A pályaműveket 2008. december 1-jéig lehet benyújtani.

A pályázat eredményhirdetésére 2009. január 10-én kerül sor.

PÁLYÁZATI DÍJ

A Képregény Pályázat nyertese ingyen részt vehet a Képregény-rajzolói, és Illusztrátori, valamint a Storyboard-rajzolói, és Látványtervezői Kurzuson. Ezenkívül a nyertes alkotó egy éves ingyen szövetségi tagságot nyer, amely számos előnnyel, és kedvezménnyel jár együtt.

A pályázati díj összértéke 140 ezer forint.

Postacím: 1173 Budapest, Tabán utca 6. III/9. Varga Attila alelnök részére, „Képregény Pályázat” jelíggel.

Email: elnok@mtfsze.hu

web: http://mtfsze.hu/



Dr. Toldi Implantologia

- FOGBEÜLTETÉS, IMPLANTÁCIÓ
- ESZTÉTIKAI PÓTLÁSOK
- FOGSEBÉSZETI MŰTÉTEK
- ALSÓ KIVEHETŐ FOGSOR STABILIZÁLÁSA
- 3DIMENZIÓS IMPLANTÁTUM TERVEZÉS
- SZÁJPADLÁS NÉLKÜLI KIVEHETŐ FOGSOR

Bankkártyát elfogadunk

E-mail: drt@enternet.hu • Web: www.drtdi.eu

RENDELÉS: BEJELENTKEZÉSRE
TELEFON: 368-3850, Fax: 437-0164
www.dentalwellness.hu • e-mail: info@dentalwellness.hu
1039 BP., KALÁSZI UTCA 20.

Római Virág-, Ajándéküzlet

Bp. Kalászi út 23. • Tel.: 3886-215

Virágüzlet-kertészet egy helyen!

Alkalmi csokrok, virágkosarak, ajándékkosarak, menyasszonyi csokrok, kegyeleti virágok, cserepes növények, évelők, palánták nagy választékban.

Nyitva tartás: H-P: 8-18-ig,

Szo.: 8-15-ig, Vas.: 9-12-ig



Ránk fér egy kis nevetés...

MI – MICSODA?

A kémia ugyanaz, mint a fizika, csak bűdösebb.

Az irónia nem más, mint a szellemes emberek gorbombáskodása.

A szálka a hal bosszúja.

Az ámokfutás a jövő tömegsportja.

A biztonság az a veszély, amit nem érzékelünk.

A titoktartás egy olyan szilárd hal-

mazállapotú anyag, amely alkoholban oldódik.

A teve egy rendkívül szívós állat, akár élete végéig kibírja víz nélkül. Sőt, még utána is.

Vegetáriánus: régi indián szó. Jelentése: „béna vadász”.

A pofon elhadart simogatás.

Bigámia az, ha valakinek egyel több felesége van. A monogámia ugyanaz.

A sláger az a zene, ami a füleden megy be, és a könyöködön jön ki.

BÖLCSESSÉGEK

A szakáll nem szúr, csak a megfelelő oldalára kell születni.

A legrosszabb dolog a világon az, amikor a hülyeség szorgalommal párosul.

A nagyotmondás ellen a nagyothallás az egyetlen védelem.

Okos pilóta alagútban nem kaptál.



Ha tilosban parkolsz, ne kapcsold ki az ablaktörlődet. Mozgó ablaktörlő alá nem lehet betenni a büntetőcédulát.

Egy perc hosszúságát az határozza meg, hogy a WC-ajtó melyik oldalán várakozol!



Civilek találkozója Óbudán

Erős civil érdekérvényesítés csak olyan közegben képzelhető el, ahol zavartalanul létezhetnek a szabadság kis körei, ahol erős és független polgári egzisztenciák állnak egy-egy kezdeményezés háttérében. Akár ez a gondolat is lehetett volna mottója a hétvégén megrendezett első *Civil és Kisebbségi Napnak*.

A rossz idő az Óbudai Kulturális Központ falai közé szorította a legtöbb programot, ám így is közel félezeren voltak kíváncsiak a megjelent, mintegy harmincöt civil szervezetre. *Bús Balázs* nyitóbeszédében arra figyelmeztetett, hogy „a hatalom számos esetben a civil szervezetekhez paternalista módon viszonyul, alá, fölérendeltségi viszonyt kényszerítve rájuk. A politika világában mozgó hatalomtechnikusok, valódi politikai szándékaikat palástolandó, civilnek tűnő szervezeteket hoznak létre, érdemi civil tevékenységet nem végeznek, ugyanakkor a civil lét árca mögé bújva, destruktív politikai kirohanásokra ragadtatják magukat.” A civilek által végzett hiánypótló munkára utalva hozzátette: az életnek számos olyan területe létezik, ahol az állam, az önkormányzatok vagy a piac nem tud, vagy nem akar megjeleníteni.

Ismeretes, a helyi önkormányzat együttműködési megállapodások révén, elsősorban oktatási, sport, szociális, kulturális és egészségügyi területen számos feladatot adott át civileknek. Tavaly 148 millió forintot különített el civil szervezetek támogatására.

Az eseményen volt önkéntes véradás, a *Vöröskereszt* a látogatók elsősegélynyújtási ismereteit frissítette fel, az *Óbuda-Békásmegyer Mentő Alapítvány* pedig régi és új mentőautót mutatott be.

A nyíltszíni pörköltfőző versenyt a *Braunhaxler Egyesület* nyerte, a tombolán értékes ajándékokat – egyebek mellett a *Danubia Szimfonikus Zenekar* koncertjére szóló jegyeket – lehetett nyerni. Az eseményt teltházas *Szandi* és *Tompos* koncert zárta.

(Forrás: obuda.hu)



Életmód mozaik

A köhögés – mint az ősz kísérelője

A köhögést többnyire betegségnek tekintjük, pedig ez csak tünet. Jelez a szervezetünk védekező reflexe. A tünet okozója leggyakrabban a náthavírus, mely az influenzához hasonló, a megfázás következtében tud támadni. Súlyosabb esetben vírusos influenza következménye is lehet. A köhögés hatására viszont a légutak megtisztulnak a váladéktól, a baktériumoktól, vagy az egyéb irritáló anyagoktól.

A köhögés két fő típusa a hurutos, vagy a száraz, eltérő kezelést igényel. Hurutos köhögés esetén segíteni kell a légutak öntisztulási folyamatát, a lerakódás felszakadását. A köptető görcsoldó készítmények, teák, mint az ánizs, az eukaliptusz, a kakukkfű mindegyike igen jó hatásfokkal segítenek. A váladék kiválasztását fokozza még a meleg krumplis borogatás a mellkasra, illetve görcsoldó köptető balzsam felkenése a hát tájékra.

Ha viszont száraz, kaparó görcsös a köhögés, akkor először csökkenteni szükséges az ingert, a garattáji fájdalmat, a kaparó érzést. A növényi eredetű köptetők védőréteget képeznek az izgalmi állapotban lévő nyálkahártyán, így csökken az állandó köhögési inger. Az ökörfarkkóró, a lándzsás útifű, az izlandi zuzmó mindegyike kiváló ingercsökkentők. A lerakódás felszakadását segíti, ha éjszakára bezsírozzuk a mellkast a légcső tájékán. A bezsírozott részre célszerű papírkendőt helyezni.

Bármilyen típusú a köhögés, fontos a bőséges folyadékbevitel. Legcélszerűbb a meleg cukrozatlan, de mézzel ízesített gyógyteák fogyasztása naponta többször. Kerüljük viszont a savas gyümölcslevelek, mert ezek irritálják az amúgy is sérült nyálkahártyát.

Feltétlen orvoshoz kell fordulni azonnal, ha csecsemő köhög, vagy kisgyermek esetében, ha magas láz, vagy köhögési roham lép fel. De akkor is, ha visszatérő, vagy 6-8 napnál hosszabban elhúzódó és nem javuló tendenciájú a köhögés.



Bringóvár

MARGITSZIGET

SPORTOLJ, SZÓRAKOZZ!

Bringóhintók, kerékpárok, görkorik



Üdülési Csekk

MINDEN NAP 8 órától sötétedésig

www.bringohinto.hu • Tel.: 329-2073

Várunk a Margitszigeten a 26-os autóbusz „Halastó – Szállodák” megállójánál!

Velünk kerék a világ!



