

Római Parti Hírek



DUNAI ÉLETKÉPEK
2008. XVI. ÉVF. 8. SZ.
RÓMAIFÜRDŐ TELEP
KÖRNYEZETVÉDŐ,
SZABADIDŐ ÉS DIÁK
VÍZISPORT
EGYESÜLET

Cziniel
cukrászda és kávéház



**BEIGLI és
KARÁCSONYI
SÜTEMÉNYRENDELÉS**

*hogy az ünnepi asztalról ne hiányozzanak
nagyanyáink szívesen adott édességei!*

Téli nyitva tartás: H-Va.: 9,00-19,30
Bp. III., Nánási út 55.
Tel.: 240-1188

www.cziniel.hu

Édes ajándék ötletek

üzleti partnerei
és kollégái
számára



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.

Az ajánlat 2008. december 31-ig érvényes.

DIEGO

SZÖNYEG • PVC • PARKETTA • FÜGGÖNY

BOMBA ÁR!

120x170 cm **11.990**

9.990 Ft/db

160x230 cm 22.990

16.990 Ft/db

200x290 cm 34.990

27.990 Ft/db

SZÖNYEG
Shaggy Dimenzió

ket színben

Ajánlatunk a készlet erejéig vagy 2008. november 24-től december 31-ig érvényes!

ÓBUDA, III. Bécsi út 267. • Telefon: 436-00-97

Nyitva tartás: H-P: 9-19, Sz-V: 9-14

SODEXO AJÁNDÉKUTALVÁNYT ELFOGADUNK!



Köszöntse velünk az Újévet
a Római-parton a Törley társaságában.

2009



Szilveszteri ajánlatunk:

Welcome drink • gálavacsora • korlátlan alkoholmentes ital fogyasztás
hangulatos élőzene • bűvész show • éjtéli pezsgő • újévi büfé

Részvételi díj: 19 900 Ft/fő (1 éjszaka szállással: 31 900 Ft/fő)

Cím: H-1039 Budapest, Piroska utca 3-5.

Asztalfoglalás, érdeklődés:

Tel.: (+36-1) 436-7164, fax: (+36-1) 436-7161

e-mail: gastro@holidaybeach.hu

www.holidaybeach.hu



HOLIDAY BEACH BUDAPEST
WELLNESS & CONFERENCE HOTEL

Kedves Olvasó!

„Boldog karácsonyt” „Békés karácsonyt!” – gépiesen mormoljuk az elkövetkező napokban szinte köszönés képen ismerősnek, ismeretlennek, és közben lótok futunk, hogy mindennel végezzünk időben. Észre sem vesszük, hogy jókívánságaink leginkább saját vágyainkat tükrözik. A szeretet ünnepére készülünk, természetes, hogy békére és boldogságra vágyakozunk: csak a békesség képes ajtót nyitni a szeretetnek. Nem beszélhetünk szeretetről ott, ahol nincs békesség, és nem beszélhetünk szeretet ünnepéről ott, ahol éppen a szeretet hiányzik. Azt mondja a zsoltáros: „*Boldog az a nép, amely tud ünnepelni!*”



Békés, boldog és szeretetteljes: így képzeljük el a karácsonyt. Nehéz ebbe beleélni magunkat, miközben a válság híreit halljuk, hatásait tapasztaljuk. Sokan legyintenek most: ugyan, hiszen vásárlókkal tele üzletközpontok, áruvásárlási hitelért sorbanállók nem jellemzői egy válságnak! Amolyan „csakazértis!” hangulatot sejtet a kép. Hiába minden figyelmeztetés – még Erzsébet királyné is ajándék limitet rendelt el a királyi családban! -, minden vészt jósló előjel, a forgatag sokakat elragad. Azért én hagyom, hogy átjárjon az érzés: ünnepre készülünk, karácsony ünnepére, ezt jelzi az adventi koszorún a vasárnapról-vasárnapra szaporodó gyertyák száma. A fény, a világosság jön el, és az öröm, mert minden karácsony éjben benne van az újrakezdés lehetősége. Szeretem a gyertyák fényét, a karácsonyi dalokat, a családi hagyományokat, még az ajándékozást is, és az ünnepi asztalt, amit körülülünk, a karácsony napjait, amikor a ritkán látott rokonokkal, ismerősökkel találkozunk. Minél zajosabb körülöttem a világ, annál nagyobb jelentőséget tulajdonítok annak az almának, amit karácsony estéjén édesapám vág annyi felé, ahányan az asztalnál ülünk. Külső szemlélő számára ezek csak formaságok, de nekünk, „körülülőknek” egymásba kapaszkodás és emlékezés. Amikor a megszokott formaságok megtelnek tartalommal, már nem számít, hogy nem sikerült makulátlan tisztaságot varázsolni a lakásba az ünnepekre, hogy a sütemény alja kicsit megégett, hogy az ajándékba kapott pulóver kicsit szorít, csak az a fontos, hogy együtt vagyunk, együtt lehetünk. Lassítjuk a napok rohanását, készülünk az új évre, és bizakodunk, hogy a mögöttünk hagyott napok megerősítették annyira a lelkünket, hogy kitart a következő karácsonyig. A régiék szerint az új esztendő első napján két könyv van az ember kezében: az egyik a múltat tartalmazza, míg a másik a bizonytalan jövőt. Az első már ismerjük, de nem léphetünk túl rajta, mert a történelemből nyert tapasztalatok felhasználásával vághatunk neki a jövőnek. Mielőtt bezárnánk ezt az első könyvet, töltsük meg az utolsó lapjait apró csodákkal, és ünnepeljünk, töltekezzünk.

Márai Sándor azt írja ünnepéről, az ünneplésről: „*Ha az ünnep elérkezik az életedben, akkor ünnepelj egészen. Tisztálkodj belülről és kívülről. Felejsd el mindent, ami a békéznapiak szertartása és feladata. Nézd a régiéket, milyen ábútosan, milyen feltétlenül, milyen körülményesen, mennyi vad örömmel ünnepeltek! Az ünnep az élet rangja, felsőbb értelme. Készülj föl rá testben és lélekben!*”

A felkészüléshez, a megéléshez kívánok békességes, szeretetben teljes és boldog karácsonyi napokat, és egészségben, megelégedésben bővelkedő jövő évet.

Fehér Ágnes

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, Horváth Ferencné,

Kotulics Mónika, 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

Ajándéku! fogadják szeretettel:

Arlene Gay Levine: *Mit adnék idén karácsonyra...* c. versét:

„Amit az idén karácsonyra
szívesen adnék neked,
nem lesz becsomagolva,
s nem lesz rajta szalag sem,
nem a posta hozza,
nem kerül egy fityingbe sem.
De a lista hosszú és szívemből jön,
ahogy kitarom előtted.

Mit is adnék:

Örömet, ami hálából fakad,
a bimbóból virággá hajtó rózsza fenségét,
az igazi szenvedély tiszteletre méltó erejét,
amit nem érdekel a világi siker,
szabadságot, hogy nem ítélj meg senkit,
még saját magadat sem,
békét, hogy te magad légy önnön barátod,
bölcsességet, hogy megértsd hibáidat,

és megbocsásd mások ballépéseit,
együttérzést, hogy magadhoz ölelhesd
a világot úgy, ahogy van,
és nem úgy,
ahogy te újra alkotnád a legszívesebben,
a magány meglepő örömeit,
erőt, hogy sajnálkozást éppúgy elvethesd,
mint a feszültséget,
és gyengéden élhess a jelennek,
hogy magad és mindenki mást
a szív szemével láthass,
aminek csak a szeretet számít.
És végül azt kívánom,
hogy a fény feltárja előtted,
hogy mindez az ajándék már benned él
és csak arra vár,
Hogy kibontsd!”

Egy civil szervezet semmit nem ér, ha nincsenek támogatói

Köszönet a Vízi Emlékfelvonulás támogatóinak



A Rómaifürdő Telep Környezetvédő, Szabadidő és Diák Vízisport Egyesület több más civil alapokon nyugvó szervezethez hasonlóan működésében több forrásra épít. Anyagi hátteret elsősorban a kerületi önkormányzat támogatása, illetve a különböző pályázati lehetőségek jelentenek, de ez még mindig kevés lenne az életben maradáshoz. A rendezvényekhez nyújtott ajándék, térítésmentes munka legalább ennyire fontos. Most a közelgő karácsony alkalmából szeretnék köszönetet mondani azoknak a támogatóinknak, akik az ez évi kiemelt rendezvényünket, a júniusi Vízi Emlékfelvonulást támogatták, felismerve munkánk értékét és miértjét.

Bús Balázs – polgármester, Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata, **Magyar Honvédség 1. Honvéd Tűzszerész és Hadihajós Zászlóalj** Mahart Container Center Kft, Opel Gombos, Mountex Outdoor Kft., Diegő Óbuda Kft, ZOZO Sport , Gombos Csomagtartó Bt., Rézpatkó Étterem, Írisz Panzió, Fogl Üzletház – Csillaghegy, Don Design Reklámgrafika, Miskey Autósbolt, Nadály Patika Csillagvár Üzletház, Rigófészek Bt., EU-Vitál Bt., Ezermester újság, Csónakház Mulató Heineken Hungária Sörgyárak Zrt., Nívó Ingatlan és Közért, Keserű Béla műrepülő Kék Kobra játék nagykereskedés, „Zoltán Gőzös” Közhazsnú Alapítvány, TIT Hajózástörténeti és Hajómodellező Klub, Wiking Yacht Klub

Külön köszönet **Kántor Piroskának** a csillaghegyi ZOZO Sport Bolt tulajdonosának, aki a támogatók felkutatásával segítette a rendezvény sikerét. Köszönet **Csikósné Mányi Júlia** kerületi képviselő asszonynak a műsorban fellépő nemzetiségi csoportok szervezéséért. A térítésmentesen fellépőknek is jár a köszönőszó:

Braunhaxler dalkör, Polonéz együttes, Sáringer Kálmán és barátai, Jántra együttes

Tabán Szerb Kulturális Egyesület, Moldvai Anikó, Szeráj Hastánciskola A négy tehetséges fiatal színinövendék: Alex, Matyi, Dóri és Ingrid

És köszönjük a sok segítő munkáját, akiknek a nevét nem tudjuk itt felsorolni, de rájuk mindig számíthatunk.

Valamennyiüknek köszönjük a résztvevők nevében is, mert egy igazán szép nap volt.

A kedves olvasóktól csak azt kérjük, hogy amikor vásárolni indulnak, jusson eszükbe ez a néhány cég, ők itt működnek a környezetünkben. Keressék fel őket, szavazzanak bizalmat nekik, mert ezzel minket is támogatnak.

Köszönjük.

Rátkai János

Rómaifürdő SE elnök





Rómaifürdő SE HÍREK

SPORTMASSZÁZS az „R...”SE Fitness teremben.
Tel.: 06-20-431-1463

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

Hétfő: 16,00-18,00-ig erőnléti edzés, futás

„R...”SE Fitness Klub (1031 Bp. Petur u.22.)

Szerda: 16,00-18,00-ig futás a vízitelepről (1031 Bp. Nánási út 53.)

a Hajógyári szigetre; tanmedence - Honvéd Kajak-Kenu Klub

Péntek: 17,00-19,00-ig futás + tornatermi edzés

(Aquincum Ált. Iskola, 1031 Bp. Arató Emil tér 1.), havonta egyszer úszás

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

Sítábor Franciaországban

2009. január 30 – február 08.

A Rómaifürdő SE 2009-re ismét meghirdeti franciaországi sítáborát, ezúttal Les Orres-ben. Les Orres (ejtsd: lézorr) -tól mintegy 100 km-re délre, Embrun városa felett található. Az 1600 m magasan lévő modern üdülőfalu épületei félkörben helyezkednek el, ezek hegy felőli oldaláról indulnak a felvonók. A központi részen vannak az üzletek, éttermek és szórakozóhelyek.

Résztvételi díj: 70.000 Ft, amely tartalmazza az autóbuzos utazást, a 7 napos sítáborot és az apartman szállást.

Jelentkezési határidő: 2009. január 15. (25.000 Ft előleg befizetésével).

Jelentkezés: Rátkai Csaba – 06 30 257 7457

Mikulás járt a vízitelepen

A Rómaifürdő SE Nánási úti vízitelepe azt hitte, hogy az októberi évadzáró rendezvény után téli álmot alhat, pedig megszokhatta már, hogy Mikuláskor évről-évre benépesül néhány órára. Most is, december 6-án gyerekek és felnőttek együtt örültek a kellemes időnek – előző este még szakadt az eső –, és a találkozásnak. Hangos jó kedvvel álltak, ülték körbe a terített asztalt. A felnőttek beszélgettek, míg a gyerekek leginkább a telep kínálta teret használták ki. A legjobbkor futott be *Johnny*, aki gitárjátékával, dalaival közös éneklésre bírta a mikulás-várókat. Néhány dal után a népes társaság együtt vonult le a Duna-partra, hogy méltón fogadja a túrakenuuban érkező nagyszakállút. Volt izgalom a parton, ki látja meg először a Mikulás hajóját. Nem kellett sokat várni, hogy megnyíljon a „cukrot – diót – mogorót” rejtő piros zsák. Míg az evezésben megfáradt Mikulás a gyerekek koszorújában visszatért a telepre, a szorgos manócskák már elkészítették a kiosztásra váró csomagokat, ajándékokat. Az asztalon gőzölgött a forró tea – felnőtteknek egy kis forralt bor –, elkészültek

az újabb adag zsíros kenyerek, de inkább a jó-ságos ajándékosztóra figyelt a vízitelepen lévő apraja-nagyja. A Mikulás nagy öröme a gyerekek mindegyike verssel, dallal, esetleg egy szép rajzzal köszönte meg az ajándékot. Az egyesület vezetősége pedig *Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat Szociális és Lakásgazdálkodási Bizottságának* pályázati támogatását, valamint az *Opel Gombos* ajándékait és a *Nívó Közért* csomagkészítését köszöni meg ezúton is.

