



BUDAKESZIERDŐ • CSILLEBÉRC • FARKASRÉT • FARKASVÖLGY • ISTENHEGY • JÁNOSHEGY • KISSVÁBHEGY • KRISZTINAVÁROS • KÜTVÖLGY
MAGASÚT • MÁRTONHEGY • NÉMETVÖLGY • ORBÁNHEGY • SASHEGY • SVÁBHEGY • SZÉCHENYIHEGY • VIRÁNYOS • ZUGLIGET

Hegyvidéki Napok: piknikhangulat a Gesztenyésben

Hopp-Parádával kezdődött, fergeteges PASO-koncerttel zárult az idei Hegyvidéki Napok rendezvénytársaság. A kulissza kifogástalan volt, a programok sokszínűek, és az égiek is megkönyörültek, így a Gesztenyés kertbe kilátogató sokaság gondtalanul hódolhatott a kulturális és kulináris élvezeteknek. A hegyvidéki emberek mind jobban a magukénak érzik a többnapos fesztivált, amiről a vasárnapra kialakuló piknikhangulat árulkodott leginkább.

„Ahol vannak tűzoltók meg rendőrök, oda megyünk!” – mondta a villamoson vele szemben ülő idős bácsinak büszkén, stoptáblával a kezében egy háromévesforma kisfiú. Már a MOM Park megállójában hallatszott a sziréna hangja, ami ezúttal nem rosszat jelentett, csupán a közrendvédelmi napok „szignáljaként” csalogatta az érdeklődőket a Gesztenyés kertbe.

„Fontos, hogy közelebb hozzuk az embereket a rendőrséghez” – jelentette ki szinte a fiú szavaira rimelve Hoffmann Kornél, a XII. kerületi rendőrkapitányviselője, aki a megnyitón az önkormányzat vezetőivel – Pokorni Zoltánnal, Fonti Krisztinával, Kovács Lajossal, Váczi Jánossal és Sikota Krisztiánával – közösen adta át a „Rendőrnöknek lenni jó” rajzpályázat nyerteseinek ajándékait. A ha-



„SZINKRONÚSZÓ” KUTYÁK ÉS EGÉSZSÉGES HEGYVIDÉKIEK

„Egyre több család látogat el a Hegyvidéki Napokra, ennyi gyerek még nem lógott a kerítésen” – mondta elégedetten Pokorni Zoltán polgármester, körbenézve a közrendvédelmi nap megnyitóján.

Az érdeklődőket különböző játékok és bemutatók várták, kipróbálhatták például a rabosítást, melynek során az „ártatlan bűnözők” ujjlenyomatot adtak, de lehetőség nyílt a bilincs használatára is.

Az állatkedvelők számára az S. O. S. Mentőkutyás Egyesület ka-

ket, akiknek soha nem csalt a szimatuk. „Fontos, hogy szeresse az embereket. Az már szinte mindegy, hogy fajtiszta, keverék vagy menhelyről mentett” – jellemezte az ideális mentőkutyát Scherr Gabriella, az S. O. S. Mentőkutyás Egyesület vezetője.

A közrendvédelmi nappal egy időben a Sportmaxban rendezett Hegyvidéki Egészségnapon tetőtől talpig, kívül-belül ellenőrizhették testünk állapotát. „Az egészségügyben az egyik legfontosabb dolog a prevenció! Az önkormányzat ehhez ily módon tud hozzájárulni, egy-egy ilyen szervezett szűrőnapon alkalmanként több száz ember vizsgálhatja meg magát” – mondta Kovács Lajos alpolgármester, aki azt is elárulta, hogy az adatok alapján a hegyvidékiek egészségesebbek az átlagnál.

DAL A SZUPERKUKARÓL ÉS A TITOKZATOS BORDZSEM

A szombati hűvös idő ellenére sokakat csábítottak a színpadhoz a változatos programok. Az Alma együttes elsősorban a gyerekeknek szerzett örömet, így az öt és fél éves Emmának is, aki két kedvencéért az egész napot a Gesztenyés kertben töltötte:

– Nagyon várom Zsédát, majd autogramot is szeretnék kérni tőle, ő az egyik kedvencem!

– Ki a másik?

– Az Alma! Velük énekeltem minden számot.

– Melyik daluk tetszik a legjobban?

– A Szuperkuka, mert a szelektív hulladékgyűjtésről is dalolnak benne.

– És tudod, hogy az mit jelent, miért fontos?

– Persze! Azért kell külön gyűjteni a hulladékokat, hogy újra lehessen hasznosítani. Ha a papírt újrahasznosítjuk, kevesebb fát kell kivágni, és így megóvjuk őket.