Gabriel Stúdió

Gabriel Stúdió

Gabriel Stúdió

FODRÁSZAT

Gyerek hajvágás: 1100 Ft
 Férfi modern hajvágás: 1500 Ft
 Női rövid hajszárítás: 1800 Ft
 Női rövid haj berakás: 1800 Ft
 Vágás-szárítás (r. h.): 2800 Ft
 Egészszossz festés, vágás, szárítás (rövid haj): 5500 Ft
 Dauer, vágás, szárítás: 5500 Ft (rövid haj)
 Melír, vágás, szárítás: 6000 Ft (rövid haj)
ZSUZSA: 20-353-8258
ERIKA: 20-595-0253
ANTI: 70-621-3421
ANDI: 20-968-7026

KOZMETIKA

Nagykezelés: 5500 Ft ultrahanggal
 Arcmasszírozás: 2000 Ft
 Gyanták: 600-2800 Ft
ÉVA: 20-368-3448

PEDIKÚR-MANIKÚR

Gyógypedikúr 2500 Ft
 Japánmanikúr 2500 Ft
 Műkörömépítés 4900 Ft
 Parafinos kézápolás 1800 Ft
BÖBE: 30-560-4507


www.gabrielstudio.hu

NYITVA:
H-P: 9-20
Szo.: 9-13

BUDAPEST, 1039 POZSONYI U. 32. Üzlet telefon: 240-9271

A Tripolár RF a legújabb zsírbontós technológia a Gabriel Stúdióban



Lényege, hogy magas frekvenciát juttat mélyebb rétegekbe. Célzottan kezeli a zsírréteget, pontosan oda fókuszál, ahova kell, ezáltal sokkal kevesebb kezelés szükséges belőle, mint a többi ismert testkezelésnél. Már 4-6 alkalommal látványos eredményeket érünk el. A technológia minden bőrtípusra alkalmazható. A Tripolár RF testkezeléssel egyszerűen szabadulhatunk meg a zsírfelülelektől. A szelektíven emelt hőmérséklet hatására a kezelt felületen zsugorodik a zsírréteg és javul az adott terület oxigén ellátás és gyorsul az anyagcsere. A folyékony állapotú zsírrészecskéket a nyirok rendszer szállítja el a kezelési területről.

A készülék kiválóan alkalmazható arcon, nyakon, dekoltázon. A tripolár technológia olyan különleges hullámokkal kezeli a bőrt, melynek hatására fokozódik a kollagén termelődés. A kezelés hatására kisimul, feszesedik a bőr, regenerálódnak a bőrszövetek.

További információért forduljon a **Gabriel Stúdió** kozmetikusához:

Rácz Éva – Tel.: 06 20 368 3448

ajándékba szülinapra névnapra vendégségbe évfordulóra kertbe ablakba erkélyre csak úgy

Onci
 v i r á g
 a csillagvárban
 +36 1 250 8648
 +36 70 233 6442
www.csillagvar.com

ALAP SZÁMÍTÁSTECHNIKAI TANFOLYAM NYUGDÍJASOKNAK IS!

BEKAPCSOLÁSTÓL KEZDVE A LEVÉLÍRÁSON AT AZ INTERNET HASZNÁLATÁIG!

GRAFIKA ÉS | VAGY [PROGRAMOZÁS]

INFORMÁCIÓ: 06/20 9310-761, TEREM: 1039, JUHÁSZ GY. 2

HIRDESEN A RÓMAI PARTI HÍREKBE!
Tel.: 240-3048

Szécsényi
 MŰHELY

HAGYOMÁNYŐRZŐ RUHÁK KÉSZÍTÉSE

ELÉRHETŐSÉGEINK

Levél cím: Győriné Szécsényi Mária
 2194 Tura, Szent István út 52.

Telefonszám: 06-70-330-55-90; 06-28-469-332

E-mail: maria.szecsényi@freemail.hu

Honlap: www.szecsenyimuhely.extra.hu



Természet & Művészet



Budapest a természetben!

ALFA ART HOTEL
 Akvarell Étterem



Fergeteges Sziveszteri party

svédasztalos
 gála vacsorával

Akvarell étteremben: élőzene, Salsa bemutató tánctanítással
bruttó 19.900 Ft

Csontváry teremben: Disco karaokeval, hastáncbemutató
bruttó 17.900 Ft

Tombola, éjféltkor 1 pohár pezsgő, lencsefőzelék és virsli

Előfoglalási kedvezmény: 15% december 1-ig.

H-1039 Budapest, Kossuth L. üp. 102. (1) 453-0060, (1) 453-0062
sales@alfaarthotel.hu • www.alfaarthotel.hu



R.P.H. RÓMAIFÜRDŐ TELEP KÖRNYEZETVÉDŐ, SZABADIDŐ ÉS DIÁK VÍZISPORT EGYESÜLET

9



EGYÜNK A GLOBÁLIS FELMELEGEDÉS ELLEN!

Étrendváltással egyetlen ember 100 tonna szén-dioxidtól képes megszabadítani a Földet – hívta fel a figyelmet az ENSZ klímaszakértője, dr. Rajendra Pachauri, aki „Globális figyelmeztetés” címmel tartott beszédében a hűs-termelés és az éghajlatváltozás összefüggését boncolgatta.

Növényekkel több embert lehet ellátni

Dr. Pachauri megkérdőjelezte azt, hogy a jelenlegi, nagymértékű hús fogyasztására egyáltalán szükségünk lenne. Kutatások szerint ugyanis az állattenyésztés felelős a globális üvegházhatású gázok kibocsátásának 18 százalékáért, mely a világon élő 60 milliárd gazdasági haszonállat tenyésztése során keletkezik. Emellett az ágazat szennyezi az élővizeket és a talajt, káros hatással van az emberi egészségre, valamint a nagyüzemi gazdálkodás gyakran állatok szenvedésével társul.

„Egy kiló marhahús előállításánál során annyi szén-dioxid-ekvivalens termelődik, mint amennyit egy átlagos európai autó bocsát ki 250 kilométernyi út megtétele során” – hívta fel a figyelmet Pachauri. Egy 1 hektáryi földet megművelő gazda egész éven keresztül 30 ember ellátását képes biztosítani ha zöldséget, gyümölcsöket, gabonát és növényi zsírokat tartalmazó élelmiszert termel. Amennyiben ugyanezt a földterületet tojás, tej vagy hús előállítására használja, csupán 5-10 ember táplálásához tud hozzájárulni.

A húsfogyasztás károsabb, mint az autók

„Sokszor kérdezik tőlem, hogy mit tehet az egyén a klímaváltozás elleni küzdelemben a bolygó érdekében. Úgy vélem, hogy amihez a legkisebb erőfeszítés szükséges, az az, hogy csökkentjük a húsfogyasztásunkat. Életvitelünk átalakítása az, amit mindannyiunknak hatalmában áll megtenni. Gandhit idézve ‘Légy magad az a változás, amit a világban látni szeretnél’” – vont le a következtetést dr. Pachauri.

A közlekedéssel kapcsolatban hasonlóan érdekes összefüggésre mutatott rá. Számítása szerint nagyobb mértékben csökken a káros szén-dioxid-kibocsátás, ha felére csökkentjük a húsfogyasztásunkat, mintha fele annyit használjuk az autónkat.

Panellakás „C” lakcímkével eladó

Hamarosan ilyen és hasonló, nemcsak panellakást kínáló ingatlanhirdetések

lepek el az ingatlanok adásvételével foglalkozó újságok, irodák, internetes portálok hirdetési oldalait. Vajon hányan tudják majd, mit is jelent ez? Az Energia Klub szakszerű, hasznos és ingyenes tájékoztató kampánya minden ingatlantulajdonosnak segít válaszolni a kérdésre.

2008 nyarán jelent meg az a rendelet, amely szerint az ingatlanokat energiahatékonyságuk alapján kategóriákba sorolják, vagyis ugyanúgy címkézik, mint a háztartási gépeket. A rendelet az épületek kötelező energiahatékonysági tanúsítványának beszerzését a lakossági ingatlanoknál is előírja, és 2009. január 1-től hazánkban is hatályba lép az Európai Unió irányelvének megfelelően. Az újonnan épült ingatlanok esetében 2009. január 1-től kötelező lesz kiállítani az energiahatékonysági tanúsítványt (közkeletűbb nevén a lakcímkét), míg a használt ingatlanoknál a tanúsítás 2011. december 31-ig önkéntes minden olyan esetben, amikor az ingatlan adásvételére vagy bérbeadására kerül sor.

Az ingyenes Lakcímke füzet megrendelhető: lakcimke@energiaklub.hu e-mail címen, a 06-1-411-3518 telefonszámon, vagy letölthető a <http://www.lakcimke.hu/> honlapról, ahol további információk is találhatóak az ország több vidéki településén is elérhető ingyenes energetikai tanácsadást végző szervezetekről.