Egyesületi bál a Római-parton

A Rómaifürdő SE és a Római-partért Egyesület közös bált szervezett a római-parti Budapest Beach Hotel Albatrosz éttermében. A Dunára néző étteremben 85 főre terítették a vendéglátók, és este nyolc órára meg is telt a terem. Az érkezők már belépéskor megcsodálhatták *Győriné Szécsényi Mária* hagyományörző ruháit, míg néhány vállalkozó szellemű hölgy magára is öltötte a remekbe szabott öltözékeket, hogy viseletben is megmutassák, hogy ezek a ruhák amellest, hogy ápolják a magyar hagyományokat, egy mai bálban is megállják a helyüket. A ruhák után rögtön a tombola ajándékok asztala kápráztatott el az érkezőket, ami roskadozott a sok ajándéktól. Közben *Tony* – a zenész munkához látott, és diszkrét aláfestő ze-



III. ker. Nánási út 67. Tel.: 250-4549
www.lidofitness.hu

AKCIÓS ÉVES BÉRLET VÁLHATÓ JANUÁR 2-IG!

Aerobik: 85.000,-Ft, Kombinált: 89.000,-Ft

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

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



nét játszott a vendégek beszélgetéséhez. Kisebbségi társaságok alakultak ki, sokan régi ismerősként üdvözölték egymást, míg mások épp a beszélgetés közben találtak érdekes ismerősre. Vacsora előtt *Johnny* köszöntötte a vendégeket, és megnyitóként a közönséggel együtt elénekelték a – már egyesületi himnusként funkcionáló – Duna-dalt. *Fehér Ágnes* az egyesület ügyvezetője vendéglátó házigazdaként üdvözölte a jelenlévőket. *György Orsi* hástáncbemutatóját követően vacsorához látott a vendégsereg. *Tony* zenéjével parkettra csábította a közönséget, csak addig pihent meg, míg a tombola ajándékok gazdára találtak. Hajnali fél kettőig tartott a vigasság, és sokan távoztak úgy, hogy várják a következőt. Az egyesületen nem múlik,

de a rendezvény sikeréhez kellett a támogatók, akik az ajándékokat felajánlották: a *Törley pezsgőgyár*, *Gabriel Szépségstúdió*, *Orbáné Pápai Ági*, *Opel Gombos*, *Ezermester újság*, *Czinél cukrászda*, *Római Virág-Ajándék*, *Nívó Ingatlan* és *Közért* és a *Római Parti Hírek*. Ezen túl köszönet illeti a *Budapest Beach Hotel* menedzsmentjét, akik a rendezvény helyszínét biztosították.



„Akkor varázslatos volt a karácsony...”

Karácsony előtti beszélgetés Tarlós Istvánnal

Sokszor felbukkan mostanában a televízió képernyőn, a különböző politikai tartalmú sajtótermékek hasábjain ismerhetjük meg a főváros mindennapjait érintő kérdésekben a véleményét. Mint a fővárosi Fidesz frakció vezetője szerepel az elmúlt bő két év óta, de mi óbudaiak, III. kerületiek leginkább polgármesterként ismerjük. Tizenhat éven át irányította a kerületi képviselő testület munkáját, szervezte a hivatali életét. Sikerének titka a megegyezés volt, ami egyben az ésszerű döntések alapját is jelentette. Miért nem működik ez a fővárosban? Ezen gondolkodom miközben Tarlós István hivatali irodájába igyekszem egy kis karácsony előtti beszélgetésre. Tudtam, hogy az iménti kérdésre sokféle válasz született már, de most ebből csak annyi érdekelt, hogy hogyan lehet – akár csak lélekben is – felkészülni karácsonyra a „lővészárokban”.

– Sokat küzd mostanában: érvel, rávilágít, megmutat. Ugyanakkor el kell viselnie rágalmakat, támadásokat. A politikai adok-kapok kellős közepében mennyi ideje jut az adventi feltöltézésre, az ünnepvárásra?

– Ahhoz képest, ahogy gyerekkoromban, diákkorban vártam ezt az ünnepet, most már hosszú évek óta úgy vagyok vele, hogy egyszer csak észre veszem, hogy eljött. A család készül rá, a gyerekeim, az unokáim – épp ezekben a percekben, órákban születik meg a harmadik unokám. Őszintén bevallom, már nem olyan számomra ez az ünnep, mint diákkorban, pláne gyerekkorban. Akkor varázslatos volt a karácsony, nem csak az ajándékok miatt, hanem a készülő sütemények illatától kezdve a misztikumig. Minden átfutott rajtam már hetekkel korábban. Hiányzik ez az érzés. Az emlékek élnek bennem, hívő emberként, amikor eljön a nap, akkor még átérzem az ünnep lényegét, a családi összetartozás élményét, de a felkészülési időszakát már nem tudom abban a formában megélni, ahogy ez korábban volt.

– Ha okokat kellene felsorakoztatni, hol kezdene?

– Időhiány – mondanám, de igazából az a baj, hogy ennek a politikusi létnek meg van az a háttulütője, hogy bizonyos szempontból az ember megkérgesedik. Tényleg csak a legmeghittebb pillanatokban képes az ember feleleveníteni azokat az érzéseket, amik igazán magukkal ragadták korábban. És emlékezni nem felejt el, de az átélés időintervalluma nagyon beszűkül. Van egy olyan időszak, amit soha nem szerettem, ez a karácsony és szilveszter közötti néhány nap. Azokkal egész egyszerűen soha nem tudtam mit kezdeni.

– Vendéglátás divat a családban?

– December 26., karácsony másnapja mindig nagy nap volt nálunk, mert az apám is, én is az első keresztény vértanúról kaptuk a nevünket, így ilyenkor ültük az István napot. Amíg édesapám élt – nem olyan rég hagyott itt minket – és édesanyám is jobb erőben volt, még annak a napnak is megvolt a varázsa. Mióta apám nincs közöttünk, azóta valahogy az is elhalványult. Sokkal inkább a gyerekeké, az unokáké ez a néhány nap.

– Az ünnepi asztal örömei hozzátartoznak a karácsonyhoz, annál is inkább, mert körül lehet ülni? Hol terítik a nagy ünnepi asztalt?

– Korábban főleg anyámnál, kicsit anyósomnál... az idő múlására emlékeztem, hogy most már évek óta nálunk. Minden megváltozik, tudomásul kell venni az idő múlását. Ami fontos, hogy sikerült a gyerekeimbe átörökíteni ennek az ünnepnek a családi hagyományait. Azt remélem, hogy ők, ahogy én egykor át tudtam élni ezeknek a napoknak, heteknek a hangulatát, ugyanúgy képesek most erre. A legkisebbek nagy varázslata a karácsony. Az még mosolyt csal az ember arcára, és simogatja a lelkét, amikor a legapróbbak, az unokák áhítattal és olyan misztikus várakozással vannak a nap iránt.

– Hány évesek az unokák?

– A nagyobbik már iskolás 7 éves, a kisebbik meg 5 éves lesz, a legkisebb meg... bármikor megszülehet.

– Igazi családi karácsonyi ajándék. És ki a Jézuska családi segítője?

– Az ajándék kérdés abszolút a feleségem hátsóköré és joga.

– Fenyővásárlás?

– Bevallom, hogy néhány éve már műfenyőnk van. Ebben nem csak a környezettudatos megfontolás játszik szerepet, hanem a praktikum is. Ami nem változott, hogy szenteste, még mindig a Biblia az, amit előveszek, és valamit elolvasok belőle. Ilyenkor különösen felerősödik a gondolat: kell hogy legyen folytatás, mert ha nincs, akkor voltaképp hiábavaló minden, a küszködés, akkor értelmetlen az emberi lét, akkor mindegy, jók vagyunk-e, vagy rosszak.

– Ön már ajándékozott valamit, mégpedig egy könyvet a budapestieknek, a gondolkodó embereknek... Vendéglátás Budapesten a címe. Egy interjúkötet – gondolatébresztő beszélgetések 27 teljesen különböző rendű, rangú, vallású és gondolkodású emberrel. Hogy született az ötlet?

– Nem az én ötletem volt, a kiadóé, de nagyon élveztem.



– Hogyan készültek az anyagok ehhez a könyvhöz? Jöttek-mentek a vendégek?

– Részben ebben a szobában, részben a beszélgetőpartnerek hivatalában, vagy az otthonában. Azért élveztem, mert kevés benne a politika, inkább csak várospolitikai, ami az én szememben nem igazi politika, inkább szolgáltatás, közéleti kérdés a mindennapok problémáihoz. Azokat a beszélgetéseket élveztem, ahol ki lehetett tárulkoznia kicsit magánemberként is, ami egy politikus számára ritkán adatik meg. Lehetett emlékezni a régi idők moziójára, akár sportról akár zenéről, akár irodalomról, vagy kicsit filozófiába hajló értékrendi fogalmakról volt szó, mint demokrácia, szabadság, jog, kötelesség. Ezek nagyon-nagyon kellemes beszélgetések voltak számomra, mert ki lehetett lépni a politikai terminológia sokszor bántó keretei közül. Ezért élveztem mind a 27 beszélgetést, a partnerek közt voltak olyanok, akikkel hasonló, vagy azonos értékrendet vallok, voltak olyanok, akik egészen mást gondoltak.

– Hogy fogadták a megkeresést, a felkérést a beszélgetőpartnerek?

– Részben a kiadó találta meg őket, részben én választottam ki. Senki nem volt, aki elzárkózott volna. Meglepetést inkább azoknak okoztam, akiknek csak meséltem arról kik szerepelnek a kötetben. többek között beszélgetek Kovács Zoltánnal, Pápa fideszes polgármesterével, Molnár Gyulával, Újbuda szocialista polgármesterével, Bóhm András SZDSZ-es várospolitikussal, Havas Henrik riporterrel, Albert Flórián aranylabdás focistával, Gerendai Károllyal, a Sziget főszervezőjével, Demján Sándor és Széles Gábor üzletemberekkel, Csányi Sándorral, az OTP vezérigazgatójával, valamint Köves Slomóval, az Egységes Magyarországi Izraelita Hitközség vezető rabbijával is, és még sorolhat-

nám. Annak örülök, hogy nem a politikai értékrend alapján fajsúlyos ez a könyv, inkább azokkal szerepelnek együtt, akiket akkor is elfogadok, ha másképpen gondolkodnak, mint én. Havas Henriken sokan meglepődtek, kevesen tudják, hogy óbudai polgármesterségem első ciklusában másfél évig a sajtófőnököm volt.

– Technikailag hogy készültek a beszélgetésből, hogyan született a könyv?

– Fölvette a moderátor magnóra a beszélgetéseket, aztán összeszerkesztették, majd minden partner meghallgathatta, elolvashatta, elmondhatta, hogy mi az, amit nem szeretne, ha benn maradna.

– Első könyves szerző?

– Nem egészen. Az elmúlt évben megjelent rólam egy könyv, de az inkább amolyan életrajzi könyvecske. A kiadó már újra megkeresett, hogy Napló címmel 2010-re egy ennél is nagyobb könyv jelenjék meg. Az első része a 16 év óbudai polgármesterség története lenne, a második fejezet pedig a 2006-os főpolgármester választás és a négy ellenzéki év, illetve a felkészülés 2010-re. Ez egy nagyobb lélegzetvételű dolog, és ráadásul még segítő beszélgetőpartnereim sem lesznek, még nem minden részlet tisztázott, de hamarosan munkához látunk a szerkesztővel.

– Mit üzen az óbudaiaknak, a Római Parti Hírek olvasóinak így karácsony tájékán?

– Óbuda mindig különleges helyet foglal el az életemben, nem csak a tizenhat év polgármesterség miatt, hanem azért is, mert ott születtem, most is ott élek, és politikai pályafutásomtól függetlenül – ott is maradok. Ezért is minden óbudainak békés, boldog karácsonyt és egy sokkal szebb jövőt kívánok.

fehér

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

ALAP SZAMÍTÁSTECHNIKAI 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

HIRDESSZEN A RÓMAI PARTI HÍREKBE!

Tel.: 240-3048



SULI HÍREK



KEVE

Nálunk járt a Mikulás

Újra bekopogott hozzánk a Mikulás!!!

A felsősök kis műsorral köszöntötték, majd Ő – krampuszai segítségével – minden alsós kisdíáknak egy kis édességgel kedveskedett. Mivel hozzánk csak csupa jó gyerek jár, bizony több puttonyi csoki talált gazdára.

Kézműves

karácsonyváró

Immár hagyományosan rendeztük meg karácsonyváró kézműves foglalkozásunkat a két tagiskola negyedikesének. A kellemes hangulatban gyorsan készültek a csodaszép koszorúk, gyöngygyangalkák, karácsonyfás hajtogatott képeslapok, kis terítők.



BÁRCZI – ADVENTI KÉSZÜLŐDÉS

Az ünneplés első mozzanata az adventi koszorú első gyertyájának meggyújtásával kezdődött december 1-jén. A Bárczi-



ban december 5-én ellátogatott a Mikulás, sok-sok örömet szerezve a diákoknak. A gyerekek már lelkesen készülnek a Karácsonyra. Iskolánk számára ezt a tette lehetővé, hogy Óbuda-Békásmegyer Önkormányzata karácsonyi pályázatán iskolánk 300 000 Ft-ot nyert. Iskolánk diákjai különböző tevékenységi formák keretében készíthették el ajándékaikat. A klubfoglalkozáson gipszet önthettek, gipszfigurát festhettek, üvegfestésben vehettek részt, dekopázs technikával képet készíthettek, karácsonyi csillagot hajtogathattak és karácsonyi képeslapot ragaszthattak. December második hetétől karácsonyi készülődés van az alsó tagozatban is.