A Tamarazene, Jónás Veráék és Vörös Nikiék arról győzték meg a közönséget,

hogy hihetetlenül tehetséges, gyönyörű hangú fiatal énekesek – és nem utolsósorban jól felkészült zenészeink – vannak. Produkciójukat nemcsak a nézők kísérték nagy figyelemmel,



de úgy tűnik, a felsőbb hatalmak is: ahogy mondani szokás, egész nap lógott az eső lába, mégis csupán egyetleneszer kezdett el szemerkélni, mindössze néhány percre, épp amikor Vörös Niki az esernyőről énekelte – a nézőtérben mindenki szinte egyszerre nyitotta ki a szőben forgó védőeszközt.

Mire Szulák Andrea a Budapest Jazz Orchestra társaságában



előadta a Summer Time-ot, már a nap is előkukkantott. Az est záró programján Zséda egy röpké pillanatra zavarba jött közönségtől: „Látom, az ovisok is eljöttek” – mondta, de aztán rögtön visszazökkent, és hozta a megszokott formáját.

Közben a színpadtól távolabb is pezsgett az élet. Nagy volt a nyüzsgés a kézműves sátrak utcájában, a hegyvidéki programokon ismert és megszokott igényes, különleges portékák között

válogathattunk. A bordzsem, a villányi Metzinger Pincészet terméke például hamar felkeltette az érdeklődést.

– Három éve készítettük az első szériát, annak olyan nagy sikere volt, hogy nem is változtattunk rajta – kaptunk választ a kérdéseinkre.

– Megtudhatjuk a titkát is?

– Annyit szívesen elárulok, hogy semmilyen szintetikus, művi adalékanyag nincs benne, almapektinnel kocsonyásítjuk az olaszrizlinget, illetve a portugiesert – amit mi szívesebben hívunk még ma is inkább oportónak. Kóstolja csak meg!

– Tényleg finom, olyan íze van, mint a forralt bornak.

– Valóban, ugyanazok a fűszerek vannak benne. Egyre népszerűbb ez a termékünk, idén tavasszal már a Kézműves Magyar Élelmiszerek vásárára is meghívtak velem.

– Mibe ajándékok?

– A fehérét halhoz, fehér szárnyasokhoz, grillezett zöldségekhez, fagyaltokhoz, süteményekhez, a vöröset inkább vadakhoz,

mindenféle vörös húshoz és márkásabb sajtokhoz.

Késő délután, mielőtt nyugovóra tért volna, néhány percre kisütött a nap, de ahhoz még elég hűvös volt, hogy a nézelődők a borkóstoló padokon üldögéljenek. Ehelyett inkább körbesétáltak, hogy felfedezzék a Gesztenyés kert kínálatát, remélve, hogy vasárnap beteljesül az időjósok ígérete, és nyári melegben élvezhetik ki mindezt.

AZ ÉLETMENTŐ „BOTRA TEKERCS” ÉS A ZÖLDSZÓLÓLÉ

Az égiek szeretnek minket, ez már biztos: ahogy tavaly, úgy most is elmaradt a beigért rossz idő, másnapra valóban kiderült, és igazán szép idő lett.

A gyerekek már reggeltől királyi várat építhettek, legőzhatk, csúszdázhattak a labdák közé, hatalmasat hancúrozhattak az élő csocsóban, kipróbálhatták, hogy csengőszó nélkül is ki tudnak-e keveredni a pókháló-mászókából, beleülhettek a mindig népszerű kosárhintába, vagy sétaltathatták az új otthont kereső kutyusokat. Utóbbiak a Vigyél Haza Alapítvány jóvoltából érkeztek a Gesztenyésbe. Az alapítvány vezetője, Óvári András elmondta, hogy főleg az Illatos úti menhelyről elhozott négy lábúaknak keresnek új gazdákat:

(Folytatás a 9. oldalon)



gyományoknak megfelelően a „Tiszta udvar, rendes ház” verseny idei győztes társasházait is díjazták, nyolcan emléklapot, ketten különdíjat kaptak. A Csorna utca 5. lett az első, a Breznó lépcső 3. a második, a Fodor utca 72. pedig a harmadik, így ezek a házak mostantól méltán viselhetik a „Tiszta udvar, rendes ház” táblát.

tasztrófavédelmi kutyák bemutatását tartott. Az ebek romkutatási, nyomkövetési, területkeresési és formagyakorlatokat végeztek. „Ezek a kutyák olyanok, mint a szinkronúszók!” – viccelődött egy kisfiú a nem mindennapi precizitás láttán.