Veszélyes-hulladék gyűjtés

Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata az októberi után novemberben is szervez a lakosság számára elektromos és elektronikai, illetve veszélyes hulladékbegyűjtést. A legközelebbi gyűjtés Óbuda déli területein november 8-án várható.

Elektromos és elektronikai hulladék

Általában minden olyan gép, készülék, ami árammal, akkumulátorral, vagy elemmel működik. Elektromos és elektronikai (E+E) Háztartási gépek, szórakoztató elektronikai és híradástechnikai berendezések, számítástechnikai berendezések, barkácsológépek, egyéb a háztartásban előforduló elektromos berendezések

Veszélyes hulladék

Savas akkumulátorok; szárazelemek; gombelemek; fényforrások; folyékony és szilárd növényvédő- és rovarölőszerek; lejárt szavatosságú gyógyszerek; festék és lakkmaradékok; szerves oldószerek; festékes textíliák; -ecsetek; festékespatronok; fardolaj; olajsűrű; levegőszűrők; olajos textíliák; olajos flakonok; használt sütőzsírok és olajok, gumiabroncsok.

Lombhulláskor

Mit tegyünk a sok őszi avarral? Elsősorban komposztáljunk! Ha viszont feltétlenül égetni akarunk, mikor tehetjük? Októberben, novemberben, valamint februárban, márciusban, csütörtökön és szombaton 10- től 15 óráig megengedett a tűzvédelmi előírások betartása mellett. Ne felejtsük el, hogy párák, ködök, szeles időjárás esetén az égetés tilos.

Útfelújítás elhalasztva, út lezárva

A Megyeri-híd megnyitásával tovább romlott Óbuda közlekedési helyzete, ezt mindannyian érezhetjük nap, mint nap. A helyzetet tovább súlyosbítja, hogy számos lezárt útvonal felújítási munkálatait a főváros vezetése fél évvel elhalasztotta. Köztük a budai alsó rakpartét, ahol eddig sem folyt semmiféle munka. Vajon miért van továbbra is lezárva? Érdekes továbbá, hogy vajon miért nem lehetett megoldani az áthaladást a Nánási úti kishídon, amikor éppen ott sem zajlott lázas munka. Az ember már azt hihetné, hogy direkt teremtenek káoszt Budapest eme részén.

„Iskolabüfé Éve” Óbudán

19 kerületi iskola csatlakozott ahhoz a programhoz, amely célja a gyermekek egészséges táplálkozásra nevelése. Az iskolabüfé kínálata döntően meghatározza gyermekeink étkezési szokásait, ezért tudatosítani kell az üzemeltető cégekben és a gyermekekben, hogy mely tápanyagok a legmegfelelőbbek egy adott életkorban. Legjobb ha csak az egészséges ételekhez jutnak hozzá a sulibüfében.

Sokasodnak a kerékpáros kollégák

A Föld-Hold távolság kétszeresét tették meg és 142 ezer kilogramm szén-dioxid-kibocsátástól kímélték meg a környezetet a harmadik Bringázz a Munkába! (BAM) résztvevői. A kampányt szervező Magyar Kerékpárosklub elnöke elmondta, hogy a 2007-ben indult BAM történetében az idei őszi akció volt a legsikeresebb. A hideg őszi idő ellenére országsszerte csaknem 8000-en vállalták, hogy szeptember 8. és október 3. között legalább 7-szer biciklivel mennek dolgozni. A résztvevők összesen nagyjából száz-ezerszer pattantak nyeregbe a három hét alatt, letekertek 750 ezer kilométert - ez felér egy Hold-utazással oda-vissza -, megtakarítottak 16 millió forint benzinkiadást és elégettek 16 millió kalóriát. Az akció célja a kerékpározás mint hétköznapi, bevett közlekedési forma népszerűsítése volt. Az első BAM-ot az akkori Gazdasági és Közle-

kedési Minisztérium (GKM) szervezte 2007 szeptemberében, csak Budapesten, de már akkor is több mint 2000-en csatlakoztak. A Kerékpárosklub idén nyáron vette át a szervezési feladatokat. A kampányt a 2011-ig szóló tervek szerint évente kétszer rendezik meg. Ön is csatlakozna?

PROGRAMAJÁNLÓ

Cápa-fog-lenyomat, víz-mozi, vízcsó-séta

Október 31-ig még látható az Aquincumi Múzeum vízműtörténeti kiállítása. Budapest vízműhálózatának 140 éves jubileumára nyílt kiállítás Műszaki és történeti érdekességeken keresztül mutatja be a Vízmű társaság fejlődését. Az óriás vízcsőben egy mini vízvezeték-hálózat segítségével kaphatunk képet arról, hogyan is működik az a város alatt húzóódó, közel 5000 kilométeres rendszer, amelyen keresztül nap mint nap közel 2 millió emberhez jut el az ivóvíz. A kiállításon bárki kipróbálhatja a kiállítóterem hálózati fala előtt, ő hogyan irányítaná Budapest vízellátását, mint ahogy teszik ezt a diszpécser a nap 24 órájában. A klasszikus diavetítés és a sok-sok muzeális értékű szerelvény mellett számítógépes programok, játékok hozzák kézzelfogható közelségbe a múltat és jelent.

Lakossági fórum a Mocsárosdűlő ökológiai vizsgálatáról

Lakossági fórumot szerveznek a 2008. év folyamán végzett ökológiai vizsgálatok eredményeiről, valamint a területre vonatkozó fejlesztési elképzelésekről. Bemutatják az újabb eredmények alapján kiegészített kiállítást, mely a területen található legjelentősebb természeti értékekből ad izelítőt. Időpont: október 29. 18-tól 20 óráig. Helyszín: Csillaghegyi Közösségi Ház, előadó terem. A fotókiállítás az aulában október 27-től november 7-ig tekinthető meg.

HuMuSz-mozi ősbemutatója

A napokban a Nemzeti Civil Alap támogatásával elkészül egy film, amely a hulladékgazdálkodás hazai helyzetéről szól. Ősbemutató a Humusz Házban. Fő célja, hogy nagyon sok helyi televízióban, iskolai órán, művelődési házban műsorra tűzzék, ezáltal vitát gerjesszen, szemléletet formáljon. A vetítés után a beszélgetést vezeti Gadó György Pál szerkesztő-rendező és Pernecky László ötletgazda. Az ingyenes előadás időpontja: 2008. október 29. (szerda) 18.00 óra Helyszíne: Humusz Ház, 1111 Budapest Saru u. 11.

Szerkesztette Szűcs Boglárka



Kerületi hírek

Csillaghegyi Polgári Kör Egyesület

1038 Budapest, Valéria u. 4-6. Tel.: 240-9065

PROGRAMOK

2007. 10. 22. **Megemlékezés október 23.-ról.**

Gyertyagyújtás a Zsámboki téri keresztnél 18-órakor. Ünnepi beszéd, versmondás.

2008. 11. 16. **10 órától – CSALÁDI délelőtt**, kézműves foglalkozás, bábelőadás gyerekeknek. Néptáncbemutató.

A Csillaghegyi rajzverseny ünnepélyes eredményhirdetése.

2008. 11. 19. **„Csillaghegyi találkozó”** előadás - 18 órától Kiss Zoltán indiai és nepáli utibeszámolója

2008. 11. 28. **„Mindenkinek Karácsonya”** – fenyőfa állítása, díszítése a csillaghegyi állomásnál.

Minden hét szerdáján 10-12 óráig

KÉZIMUNKA SZAKKÖR a Csillaghegyi Községi Házban!

Ingyenes jogi tanácsadás:

Minden hónap második csütörtök: **18-19-ig**

Kérjük a kedves ügyfeleket, hogy **jogi** tanácsadásra előzetesen jelentkezzenek be az irodavezetőnél, Horváthné

Bakóczy Eszternél :06-70/967-1493

Információkról tájékozódhat az egyesületünk weboldaláról is:

www.csillaghegyinfo

MINDEN PROGRAMUNK INGYENES!

Óbuda Hegyvidékiek Egyesülete

www.ohegy.hu

ELEKTRONIKAI HULLADÉKOK GYŰJTÉSE

az Önkormányzat szervezésében.

november 8-án, szombaton 8-14 óráig.

Gyűjtőhelyek:

a 137-es busz Erdőalja úti végállomása, a 37-es busz Jablonka úti végállomása

Elektromos hulladék minden olyan készülék, ami egykor árammal vagy akkumulátorral működött.

Akkumulátort NEM gyűjtünk!

Csak azokat a készülékeket szállítják el, amelyeket az adott időpontig a gyűjtőhelyre kihordanak.