A hagyományos Luca-napi vásárt december 12-én, pénteken tartják, ahol a gyerekek saját maguk árusítják az általuk hozott, vagy készített kis tárgyaikat, játékaikat. 2008 utolsó hete a harmadik gyertya meggyújtásával kezdődik az adventi koszorún. A szünet előtti utolsó napon tanítványaink meghitt ünnep keretében búcsúznak el egymástól és az iskolától az újévig. Az iskolai szintű ünnepélyen a felsősök a színjátszó szakkör „Pásztorjáték” című műsorával szerepelnek. Az alsó tagozatosok több osztály bevonásával állítják össze műsorukat (színdarab, ének, tánc, furulya), így teszik emlékezetessé a Karácsonyt a meghívott óvodásoknak, szülőknek, iskolatársaknak. Az ünnepi műsor után az óvodásoknak kis ajándékokkal kedveskednek diákjaink.



kat (színdarab, ének, tánc, furulya), így teszik emlékezetessé a Karácsonyt a meghívott óvodásoknak, szülőknek, iskolatársaknak. Az ünnepi műsor után az óvodásoknak kis ajándékokkal kedveskednek diákjaink.

Egy kis szórakoztató hétvégi olvasmány

a művészetek kedvelőinek:

Eurázsiai művészetek füzetek – Szerkeszti: Bérczi Szaniszló

Kazettás mennyezetek

Ismeretterjesztő kifestő gyermeknek és szüleiknek

A reformáció sok mindenben az ősi egyszerűséget hozta vissza a kereszténységbe. A templomok falát lemeszelték, egyszerűsödött a templomok belső bútorgazdagsága is. Központi szerepet kapott az igehirdetés helye, a szószék, és az Úrvacsora kiosztásának helye, az Úrasztala. Az ünnep azonban mindig megkövetelte azt, hogy különös gondossággal alakítsa ki a közösség, akár az egyszerű helyszíneket is. A templom mindig a közösség találkozásának a legfontosabb helyszíne volt. Ezért a reformáció korában fölvirágzott reneszánsz művészet fokozatosan helyet kapott a díszekben leegyszerűsödött református templomokban. Fokozatosan jelent meg például a fatábla festészet, mely a karzat mellvédlapjait és a mennyezet kazettáit díszítette képekkel. Itáliában nemcsak a fejedelmeknek, a gazdag kereskedőknek és más polgároknak a lakóhelyét, hanem a társadalmi szervezetek épületeinek (város-háza, posztócsarnok, s sok más építészeti alkotásnak) a díszítését formálta a korabeli reneszánsz művészet. Magyarországon, a három részre szakadt országban, inkább csak a fejedelmi udvar győzte a művészet pártolását. A templomi művészet azonban, bár fogadott be mintákat a főúri-fejedelmi alkotásokból, szorosan összefonódott a népművészettel is. Míg a népművészet egyszerűségében is gazdag díszítés-, forma- és gondolatvilága az ol-

tárkendők, a ruházat és a díszítőművészet más szinterei (pl. falfestészet ismét) számára adta a legtöbbet, a legismertebb – mert egykor a leginkább elterjedt – református művészeti alkotás a festett kazettás mennyezet lett. A festett kazettás mennyezetek eredeti forrásának az itáliai reneszánsz táblafestészet tekintik. Az építészeti forma Itáliából közvetített fejedelmi építészeti megoldása mellett maga a mintakincs sokat őriz a magyar népművészeti hagyományból is. A kazettás mennyezetek ma is látható gazdag motívumkincse szorosan egybefonódik más népművészeti alkotások díszítő kincsével. Egyes nővény díszítőmotívumok is lehetnek ugyan itáliai eredetűek, ez azonban megihlette a hazai asztalos mestereket, akik e templomkazettákat kifestették. Ez az ösztönöző hatás csak a gazdag hazai népművészettel együtt alakíthatta ki azt a formai nyelvet, amit ma ugyanúgy sorolhatunk művészeti korszaknak a hazai templom-művészetben, mint néhány évszázaddal korábban a Szent László legenda falfestészetét megtermékenyítő korszakát. A magyarországi népek mindig őriztek hagyományokat az eurázsiai műveltségéből. A beszélt nyelvben élő régiségekre bizonyították ezt a máig való továbbélést Erdélyi Zsuzsa vagy Kallós Zoltán népi imádság gyűjtései, vagy a századelőn Kodály és Bartók népdalgyűjtései. Ugyanígy képzelhetjük el ezt a régi korokban is, és a műveltségnek és a művészeti alkotásoknak más területein is. Az eurázsiai művészetnek egy korábbi magas-

művészeti ága volt a Közép Ázsiából (régészeti feltárásokból) ma már jól ismert freskófestészet (Afrasiab, Pendzsikent). Valamilyen formában ez tért vissza, elevenedett meg és kapott újra helyet templomainkban a Szent László legendával. Ennek révén jelölhet ma korszakot a romanika templomi művészetében a Szent László legendával díszített templomok freskófestészete. S a Szent László legendához hasonlóan vált a templomi művészet ösztönzőjévé a reneszánsz művészet néhány alkotási formája is: esetünkben a kazettás mennyezet. Ahogyan kissé korábban a román kori építészetben gyakori íves árkádor volt a megtermékenyítője a népi művészeti képzeletnek, s lett a reneszánsz korban ismét megerősítve, mert a reneszánsz árkádor szintén kedvelt építészeti forma volt. Igen szép példáit találjuk a magyarországi kazettás mennyezeteknek a Felső Tisza vidékén, Somogyban és Baranyában a Dráva mentén, Heves, Gömör, Borsod, Zemplén megye területén, de végig az egész Felvidéken és különösen gazdagon Erdélyben. Az erdélyiek közül a két legrégebbi az adamosi és a gogánváraljai festett kazettás famennyezet. A Felső Tisza vidékéről Gyügye és Csengersima templomaiból, s Erdélyből Tancs, Okland és Gelence templomaiból mutatunk be példákat kifestőnkben. Ahogyan tehát az árkádor tornácort kiválasztotta a népi művészeti képzelet s magáénak érezve alkalmazta évszázadokon át, úgy vá-

lasztotta kedves alkotási formává a festett mennyezetkazettákat néhány évszázaddal később. Reméljük, hogy az Eurázsiai Művészetek kifestőkönyv sorozatnak ezt az új darabját is szeretettel fogadják az olvasók. A népművészeti motívumok sokak szívéhez közel állnak. Kifestésükhöz, vagy akár csak nézegetésükhöz is jó szórakozást kívánunk!

Bérczi Szaniszló, Bérczi Zsófia,
Bérczi Katalin



A füzet első borítója



A füzet hátsó borítója



Állatorvosi rovat

Szerkesztő: Dr. Varga József



eredménytől függően folytatjuk az eb egész élete során.

Az emlődaganatok főleg a tüdőbe, ritkábban a májba tesznek áttétet. Így belátható, hogyha az áttétképződés megtörtént, akkor a daganatos kutyák nagy valószínűséggel menthetetlen. A korábban operált betegek rendszeres utóvizsgálatai - tüdőrontgen, ultrahangos vizsgálat és természetesen részletes fizikális vizsgálat - során derül ki, hogy nincs kiújulás vagy későbbi áttétképződés.

Az emlődaganatok elkerülése szempontjából az ivartalanítás ideje a szuka első tüzelése után közvetlenül javasolt. Ha tenyésztő szukánk van, akkor a tenézszi időszak lezárultával ivartalaníttassuk szukáinkat. Az teljesen hibás nézet, hogy azok a szukák nem fognak emlődaganatot, vagy gennyes méhgyulladást kapni, amelyek korábban egyszer vagy többször kiskutyákat hoztak a világra.

A gennyes méhgyulladás főleg idősödő (hét év feletti) szukák megbetegedése. A méh normál esetben ceruza vastagságú képlet. A gennyes méhgyulladás során ez hurka vastagságúra is megduzzadhat az üregében felhalmozódott genny miatt. Belátható, hogy nem megfelelően kezelve az állatot, ez a genny a méh falán áttörve, halálos hasártyagyulladásra vezethet. A megfelelő orvosi beavatkozás ilyenkor minden esetben a gennyes méh a petefészekkel együtt történő eltávolítása. Némely esetben próbálkoznak a méh megmentésével meggyógyítani a gennyes méhgyulladást. Ezeket a módszereket főleg a nagy tenyésztéskű szukákon alkalmazzák. Személyes tapasztalatunk kifejezetten rossz az ilyen módszerekkel kapcsolatban: véleményünk szerint ezekkel a módszerekkel a szukák életét kockáztatjuk a tenézsziérték megtartása miatt.

A szukánkon bármikor alkalmazott női nemi hormonkészítmények, mint pl.: magzatelhajtók, igen erőteljesen növelik az emlődaganatok és a gennyes méhgyulladás kialakulásának valószínűségét. Ezek miatt rendelünkben nem adjuk be ezeket a hormonkészítményeket. Nem kívánt termékenyülés esetén opcióit ajánlunk. Vagy azonnal ivartalaníttassza a vemhes szukát, de ha mégis kölyköket szeretne később egy tervezett fedeztetésből, akkor a nem kívánt vemhet szülje meg a kutyát.

Az idősödő szukák Chushing-betegségéért, cukorbetegségéért és egyéb hormonális defektusaiért is gyakran a női nemi hormonok túltengése okozható. Az ivartalanított szukák csak a nem megfelelő táplálás esetén híznak meg. Az ivartalanítás után a szukák nagyobb valószínűséggel lehetnek idős korban bevizezők. Ezt az állapotot jól gyógykezelve teljesen meg lehet szüntetni. E két defektuson kívül más káros következmény nem sokott előfordulni az ivartalanítás után. Természetesen ez csak akkor igaz, ha a sebészi beavatkozás korrektül, a szakma minden szabályát betartva történik. Rendelünkben számos olyan biztonsági intézkedést hajtunk végre az ivartalanítás elvégzése során (pl.: többszöri ultrahangos ellenőrzés, gépi, monitorozott altatás, kiemelt minőségű felszívódó varrónalnak alkalmazása), amelyek elősegítik a műtét szövődmények megelőzését.

Azt azonban le kell szögeznünk, hogy a szukák ivartalanítása nagy hasúri beavatkozásnak számít, és nem szakszerű elvégzése során szövődmények következhetnek be. Nézetünk szerint rutinműtét nincs!

Dr. Varga József

Kérjük, támogassa az Elveszett Állatok Alapítványt!

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

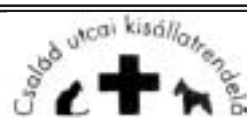
Amennyiben adománnyal járulna hozzá munkánkhoz:

Bankszámlaszám:

CIB 11102209-18113633-10000001

Segítségét előre is köszönjük!

Az Alapítvány kuratóriuma



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
TEREPOVAGLÁSOK
ideális helyszíne.



Tel.: 06-30-951-4577

„Kisközösség” Alapítvány

0vi



**TÉLEN, NYÁRON
ÓVODÁMBA
VÁROM!**



**Gyermekfelügyelet
Rómaifürdőn**



Tel.: 240-1550 • www.ttg.hu/emodovi



Csillaghegyen 2 lakásos, külön-külön utcai bejáratú
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!
KIRÁLY KONTIR Bt. Tel.: 06-20-537-8444

USZODATECHNIKA
Telepítés, karbantartás, téliesítés, szervizelés
Tel.: 06-70-318-3121

Egyénre szabott kismama torna, gyógytorna
& relaxáló, gyógyító masszázs

csendes lakókörnyezetben, vagy házhöz megyek!

BEJELENTKEZÉS:

70/325-5761 • adrispirit@yahoo.com

Horváth Adrienn Dóra

okl. gyógytornász, sp. tanácsadó



GABRIEL STÚDIÓBA
vendégkörrel rendelkező FODRÁSZT keresünk
kedvező feltételekkel!
Tel.: 06-30-560-4507

Gézengúz Alapítvány
RECEPCIÓS munkatársat keres!

A Gézengúz Alapítvány a Születési Károsult csecsemők és kisgyermek-
ek korai sokrétű egészségügyi ellátásával és rehabilitációjával foglal-
kozó III. kerületi székhelyű civil szervezet. Az Alapítvány recepciós és
asszisztensi munkakör betöltésére, egészségügyi végzettséggel rendel-
kező munkatársat keres napi 8 órás munkaidőben.

A JELENTKEZÉSEKET AZ ALÁBBI ELÉRHETŐSÉGEKEN VÁRJUK:

e-mail: gezenguz@gezenguz.hu,

tel: 243-85-95, 06/26-546-327. Hadobás Judit.

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



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.

Több mint 900 budapesti
és Budapest környéki ingatlanból álló
adatbázissal, kiterjedt ügyfélkörrel
várjuk Önöket és a legoptimálisabb lakáshitelek
kiválasztásában is számíthat ránk.

- 3%-os közvetítési díj
- ingyenes ingatlan-nyilvántartásba vétel és tanácsadás
- nem kizárólagos megbízási szerződés
- kedvezményes, 0,5%-os ügyvédi munkadíj

Telefonszámunk:

240-8388

Címünk:

**1039 Bp.
Attila u. 86.**

E-mail: info@nivosingatlaniroda.hu



www.nivosingatlaniroda.hu

**Ha ingatlant eladna/venne vagy kiadna/bérelne
forduljon hozzánk bizalommal!**



**Kellemes Karácsonyi
ünnepeket kíván
a Csillagvár
Bevásárlóközpont!**



CSILLAG VÁR
BEVÁSÁRLÓKÖZPONT

1039 Budapest, Rákóczi utca 36.
Telefon: 250 8600 www.csillagvar.com



AQUAMARINA

Aquamarina Hotel ** és Rendezvényhajó**
Töltse egy történelmi hajón az év utolsó napját!