A kíváncsiskodók hatalmas dobozok alá bújnak be, hogy próbára tegyék a négy lábú mentősö-



Nyolcvanéves a Mackós Óvoda

Az 1930-as évekre a Krisztinaváros és Németsölgy területén jelentősen megnőtt a lakosság száma, ami arra ösztönözte az akkori városvezetőket, hogy a Németsölgyi úton egy iskolának és óvodának otthont adó épületet emeljenek. Így született meg nyolcvanéves szünetével ezeltől a Mackós Óvoda.

Születésnapot ünnepelni gyűltek össze gyerekek és felnőttek májusban a MOM Kulturális Központban: 1932-ben nyitotta meg kapuit az immár nyolcvanéves Mackós Óvoda. Akkoriban három csoportban összesen hetvenhat kisgyermek elhelyezésére nyílt lehetőség.

Az intézmény az épület előtt 1933-ban felállított, ma már a



Óvodai csoport 1946-ban

az emberek már ekkor Mackós-nak hívták az óvodát, a hivatalos „keresztelőre” csak 1994-ben ke-

A 2006-os átépítésnek köszönhetően jelenleg a földszinten négy, míg az emeleten kettő csoportszoba kap helyet. Három esztendeje megújult a bejárat, befejeződött az akadálymentesítés, elkészült a 76 négyzetméteres tornaterem, ami nagymértékben hozzájárul a gyerekek mozgásigényének kielégítéséhez, valamint a testnevelés magas szintű szervezéséhez. 2010-ben szőszobát, egy évvel később fejlesztő tornaszobát alakítottak ki.

Folyamatosan szépült a kert is. Ma már a legkényesebb igényeket is kielégíti, hiszen olyan természeti környezetet sikerült létrehozni, ahol az urbanizációs ártalmak kizárásával az év minden szakában biztosított a gyerekek számára a játék, a levegőzés és az egészséges testedzés lehetősége.

„Bár az épület nyolcvanéves, az ódon falak között modern óvoda bújjik meg. Ennél is fonto-

sabb azonban a szellemiség, a környezet, az egészség és a hagyomány hármására épülő nevelőmunka minősége, amire méltán lehet büszke az intézmény. Nem véletlen tehát, hogy a folytonosság egy pillanatra sem tört meg, és az egykori Mackós-óvodások gyermekeiket, unokáikat is ebbe az óvodába íratják be” – zárta beszédét Fonti Krisztina, aki végzetül azt kívánta, hogy még számos generáció számára legyen az első közösségi élmények örökké emlékeztető színtere a Mackós Óvoda.

Az ünnepi műsorban az óvoda csoportjai látványos bemutatókkal, zenés, táncos, énekes számokkal szórakoztatták a MOM színháztermet megtöltő közönséget. A születésnap megemlékezések krónikájához tartozik, hogy a Mackós épületében kiállítás nyílt, amely fényképeken mutatta be az intézmény nyolcvanéves történetét.

Ma.

Ünnepelt a Zugliget

Két év kényszerű távollét után ismét az időközben megújult MOM Kulturális Központ adott otthont a Zugligeti Általános Iskola hagyományos gálaestjének. A program a szórakozás mellett jótékony célú szolgálat, a bevétel ugyanis a Zugligeti Iskola Alapítvány az intézmény kémia- és biológia-szertárának fejlesztésére fordítja.

A tanítás mellett a közösségépítést nevezte az iskola legfontosabb feladatának a gálaműsor résztvevőit köszöntő Bernyák Adrienn igazgató. Szerinte ennek egyik legszebb, egyúttal leginkább várt része a Zugligeti Est, amely alkalmat teremt egymás jobb megismerésére.

„Meggyőződésem, hogy a minőségi közösségi kapcsolat fontos szerepet tölt be életünkben, megtanítja az embert az egészséges rivalizálásra, hogy

fel a figyelmet Bernyák Adrienn. Példaként hozta fel, hogy Angliában 1829 óta rendeznek evezősversenyt a két rivális egyetem, Cambridge és Oxford csapata között. Mint mondta, elgondolkodtató, ahogyan erről az évszázados hagyományról az egyik versenyző nyilatkozott: „fontos, hogy nyerjünk és dicsőséget szerezzünk saját közösségünknek”.

Pontosan ezt érezhette minden egykori és mai zugligetis diák a gálaesten, amelyen lehetőséget kaptak arra, hogy tehetségükkel, tudásukkal tovább öregbítsék 121 éves alma materük hírnevét. A változatos zenés, táncos produkciók, színházi előadások és szavatelők, valamint az elmaradhatatlan akrobatikabemutató – idén afrikai ritmusokra mozogtak a gyerekek – mellett egy különleges táncos koreográfia erejé-



Zenés, táncos bemutatóval ünnepelték a mai óvodások

kerület egyik szimbolikus köztéri műalkotásának számító, Lányi Dezső nevéhez fűződő „Játszó gyerekek – Mackó bácsi mesél a gyerekeknek” szoborcsoport után kapta a későbbi nevét. Bár

rült sor – idézte fel a múltat köszöntőjében Fonti Krisztina alpolgármester, aki arra is felhívta a figyelmet, hogy az utóbbi években számos beruházás történt a Németsölgyi úti intézményben.