„Valami bűzlik Római Fürdőn...!”

TÁJÉKOZTATÓ

Rómaifürdő – Csillaghegyen átvezetett főgyűjtő-csatorna bűzének megszüntetése – ügyében 2008. 10. 12.

Az alábbi követeléssel egyetértve eddig több mint 150 aláírást gyűjtöttünk:

„Alulírottak felszólítjuk az illetékeseket, hogy azonnali határolt intézkedéseket tegyenek a főcsatorna megépítés előtti állapot visszaállítására, azaz a bűz megszüntetésére.”

Kötelességünknek érezzük, hogy tájékoztatást adjunk a kövétel megfogalmazása óta eltelt időben bekövetkezett eseményekről, illetve további szándékainkról:

– Több íven tovább sorjáznak az aláírások.

– Új fejlemény, hogy Csillaghegyen a Nagyvárad és a Kinizsi utcában is csatlakoznak az aláírásgyűjtéshez.

Nem érhet az a vád, hogy nem voltunk türelmesek. Közel 1.000, azaz egyezer napja szenvedjük el a bűzt, de a türelmünk elfogyott, a betartatlan ígéretésben nem hiszünk.

Időközben újabb írásos anyagot ismertünk meg. Csatornázáshoz értő szakemberrel is konzultáltunk. A bűz problémája az alábbiakban foglalható össze. Véleményalkotásnál alapvetően a hivatalos levelekből átvett idézeteket használtuk fel:

1./ A „... csatornaszag részben a szállított szennyvíz minőségével, részben pedig a kedvezőtlen áramlási viszonyokkal van összefüggésben.” (F. Csát. Művek – 2007. nov. 30. leveléből)

Következtetés: Alapvetően elhibázottnak minősíthető:

– a csatorna nyomvonalának megválasztása, azaz miért vezeték lakóövezeten át, számtalan 90 fokos töréssel,

– a csatorna túlzott méretű (140 cm) keresztmetszetében kedvezőtlen folyamat – bűz képződés – zajlik, ami csapadékihiányos időszakban válik elviselhetetlenné,

– a szennyvíz minőségét nem ismerték a beruházás indításánál (tervezés)?

Ezek sajnálatos módon ma már megváltoztathatatlan adottságunk tunnek, de a megbízó – tervező – kivitelező – üzemeltető felelősségét felvetik. A hibás döntéssornak következményeit mi szenvedjük el.

2./ „... Az előzetes vizsgálatok arra utalnak, hogy a beruházás megvalósulása óta eltelt időszakban a békásmegyeri szivattyútelepre az agglomerációból érkező szennyvizek minősége megváltozott...”

Lefordítva: a szennyvíz szippantós autók szennyvizét a békásmegyeri szivattyútelepen leengedik és összekeverik az un. kommunális (azaz hagyományos) szennyvízzel, ez vezet a „szennyvíz berohadásához”. Az előttünk vezetett csatornában tovább rohad a szennyvíz, amit a csatorna nagy légtere és többnyire száraz állapot tovább ront. Ez látszik az ilyen méretű **bűz egyik alapvető okának.**

3./ A F. Csát. Művek 2008. szept. 2. leveléből idézünk: A bűz „... megszüntetése csak az MO autópálya kapcsán épülő Duna-híd átadását követően lehetséges, ugyanis akkor nyílik le-

hetőség a **települési folyékony hulladék** közvetlenül az észak-pesti szennyvíztisztító telepre történő szállítására... Fentiekől függetlenül az FCsM Zrt. **további átalakításokat tervez** a hálózat műtárgyaiban a vízhozam szabályozása és így a **szaghatások minimalizálása érdekében.**

További idézet a F. Csát. Művek 2007. nov. 30. leveléből: „A főgyűjtő kiépítését megelőzően 2002-ben dr. Jobbágy Andrea (BE Mezőgazdasági Kémiai Technológiai Tanszék) gondozásában – Az észak-budai csatornahálózat bűz megelőzési, javaslat kialakítása – címmel kutatási jelentés készült e szükséges beavatkozások meghatározása céljából. A kutatási jelentés javaslata szerint a békásmegyeri szivattyútelepen az oda részben **agglomerációból érkező szennyvíz berohadását gátló módszert kell alkalmazni.**”

Következtetések:

– már a beruházás előtt ismert volt a berohadás és az agglomeráció okozta probléma, ezen nincs mit vizsgálni,

– az agglomerációban keletkezett szennyvíz kezelés technológiája ismert

– újabb távlati „lehetőséghez” kötött, bizonytalan határidejű megoldás elfogadhatatlan,

– a minimalizált bűz is elfogadhatatlan.

4./ F. Csát. Művek „... A probléma végleges megoldásáig a Fővárosi Csatornázási Művek Zrt. a bejelentésekkel érintett területen végzi az egyedi kialakítású bűzelzáró szerkezetek beépítését, a program május 31-ig befejeződik...”

Követeljük a csatorna teljes nyomvonalán a több évtizede a bevált bűzelzárók azonnali beépítését és a csatorna fedlapokon bűzelzáró megoldás kivitelezését.

ÖSSZEFOGLALVA:

– a bűz oka elsősorban a csatorna üzemeltetésével függ össze, amin szinte azonnal változtatni lehet,

– a bűz másik oka a kivitelezett műszaki megoldás (pl. bűzelzárás).

A szükséges átalakítás összege elhanyagolható a beruházás egészéhez viszonyítva. Vissza kell tenni azt az összeget, amit „kispóroltak” a beruházásból, illetve az üzemeltetésből.

Tervezett további lépések:

Az egyetértő aláírások birtokában **2008. október 27-én (hétfő) 18 órakor a Keve utcai iskolában LAKOSSÁGI FÓRUMOT** tartunk az illetékesek meghívásával és követeléseink átadásával. Az aláírásgyűjtést folytatjuk.

Konkrét megoldásokat megfogalmazó, határidőkhöz és a végrehajtásért felelősöket megnevező ütemtervet igénylünk.

Lépéseket teszünk további információk beszerzésére. Kérünk mindenkit, akinek csatorna ügyben bármilyen információja van, velünk a kapcsolatot felvenni szíveskedjen.

Rómaifürdő, 2008. október 12.

Szervezők nevében: Ébert Ágoston, III. Rozgonyi P. u. 18/b, Tel.: 3888-999

Csillaghegyiek

a magyar Biblia szülőföldjén

„Sorsunk emlékeztetünkben van megírva: mondd meg nekem, mire emlékszel vissza, s én megmondom, ki vagy.” Ravasz László református püspöknek, Magyarország legnagyobb formátumú és hatású huszadik századi vándorprédikátorának akár ez a mondata is a mottója lehetett volna a budapest-csillaghegyi református gyülekezet szeptember 27-i Borsod-Abaúj-Zemplén megyei kirándulásának. Az ország északi végébe azért utazott egy autóbuznyai fővárosi református a Biblia Évében, mert meg akarta ismerni – volt, aki újra meglátogatni – a magyar reformátusság híres-nevezetes emlékhelyeit, Göncöt és Vizsolyt, az első teljes magyar Biblia lefordításának és kiadásának szülőföldjét.

Úton a Hernád-völgyi történelmi vidék felé megálltunk Miskolcon, ahol megcsodáltuk a híres műemlék Deszkatemplomot. Az erdélyi (kárpáti) stílusú, gerendavázas, zsindeletű, fiatornyos, szibériai vörösfenyőből épített, a legtöbb református templomhoz képest gazdagon díszített templom 1997 decemberében – szándékos gyűjtogatás következtében – tűzvész áldozata lett, de a tetemvári református gyülekezet országos összefogással, az Orbán-kormány támogatásával újraépítette, kibővítette, és 1999 májusában újra felszentelték Isten házáat. Megnézhettük a fővárosi vendégek kérésére előhozott régi Károlyi-Bibliát is, amely épségben megmaradt, csak a lapszélei pörkölődtek meg. Ez valóban „Isten csodája”, hiszen körülötte minden a tűz martaléka lett! Megnéztük az avasi gótikus református templomot is, amely Miskolc belvárosának legrégebbi, monu-

mentális, valóban lenyűgöző épülete. A hazai reformáció egyik legősibb székhelyén az 1540-es évek elején itt prédikált Dévai Bíró Mátyás, a helvét hitvallás egyik első magyar terjesztője. A kiváló akusztikájú templomban gyakran adnak orgonahangversenyeket, a templom mellett emelt harangtorony harangjátéka pedig Miskolc egyik jellegzetessége.