Szeretettel várunk mindenkit szállodahajónk fergeteges Szilveszteri bulijára, ahol a jó zenétől a Jam Zenekar (www.jamzenekar.hu) gondoskodik.
Tombola, tűzijáték, jó hangulat és ínycsiklandó finom galavacsora várja Önöket:

Fogadó ital: Hűlő ásványvíz
Levesek: Orkneyes, Tokai borleves
Főételek: Kemencében sült Csabai bárányborda, Vörös hús/májos húska, Repogós sült kényszermagos okkalas, Mátrai borleves, Csabai karaj, Kolosvéri töltött káposzta.
Köret: Hagymás póréburgonya, Pörögő párizsi káposzta, Grillezéspek, Gombóc rás, Burgonyafánk, Vacsori házi sütemények.
Desszert: Sajtmaci vegyes rétes endei gyümölcsös öntettel.
Éjszakai: Tűzijáték, Pohár pezsgő, Juhékos sült virsli friss tormával és mustárral.
Korlátozott italforgalmazás (hajónál 3 óráig): Sör, vörös és fehér bor, ásványvíz, savas és rostos italok, kávé, tea, boba.
Tombolán értékes nyereményeket és ajándékokat sorsolunk ki!
Program kezdete: 20:00
Vacsora 21:00 óráig
Tánc és mulatóg egyben hajónál.
Ár: 15.500,- Ft/fő
Gyermekek részére (12 éves korig) 50% kedvezményt biztosítunk!

Asztalfoglalás,
valamint további kérdések, kérések esetén kérjük,
hívják a 1/240 82 88, 240 3597, Fax: 240 7887,
e-mail: info@aquamarinahotel.hu www.aquamarinahotel.hu

A hajó egész személyzete nevében mindenkinek Boldog és Békés Karácsonyt, valamint sikereiben gazdag Új Esztendőt kívánunk!

Gabriel Stúdió **Gabriel Stúdió** **Gabriel Stúdió**

FODRÁSZAT
Gyerek hajvágás: 1100 Ft
Férfi modern hajvágás: 1500 Ft
Női rövid hajszáritás: 1800 Ft
Női rövid hajberakás: 1800 Ft
Vágás-száritás (r. h.): 2800 Ft
Egésztest festés, vágás, száritás (rövid haj): 5500 Ft
Dauer, vágás, száritás: 5500 Ft (rövid haj)
Mellr, vágás, száritás: 6000 Ft (rövid haj)
ERIKA: 20-595-0253
ANTI: 70-621-3421
ANDI: 20-968-7026

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

PEDIKŰR-MANIKŰR
Gyógygpedikűr: 2500 Ft
Japánmanikűr: 2500 Ft
Műkörömépítés: 4900 Ft
Parafinos kézapolás: 1200 Ft
BÖBE: 30-246-0810

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

www.gabrielstudio.hu

AJÁNDÉKOZZA MEG SZERETTEIT UTALVÁNYAINKKAL!
BUDAPEST, 1039 POZSONYI U. 32. Üzlet telefon: 240-9271

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

CSOMAGTARTÓK
MINDEN TÍPUSÚ NYUGATI AUTÓRA IS

GOMBOS
CSOMAGTARTÓ SZERVIZ

Bp., XIII. Jász u. 62.
Tel.: 330-6395, 237-0890
Nyitva: H-P 9-16 óráig
Tekintse meg honlapunkat:
www.csomagtarto.com

KÍNÁLATUNKBÓL:

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

Használt csomagtartók visszavétele

GOMBOS-FÉLE TÍPUSCSOMAGTARTÓK

SPORTRUHÁZAT ZOZO SPORT

Kellene az Önnek is és jó egészséget kívánok minden kedves Vásárlómnak!

ZOZO SPORT
SZABADIDŐ ÉS SPORTRUHÁZAT
1039 BP, MÁTYÁS KIRÁLY ÚT 5.
CSILLAGHEGY HÉV MEGÁLLÓNÁL
MOBIL: 06-20-9552-564
NYITVA: H-P-IG 10-18 H-IG
SZOMBAT: 9-13 H-IG

KÖRNYEZETVÉDELME



AJÁNDÉKOK KARÁCSONYRA

Íme néhány praktikus, pénztárca- és környezetkímélő ajándékötlet karácsonyra

Ajándékozzuk saját időnket!

Ajándékozzunk időt, barátságot, saját szolgáltatást! Adhatunk például közös kirándulásra, teázásra, hátmasszírozásra, gyerekvigyázásra szóló, az ajándékozott által később beváltható „utalványt”.

Adjunk szolgáltatást ajándékba!

A szolgáltatások ajándékozásának számos környezeti és társadalmi előnye van: az elköltött pénz a helyi közösségnél marad, támogatjuk a helyi munkahelyeket, és hulladéktermelés is kevesebb.

- Hagyományos szolgáltatások: színház- vagy koncertjegy.
- Extrák: masszázs beutaló, szauna jegy, szövés-, gombafelismerés, gépírás vagy bármilyen más tanfolyam, mozibérlet, kávébérlet egy kávézóba, baba-mama zenei foglalkozás, múzeumi belépő, stb.

Ha ragaszkodunk a tárgyakhoz, tippjeink:

- Bio- vagy fair trade élelmiszerek, például bio csoki, fair trade kávé
- Természetes alapanyagú (pl. bio vagy BDIH minősített) kozmetikumok, pl. az első hazai biokozmetikum, a Biola (www.biola-naturcosmetics.com) termékei.
- Meszlényi Attila: A világvége illemtana c. könyve
- Hazai kézművesipari termékek

KÖNYVEK A POLCON ÉS AMI MÖGÖTTÜK VAN

A könyv klasszikus, szép, s persze gyakori karácsonyi ajándék. Azonban koránt sem mindegy, hol vásárolunk: vajon adunk-e túlélési esélyt a kis kiadók, könyvesboltok számára is, vagy egyszerűen csak gyorsan le akarjuk tudni a vásárlást, lehetőleg minél szélesebb, minél fényesebb kínálatból választani.

A karácsonyi statisztikák évről évre azt mutatják, hogy a könyv még mindig az egyik legnépszerűbb ajándék. Szinte nincs ember, aki vásárlóként ne ejtne útba egy könyvesboltot, hogy ott szerezz be a fa alá kerülő meglepetések egy részét. Erre legalmasabbnak az utóbbi években létesült hatalmas könyvúrházak, illetve a bevásárlóközpontokban található, nagy alapterületű üzletek tűnnek.

De vajon hány vevő tudja, milyen változásokat jeleznek ezek a boltok a könyvpiacra? Sejtik-e, hogy vásárlásaitikai kérdéssel állnak szembe, amikor eldöntik: az ajándékok utáni hajsza hevében beszédülnek az első könyvplázába vagy valamelyik hipermarket könyves részlegébe, hogy mindent egy füst alatt intézzenek el?

Hogy közelebb kerüljünk a válaszokhoz, nem árt, ha rendelkezünk némi ismerettel a hazai könyvpiac szereplőiről és viszonyairól.

Alexandra cégcsoport:

Európa Könyvkiadó, Noran Könyvkiadó, Cartaphilus Könyvkiadó, Geographia Kiadó, M-érték Kiadó, Ikar Kiadó (Euromedia Hungary), Panemex Kiadó

Az Alexandrával kizárólagos terjesztésre szerződött kiadók:

DFT-Hungária Könyv- és Társasjáték Kiadó, Fish Könyvkiadó, Gold Book Könyv-

kiadó, Harlequin Kiadó, J LX Könyvkiadó, Jokerex Kiadó, Maecenas, Norbi Update Worldwide, Opus Kiadó, Partvonal Könyvkiadó, Patricia Könyvek, Szamárfül Kiadó / Szoba Kiadó, Szukits Könyvkiadó, Victoria Kiadó

Líra csoport (Líra Könyv Zrt.):

Magvető Kiadó, Corvina Kiadó, Athenaeum Kiadó, Rózsavölgyi és Társa, Manó Könyvek, Lexikon Kiadó, Topográf Először is tudnunk kell, hogy a könyvek nagy része megjelenés után egy olyan terjesztői hálózatba kerül, amit ma három óriás (Alexandra, Líra és Lant, Libri) ural. Ezek a cégek az egész országot lefedő, kiterjedt bolthálózattal rendelkeznek, ráadásul az első kettő működteti a két meghatározó könyvnyagkereskedést is. Ők tartják fenn tehát az említett, nagy alapterületű üzleteket, és látják el a kisebb boltokat, viszonteladók is. Ez a monopolhelyzet a piac kisebb, függő helyzetben lévő résztvevőinek elnyomásához, kizsákmányolásához, és ellehetetlenítéséhez vezet.

Az utóbbi évek tendenciája azt mutatja, hogy a terjesztők – a plázákban fizetett, ha- vi 2-3 milliós bérleti díjakra hivatkozva – egyre nagyobb haszonnal hajlandók csak átvenni a kiadóktól a könyveket (az úgynevezett terjesztői jutalék ma a könyv árának 50%-a, ebből cirka 32-40% a kereskedői ár- rés, amit a viszonteladók, kisebb kereskedők kapnak). A hipermarketek esetében ez a szám még elborzasztóbb: meghaladhatja a 60%-ot.

Vagyis miközben a terjesztők leveszik a könyv fogyasztói árának 50-60%-át, az előállítónak, azaz a kiadónak a maradékból kell fedeznie mindent: a saját működését, a jogdíjakat, a szerzők, fordítók honoráriumát és a nyomdaköltségeket. Ráadásul mindez bizományos rendszerben történik: a kereskedők nem a könyvek leszállításakor, hanem utólag, a már eladott példányok után fizetnek.

A gyakorlatban ez azt jelenti, hogy hónapok, sőt évek telnek el, mire a kiadók, és rajtuk keresztül az amúgy is rosszul fizetett, kényszervállalkozóként dolgozó szerzők és fordítók a pénzükhöz jutnak. Ennek ellenére a legtöbben lenyelik a békát, mert tisztában vannak vele, hogy ha könyveik nem kerülnek be az egész országot uraló terjesztői rendszerbe, lehúzzák a rolót. Ahogyan Káráz Andor nemrég megjelent „Dőlnek a könyvhegyek” című írásában olvasható, a kiadókra és a szerzőkre irreálisan nagy terhet roví bizományos rendszer magyar sajátosság: nyugaton a könyvkereskedők átvételkor fizetnek, azzal a feltétellel, hogy a nyakukon ragadt példányokat utólag visszáruzzák a kiadó felé. Így végső soron ott is a könyv létrehozói felelnek az általuk megjelentett művek eladhatóságáért, csak épp nem kerülnek abba a helyzetbe, hogy a terjesztői lánc lassúsága miatt állandó likviditási problémákkal küszködjenek.

Tovább árnyalja a képet, hogy az Alexandra és a Líra saját kiadókkal is rendelkeznek; főleg az első folytat e téren agresszív terjeszkedő politikát. Sokan (pl. Cartaphilus, Európa), akik pár éve még függetlenek voltak, ma már hálózatok tagjaként működnek. Ezek után nem is csoda, hogy e cégek honlapján, hírleveleiben és könyvúrházzaiban minden más kiadó termékei háttérbe szorulnak.

A nagy terjesztővállalatok nem csak a független kiadókat, de a kisebb könyvesboltokat is – akarva-akaratlanul – ellehetetlenítik. Egy független budapesti üzlet tulajdonosának állítása szerint a sikerkönyveket rendszeresen visszatartják, nem adják tovább a viszonteladóknak, hogy a kelendő portékát saját boltjaikban értékesíthessék. Ezt egy kiadóvezető is alátámasztotta, aki elmesélte, hogy a felkapott címeket a hoppon maradt vevők és kiskereskedők sokszor a kiadókon kérik számon, mondván, mikor lesz már utánnyomás, közben az eladatlan példányok halmokban porosodnak valamelyik terjesztő raktáraiban.

Az inkorrekt piaci viselkedés csimboraszójának azonban talán azt a húzást nevezhetnénk, amivel a legnagyobb terjesztő (Alexandra) az összes többi résztvevőt (kiadók, viszonteladók, internetes áruházak) egyetlen huzárvágással iktatja ki a versenyből: az idén már kétszer is meghirdetett 40 %-os akciót, aminek során gyakorlatilag a teljes kereskedői árrést odaadja a vevőnek.

De hol a vége mindennek, és mi jelentene kiutat? Jelenleg a kiadók azt a stratégiát választják, hogy az irreális terjesztői jutalék egy részét lenyelik, a többit pedig beépítik a könyvek árába. Végső soron tehát a vevő fizeti meg a csillogó könyvpaloták árát, egyrészt az egekbe szökő árak, másrészt az egyre szűkülő piac és az ezzel párhuzamosan szűkülő, laposodó kínálat révén.

Mit tehet a vásárló?

Vásárlóként egy valamit azért tehetünk. A fentiekből kitűnik, hogy mind a kisebb kiadóknak, mind a vevőknek az a jó, ha a piac oszlik. Épp ezért, ha szeretjük egy kiadó könyveit, a legjobb, ha a terjesztőhálózatot megkerülve közvetlenül tőlük vásárolunk. A fővárosiak e téren előnyben vannak: sok kiadó saját boltot tart fenn, vagy a szerkesztőségben árulja kiadványait, és szinte mindegyik működött a honlapján webáruházat, ahol a kereskedelmi árnál 20-30%-kal olcsóbban kínálja könyveit. Tudatos – és a vidékiek számára is elérhető – választás lehet a kereskedelmi árnál szintén 20%-kal olcsóbb, jól kiépített és korrekt szállítási rendszerrel rendelkező Bookline is. Válasszuk a független, kis kiadók könyveit, például a következőket:

Atlantisz Kiadó, Cser Kiadó, Jósöveg Műhely, Kairosz Könyvkiadó, Kalligram Kiadó, Kvintesszencia Kiadó, Lunarimpex Kiadó, Nyitott Könyvműhely, Pont Kiadó, Tericum Kiadó, Ursus Libris, Vince Kiadó

PRAKTIKUS ÖTLETEK

Energiatakarékos fűtés

Ha 1°C-kal csökkentjük lakásunk hőmérsékletét, akkor a háztartásunk évente kb. 300 kilogrammal kevesebb szén-dioxidot bocsát ki.