A hagyományos gálaestet idén újra a MOM-ban rendezték

összemérje a tudását másokéval, de megtanít arra is, hogy elfogadják a másikat akkor is, ha az sokkal jobb nála, vagy éppen gyengébb, esetleg sérült” – hívta

ig a zugligeti családok is színpadra léptek. A gálán végül több mint négyszázezer forint gyűlt össze az adományokból.

Mm.

Tündérvár Óvoda

Szeretettel várjuk leendő óvodásainkat két éves kortól a 2012/13. nevelési évvel!

2094 Nagykovácsi, Szeles u. 5. www.tudnervarovoda.hu 30/686-3572.

Beiratkozás folyamatosan. Érdeklődni Mohai Magdolna intézményvezetőnél lehet.

ALAPPROGRAM:

- Komplex szűrés 3-5 éves kortól
- egyéni, csoportos fejlesztés
- integrált és egyéni logopédia
- néptánc, társastánc
- drámapedagógia
- iskolaelőkészítés
- kirándulás
- bábszínház
- Tündérszínház
- interaktív előadások
- mozgásfejlesztés
- fakultatív angolnyelv tanulás
- egészségtudatos étkezés
- egyedi élelmiszerérzékenység, speciális étrend

SZAKMAI TÁMOGATÁS:

- logopédus
- pszichológus
- keramikus
- néptáncpedagógus
- nyelvtanárok
- mozgásterapeuta
- védőnő
- szakképzett élelmészeti szakember

Célunk, hogy a gyermek lelki, szellemi, és testi képességeit a legmagasabb szinten fejlesszük, képzett szakemberekkel, gondoskodó szeretettel, spontán és irányított foglalkozással. Nyolc év tapasztalatáva, kimagasló eredményeivel felépített programunk lehetőséget biztosít az alapprogramon túl az EMELT SZINTŰ MŰVÉSZETI program, vagy EMELT SZINTŰ SPORT ÉS TESTNEVELÉS képzés közötti választásra.

Színvonalas helyszín, gazdag felszereltség, elismert szakmai eredmények

EMELT SZINTŰ MŰVÉSZETI PROGRAM:

- tehetségkutató, tehetséggondozás
- komolyzene, zenehallgatás, koncertek
- komolyzenei ismeretek
- hangszerismeret
- hangszeres zene
- hangszertanulás (furulya, hegedű, zongora, gitár...)
- hallásfejlesztés
- Tündérgaléria
- vizuális kultúra

SZAKMAI TÁMOGATÁS:

- előadóművészek, művészeti iskola
- zenepedagógusok
- népi iparművész

EMELT SZINTŰ SPORT ÉS TESTNEVELÉS PROGRAM:

- mozgásfejlesztés
- Alapozó Terápia
- szenzomotoros torna
- sportági alaptéchnikák
- testnevelési játékok, bajnokságok
- csapatjátékok
- családi sportrendezvények

SZAKMAI TÁMOGATÁS:

- mozgásterapeuta
- szakági edzők (foci, karate, sí, ritmikus sportgimnasztika, úszás, oviball...)

Tovább szeretettel várjuk a picurkákat korhatár nélkül- szüleikkel, testvéreikkel együtt heti rendszerességgel tartott Tündérmuzsikára és Tündértornára!

Életre kelt a természet és a 70-es évek

Az előző év sikerén felbuzdulva immár második alkalommal rendeztek tematikus projektnapokat a Virányos Általános Iskolában. Már hónapokkal előbb megkezdődött a csapatmunka, a gyerekek osztályonként, illetve kisebb csoportonként dolgoztak fel a számukra kiosztott feladatot. Természetesen akadt segítségük is, hiszen a felkészülési időszakban a tanárokon a pedagógusok kiemelten foglalkoztak az adott témával.

A legkisebbek az iskola tornatermében megrendezett színpadi

rát: a téltemető kiszézés, a tavasz jeles ünnepei – húsvét, anyák napja – kapták náluk a főszerepet.

A természet tavaszi ébredését rövidke verses mesék és versszövegek elevenítették fel, a szavaltok alatt pedig megjelentek a legjellemzőbb tavaszi virágok, felébredtek az erdő állatai, a szél és a méhecskék beporozták a növényeket, a fák pedig boldogan nőttek az égig. Eközben az emberek sem télenkedtek, gondozták a földeket, szépítették a kerteket, megtartották ünnepeiket, amelyek közül az utolsó ezúttal a gyermeknap volt. A másodikosok népviseletbe öltözve, a saját maguk által készített díszletek között énekeltek, táncoltak, meséltek, majd a legkisebbekkel közösen egy kreppszalagokkal feldíszített májusfát állítottak fel az udvaron.