Miskolcra Göncre vitt az utunk, ahol megnéztük az 1786-ban felépült Károlyi Gáspár Református Templomot. Az eredeti református templom, ahol a gönci prédikátor szolgált a Biblia-fordítás utolsó fázisában, s ahonnan irányította a Vizsolyban folyó nyomdai munkálatokat, régóta a gönci katolikusoké. Furcsa volt hallani, hogy a hagyomány szerint náluk, a katolikus templom padozata alatt van eltemetve az egyik legnagyobb – nem csak mint református – magyar ember, de nyughelyét nem lehet meglátogatni, s emléktábla sem emlékeztet rá. A református templom mellett álló Károlyi Gáspár Múzeum és Biblia Kiállítás azonban méltó módon őrzi a Szenci Molnár Albert által „Szent Öreg”-nek nevezett Biblia-fordító és -kiadó emlékét. A múzeumban nemcsak az 1590-ben Vizsolyban kinyomtatott első teljes magyar nyelvű Biblia tekinthető meg, hanem sok későbbi kiadású magyar és idegen nyelvű Szentírás is. A gönci látogatás a Huszita-háznak nevezett különleges népi műemlék épület megtekintésével zárult.

Innen Vizsolyra mentünk, ahol megnéztük a híres református templomot, amelynek legrégebbi egysége – a szentély – már az Árpád-korban állt. Az eredetileg románkori, majd gótikus stílusban továbbépített, bővített templom a 16. század második fele óta a református egyházé, akkor hófehérré meszelték a belső falakat is. Az 1945 után évtizedekig tartó restaurálás során kerültek elő a mészrétegek alól a középkori freskók, amelyek igazán különlegesek teszik a vizso-

lyi templomot. Persze a fő különlegesség az első teljes magyar nyelvű Biblia eredeti, 1590-es példánya, amelyet 1940. október 31-én kapott meg a gyülekezet az Országos Bethlen Gábor Szövetség adományaként. A templomban összesen tíz, különböző kiadású Károlyi-Biblia van kiállítva, a legutolsó kiadás 2007. évi. Ahogy Sipos Vizknai Gergely lelkész a csillaghegyi vendégeknek a templom Úrasztala előtt elmondta, a 418 éves Vizsolyi Biblia arra tanít bennünket, 21. századi magyarokat, hogy a Szentírás Istennek minden korban érvényes, élő és ható igéje, és a magyar nemzet zivatros történelme, siralmas jelene is arra figyelmeztet, hogy csak akkor maradhatunk meg, ha nem veszítjük el szívünkben a hitet, s kezünkben a Bibliát. – Ennél a lelkesi intelemnél talán nem is lehetne jobb, igazabb végszót találni a csillaghegyi gyülekezet miskolc-gönci-vizsolyi kirándulásáról szóló rövid beszámolóhoz.

(Faggyas Sándor - Reformátusok Lapja)



Böbe recept-túrája

Befőzés, lekvárok, jamok...

Nagymamám éléskamrájában ilyenkor, már nyár derekán ott sorakozott a polcon a cseresznyéből, meggyből, eperből készült szörpök, lekvárok, a savanyúságok, a barack, az uborka és a paradicsom azonban még váratott magára. Hiába hívogat bennünket a nagy szupermarketekben a szemet gyönyörködtető dzsem, befőtt vagy savanyúság, mindezek csak silány másolatok a házilag eltett gyümölcsöknek. A régi, kipróbált receptek szerint már szüleink, nagyszüleink is ismerték hogyan zárhatjuk üvegbe a nyár ízeit a zordabb napokra. A saját konyhánkban eltett színes, zamatos finomságok bizonyára nemcsak nekünk ízlenek majd, hanem ajándékként is kedveltek lesznek. Érdekes formájú üvegeket használva, a doboztető színes textilből kivágott „szoknyával” díszítve, rajzolt, festett címkével ellátva igazi remekművet alkothatunk, és akkor még nem is beszélünk a belbecsről!



Sütlipaprika-kompót

Hozzávalók: 6 egész paradicsompaprika, 4 evőkanál balsamecet, 2 ág kakukkfű, 3 gerzed fokhagyma, 5-6 levél friss bazsalikom, 1 csokor petrezselyem zöldje, darált bors, só, 2 evőkanál olívaolaj

Mossuk meg alaposan a paprikákat, majd tegyük egy sütlipapírral borított sütőlemezre. Forró sütőben, 160-170 fokon süssük körülbelül 30-40 percig őket, míg a bőrük barna nem lesz. Vegyük ki a paprikákat sütőből és várjunk, míg kihűlnek. Húzzuk le a megsült paprikák bőrét, majd a piros hússukat vágjuk fel ujnyi csíkokra, és tegyük egy nagy tálba. Ha tudjuk, a sült paprika levét fogjuk fel a salátástálba, jó lesz majd az ecetes öntet készítéséhez. Reszeljük a felcsíkozott paprikákra a fokhagymát, tépkedjük rá a petrezselyem zöldjét, a bazsalikom- és a kakukkfűleveleket.

Daráljunk rá borsot, csorgassuk rá az olívaolajat és a balsamecetet, ízesítsük csipetnyi sóval. Óvatosan keverjük össze, majd tálaljuk salátás tálkákba, vagy üvegpoharakba. Grill ételek, pástétótok, sajtok különleges kísérő salátája lehet.

Karamellás körte-dzsem

Hozzávalók: 10 dkg cukor, 5 dl hideg víz, 5 dl forrásban lévő víz, 1 kg (előkészítés után mért tiszta súly) körte, 1 citrom leve, fél tasak Dr. Oetker Citromsav, 1 tasak vanillincukor, 40 dkg cukor, 1 tasak Dr. Oetker Dzsemfix extra 2:1 és 5 dl körtepálinka

Kis edényben felfőzzük a cukrot a hideg vízzel, és magas hőfokon addig forraljuk, amíg a karamell megbar-nul. Ekkor levesszük a tűzhelyről, hozzáadjuk a forrásban lévő vizet és megkeverjük. Felhasználásig szobahőmérsékleten tartjuk. A körtét lemosva, meghámozva félbevágjuk, majd a magok eltávolítása után apró darabokra vágjuk, és 1 kg-ot lemérünk. A körtét, citromlevet, citromsavat, vanillincukrot és a karamell főzödénybe tesszük. A kimért cukorból 2 evőkanálnyit elvegyítünk a dzsem-fixszel, majd a karamellás gyümölcsmasszához adjuk. Mindezt alapos keverés közben, magas hőfokon felforraljuk. Amint az egész, folyamatos keverés mellett zubogva forr, hozzá - adjuk a többi cukrot. Ekkor, tovább keverve, újra felforraljuk, és állandó keveréssel 1 percig hagyjuk forni. Utána levesszük a tűzhelyről, és belekeverjük a körtepálinkát. Szükség esetén eltávolítjuk a habot, majd pere-mig töltjük az előkészített üvegeket, mindegyiket lezárjuk, és a tetejére fordítva kb. 5 percig állni hagyjuk.

Ajvár

Hozzávalók: 5 db padlizsán, 15 db paradicsompaprika, 5 nagy fej vöröshagyma, 5 gerzed fokhagyma, 2 citrom leve, só, bors, 2 evőkanál cukor, olívaolaj.

A padlizsánokat és a paradicsom-paprikákat nyílt lángon süssük meg / vagy a sütőben / majd húzzuk le a héját, vágjuk apróra, keverjük össze a lereszelt vöröshagymával és a zúzott fokhagymával. Villával alaposan törjük össze és ízesítsük, sóval, borsal, citromlével és egy kevés cukorral. Horvátországban vagy Szerbiában vagy Macedóniában különbözőképpen fűszerezik, kevés rozsmaringgal vagy apróra vágott zellerlevéllel. Kevés olajon forraljuk össze a hozzávalókat és még forrón töltjük üvegekbe.

Camparis citromzselé

Hozzávalók: 15 citrom, 1,5 dl Campari, 1 kg zselésítő cukor

A citromok levét kifacsarjuk. Átszűrjük és hozzá-öntjük a Camparit. Beleszórjuk a zselésítő cukrot, és egy citrom reszelt héját. Forrástól számítva 5-6 percig főzünk, picit üvegekbe töltjük majd fejtetőre állítjuk 5 percre.

Padlizsános zakuszka – örmény recept

Hozzávalók: 5 kg padlizsán lesütve, 5 kg paradicsompaprika, 1,5 kg pritaminpaprika lesütve, 1 kg hagyma, 2 kg paradicsom leve, 1 liter olaj, só, bors, babérlevél és 1 kiskanál szalicil.