Ha kb. 3°C-kal alacsonyabban tartjuk a hőmérsékletet éjszaka, vagy amikor nem tartózkodunk otthon, akkor évente kb. 440 kg CO₂-kibocsátást kerülhetünk el.

Nyílászáróink szigetelésével évente 140 kilogrammal kevesebb szén-dioxidot bocsátunk ki.

(Forrás:

<http://www.mycarbonfootprint.eu/hu>)

A háztartási energiafelhasználás kb. 70%-át a fűtés teszi ki, míg egy magyar állampolgár átlagosan 5,6 tonna szén-dioxidot bocsát ki egy évben. Az alábbi tanácsok segítségével nemcsak, hogy energiát és költségeket takaríthatunk meg, de csökkenthetjük háztartásunk szén-dioxid kibocsátását is.

Ne fűtsd túl a lakást! A nappali és dolgozószobát általában elegendő 20-21°C-ra felfűteni, éjszaka pedig 18°C körüli hőmérséklet is elég. Érdemes szem előtt tartanod a következőt: ha a szoba hőmérsékletét 1 fokkal csökkented, 5-6%-kal kevesebb energiát fogyasztasz. Tehát ha 25°C helyett 20°C-kal is megelégszel, kb. 30%-kal csökkented a fűtésre fordított energiafelhasználásodat, és az egészségedért is tétlél valamit, hiszen a túlfűtött lakás nem egészséges. Ha 1°C-kal csökkentet lakásod hőmérsékletét, akkor a háztartásod évente kb. 300 kilogrammal kevesebb szén-dioxidot bocsát ki.

Csak akkor fűtsd a szobákat, ha használod őket! Ha napközben hosszabb időre elmész otthonról, tekerd le a fűtést! A hálószobát, fürdőt és a vendégszobát sem feltétlenül szükséges mindig fűteni. Ha kb. 3°C-kal alacsonyabban tartod a hőmérsékletet lakásodban éjszaka, vagy amikor nem tartózkodsz otthon, akkor évente kb. 440 kg CO₂-kibocsátást kerülhetsz el.

Használj redőnyt és sötétítő függőnyt éjszaka! A nyílászárók hővesztesége igen jelentős, még dupla üvegezésű ablakokon is elszökhet a hő 25%-a. Ezt a hőveszteséget csökkentheted, ha leeresztet a redőnyt, és behúzd a sötétítőt, még mielőtt nagyon lehűlné a külső hőmérséklet. Vigyázz azonban, hogy a függöny ne takarja el a fűtőtestet, mert akkor a hőt kifelé tereli!

Szigeteld a nyílászárókat! A hő nemcsak az ablakfelületeken, hanem a tok mentén is elszökhet. Az ajtók, ablakok utólagos résszigetelése viszonylag olcsó megoldás, és általában saját kezűleg is elvégezhető. Egy jól kivitelezett, tartós szigetelés évi 15-20% körüli fűtési energia-megtakarítást eredményez. Nyílászáróid szigetelésével évente 140 kilogrammal kevesebb szén-dioxidot bocsátasz ki. Kedvező áron kölcsönözhet szigetelőgépet és vásárolhatsz szigetelőanyagot a Magyar Energia Brigádok csoportjainál! Bővebb információ: www.energiaklub.hu

Szellőztess naponta többször, de ne sokáig! Így a levegő kicserélődik, viszont nem hűl ki a lakás. Ha folyamatosan résnyire hagyott ablakkal szellőztetsz, miközben megy a fűtés, az utcát fűtöd a lakás helyett!

Ne zárd körül bútorokkal a fűtőtestet! Amellett, hogy így akadályozod a meleg levegő áramlását, bútoraidnak is árt. Párologtass! Ha a levegő páratartalma magasabb, az alacsonyabb hőmérsékletet is melegebbnek érezzük.

Hőtükör. A lakás hővesztesége és ezáltal fűtésszámla is csökkenthető, ha a fűtőtestek mögé hőtükört (vagy gyorssegélyként alufóliát) helyezel fel.

Karbantartás. A tisztán tartott fűtőfelületek nagyobb hatásfokot eredményeznek, ezért a kazánok és kályhák rendszeres tisztítása, karbantartása csökkenti energiafelhasználásunkat.

Forrás: 230° (Az Energia Klub hírlevele)

Szerkesztette: Szűcs Boglárka



Kerületi hírek



Adventi hírlevél

November 29-én hivatalosan is kezdetét vette az **Advent Óbudán** rendezvénysorozat.

Bár az égiek eleinte mostohán bántak a fellépőkkel és a Fő térre látogatókkal a csípős, hideg szél, és a havas eső sem tudta eltántorítani az embereket. **Bús Balázs** polgármester megnyitó beszédének idejére már zsúfolásig megtelt a tér, és az azt követő **Ghymes** koncert alatt valósággal felforrósodott a hangulat. A felnőttek a jól ismert dallamokat dudorászták, a gyerekek pedig duplán jól érezték magukat, mivel öt órától már a korcsolyapálya is üzemelt. A rendezők minden hétvégére hasonlóan nívós programokat ígérnek a terület polgárainak.

Kedves Óbudai Polgár!

Önnek mit jelent az a szó, hogy Karácsony? Nekünk a Szeretetet, egy olyan ünnepet, amikor önzetlenül mások felé fordulhatunk. Ne feledjük, hogy szeretni sokféleképpen lehet, de az igazi az, amikor nem csak gyermekeink, szüleink, rokonaink számítanak, hanem mások is, tágabb környezetünkben a rászorulóknak. Mi november 28. és december 20. között Rájuk gondolunk.

Ha Ön szívesen csatlakozna hozzánk, kérjük, látogasson el hétvégenként Óbuda Fő terén felállított Adományozó Pontunkhoz, és hozzon magával egy ajándékot, hogy örömet szerezzen vele egy gyermeknek! Várjuk sok szeretettel!

Az összegyűjtött adományokat **Bús Balázs**, Óbuda Békásmegyer polgármestere adja át a rászorulóknak, **december 20-án, 17 órakor, Szalóki Ági gyermekkoncertje** után.

Az adománygyűjtésben a **Magyar Máltai Szeretetszolgálat** nyújt segítséget. **Részletes információ: www.obuda.hu**

Decembri programok a 14. oldalon olvashatók.

Marad a csatorna bűz?

A Rómaifürdőn áthaladó főgyűjtőcsatornából áradó bűz évek óta megkeseríti a környéken lakók életét. A témával kapcsolatban október 27-én lakossági fórumon foglalkoztak az „illetékesek” – a Csatornázási Művek szakembere és a kerületi önkormányzat munkatársa.

A fórumot követően a civil összefogás szervezői három levelet küldtek el az érintetteknek.

1. levél – **Hagyó Miklós** főpolgármester helyettes, Főváros

A Fórumon elhangzottak is megerősítették azt a véleményyt, hogy a bűz megszüntetése a csatorna tulajdonosának, azaz a Fővárosi Önkormányzat felelőssége, illetve kompetenciája.

Kérjük Önöket, hogy a **bűz megszüntetése érdekében a szükséges intézkedéseket meghozni szíveskedjenek.** A tiltakozás dokumentumait és az aláírásokat a Lakossági Fórumon a megjelent önkormányzati képviselőnek átadtuk. Jelezni kívánjuk, hogy az érintett lakosságot december első felében újabb lakossági fórumon tájékoztatni szeretnénk Önök érdemi intézkedéseiről.

Ezen a fórumon a Fővárosi illetékesek részvételére feltétlen számítunk. A konkrét intézkedések birtokában a decemberi fórumra írásban meghívjuk Önöket.

Tértivevénnyel a levelet átvették: 2008. november 18.

2. levél – Közép Dunavölgyi Környezetvédelmi Felügyelet

Kedvezőtlen tapasztalatainkból kiindulva fordulunk Önökhöz. Korábban többen fordultak bűzzel kapcsolatos panaszokkal az illetékesekhez, ezekre adott válasz zömmel elhárító jellegű, legjobb esetben ígéret volt. Kérjük Önöket, hogy vizsgálják meg, fennáll-e a **környezetszennyezés ténye**. Levelünket kérjük, hogy az 1995. évi LIII. Törvény VIII. Fejezet 97.§ (2) pontja szerint **állampolgári bejelentésként kezeljék.** Kérjük továbbá annak vizsgálatát, hogy a főgyűjtő csatorna tervezése – megépítése – használatbavételkor érvényben lévő „A levegő védelmével kapcsolatos egyes szabályokról” 21/2001.(II.14.) Korm. Rendeletnek mennyiben felel meg a beruházás. Különös tekintettel annak 14. §-nak, mely szerint: „Bűzzel járó tevékenység során... meg kell akadályozni, hogy a **lakosságot zavaró bűz kerüljön a környezetbe.**” Reméljük, hogy az Önök állásfoglalása hozzásegíthet ahhoz, hogy 1000 nap után konkrét lépések történjenek a bűz megszüntetése érdekében. A lakosság türelme fogytán, többen jogi eljárás kezdeményezését mérlegelik. Álláspontunk szerint meg kell adni az illetékeseknek azt az utolsó lehetőséget, hogy hozzák meg a szükséges intézkedéseket és szüntessék meg a bűzt. Nyomatékkal hangsúlyozni kívánjuk, hogy a vizsgálatokból az ígéretekkel elégünk van, csak az írásban rögzített, egyeztetett, határidőkhöz kötött, a bűz megszüntetése

sét eredményező megoldást tartjuk elfogadhatónak. A lakosság számára a „minimalizált” bűz is elfogadhatatlan. *Tértivevénnyel a levelet átvették: 2008. november 18.*

3. levél – **Bús Balázs** polgármester

„Csalódottak vagyunk, mert nem kielégítő Óbuda-Békásmegyer Önkormányzat illetékesinek magatartása, passzívítása. Nem kielégítő az a védekezés, hogy ez a csatorna bűz a Főváros problémája. Mi a III. kerületben élünk és ezért a kerületünk önkormányzatától elvárjuk az aktív beavatkozást. A bűz megszüntetése nem a civil lakosság feladata. Jeleztük a problémát. Várjuk kerületünk intézkedését. Kizárt, hogy kerületünk eljárásba vonása nélkül építhették meg a csatornarendszert és helyezték üzembe. Kizárt, hogy nincs törvényes jogköre kerületünknek például az agglomerációs szennyvíz leeresztésnek megtiltásában. Kérjük Önt, hogy vizsgálják meg fennáll-e a **környezetszennyezés ténye**. Levelünket kérjük, hogy az 1995. évi LIII. Törvény VIII. fejezet 97.§ (2) pontja szerint **állampolgári bejelentésként kezeljék.** Amennyiben szükségesnek tartja a jegyzőt vonja be az eljárásba. Kérjük továbbá annak vizsgálatát, hogy a főgyűjtő csatorna tervezése – megépítése – használatbavételkor érvényben lévő „A levegő védelmével kapcsolatos egyes szabályokról” 21/2001.(II.14.) Korm. Rendeletnek mennyiben felel meg a beruházás. Különös tekintettel annak 14. §-nak, mely szerint: „Bűzzel járó tevékenység során... meg kell akadályozni, hogy a **lakosságot zavaró bűz kerüljön a környezetbe.**” Reméljük, hogy az Önök állásfoglalása és intézkedése hozzásegíthet ahhoz, hogy 1000 nap után konkrét lépések történjenek a bűz megszüntetése érdekében.

Tértivevénnyel a levelet átvették: 2008. november 21.

A levelekre visszajelzés még nem érkezett.

Török Ferenc képviselő úr az alábbi írásos üzenetet kapta a Fővárosi Csatornázási Művektől: „... ígéretünkhöz híven a frekvencia váltós* szivattyúüzem a Békásmegyeri Szivattyútelepen üzemel.” Megbeszélés volt a fővárosnál, ahol „... megállapodás született, hogy a **szippantós leürítés megszűnik Békásmegyeren. Ezt közgyűlési határozatnak** kell megerősítenie, de ez még nem történt meg.**”

Megjegyzések:

- December 11-én a csatorna mentén penetráns bűz terjedt. (ennyit a frekvenciaváltóról)*
- A fővárosi közgyűlés ** decemberi, januári napirendjén a leürítés megszüntetésére vonatkozó javaslat nem szerepel.

Rómaifürdő, 2008. december 12.

Ébert Ágoston

SZERÁJ HASTÁNCISKOLA

2008. december 6-án Budapesten került megrendezésre az Országos Hastáncverseny, mely szép sikereket hozott az iskolának, a legtöbb érmet ők vihették haza. Vezetőjük, **Zsigmond Mária** (Shira) a legjobb koreográfus díját kapta, elismerve ezzel kitűnő felkészítő munkáját. Tanítványai nem csak egyéni, csoportos, de gyermek kategóriában is a képzeletbeli dobogó legfelső fokára állhattak.

Nézzük az eredményeket:

Az egyéni kategóriát **Szolnok Andrea** nyerte, **Tóth Csilla** a második helyen végzett, **Pető Rebeka** a negyedik helyet szerezte meg.

Szenior kategóriában **Szegedi Piroska** negyedik lett.