A felsősök az iskola különböző helyszíneit alakították át a hetvenes évek mintájára, hogy így mutassák be az évtized jellegzetességeit. Volt dívatbemutató, filmvetítés valamint sportkiállítás, míg a zeneteremben a korszak meghatározó magyar és nemzetközi zenekarainak, illetve énekeseinek legismertebb számait hallgathatták meg a gyerekek, akik a korszak hangulatát megidéző táncbemutatóval örvendeztetették meg a nézőket.

em.



A színes jelmezek is a tavaszt idézték

műsorban adtak számot munkájuk eredményéről. Az első osztályosok egy csoportja népi körjátékokat mutatott be, gyermekdalokat énekeltek, egy másik társaság tavaszi táncfantáziával fűszerezte rövid irodalmi összeállítását, aminek fontos része volt a látványos öltözet és díszlet. Akadt olyan osztályközösség, amelyik a magyar népi hagyományokra és irodalmi alapokra építette műso-

Parlamenti különóra diákoknak

Egy napra a képviselők bőrébe bújhattak, kérdezhettek, és betekintést nyerhettek a politika világába, az Országház titkaiba azok a diákok, akik részt vettek a Pokorni Zoltán polgármester által tartott parlamenti különórán. A Hegyvidéket a Tamási Áron iskola képviselte, tanulói a színes ruhadarabokról nyújtottak be törvényjavaslatot.

Közel százhusz diáknak tartott parlamenti különórát Pokorni Zoltán. A hegyvidéki polgármester, miután ismertette a politikai alapfogalmakat és az Országház működésének menetét, lehetőséget adott arra, hogy a nebulók feltehessek az őket leginkább foglalkoztató kérdéseket. Szóba kerültek az oktatásban történt változások, de a KRESZ is...

Az egyik tanuló kérdése többeket meglepett: „A jelenlegi kormány akar-e tenni valamit a cigánybűnözés ellen?” Pokorni Zoltán előbb politikusként, majd családapaként válaszolt. Elmondta, hogy a bűncselekmények nem népcsoporthoz kötöttek, mindenhol találunk jó és rossz embereket. Tisztázta azt is, hogy meg-



Egy napra országgyűlési képviselővé "váltak" a négy iskola tanulói

zetem jutott az eszembe: a tanulatlan emberek – az író hozzátehetné volna, hogy az ő idejében a feketék – fosztogatják a vagonokat, az a baj, hogy a tanulók – a fehér gallérosok – meg ellopják az egész vasúttársaságot” – mondta lapunknak a polgármester, aki szerint jó, hogy felvetődött ez a

Gimnázium – által alakított négy fiktív párt a definíciós játékban bizonyíthatta, mennyire érti a politika alapjait. Pontosan meg kellett határozniuk a frakció, az alkotmány, az aranyfűst és a klórtúr jelentését. Utóbbira többször is rákérdeztek, mivel a szó hallatán sokan azt hitték, a játékvezető, Borók Zsuzsa csak túszentett egyet... Az a csapat kaphatta meg a tortát, amelyik a legpontosabban írta le a definíciókat.

A szusszanásnyi ebédszünet után az „egynapos politikuskokra” a felsőházi ülésterem várt, ahol a Tamási Áron iskola tanulói által alakított Róna és a Demokratikus Haverjai (RDH) párt a színes ruhadarabok viselésére vonatkozó törvényjavaslatot nyújtott be. Erről az ellenzékiek, az újpesti Zami Magyarországiért Mozgalom (ZMM) és a dunaujvárosi Országos Súlyom Párt (OSP), valamint a kormányoldali mohácsi Kisfaludy Diák Párt (KDP) tagjai dönthettek.

A KDP törvénybe iktatta volna, hogy hétfőnként minden állampolgár zöld ruhát viseljen, mivel ez színek jótékony hatása van. Az ellenzékiek ezt nem hagyták szó nélkül, szerintük a hazánkba utazó turisták azt hinnék, hogy Magyarországot csak környezetvédelmi aktivisták lakják. Szót emeltek azokért a hátrányos helyzetű állampolgárokért is, akiknek nincs ilyen színű ruhadarabjuk.