A hagymát ledaráljuk, olajban megdinszteljük, hozzáadjuk a szintén ledarált paprikát és a fakéssel összetört padlizsánt. Végül a paradicsom levét és a fűszereket. Az egészet addig dinszteljük, amíg az olaj feljön a tetejére. Száraz dunsztban hagyjuk kihűlni.

Fahéjas szilvalekvár

Hozzávalók: 1,5 kg szilva, 0,5 kg cukor, 2 darab fahéjrúd, 1 dl mandulalikőr, 1 csomag lekvárzselésítő.

Mossuk meg a szilvákat, majd magozzuk ki, kockázzuk fel, és öntsük bele egy lábasba. Adjuk hozzá a fahéjrudakat és a lekvárzselésítőt. Ez utóbbiból érdemes a „kettő az egyben” változatot választani, mert ehhez csak fél kiló cukor kell, így a lekvár nem lesz túl édes, és a gyümölcs íze is jobban érvényesül.

Lassú lángon, állandóan kevergetve, forrásig főzzük, majd öntsük bele a cukrot, 10-15 perc múlva pedig a mandulalikőrt. Forraljunk egyet rajta, majd húzzuk le a tűzről, és merjük a forró lekvárt a tisztára mosott, száraz befőttesüvegekbe. Ha teletöltöttünk egy üveget, akkor azt azonnal zárjuk le, és fordítsuk a tetejére öt percig - így a lekvárunk tartósítószer nélkül is éveket él.

Közreadta: Böbe-mama

Cziniel

cukrászda és kávéház

SZERETI ÖN AZ ÉDESSÉGET?
rovatunk

Cziniel cukrászda és kávéház ajánlata:

Házias sült meggyes torta mandulával



60 dkg megtisztított, kimagozott nagy szemű meggyet lecsepegtetünk egy szűrő segítségével. Ezután egy szét-nyitható 22 cm átmérőjű sütőformát kikenünk vajjal és meghintjük liszttel. Az, aki nem bízik magában, az tegyen a forma aljára egy kerekre szabott zsírpapírt.

5 tojást 20 dkg porcukrot, egy citrom reszelt héját, egy csomag vaníliás cukrot habosra keverünk.

Egy edénybe beletesszük a 16 dkg hámozott és darált mandulát, 6 dkg lisztet, fél zacskó sütőport, egy mokkás kanál őrölt fahéjat és jól elkeverjük.

A habos tojásos részhez hozzáadjuk az összekevert száraz anyagot és 6 dkg langyos olvasztott vaját.

A kész piskótatészta felét a formánkba öntjük és a lecsurgatott meggyesze-mek felét szétszórjuk a tészta felületén, ez követően a tészta másik felével letakarjuk és a tetejére a maradék meggyet szétszórjuk egyenletesen.

A már előmelegített sütőbe tesszük: kb. 170 C fokon sütjük. Amikor a tészta felemelkedett és rózsaszínű a teteje, akkor mérsékeljük a sütési hőt 150 C fokra. A sütéshez 50 perc kell.

Ha megsült, kivesszük a sütőből, kb. 10 percig pihentetjük, a sütőformát szétnyitjuk. Miután kihűlt, torta formára tudjuk felszeletelni és porcukrozva tálaljuk.

Sikeres sütést kívánunk!

ZOZO SPORT
CSILLAGHEGY
SZABADIDŐ ÉS SPORTRUHÁZAT

ŐSZI ÚJDONSÁGOK!



1039 Budapest,
Mátyás király út 5.
Telefon:
06-20-9-552-564

Nyitva tartás:
H-P.: 10-18,
Szo.: 9-13



MOUNTEX

I N D E N A S Í E L É

**FELSZERELÉS
RUHÁZAT
KIEGÉSZÍTŐK**

nyitva tartás:
hétfő-péntek: 9.00-20.00 Bp. III. Bécsi út 136.
szombat-vas: 9.00-18.00 Tel.: 06-1/439-24-52

STOPSHOP **MOUNTEX**
SZABADIDŐ ÉS OUTDOOR SPORT

PEDIKŰR * MANIKŰR * MŰKÖRÖM

BUDAPEST, III. VIZIMOLNÁR U. 4.

(Szentendrei út felől az első tízemeletes épület)

Bejelentkezés: STRÁHL GÁBOR kéz- és lábápoló, műkörömépítő

A PÓK UTCAI LAKÓTELEPEN

06 30/900-6071

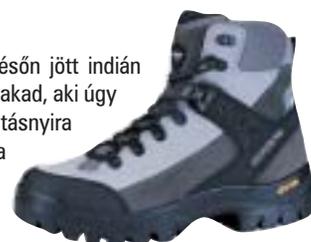
GESA

Műköröm- és
Fodrászcikk
Szaküzlet



Gyaloglás, túra, kirándulás

Sokan kelnek útra a hosszú hétvégén, kihasználva a későn jött indián nyarat. Van, aki külföldre, van aki fürdőbe utazik, olyan is akad, aki úgy érzi, jobb és olcsóbb, ha itthon marad. Pedig egy karnyújtásnyira van tőlünk a természet, az erdők, a hegyek ingyen adják a szépségüket. Itt kínálja magát körös-körül, csak el kell indulni. Egy kényelmes cipő, időjárásnak megfelelő öltözék, a hátizsákba az ebédre szánt szendvics, gyümölcs és az innivaló. Ezt mindet érdemes vinni, de amit biztosan otthon kell hagyni, azok a gondok, bajok, a feszültség. Már hallom: könnyű azt mondani! Csak meg kell próbálni. Elindulni, megtenni az első lépést, aztán ott az erdőben már minden megmagától: csak figyelni kell a színeket, a formákat, a fák között beszűrődő napsugarakat, hallgatni az erdő neszeit, a faágak roppanását a talpunk alatt, és csak menni előre. Legjobb a turistajelzéseket követni, de az sem baj, ha van egy jó térkép is. Kezddőknek kellemes kirándulás lehet a Rókahegyre felsétálni, haladók már a Nagykevélyt is megcélózhatják, de ha elég korán indul útra, kellemes élményt jelenthet egy csendes Duna parti séta is.



F

LÉZERHARC

ELŐSZÖR MAGYARORSZÁGON!
VILÁGSZERTE ÚJ JÁTÉK
SZABADTÉRI LÉZERHARC
AJÁNLOTT: 9-99 ÉVES KORIG
„IGAZI ADRENALINBOMBA”

Info / tel / fax : 06(1) 351-06-55, mobil : 36(70) 702-76-35
Iroda : 1033 Budapest, Mozaik utca 8.
www.lezerharc.hu

CSOMAGTARTÓK

MINDEN TÍPUSÚ NYUGATI AUTÓRA IS



Bp., XIII. Jász u. 62.

Tel.: 330-6395, 237-0890

Nyitva: H-P 9-16 óráig

Tekintse meg honlapunkat:

www.csomag tarto.com



KÍNÁLATUNKBÓL:

- KERÉKPÁRTARTÓK
- CSOMAGTARTÓ
- TETŐBOXOK BÉRELHETŐK
- SÍLÉCTARTÓK
- AUTÓMAXI KÉPVISELET
- MIKROBUSZOKRA CSOMAGTARTÓK ÉS SZÁLANYAG SZÁLLÍTÓK KAPHATÓK

Használt csomagtartók
visszavétele

GOMBOS-FÉLE TÍPUSCSOMAGTARTÓK



Kulturális ajánló

**PLATÁN
KÖNYVTÁR**
1031 Budapest,
Arató Emil tér 1.

(Bejárat a Kadosa utca felől)



www.platankonyvtar.hu
platan@kszki.obuda.hu
Tel.: 439-0936, fax: 368-7093

NYITVATARTÁSI IDŐ

HÉTFŐN 12-18, KEDD 10-19, SZERDA zárva
CSÜTÖRTÖK 10-19, PÉNTEK 12-18
MINDEN PÁRATLAN HÉT SZOMBATJÁN 10-14-ig
VÁRJUK OLVASÓINKAT.

A gyerekeknek havonta mindkét szombaton foglalkozásokat tartunk.

PROGRAMOK:

KIÁLLÍTÁS

2008. november 7-én pénteken 17 órakor
ÍRÁS ÉS RAJZ – kiállítás **Emődy Attila** Szerb Antal
„Budapesti kalauz” (1935) című írása nyomán készült
rajzaiból.

Megnyitja Vadász György, építészmérnök.
Megtekinthető november 28-ig

KÉZMŰVES FOGLALKOZÁS

2008. november 8-án szombaton 11-13 óráig

Szeretnél saját Cipelő cicát?