Csoportos kategóriában a „Szerájos” lányok a **Smaragd fénye** című koreográfiával vívták ki a zsűri tetszését, melyet az első hellyel jutalmaztak, maguk mögé utasítva sok neves hastánciskolát.

A felnőttek mellett gyermek egyéni kategóriában is rendeztek versenyt, ahol a „kis Szerájos” **Kovács Renáta** nyakába került az aranyérem, bizonyítva ezzel, hogy az utánpótlás-képzés is fontos szerepet játszik az iskola életében. *Gratulálunk a kiváló eredményekhez!*

Ha kedvet érzel a hastánc alapjainak elsajátításához, JELENTKEZZ ISKOLÁNKBA, mely a Csillaghegyi Községi Házban működik.

Zsigmond Mária (Shira)
Tel.: 06-70-206-3300

2nd UNIT



Valószínűleg kevesen hallottak egyelőre a 2nd Unitről, arról a fiatal párosról, akik saját erejükkel létrehoztak egy csodálatos produkciót. **Szokolay Zsigmond** és **Horváth Dávid** nem mindennapi múlttal rendelkeznek és jövőjüket sem átlagosnak képzelik. Dávid válogatott tornász volt, míg Zsigmond artistaként próbált szerencsét. 2007-ben egy cirkuszban találkoztak, ahol egy közös számban szerepelve ismerték meg egymást. A csoport annyira tehetségesnek bizonyult, hogy 2008. januárjában, a magyar cirkusztörténelemben először megnyerték a Monte carló Arany Bohóc díjat.

A világot járva rengeteg tehetséges művésszel találkoztak, többek között Amsterdamban a híres Alexis Brothers-el, akik fergeteges előadásukkal már sok fiatal képzeletét indították be,

hogy ők is szerencsét próbáljanak. A 2nd Unit tagjainak is megtetszett a „show világa” és mivel tehetségük is engedte megteremtettek egy saját számot.

Rendszeres és kemény edzésben volt részük már a cirkuszban is, azonban azok a tornászmutatványok, amiket bemutatnak a lehető legpontosabb mozdulatokat, a legmegfelelőbb izmokat és óriási bizalmat kívánnak. Hónapokon keresztül, napi két hosszú és fáradtságos edzéssel sikerült az elképzelt produkciót tökéletesen kivitelezni. A kéz-a-kézben állás, az alsótámasz vagy a tarkónállás egy átlagember szemében hihetetlen emberi mutatvány-nak tűnik, de nem csak nekik, még a gyakorlott tornászok közül is kevesen képesek ezeket az elemeket bemutatni. Így tényleg rendkívüli, amit a 2Unit megvalósított, a precízió és a nyers erő fantasztikus kombinációja.

Eddig sajnos keveseknek adatott meg az a szerencse, hogy végignézzék a



műsort. Bár egyre több felkérést kapnak, mégis elég lehetőségük a tudásuk bemutatására, azonban aki szeretne, tájékozódhat a www.2ndunit.hu honlapon.

A XXI. században sem könnyebb a tehetséges fiataloknak megfelelő fórumot találniuk, ahol megismertethetik magukat a világgal. Dávid és Zsigmond előadása is egy különlegesség, amit ha sikerül, óriási közönség élvezhet és csodálhat.

Kotulics Mónika



Böbe recept-túrája KARÁCSONY

December piros betűs ünnepe láttán az emberek szíve is megnyílik, hiszen ez az Áldott Karácsony, a Szeretet ünnepe. A keresztény egyházban: Jézus Krisztus születése. A Karácsony előtt 4 hetes várakozási idő: az Advent. Ilyenkor már mindenki izgatottan készülődik, s azon töri a fejét, hogy kinek mivel tudna örömet szerezni. Van, aki vásárolja, van, aki saját maga készíti el ajándékait. Szenteste már minden fenyőfa díszbe öltözik, s a gyerekekkel együtt izgatottan várják a gyertyagyújtást. Megszólalnak a harangok, s a szobába lépve felcsendül a „Menyből az angyal”. Ezután boldog karácsonyt kívánnak egymásnak, átadják az ajándékokat. Végül az ünnepi asztalhoz ülve megkezdődik a finomságok elfogyasztása és a meghitt beszélgetések. Íme néhány recept...

Tárkonyos pulykaragu-leves

Hozzávalók: 40 dkg pulykamell-filé, 1 fej vörshagyma, kb. 1 dl olaj, só, bors, 1 csokor apróra vágott zöldpetrezselyem, tárkonylevél, 1 liter csontlé, 2-3 db sárgarépa, 2 db fehértúrka, 1 db zellergumó, 10 dkg gomba, liszt, 2 dl tejszín, 1 evőkanál tárkonyecet és néhány csepp citromlé.

A pulykahúst kockára vágjuk, a hagymát megtisztítjuk, finomra vágjuk, majd a fele olajon aranyárgára pirítjuk. Rátesszük a pulykahúst, sózzuk, borsozzuk, megsózzuk a vágott petrezselyemmel és tárkonylevéllel, kevés csontlével felengedjük. Közben megtisztítjuk a zöldséget, a zellert, a gombát, kockára vágjuk, és a húshoz adjuk. Lassan pároljuk, majd a csontlével felengedjük.

A maradék olajból a lisztet világos rántást készítünk, ezzel sűrítjük, tejszínnel dúsítjuk, ha kell, tovább fűszerezük: tárkonyecetrel és/vagy egy kevés citromlével. Forrón tálaljuk.

Karácsonyi borkrémléves

Hozzávalók: 4 db szegfűszeg, őrölt fahéj, 1/2 citrom, kb. 4 dl tokaji édes szamorodni, 12 dkg cukor, 8 db tojássárgája és 4 dl tejszín

8 dl vizet a szegfűszeggel, a fahéjjal és a citrommal ízesítve felforraljuk, majd hozzáöntjük a bort és beforraljuk. Négy tojássárgáját a cukorral habosra keverjük, a leveshez adjuk és állandó keverés közben még egyszer felforraljuk. A tűzről levesszük, és ugyancsak állandó keverés közben hozzáadjuk a 3 dl tejszínnel elkevert maradék tojássárgájakat. A kihűlt levest hűtőbe tesszük. Tálaláskor a maradék tejszínből vert tejszínhabbal díszítjük.

Mézes áfonyában pácolt sült oldalas

Hozzávalók: kb. 1,5 kg sovány sertés oldalas, grill-fűszerkeverék, mézes fűszerkeverék, bors

A páchoz: 3-4 evőkanál méz, 1 kis üveg áfonyalekvár, 2-3 evőkanál édes chili szósz, 1 kávéskanál szárazolaj, 2 gerezd fokhagyma, 2-3 evőkanál sötét szójaszósz, 2 evőkanál ketchup és kb. 1 dl olívaolaj.

Az oldalast lemoszuk, nagyobb darabokra vágjuk. A páclét elkészítjük a fenti hozzávalókkal. Vigyázat a sózással, mert a szójaszósz és a szárazolaj is sós. Ha csak felnőtteknek készítjük, akkor fele-fele arányban használhatunk édes és csípős chili szószot. A húst ebben a pácban tartjuk min. 1 napig, majd tepsibe borítva, alufóliával beborítva közepes hőmérsékleten puhára pároljuk. Néha megnézzük, hogy a hús kellően megpuhult-e, ha igen az utolsó 5-8 percben a fóliát levéve megsütjük. Párolt, petrezselymes rizs illik hozzá vagy burgonyapüré.

Narancsos, szegfűszeges pulykamellragu

Hozzávalók: 50 dkg pulykamell-filé, 1 dl narancslé, narancshéj, 1 evőkanál szójaszósz, 1 evőkanál liszt, só, borskeverék, őrölt gyömbér, őrölt szegfűszeg, rozsmaring, kevés olaj

A húst vágjuk kockákra, kevés olajban pirítsuk meg minden oldalról, pici vizet öntsünk alá, fűsze-

rezzük. Öntsük a húshoz a narancslét, szójaszószot. Egy kanál lisztet kevés vízzel, vagy narancslével csomómentesen elkeverünk, hozzáöntjük a puhára főtt húshoz, így finom szaftot kapunk.

Diós panírba bundázott hal, fekete-áfonya mártással

Hozzávalók: 4 közepes méretű filézett hal **A panírozáshoz:** liszt, 2 db tojás, 1 gerezd fokhagyma, 10 dkg dió /vagy deejó/ zsemlemorzsza, só és bors, végül kb.-8 evőkanál áfonyalekvár vagy dzsem, 1 citrom lereszelt héja, 1 evőkanál vaj vagy margarin és 3-4 dl friss tejszín.

A halat megsózzuk, megborsozzuk. A tojást habosra vejük, hozzáadjuk a zúzott fokhagymát és egy kis sót. A zsemlemorzsát összekeverjük a dióval vagy dejóval. A halat megforgatjuk a lisztben, tojásban és a zsemlemorzsában és közepesen forró olajban megsütjük. A mártáshoz a vajat vagy margarint felolvasztjuk, beleforgatjuk az áfonyalekvárt, dzsemet, megsózzuk a reszelt citrom héjával. Végül felöntjük egy kevéske lisztel elkevert tejszínnel, kiforraljuk, és már is tálalhatunk. Petrezselymes rizs illik hozzá.

Karácsonyi gyümölcskenyér

Hozzávalók: 15 dkg margarin, 28 dkg finomliszt, 9 db tojás, 2 citrom és narancs lereszelt héja, 28 dkg porcukor, 2-3 evőkanál rum /ha a gyerekek is esznek belőle akkor erős gyümölcsstea/ 10 dkg cukrozott gyümölcshéj, 10 dkg mazsola, 5 dkg margarin a forma kikenéséhez. **A máz:** 8-10 dkg cukrozott citrom vagy narancshéj, 1-2 evőkanál porcukor, 25 dkg nyers marcipán massa és 20-25 dkg citrom vagy narancs-dzsem

A mazsolát, a cukrozott citrom és narancshéjat rumba /vagy gyümölcs teaá áztassuk, fedjük le és min. 1 éjszakán át pihentessük. A margarint a porcukorral és a reszelt citrom és/vagy narancshéjjal felhabosítjuk, amiben a cukor fel tud oldódni. A szétválasztott tojások sárgáját egyenként hozzáadjuk és tovább habosítjuk. A lecsepegtetett mazsolát a cukrozott citrom- és narancshéjjal összekeverjük, hozzáadjuk a lisztet is. A tojásfehérjét a maradék porcukorral kemény habbá verjük, egyharmadát a margarinos tojáskrémhez adjuk. A többi felvert habot a lisztes, gyümölcsös, margarinos krémhez adjuk gyengéden összekeverjük. A tésztát margarinnal kikenet, lisztel megszórót – lehetőleg hasáb alakú – sütőformába öntjük, és előmelegített sütőben közepes hőmérsékleten kb. 170-180 C fokon megsütjük.

A citrom vagy narancs lekvárt simára keverjük és ezzel megkenjük a már kihűlt kalácsot. A nyers marcipán-masszát kevés porcukorral összegyúrjuk és két fólia-lap között kb. 3-4 mm vastagra kinyújtjuk és a kalácsot bevonjuk vele. Tetejét díszíthetjük különböző ehető színes marcipán virágokkal vagy kandírozott cseresznye vagy meggy szemekkel.

Remélem ebben a kis összeállításomban mindenki talál magának olyan finomságot, aminek elkészítésével sikerül majd elkápráztatni szeretteit. Nagyon Kellemes, Szeretetteljes Karácsonyi Ünnepeket és Boldog Új Esztendőt kíván: Böbe mama – amúgy Rómaifürdőről



cukrászda és kávéház

SZERETI ÖN AZ
ÉDESSÉGET?
rovatunk

Czinieł cukrászda és kávéház ajánlata:

Diós pite karácsonyra

A süteményhez porhanyós tésztát készítünk az alábbiak szerint:

8 dkg porcukrot, 16 dkg Rama margarint és 24 dkg lisztet, egy tojás sárgájával, fél dkg élesztőt, 1 kanál tejföllel, egy kevés vaníliás cukorral és egy fél citrom héjának reszelékével, csipet sóval tésztát készítünk. Amikor a tésztánk összeállt, fóliába csomagoljuk, és egy órára hűtőbe tesszük. Pihentetés után a tésztát kétfelé vesszük, az egyikből lapot nyújtunk, melyet egy alacsony peremű, lehetőleg teflon tepsire igazítunk, Megszurkálás után 180 C fokban fél óráig megsütjük.

Az alábbi töltelékét készítjük hozzá:

25 dkg darált diót, 14 dkg cukrot, 4 evőkanál tejjel, vaníliás cukorral, kevés citrom reszelékkel felfőzzük. Főzés után félretesszük, hogy kihűljön. 3 tojás fehérjét, 6 dkg cukorral kemény habbá verünk, közben előkészítünk 6 dkg darált kekszet. A dióba apránként belekeverjük a tojásfehérje habot és a darált kekszet.

A félíg kisült lapot 7 dkg baracklekvárral megkenjük, a töltelékét rásimítjuk, 5 dkg rumba áztatott mazsolával megsózzuk. Ezek után a tészta másik felét lappá nyújtjuk, és lefedjük vele a félíg kész süteményt. A tetejét tejföllel megkenjük, 180 fokban 20-25 perc alatt készre sütjük. Ha kihűlt, apró téglalapokat vágunk belőle, vaníliás cukorral meghintjük.

Jó étvágyat kívánunk a gyorsan elkészíthető süteményhez!



A TÖRLEY történet

A gyáralapító Törley József 1858-ban született Szabadkán. A grazi Kereskedelmi Akadémia elvégzése után a reimsi Teofil Roederernél, majd egy másik híres pezsgőgyárnál a Delbeck et Cie. cégnél dolgozik.