A fiatalok hasznosnak tartják a 2005 óta működő programot

kell értenünk, aki bünt követ el, például lop, miért teszi azt. „Ha a négy gyermekem éhezne, lehet, hogy én is lopnék nekik kenyeret” – vallotta be apaként, kiemelve: ez egy szélsőséges helyzet, és nem egyenlő azzal, ha valaki pont húszezer forint értékben követ el vagyon elleni bűncselekményt, hogy csökkentse az esetleges felelősségre vonás súlyosságát. „A kedvenc Mark Twain-ide-

kérdés. Fontos mindezt alaposan megbeszélni a gyerekekkel, mivel egy hibás magyarázat, vagy a hallgatás csak rosszat szülhet.

A beszélgetést követően a jelen lévő négy iskola – az Újpesti Két Tanítási Nyelvű Műszaki Szakközépiskola, a Bánki Donát Gimnázium és Szakközépiskola, a hegyvidéki Tamási Áron Általános Iskola és Német Két Tan nyelvű Nemzetiségi Gimnázium és a mohácsi Kisfaludy Károly

Környezeti találkozó a Normafa Óvodában

Közel háromszáz kerületi nagycsoportos vett részt az idei, tizenegyedik alkalommal megrendezett környezeti találkozón. A Hunniareg Pedagógiai Intézet Budai Módszertani Központja szervezésében, a Normafa és a Zölderdő Óvoda munkatársainak közreműködésével megvaló-

rakat figyelnek, fákat fogadnak örökbe, és számos más, a környezet, illetve a természet védelmére nevelő programban vesznek részt. Ezért is vállalta az óvodai kollektíva az esemény lebonyolításának oroszlánrészét.

„A hegyvidéki óvodák életében kivétel nélkül kiemelt helyen sze-



Az állatvilág érdekességeivel is ismerkedtek a gyerekek

suló programon változatos témákban kaptak játékos, mozgást igénylő, illetve elgondolkodtató feladatokat a gyerekek. Szó esett például a kőzetek keletkezéséről, az erdők növényvilágának megővéséről, valamint arról is, hogyan épül fel egy tápláléklánc az állatvilágban.

A találkozónak ezúttal a Normafa Óvoda hatalmas, ősfás kertje adott otthont. Purzsa Gáborné intézményvezető elmondta: „Zöld Óvodaként” működnek, így nagy hangsúlyt kap náluk az élményeket, tapasztalatokat nyújtó környezeti nevelés. Az óvodásokkal együtt gondozzák a kertet, odúkat készítenek, mada-

repel a sport és a környezetvédelem” – jelentette ki a Hunniareg szaktanácsadója. Kovács Zsuzsa szerint a gyerekek kiváló teljesítményén látszott az óvodák alapos felkészítő munkája. Ki is érdemelte mindegyik csapat az emléklapokat és az ajándékokat, köztük a pedagógiai intézet által felajánlott Séta a természetben című könyvet, valamint azokat az állatfigurás díszköveket, amiket a Zölderdő óvodái saját kezűleg készítettek. A nagycsoportosokat a feladatokat teljesítését követően az esemény támogatója, az FH Gasztró Kft. vendégelte meg a Normafa Óvodában.

z.

Rendhagyó történelemóra az Európai Unióról

Az Európai Unió megismertetése a célja azoknak a rendhagyó történelemóráknak, amelyeket a Külügyminisztérium munkatársai tartanak a középiskoláikban. Május közepén Orosz Tamás, a Külügyminisztérium Nemzetközi Fejlesztési Együttműködési és Humanitárius Segítségnyújtási Főosztályának munkatársa látogatott régi alma materébe, a Budai Középiskolába, hogy a diákokkal az EU-ról beszélgesse.

Az iskola könyvtárát megtöltötték a harmadikos tanulók. Kezdetben kissé feszengve indult a beszélgetés, de miután Orosz Tamás felemlítette azokat a volt tanárait, akiket a mostani gimnazisták is ismerhetnek, azonnal oldódni kezdett a légkör.

Az 1996-ban még a Táncsics Mihály Gimnáziumban érettségiző külügyes, miután felvázolta, hogyan vezetett pályafutása a mostani állomásáig, arról faggatta a diákokat, mennyit tudnak az Európai Unióról. Miközben a nemzetközösség szervezeti és intézményi rendszeréről beszélt, meg-megjutalmazta a kérdéseit



A diákok leginkább a napi aktualitásokról kérdezték Orosz Tamást

jól megválaszolókat világitó végű golyóstollakkal, lufikkal, fényvisszaverőkkel és társasjátékokkal. Arra a kérdésre például, hogy tudják-e a gyerekek, mi az Európai Unió gyakorlati haszna, a legtöbben a szabad utazási lehe-

tőségeket és a könnyebb kereskedelmet említették.