A Platán Könyvtárban Várnai Zsuzsa textilműves
segítségével Cipelő cicát varrhattok.

IRODALMI KÁVÉHÁZ

2008. november 13-án csütörtökön 17 órakor
„FORDÍTVÁ” – találkozás világirodalmi remekművek
fordítóival

Oe Kenzaburo, Nobel-díjas japán íróról mesél
Vihar Judit műfordító, egyetemi tanár

IRODALMI KAKAÓHÁZ

2008. november 22-én (szombaton) 11 órakor

Berg Judit Cipelő cicák a városban
– mesélés, beszélgetés, játék

KIÁLLÍTÁS

2008. november 22-én (szombaton)

Agócs Írisz illusztrátor Cipelő cicás kiállítása nyílik,
ami megtekinthető december 15-ig

KÖNYVAJÁNLÓ

GLÜCK, WALTER:

Homeopátia:

szelíd gyógymód gyerekeknek

Budapest: Partvonal, 2008.

A gyermekek többnyire jól és gyorsan
reagálnak a természetes szerekre, ha
következtesen alkalmazzuk, tartósan
erősíthetjük egészségüket.

PASSOLINI, PIER PAOLO:

Amado mio; Tisztátalan cselekedetek

Pozsony: Kalligram, 2008.

Az 1947 és 1950 között írt, soha be
nem fejezett művek az írói életmű
legközvetlenebbül életrajzi ihletett-
ségű, legszemélyesebb darabjai. A
magyar közönség eddig szinte csak
mint filmrendező, esszéíró ismer-
hette Passolinit.

DILINGO

Budapest: Noran, 2008.

„Ez az antológia nem A kortárs ro-
mán próza antológiája, hanem az ún.
Nyolcvanasak Nemzedékéé... e
könyv olvasójának nagyon is érdekes
lehet, amikor valami olyasmi zenét
hall, amilyent mondjuk Bodor Ádám
vagy Vári Attila könyveiből ismer-
het...” (részlet Esterházy Péter elő-
szavából)



**ÓBUDAI
KULTURÁLIS
KÖZPONT**

1032 Budapest
San Marco u. 81.

„CSAK A SZÍVE LEGYEN FIATAL”
NYUGDÍJAS SZÍNHÁZI ELŐADÁSOK

Mesék a sűgőlyukból

November 5-én, szerdán 10.30 óra

Közreműködik Tarr Mari és Dunai Tamás

ZENÉS-MESÉS SZÍNHÁZ

Mesék Mátyás királyról – Tihanyi Vándorszínpad

November 6-án, szerdán 10 óra (pótelőadás) és

November 12-én, szerdán 10 és 14.30 óra

SAN MARCO GALÉRIA

A Magyar Alkotóművészek Országos Egyesülete Fotó
Tagozata DUNA AFFÉR című kiállításának megnyitó
ünnepsége

November 7-én, pénteken 18 órakor

A tárlat november 21-ig látogatható, hétköznapokon
9-16 óráig.

SAN MARCO SZÍNPAD

Svejk vagyok – Mikó István műsora

November 8-án, szombaton 19 óra

CSALÁDI VASÁRNAPOK

Fábián Éva mesél, utána játszóház

Október 26. 10 óra

Szeresd a testvéred! – Halász Judit koncert

November 9-én, vasárnap 10 óra

Sirtos – Görög Táncház

Vasárnaponként 18-22 óráig

Tánctanítás: 18-19 óráig – Belépő: 800 Ft

San Marco Szabadegyetem

November 10-én, 18 óra

Bátorság a szelídséggel Előadó: **Dr. Csókay András**

agysebész, a Prima Primissima-díj tulajdonosa

Lajkó Félix Koncert

November 14-én, pénteken 19 óra

brácsán közreműködik: **Brasnyó Antal**

BÖRZE – Nemzetközi ásványbörze és bonsai kiállítás

November 16-án, vasárnap 9-17 óráig

Casablanca Táncláz

November 21-én, pénteken este 20-24 óráig

BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ

KERECSENFÉSZEK

Őstörténet kérdőjelekkel – Orbán Lajos

November 2-án, vasárnap 15 óra

Rovásírás Mátyás király udvarában – Friedrich Klára

és Szakács Gábor közös előadása

November 16-án, vasárnap 15 óra

BONBON MATINÉ

Az üveghegyen túl – a Katáng Zenekar műsora

November 5-én, szerdán 10 és 14 óra

CSALÁDI PROGRAMOK

Családi társasjáték a Sziluett Műhellyel

November 6-án, 13-án, 20-án csütörtökön 16 óra

MESESZÍNHÁZ

Mátyás király tréfái – a Hókirálynő Színpad előadása

November 7-én, pénteken 9, 11 és 14 óra

Magyar tájakon – Márton napi hagyományok

November 9-én, vasárnap 15 óra

Pásztorkutya bemutató; Régi pásztorélet képekben;

Libaterelés a Csobánka téren

19 óra Márton napi mulatság – a Borvirág Zenekarral

KONCERTEK – Ice Cream buli – Cream Club

November 14-én, pénteken 20 óra – 60-80-as évek

legjobb zenéi Belépő: 1.200 Ft

KIÁLLÍTÁS

Csillaghegyi Öltögetők kiállításának megnyitója

November 17-én, hétfőn 18 óra

A kiállítás december 5-ig tekinthető meg.

ÉLETMÓD – Cukorbeteg klub

November 19-én, szerdán 14 óra

IRODALMI TEADÉLUTÁN

Szeder Katalin költő szerzői estje

November 20-án, csütörtökön 18 óra

CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

Szombati Bábszínház

János vitéz – Márkus Színház

November 8-án, szombaton 16 óra

„Annál jobb itt, minél rosszabb”

Beszélgetések a '80-as évek undergroundjáról

November 12-én, szerdán 19 óra

Művészeti kalauzok

**Andalúzia, Egyiptom, Firenze,
a Louvre, Párizs, Róma és a
Vatikán, Toscana, Velence**

Vince Kiadó

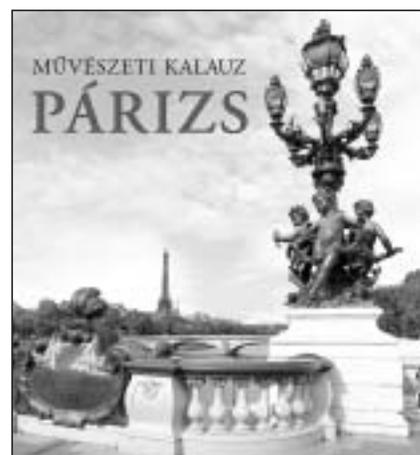
Dr Osman Péter ismertetése

A Vince Művészeti Kalauz sorozata - kö-
telező darabok a könyvespolcunkra, per-
sze csak annak, akit valóban érdekel a
művészet és a kultúra. Nem túlzás azt
mondanunk, hogy ezek a kötetek a kul-
turális kalauzok legjobb színvonalát
nyújtják. Mindegyikükben hatalmas mű-
vészet- és kultúrtörténeti tudás, s azt ki-
válóan közvetítő, láttató-magyarító szer-
kesztői teljesítmény testesül meg - tehát

éppen az, amire szükségünk van, hogy
igazán jól megismerhessük és kiélvezhes-
sük a művészetek és a kultúra ama kin-
cseit, amelyeket e városok, vidékek őriz-
nek. Mindegyikük gondos és gazdag vá-
logatással tárja eléink ezek legjavát, kifog-
ástalanul teljesítve az ilyen kalauzok fő
feladatait: segíteni megismerni, ráérezni
magára a kultúrára, amely e remekeket
létrehozta, segíteni eligazodni és válasz-
tani (hiszen mindenre nem telik idő, s
többnyire pénz sem).

A kitűnő minőségű reprodukciókkal és
fényképekkel gazdagon illusztrált, hiteles
adatokkal, tájékoztatással, és megbízható
háttér-információkkal szolgáló kötetek-
ben megtaláljuk a fontos látnivalók rész-
letes ismertetését, és minden tárgyal-
t műalkotás reprodukcióját. Szépen össze-
szedve, kellemes stílusban előadva felvo-

nultatják mindazokat a történelmi,
kultúr- és művészettörténeti ismereteket,
amelyek kellenek ahhoz, hogy értsük a
sok évszázad során felhalmozott művé-
szeti értékeket, gyönyörködjünk bennük,
és rátaláljunk azokra a részletekre is,
amelyeket inkább csak a jól tájékozott el-
me és a gyakorlott szem ismer fel. Az át-
fogó bevezetőt követően megtalálható
bennük a fontos látnivalók részletes is-
mertetése, a műtárgyak, építészeti alko-
tások leírása és elemzése, s komplett kis
esszéket is olvashatunk történelemtől,
művészettörténetről, kultúráról. Vannak
bennük illusztrált időrendi táblázatok,
életrajzok, művészeti kislexikon, a bemu-
tatott vidékekről, városrészekről kis átte-
kintő térképek. Útmutatóként segítenek
nemcsak a szellemi utak és tájak, hanem
a helyszíneken való tájékozódás tekinte-



tében is. Okos, barátságosan segítő kala-
uzok a felfedezéshez és a műrecek él-
vezetéhez.