A pezsgőkészítés fortélyait megtanulva megalapította első saját gyárat a pezsgő őshazájában a franciaországi Champagne fővárosában Reimsben.

Később így nyilatkozott: „Évekkel ezelőtt azon célból utaztam ki Franciaországba, hogy ott a champagne-i bor készítését tanulmányozzam, s tapasztalatomat hazámba, Magyarországra visszatérve értékesítem.”

Törley József egyik alapbor beszerzői körútján jutott el Budafokra és felismerte a pezsgőgyártásra oly alkalmas adottságokat. A felismerést tett követelte, és 1882-ben Magyarországra telepítte reimsi gyárat. A „Törley József és Társa” céget 1882. augusztus 1-én jegyzik be a budapesti cégbíróságon. A termelés francia gépekkel és francia szakemberekkel rövidesen megindult. A gyártást társként a Reimsből Magyarországra csábított pezsgőmester Luis François irányította.

Törley József célja a francia pezsgő hazai egyeduralmának letörése volt, mivel ebben az időben a hangadó nemesség és a felső tízezer csak a francia pezsgőt fogadta el, ugyanakkor Párizsban Törley pezsgőt ittak.

1890-ben Törley József gyárat áthelyezte arra a területre, ahol ma is működik, az Anna utcába. Gyárat a legmodernebb gépekkel szerelte fel. Magyarországon elsőként vezette be a fagyasztásos seprőtelenítést. Elsőként ismerte fel a reklám fontosságát, piacbefolyásoló szerepét, melyet jól példáznak a korabeli plakátok, számológédek, menükártyák.

A Törley Pezsgőgyár 1890-ben már 300.000 palack pezsgőt készített. Törleynak ipari és közgazdasági munkásságának elismeréséül az 1896-os Millenniumi ünnepségek keretében Ferenc József osztrák császár és magyar Apostoli király magyar nemesi címet adományoz.

A gyár töretlen fejlődését támasztja alá, hogy 1905-ben az évi termelés már megközelíti az 1.000.000 palackot. A haladó szellemű iparos elsőként vásárol Magyarországon teherautókat az árú szállításhoz, alapító tagja a Királyi Magyar Autóklubnak.



A gyár fennállásának 25. évfordulóját nagy pompával ünnepelték meg. A jubileumi eseményt az alapító nem sokkal élte túl, 1907-ben a belgiumi Ostendében meghalt. Gyermekei nem lévén a gyárat Törley testvérei és azok fiai örökölték. A gyár az örökösök irányítása alatt tovább virágzott az 1910-es években a termelés már meghaladta az évi 2 millió palackot. A trianoni békeszerződést követően a forgalom jelentősen csökkent, mélypontját a nagy gazdasági

válság idején érte el. A 30-as években a pezsgők iránti kereslet újból növekedett és a második világháború alatt a forgalom elérte az 1 millió palackot évente. 1944 júliusában Csepel szőnyegbombázásakor találat érte az üzemet és a töltésre szánt bor elfolyt. A háború után a gyártás mindössze 4 fővel indult újra és a megmaradt készletekre szorítkozott. 1949-ben a gyárat államosították, a Törley lett az ország egyetlen pezsgőgyára. A gazdasági konszolidációval a gyár helyzete is javult, a növekvő kereslet kielégítésére 1963-ban a klasszikus gyártástechnológia mellé bevezetésre került a tartályban történő erjesztési mód. Az egyre növekvő kereslet és az exportlehetőségek arra ösztönözték a gyárat, hogy folyamatos bővítésekkel, a legkorszerűbb gépsorok megvásárlásával az 1980-as évek végére 30 millió palackos éves kapacitást alakítson ki.

... és napjainkban.

Az alapítása óta folyamatosan működő Törley Pezsgőgyár változatlanul megőrizte magyarországi piacvezető szerepét mintegy 33,5%-os (értékben - 2008 augusztus-szeptember – AC Nielsen) részesedéssel, a legszélesebb fogyasztói igényeket kielégítve, háromféle technológiával, teljes ízválasztékkal, a teljesen száraz brut-tól az édesig, az alacsonyabb árfekvéstől a magasabbig, évi 8 millió palackot állít elő.

Ma a teljes választékot 1 alkoholmentes, 8 tartályban érlelt minőségi pezsgő, 3féle palackban erjesztett és 1 eredeti klasszikus eljárással készült pezsgő adja.

A több mint 125 éve működő Pezsgőpincészet ma is magáénak vallja Törley József jelmondatát, „Tökéletlen portékát nem akarok adni a renomé miatt”



Életmód mozaik

Életmód és egészség

Az Európa szerte elterjedt rossz táplálkozási szokások, a stresszes, mozgásszegény életvitel következményeként, az egyre terjedő gyógyszerfogyasztással hazánk az unió élére tört. Szerencsére terjedőben vannak a természetes gyógymódok, így a kínai hagyományos orvoslás is, mely a mintegy ötezer éves tudás birtokában egyre népszerűbbé válik nem csak Európában, de a tengeren túl is.

A Hagományos Kínai Orvoslás a TCM (Traditional Chinese Medicine) alkalmazását, eszközeit, eredményeit 2003 óta már a Magyar Tudományos Akadémia is elfogadta. A hagyományos kínai gyógyászat célja a szervezet pozitív tényezőinek támogatása, a saját védekező rendszerünk erősítése, a betegségek megelőzése.

Felgyorsult életünkben ugyanis egyre kevesebb időt szánunk pihenésre, elegendő mozgásra, testedzésre, és nem utolsósorban a lelki egyensúlyunk megőrzésére. Pedig az egészségünk megőrzése, a betegségek megelőzése mindannyiunk saját felelőssége. A WHO – az Egészségügyi Világszervezet által közzétett javaslatokra nagyon ajánlatos odafigyelnünk. Ezek szerint az életminőségünk javításához, az egészségünk megőrzéséhez szükséges legfontosabb követelmények a következők:

Figyelnünk kell a táplálékaink tudatos megválasztására, az elegendő mozgás, testedzés rendszeresítésére, és legfőképp a lelki egyensúlyunk fenntartására. Az első két javaslat egy kis odafigyeléssel megoldható! Az utóbbi megvalósítása sokunknak okoz gondot, mert hajlamosak vagyunk elmerülni a mindennapi gondjaink, problémáink özönében. Meg kell tanulnunk elfogadni, együtt élni az adottságainkkal, a körülményeinkkel. Meg kell keresnünk azokat a lehetőségeket, melyek legalább apró örömmel szolgálhatnak lelki békénk érdekében, amely viszont az immunrendszerünk erősítését szolgálja. Tudnunk kell azt is, hogy a dohányzás, és a rendszeres alkoholfogyasztás sokat ront az immunháztartásunkon. A hagyományos kínai orvoslás ajánlata mindezek mellett a rendszeres gyógynövény és gyógyteák fogyasztása, melyekkel számos betegség kialakulása megelőzhető. Tudatosan figyelünk szükséges a betegségeket megelőző fáradtság, levertség, rossz közérzet tüneteire, melyek, ha állandósulnak, betegségforrássá válnak. Ilyenkor, de téli időben különösen fontos az elegendő vitamin bevitel, mely ha nem természetes alapú, úgy kevésbé hasznosul. Javasolt pl. a csipkebogyó kivonatát tartalmazó C vitamint fogyasztanunk nagy adagban, melynek az antioxidáns hatása sokszorosan felülmúlja a szintetikus készítmények hatását. Ne feledjük: a gyógynövények, a gyógyteák olyan természetes anyagokat tartalmaznak nagy mennyiségben, melyek segítik a természetes egészségi állapot fenntartását, vagy helyreállítását. A gyógynövények a lehető legkevesebb mellékhatással képesek helyreállítani a betegségek következtében fellépő megbomlott testi egyensúlyt. Ne feledjük: megelőzni sokkal egyszerűbb, mint helyreállítani.



Megéri kényeztetni a lábat

Ahhoz, hogy jól érezzük magunkat, elengedhetetlen, hogy lábunk megfelelő méretű, minőségű és formájú cipőben nyugodjon. Sok ember küzd fájó, érzékeny lábakkal, fejfájással, hátfájással – és talán nem is gondolnak arra, hogy ennek a nem megfelelő cipőviselés is lehet az oka. Magunk tesszük ki felesleges tortúrának a lábunkat, amikor a divat miatt kényelmetlen cipőt erőltetünk rá: magas sarkút, amely megkettőzi a talpra nehezedő nyomást, szűket és szorosat, amitől megdagad és ég a lábunk, nem is szólva a nem porózus anyagokról, amilyen a gumi és a műanyag, amelyek meggátolják a láb „légzését”, s mintegy gőzfürdőbe zárják.

Fontos kérdés: divat vagy kényelem, szépség vagy egészség? Mi döntjük el, hogy mi a fontos! S ha jól döntünk, nem kell közöttük választanunk, mert mindezek jól megférnek egymással.

Milyen az ideális cipőviselés?

Természetes anyagból készül, jól szellőzik (A természetes bőr-, a vászon-, a filcanyagú cipők, szandálok nem akadályozzák a láb bőrének légzését, a gumi, a műanyag felsőrésszel készült lábbelik viszont elősegítik a láb izzadását).

Megfelelő hosszúságú (kényelmes):



amikor lépünk, és a láb átgördül, a cipő orra nem nyomja az ujjakat. Megfelelő szélességű (kényelmes): a lábujjak lazán elférnek egymás mellett, nem torlódhatnak össze.

A talpa hajlékony és rugalmas, a sarokról induló gördülő járást nem akadályozza.

A sarokmagasság maximum 4 cm.

A terhelési felszíneken, a testsúly eloszlása megfelelő (nem rontja a gerinc és a lábak statikáját).

Jól tartja a bokát.

A lábbeli sarka csökkenti a lépés okozta megrázkódtatást, kíméli a gerincet.

Mindezek az ismérvek csak az igazi minőségi cipőket jellemzik. Igaz, hogy nem olcsók, de megéri kényeztetni a lábat.

Minőségi kényelmi cipőkről további felvilágosítást a csillaghegyi

Fogl Üzletház (Mátyás király u.5.) munkatársaitól kérhet.

Partnertalálkozó az Alfa Hotelban

Kedves hagyomány a Duna-parti **Alfa Art Hotel** életében, hogy év vége felé közeledve vendégül látják üzleti partnereiket. Az évadzáró rendezvény különlegessége, hogy évről-évre más megye turizmusa mutatkozhat be a jelenlévőknek. A választás ezúttal Jász-Nagykún-Szolnok megyére esett. Az Alföld megyéje termálvizes fürdőivel, a Tisza-tóval és sok-sok egyéb látnivalóval csalogatja látogatóit. *Fejér Andor* a megyei közgyűlés elnöke büszkén mutatta be a Tiszán túli települések szépségeit, és hívott meg minden vendéget, hogy személyesen győződjön meg a hallottakról. Ízelítőül a tiszaföldvári Szicsek Pálkafőzde különlegesen finom pálinkáit kóstolhatták meg a vendégek, míg a kisújszállási néptáncosok bemutatójukkal gondoskodtak a jó hangulatról. *Pokriwa Márta* a hotel igazgatója, a találkozó szervezője, mint ahogy tette az elmúlt években, *Fortuna* istennőt is meginvitálta, és mindenkinek lehetőséget biztosított a találkozásra a tombolasorsolás keretében. Aki éppen nem ismerkedett, beszélgetett, a hotel emeleti folyosóján csatlakozhatott a karácsi díszeket alkotó kézművesekhez, vagy a fa logikai játékok között válogathatott. Még ünnepibbé tett az összejövetelt, hogy sokan itt értesültek arról, hogy az **Alfa Art Hotel 2008-ban elnyerte az „Aranykulcsos Tréninghelyszín”**

címet. A díjat a *Develor Tanácsadó Zrt.* alapította öt évvel ezelőtt, hogy a tréningeknek ott-hont adó hazai szállodákat szakmai szempontok alapján összehasonlítva, kiválasszák a címre leginkább méltó három szállodát.

Gratulálunk.



A vendégek a az alföldi néptánc hagyományokból is kaptak ízelítőt

Természet & Művészet



ALFA ART HOTEL
Akwarell Étterem



Fergeteges Szíveszteri party

svédasztalos
gála vacsorával

Akwarell étteremben: élőzene, Salsa bemutató táncitanítással
bruttó 19.900 Ft

Csontváry teremben: Disco karaokeval, hastáncbemutató
bruttó 17.900 Ft

Tombola, éjféltor 1 pohár pezsgő, lencsefőzelék és virsli

Olasói kedvezmény: 10%

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



Kulturális ajánló

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

(Bejárat a Kadosa utca felől)



www.platankonyvtar.hu
platan@kszk.obuda.hu
Tel.: 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.

ZENÉS KÁVÉHÁZ

**Hangverseny
a Platán Könyvtárban**

1. rész Puccini művek a zeneszerző születésének 150. évfordulója alkalmából
2. rész Karácsonyi zeneművek

Közreműködik:

Szepessy Beáta szoprán, Molnár Balázs fuvola,
Kapi-Horváth Ferenc zongora

IDŐPONT:
2008. december 16-án
kedden 17 órakor

KÖNYVAJÁNLO

Békés Pál:

Csikágó – gangregény

A kötet a Keleti pályaudvar környékén játszódik, ám a gangregény egymásba fonódó számai nem csupán a pesti Csikágó gangjainak, hanem az amerikai Chicago gengjeinek, szesz-csempészeinek világába is elvezetik az olvasót.

Pali, Michael:

Hemingway nyomában

A szerző nyakába veszi a világot, hogy végre megláthassa mindazon helyeket, amelyen az első Hemingway-könyv olvasása óta élnek a képzeletében. Jár Párizsban, a pamplonai bika-futtatáson, betér az író kedvenc kubai kocsmáiba, elzarándokol Ketchumba, ahol a Nobel-díjas író vadászpuskájával főbe lőtte magát.