Amikor lehetőség nyílt, hogy a diákok kérdezzenek, kiderült, a napi aktualitások érdeklik őket a leginkább. Egyikük arról érdeklődött, miért zárta be az unió a ma-

gyarországi cukorgyárakat, szemben a lengyelországiakkal; kilép-e Görögország az EU-ból; mit tesz Európa a szlovákiai magyarokért, akik a magyar állampolgárok felvétele után elvesztik a szlovákot.

Orosz Tamás elmondta, hogy pontosabb választ tudna adni humanitárius témákban, de az utóbbi kérdéssel kapcsolatban megemlítette, már vizsgálják a helyzetet. Arra pedig, hogy az Európai Unió kiszípolozza-e Magyarországot, ezt felelte: „Igen is, nem is. Elszípolozza a szakképzett munkaerőt, például az egészségügyből, de ezeknek az embereknek ez egyben jó lehetőséget, új életet, új karriert jelent. Az országnak viszont veszteség, ezért arra kell törekedni, hogy visszacsalogassa azokat, akik elmentek. Ebben nemcsak a magasabb fizetés jelenthet vonzerőt, hanem a kultúra és a hazai ízek is” – mondta a rendhagyó történelemórát tartó külügyi szakember, majd arra biztatta a fiatalokat, hogy használják ki az unió nyújtotta lehetőségeket, azaz vegyenek részt minél több csereprogramban, nyelvi táborban.

li.

Hegyvidéki Napok: piknikhangulat a Gesztenyésben



BARANGOLT A HEGYVIDÉK

Több mint kétszázán indultak el a Barangoló Hegyvidék teljesítménytúrán június 3-án. A résztvevőknek tizenöt kilométert kellett megtenniük a célig, s közben nem ártott nyitott szemmel járniuk, hiszen a kirándulás végén mindenki egy helytörténeti kérdéssort kapott, hogy ne csak a testét, hanem az agyát is megmozgassa.

Már reggel fél nyolctól gyülekeztek az indulók a Barabás-villa kertjében, hogy fél órával később nekivághassanak a Kis-Sváb-hegy emelkedőjének. Hét állomásponton kellett megjelenünni, ezeken kerületi cserkészek várták őket, és igazolták a helyszín érintését. Aki begyűjtötte a hetedik pecsétet is, annak a Szépjuhászné közelében lévő pálos kolostor romjaihoz vezetett az útja.

A Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény munkatársai a középkori templom maradványai mellett állították fel asztalaikat, és oklevéllel, kitzővel, valamint papírmasékról várták a célba érkezőket. A fáradt és kíváncsi vándoroknak Dupay Mihály, a kolostor gondozója előadást tartott a pálos rend és a budaszentlőrinci kolostor történetéről.

A program zárásaként helytörténeti könyveket, valamint egy túra GPS-készüléket sorsoltak ki a rendezők. Ez utóbbit fődíjat egy frissen végzett túravezető, Bruschné Sepsey Katalin nyerte.

B. A.

ÉLŐ CSOCSÓ, TRÉFÁS KÖTÉLHÚZÁS

A XII. kerületi Szabadidősport Központnak köszönhetően az idén sem hiányoztak a sportprogramok, a hagyományos diákolimpiai versenyszámok mellett meglepetések is várták a résztvevőket a Hegyvidéki Napokon. A pénteki nap rögtön két újdonsággal szolgált, hiszen az első Budai Hopp-Parádé előtt az iskolák közötti atlétika-pályabajnokság negyedik korcsoportos távolugrói „melegítették be” a Sírly sétányon felépített rekortán és a versenyszabványoknak megfelelően kialakított, speciális távolugróödröt.



Másnap a már megszokott úszóversenyekkel folytatódott a diákolimpia küzdelmei, a Sportmax belső medencéjében a legkisebbek három úszásnemből, valamint váltóban mérték össze tudásukat. A legnépszerűbb sportág sem maradhatott ki a kínálatból, ezúttal a második korcsoportosok focibajnokságának négyes döntőjét időzítették a Hegyvidéki Napokra. A végső győztes Jókai iskola a fináleban a Tamásit verte meg, a harmadik a Pannonia Sacra, a negyedik a Virányos iskola csapata lett.

A szervezők a szurkolókra is gondoltak. A gyerekek és szülei a versenyzőkkel kiegészülve vidám előcsocsó-mecceken és bohóccokkal „megbolondított” kötélhúzó-viadalokon vehettek részt.

(em.)

HELYTÖRTÉNETI VETÉLKEDŐ

Az elmúlt hónapokban három kérdéssort jelent meg lapszámainkban, ezeket visszaküldve a kisorsolt szerencsések helytörténeti könyveket nyertek. Akik pedig a legjobb megoldásokat adták, lehetőséget kaptak arra, hogy összevessék tudásukat a „Ki tud többet a Hegyvidékről?” elnevezésű helytörténeti, helyismereti vetélkedő szóbeli döntőjében.