Erdei iskola Felsőtelekesen

Dr. Gulyás Pálné – Ica – Csillaghegyen él családjával. Élete a tanítás, a környezettudatos gondolkodás igéinek terjesztése. Egyetemi szinten képzett erre pedagógusokat, szervezte és szervezi még ma is – nyugdíjasként – a Természet- és Környezetvédő Tanárok Egyesületének munkáját. Intézi a levelezést, pályázatokat ír, miközben háziasszony, feleség, anya és nagymama. És, ha még mindez nem volna elég, hát gondolt egy nagyot, pontosabban álmódott egy merészet, és szülőfalujában, a Borsod megyei Felsőtelekesen életre hívott egy Erdei iskolát, egy tábor, olyan programokkal, amiben benne van ő maga, élete eddigi tevékenysége összefoglalva. Íme. (F)

„Már ők – a majom és az ember ősei – is szerettek itt élni”

Természet-történelmi gyökereink

RUDABÁNYAI, AGGTELEKI HEGYSÉG, BORSODI DOMBSÁG

Hagyományőrző Falusi Pihenő, ÖKO-NAT BT.,

3735 Felsőtelekes Fő u. 45, 06-1-2408 495

Telekesi – természeti-, kulturális értékek,

falusi életmód/hagyományok – kutató tábor/erdei iskola

(víz-levegő-közet-felszíni formák, növények, állatok – település:

a környezet egységében)

Biomonitorozás/orchidea/ vagy más növény számlálása a Bábadombon

PROGRAMOK:

Hétfő: de.: érkezés, elhelyezkedés. du.: helyi nevezetességek, séta a faluban, igény szerint templom, az orchidea Bába-domb. Az évszaknak megfelelő mezőgazdasági munkák bemutatása. Természet-történelmi gyökereink. A Rudapithecus hungaricus (a majom és az ember őse) lelőhelyének meglátogatása.

Kedd: Szendrő (vár), Edelény: Tájház – Kastély, Rakacai víztározó: mintavétel, mikroszkópius víz vizsgálat.

Szerda: Aggtelek Baradla barlang, Jósvalfó – Kúria Oktató központ, Hucul lovak.

Csütörtök: Terepgyakorlat a Telekes patak – Magyarország egyik vadregényes – szurdok-völgyében (élettelen, élő – növény, állat.) Séta az Ördögáthoz. A patak és a bányató élővilágának bemutatása (mikroszkópos megfigyelés). Este táború.

Péntek: kifestő verseny (Bérczi Szaniszló – Kultúrtörténelmi kifestő sorozatából). Rudabányai Bányászati Múzeum, Református templom meglátogatása, utazás haza.

A program kapcsolódik a természettudományi, természet-, környezetismereti tantárgyakhoz. Célja a környezeti tudatosság formálása, az egészséges életre nevelés.

Szállás: **paraszt ház** (Fő utca 45, www.felsotelekes.hu) 2000 m² kert, szénaboglyákkal, **27 fő** (min. 10 fő) **elhelyezésére alkalmas.**

Játékok: tollaslabda, röplabda, foci rendelkezésre állnak.

A tábor/erdei iskola 5 napos, hétfőtől-péntekig, 22000.- Ft/fő, szállás – étkezéssel (napi 3), szakmai programokkal: belépők, szállítás, szakvezetés. A tanulók szabad idejét a kísérő pedagógusok felügyelik.

Programok nélkül 18000.- Ft/fő/5 nap, 1 kísérő tanár részvételi díját átvállaljuk.

A tábor/erdei iskola május 1-től október 30-ig üzemel.

Táborvezető: Dr. Gulyás Pálné Pro Natura díjas tanár

Gulyás Pál környezetvédelem szakos tanár

Érdeklődni lehet:

palyus@citromail.hu; telefon: 06302339633

gulyasbo@freemail.hu ; telefon: 06308537323



„Már ők is szerettek itt élni.”

A rudabányai felhagyott külszíni vasércbánya helyén keletkezett tó, a kép jobb felső sarkánál továbbhaladva található a Rudapithecus hungaricus lelőhelye



A hosszú házban két hálószoba emeletes ágyakkal, 1 egy ágyas tanári szoba, hosszú folyosó két zuhanyzó, toalett. A szivacs betéteket kenderből kézzel font és szövött vászon huzat borítja.

VERCSI DIVATÁRU

Mindig az aktuális divatnak megfelelő árukkal, készítői árakkal várjuk kedves vásárlóinkat.

Kapható még függöny, lakástextil, rövidáru.

Szolgáltatásaink:

Függönyvarrás, cipzárcsere, felhajtás (szoknya, nadrág)

1031 Bp. Kadosa u. 44. (A 106-os busz végállomásánál.)

Tel.: 06-70-263-0968 • www.tundivat.hu

Nyitva: H-P: 10-18-ig Szo.: 10-14-ig

CONVEYER BT.

Konténeres sittszállítás

06 20 9349-570, 06 20 9625-519

LOMTALANÍTÁS • KÉZI- GÉPI
BONTÁS • RAKODÁS

Klucsik György és fia

2085 Pilisvörösvár, Szondy u. 80.



HERMO-CSILLAG

VÍZ- GÁZ- FŰTÉSTECHNIKAI SZAKÜZLET

1038 Budapest, Szentendrei út 307.

(A régi Szentendrei úton, a HÉV állomásnál)

Tel.: 240-0309, Fax: 250-3410

**Gázkazánok, gázóraszerelvények,
acél- és rézcsövek,
idomok, PVC lefolyó idomok,
acél lemezzradiátorok,
valamint gázcsövek
és egyéb kiegészítők, alkatrészek
nagy választékban kaphatók.**

**OTP ÁRUVÁSÁRLÁSI HITEL
ÜGYINTÉZÉS!**

Nyitva tartás:

H-P: 8-17 óráig, Szo: 8-13 óráig



RCS Kft.

1031 Budapest, Zaránd u. 19.
Tel.: 06-30-25-77-457
E-mail: rcskft@vipmail.hu

ÁRAJÁNLAT

BEL- ÉS KÜLFÖLDI AUTÓBUSZOS SZÁLLÍTÁSRA

OPEL VIVARO 8+1 fő



Kilométer-díj:
110 Ft/km +
20% áfa
Óra-díj:
3.000 Ft/óra
+ 20% áfa

Ford Transit 12+2 fő



Kilométer-díj:
130,-Ft/km +
20 % áfa
Óra-díj:
3.000,-Ft/óra
+ 20 % áfa

**IVECO 59.12 Turbo Daily
18+2 fő**



Kilométer-díj: 160,-Ft/km + 20 % áfa
Óra-díj: 4.000 Ft/óra + 20 % áfa

**Mercedes 515 Sprinter
19+2 fő + 1 fő**



Kilométer-díj: 170,-Ft/km + 20 % áfa
Óra-díj: 4.000 Ft/óra + 20 % áfa

www.rsebusz.hu • www.romaifurdo-se.hu

HASZNÁLJA KI SZABAD KAPACITÁSUNKAT!

CSÓNAKHÁZ

Anno 1920

Mulató



**RENDEZVÉNYEK
50-1000 főig.**

1031 Budapest,
Római-part 30.

Tel.: 06-70-380-5571

Dudás Attila
üzletvezető



WWW.WIKING.HU

ÚJ ÉS HASZNÁLT HAJÓK ÉRTÉKESÍTÉSE, HAJÓSZÁLLÍTÁS BEL- ÉS KÜLFÖLDÖN,
HAJÓSZERVÍZ, TÉLIESÍTÉS, DARUZÁS, SÓLYÁZÁS, BENZINKÚT
MOTOROS ÉS VITORLÁS HAJÓVEZETŐI TANFOLYAMOK GYAKORLATI OKTATÁSSAL

1033 BUDAPEST, HAJÓGYÁRI SZIGET. ÉRTÉKESÍTÉS: (20) 974 5952
TANFOLYAMOK: (20) 332 4157, SZERVIZ: (20) 404 9999