Dahl, Niels: Úton egy barát felé

A regény főhőse a gatlások és vágyak szélsőségei között hanykolódó tizenegy éves kislány. Minden pillanatban szuggesztív, megrázó történet elbeszélője szelíd és keserű. Végig megmarad öröm vágya: valamiféle végső elrendezettséget, harmóniát látni az őt körülvevő világban.



1032 Budapest
San Marco u. 81.
kulturkozpont@kulturkozpont.hu
Honlap: www.kulturkozpont.hu

ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT
Intézményeinek programjai

BÉKÁSMEGYERI KÖZÖSSÉGI HÁZ

(1039 Bp. Csobánka tér 5. , 243-2432)

CSALÁDI PROGRAM

Családi társasjáték a Sziluett Műhellyel
December 18-án, 18-án, csütörtökön 16 óra

IRODALMI TEADÉLUTÁN

Czakó Gábor író könyvének bemutatója
December 18-án, csütörtökön 18 óra

Az anyanyelvünkről szóló könyv bemutatója előtt
Kőfaragó József képzőművész kiállítását nyitjuk meg.
Belépés díjtalan!

APRÓK TÁNCA – Tánchááz kicsiknek és nagyoknak
December 19-én, pénteken 16.30 óra – Belépő: 800 Ft

KONCERT – Benkó Dixieland Band koncertje
December 20-án, szombaton 19 óra – Belépő: 2.500 Ft

ÓBUDAI KULTURÁLIS KÖZPONT

(1032 Bp. San Marco u. 81., tel: 388-7370)

SAN MARCO SZABADEGYETEM

December 15-én, 18 óra – Prof. Dr. Vizi E. Szilveszter,

az MTA volt elnöke, tart előadást.

ZENÉS- MESÉS SZÍNHÁZ

Mátyás király bolondos bolondja – Maszk Bábszínház
December 16-án, kedden 10 óra (pótelőadás)

TÁNCOS RENDEZVÉNY

Casablanca Tánccláz
December 19-én, pénteken este 20-24 óráig

CSALÁDI VASÁRNAP

Kalácsa betlehem
December 21-én, vasárnap 15 óra

Ha Karácsony, akkor szinte természetes, hogy van meglepetés. Hagyományosan így van ez a karácsonyi Kalácsa koncerteken is. Minden muzikus készül valami újjal.
Belépő: 1.900 Ft

TÁNCOS RENDEZVÉNY

Sirtos – Görög Tánchááz
December 21-én, vasárnap 18-22 óráig
Táncitanítás: 18-19 óráig – Belépő: 800 Ft

CSILLAGHEGYI KÖZÖSSÉGI HÁZ

(1039 Bp. Mátyás király út 13-15, tel: 240-0752)

KÉZMŰVESHÁZ – Harka Ágnes Vizuális Stúdió
Gyermekek és felnőttek számára – korosztályos bon-
tásban

Foglalkozások: kedd és csütörtök, 16-18 óráig 10-14
éves korig, 18-21 óráig 15-99 éves korig.
Információ: 06-30-620-1454

Advent Óbudán

Ünnepi térprogram minden hétfőn! • **Korcsolyapálya**
11. 28-tól 12. 21-ig minden nap • **Adománygyűjtés** gyer-
mekeknek december 20-ig •
Decemberben **kézműves foglalkozások** 16.00–19.00 óráig
minden hétfőn és szerdán a Civil Irodában • **Betlehem-
kiállítás** az Óbudai Múzeumban • **Vásárosok** •
Forró puncs és gőzölgő forralt bor megannyi finomsággal
• **Óriás Betlehem** a Szentlélek téren!
További információ a programról: **www.obuda.hu**
A szervezők a műsorváltoztatás jogát fenntartják!

Programok – Fő tér

December 19. – péntek

16.00-18.00: A kerületi intézmények
ünnepi előadásai
– Csillaghegyi Általános Iskola
– Óbudai Nagy László Általános Iskola
– Bárczi Géza Általános Iskola
18.00: **Torres Dani** – karácsonyi előadás

December 20. – szombat

11.00: Nagyhatalmú egerke – bábjáték kicsiknek
13.00: Rák Béla Combo – virtuóz gitárjáték
14.00: Farandole Trió – fafúvós koncert
15.00: Makoonga Latin Jazz Fusion

16.30: **Szalóki Ági** gyermekkoncert
Bús Balázs polgármester adomány átadása
a Magyar Máltai Szeretetszolgálat
közreműködésével
18.00: Meglepetés térmozi
10.00-18.00: Állatsimogató gyermekeknek
December 21. – vasárnap
11.00: Szabó István – pánsíp előadás
13.00: Környei Miklós – klasszikus gitárkoncert
14.00: **Pflum Orsi**
15.00: **Keresztes Ildikó**
16.00: **Csik Zenekar** és Ferenczi György
17.30: Meglepetés térmozi
10.00 18.00: Állatsimogató gyermekeknek

**Frank Zöllner – Christof
Thoenes – Thomas Pöpper**
Michelangelo

A teljes életmű

Taschen / Vince Kiadó, 2008

Dr Osman Péter ismertetése

Óriási és varázslatosan megragadó, pá-
ratlan áttekintés az emberiség egyik leg-
nagyobb, korszakalkotó művésznének hi-
hetetlenül gazdag és sokszínű életművé-
ről. Az ember lenyűgözötten áll szemben
Michelangelo leírhatatlan erejű Mózes
szobrával - amely a kötet szavaival a tett-
rekészség fékezhetetlen akaratát testesíti
meg -, és nagyon kicsinek érzi magát. Áll
szemben ezzel a fenséges albummal, s a

szava is eláll Michelangelo hihetetlen al-
kotó ereje, tettekrekszsége láttán. És ott
is, itt is nagyon boldog, hogy találkozott
vele.

Az európai kultúra egyik legnagyobb ér-
deme, hogy milyen gazdag örökérvényű-
en káprázatos alkotásokat létrehozó mű-
vészekben és építészekben. Michelangelo
közülük is kiemelkedik: nem ismerünk
más művészt, aki ilyen monumentális, és
szinte valamennyi műfajt felölelő élet-
művet hozott volna létre. Ez a különle-
ges, bámulatos képanyagú album kitűnő-
en mutatja be, hogy szobrászként, festő-
és grafikusművészként, és építészként is
a művészettörténet egyik legnagyobbja
volt, és mindezeket együttvéve az alkotói
teljesítménye egészen egyedülálló. A
végtelen leírását kísérti azzal, hogy Mi-
chelangelo munkásságát írásban és ké-

pekben valóban átfogóan, mindenki szá-
mára érthető, s ugyanakkor alapos, szak-
szerű leírásokkal és műelemzésekkel
elénk tárja. Két részből áll: az első ismer-
teti az életét és munkásságát, részletesen
leírja a körülményeit, az anyagi és művé-
szi érvényesülésre való erőteljes törekvé-
sét. Ennek megértéséhez tárgyalja életé-
nek és munkásságának kényes kérdéseit
is: ilyenek a magányossága, a szeretetih-
sége, a nehéz természete, amelyek mind
szerepet játszottak a kollégáival és meg-
bízóival való viszonyában, és ezzel az al-
kotói lehetőségeinek alakulásában. A
második rész a teljes életmű négy fejezet-
ből álló katalógusa. Ez a szobrokat, fest-
ményeket, építészeti alkotásokat és a gra-
fikai anyagot elemzi. Michelangelo mun-
kásságának eddig még nem készült olyan
összefoglalása és kritikai feldolgozása,



amely rendszerben és teljességében fel-
érne ehhez a kötethez.



F & F Kereskedés

- Gasztronómiai borok
- Különleges pálinkák, köztük a mézes, az ágyas és érlelt pálinkák is
- Zöldség, gyümölcs
- Delikátáru, dohányáru
- Kézi- és gépi sodrású szivarok
- Minőségi rövid italok
- Sörök, üdítők
- Termelői lekvárok, mézek, szörpök
- Biotermékek

Cím:
1038 Csillaghegy Ürömi út 3.

Mobil:
06-20-437-0520

Nyitva tartás: H-P 10-19
Sz 9-13



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.



TÉRSZÍNHÁZ

Fő tér 1. Tel./fax: 388-4310

December 16., kedd 19 óra

Eugéne Ionesco: A kopasz énekesnő –
játék egy részben

Ionesco műve vitriolos láttelep a „modern emberről”. Mellesleg minket is modernizálni akarnak, s látjuk az eredményt. Darabjának ítélete korunk emberéről a múlt század ötvenes éveiben esetleg meghökkentő volt, ma napi tapasztalatunk. Kemény és puha háborúink közepette a KÖZlés, a KÖZösségi lét és a KÖZös nyelv elvesztése és már-már lehetetlensége van félelmünk legmélyén.

18., csütörtök 15 óra

Karácsonyi misztérium – Tálts bérlet Magyar népi betlehemesekből és karácsonyi népénekekből szerkesztettük játékunkat. A szövegkopásokat és nyelvi romlásokat autentikus forrásból merítve kiegészítettük és kijavítottuk, így a népi hagyomány epikus színházi vonásait megerősítettük.

20., szombat 18 óra

Karácsonyi misztérium batyus vendégséggel



ÓBUDAI TÁRSASKÖR

Bp. III. Kiskorona u. 7.

Tel.: 250-0288 Fax: 387-8376

info@obudaitarsaskor.hu www.obudaitarsaskor.hu

December 17., szerda 17 óra

JÁTEKOS MUZSIKA 7x10 PERCBEN – közreműködnek a Mozart Klub ifjú tehetségei. A műsor házigazdája: Czigány György

December 18., csütörtök 19 óra

HÁZIKONCERTEK Kósa György műveiből

December 19., péntek 19 óra

FIATAL MUZSIKUSOK PÓDIUMA – Perneczky Zsófia – fuvola, Fejérvári János – gordonka, Marosfalvi Tünde,

Németh András – zongora.

Házigazda: Tóth Endre zenetörténész

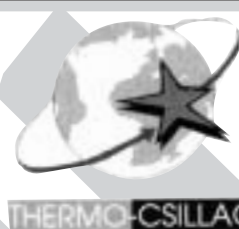
December 20., szombat 19 óra

A hónap eseménye

A HEGYI BESZÉD – dalok Máté evangéliuma alapján. GRYLLUS DÁNIEL és GRYLLUS VILMOS karácsonyi hangversenye. A Szentírás sorait az énekek előtt MÉCS KÁROLY olvassa fel.

December 22., hétfő 19 óra

CHAMELEON BIG BAND karácsonyi szving-esztje



VÍZ- GÁZ- FŰTÉSTECHNIKAI SZAKÜZLET

1038 Budapest, Szentendrei út 307.

(A régi Szentendrei úton, a HÉV állomásnál)

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



Saunier Duval

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



ÚJDONSÁG!

AD/L model

hosszú élettartam



OTP ÁRUVÁSÁRLÁSI HITEL ÜGYINTÉZÉS!

Nyitva tartás:

H-P: 8-17 óráig, Szo: 8-13 óráig



HOYALUX ID
PROGRESSZÍV SZEMÜVEGLENCSEK

**SZEMRE VALÓ
-25%
KEDVEZMÉNY**

40 felett látásunk már nem tökéletes. A Hoyalux ID progresszív szemüveglencse újra éleslátást biztosít.

távolra, olvasáshoz, vezetéshez,
vagy akár lépcsőn lefelé közlekedéskor.

Hoyalux ID progresszív lencséjét, amit milliók viselnek elégedetten világszerte, most **25%** kedvezménnyel vásárolhatja meg!

Budapest, 2008. november 13-14. 2008. január 31-ig. Nyitási előzetes kiadásban.

opticnet
www.opticnet.hu

AZ ÖN OPTICNET PARTNERE:

Padamed Optika
1031 Budapest, Római tér 2.
Telefon: 242-3128

Nyitva:
H-Cs: 10-20, P: 10-18,
Szo: 9-13

10%

Fogl
ÜZLETHÁZ
ALAPÍTVA 1984

FO-HO Kft.
1039 Budapest
Mátyás Király út 5.
Telefon/Fax: 06 1 2408517

MÁRKÁS KÉNYELMI CIPŐK

Ágy a lábnak
Anatómiailag tervezett gyógytalpbetétek

Josef Seibel
THE EUROPEAN COMFORT SHOE

berkemann

ROMIKA

Scholl

Tacco FOOTCARE

- Egészséges, biztonságos járás
- Egyenletes súlyelosztás
- Tehermentesített boka és gerincoszlop
- Speciális igényeknek is megfelelően kialakított modellek
- Cipőkellékek A-tól Z-ig, szaktanácsadással
- Láb- és cipőápolási szerek

Cikk a 13. oldalon

RCS Kft.
Tel.: 06-30-25-77-457
E-mail: rcskft@vipmail.hu

**ÁRAJÁNLAT
BEL- ÉS KÜLFÖLDI AUTÓBUSZOS SZÁLLÍTÁSRA**

OPEL VIVARO 8+1 fő  Kilométer-díj: 100 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

Buszbérlés sofőr nélkül is: 15.000 Ft/nap

www.rsebusz.hu • www.romaifurdo-se.hu

HASZNÁLJA KI SZABAD KAPACITÁSUNKAT!

MOUNTEX

INDENASÍELÉ

**FELSZERELÉS
RUHÁZAT
KIEGÉSZÍTŐK**

nyitva tartás:
hétfő-péntek: 9.00-20.00
szombat-vas: 9.00-18.00

Bp. III. Bécsi út 136.
Tel.: 06-1/439-24-52

STOP.SHOP

MOUNTEX
SZABADIDŐ ÉS OUTDOOR SPORT