A Hegyvidéki Helytörténeti Gyűjtemény által szervezett versenyen hat különböző feladattípust kellett megoldania az öt döntősnek. Egyebek közt kvízkérdések, képfelismerő játékok, illetve a napjainkra vonatkozó kérdések várták őket.

A kellemes hangulatú, játékos vetélkedőt Lengyel Zóra történész vezette, aki minden kérdéssor végén ismertette a megoldásokat, így mindenki tisztában lehetett a jó és rossz válaszai arányával. Ennek ellenére is akadt, akit pozitív meglepetésként ért az eredményhirdetés. A harmadik helyen végül Urbán Ilona végzett, ő a Kairosz Kiadó könyvcsoomagját kapta, a második helyezett Vécsei Georgina lett, aki a szálloda felajánlásából egy hétvégét tölthet el másodmagával a Normafa Hotelben, az első helyen pedig Pretz György végzett, és jutalmul egy digitális képernyőt vihett haza.

B. A.

(Folytatás az 1. oldalról)

– Nem adjuk oda bárkinek a kutyákat, előbb elmegyünk megnézni, hová kerülnének, milyen körülmények közé. Van, hogy azt tanácsoljuk a leendő tulajdonosnak, néhány hétig próbálja ki, jó gazda lenne-e, és ha valaki utána is úgy érzi, hogy a kutya iránti



felelősség nem nagyobb teher, mint amire számított, megtarthatja új kedvencét.

– Most is vannak érdeklődők?

– Egyelőre csak simogatni, sétáltatni, játszani jöttek, és ez nem is baj, mint mondtam, csak megfontolt döntés után lehet felelősen kutyatartásra vállalkozni.

Miközben a színpadon egymást váltották a fellépők, nehéz volt ellenállni a csábító aromáknak. A kürtőskalács illata például olyan inycsiklandó volt, hogy a Székelyudvarhelyről érkező család megállás nélkül gyúrta, sodorta, tekerte, sütötte az édesseget. Bálint Irma szívesen mesélt a híres finomság történetéről:

– Az 1700-as években Bethlen Gábor udvarában jelent meg először egy írás a „botra tekercsről”. De van felénk egy monda is az eredetéről. Székelyudvarhelytől tizenkét kilométerre fekszik egy település, Márafalva – biztosan hallottak róla, arról híres, hogy minden házban székely kapuja van. Erről a Márafalváról a tatárjárás idején az emberek egy nagy barlangban bújtak el. A tatárok azt gondolták, elég kiéhezettnek őket, de a leleményes székelyek túljártak az eszükon: egy botra

szalmaköteget tekertek, kidugták a barlang nyílásán, és azt mondták, látjátok, van kalácsunk, nem vagyunk éhesek. Erre a tatárok elvonultak. Megmenekültünk, mert nem tudták, hogy a székely emberen nem foghatnak ki.

– Miért a székely kürtőskalács a legjobb?

– Mert székely lélek kell az elkészítéséhez. Ahogy mi nem tudunk például szegedi paprikát készíteni, úgy nem tud más sem ilyen kürtőskalácsot sütni.

– És az összetevőkben mi a titok?

– Nem titok: csak igazi, természetes hozzávalókat használunk, semmi adalékot, vagy pótszert. Nálunk például „nem terem meg” az aroma, és „dejófánk” sincs – remélem, nem is lesz. Fontos a jó párázs is, sütőben nem lehet kürtőskalácsot sütni.

– A rápirított cukorral sem takarékoskodnak, még finomabb, mint a dobostorta tetején.

– Ha sajnálnánk róla a cukrot, vagy a diót, nem is lenne érdemes nekiállni. Nekünk az az öröm, ha finom lesz, és szeretik az emberek. Ezért nem is hívok dolgozni idegen munkásokat, mi egy család vagyunk, a férjem, az öcsém, az ő felesége és az unokanővérem.

– Jártak már a Hegyvidéken?

– Hogyne, mi ide hazajövünk! Székelyudvarhely és a Hegyvidék testvérvárosok, s valóban érezzük is ezt a testvériséget. A karácsonyi vásárra lélekben már augusztusban készülök, és amikor megérkezünk, azonnal azt érzem, hogy otthon vagyok, a vásárban az emberek úgy szólnak hozzám, hogy attól mindig biztonságban érzem magam. Aztán amikor elindulunk haza, és meglátom az első román zászlót, számomra az is azt jelzi, hogy otthon vagyok, Székelyföldön.



– Legközelebb tehát karácsonkor találkozunk?

– Már ősszel jövünk, a BNV-re. Ha Isten is úgy akarja, ott sütünk egy hét méter hosszú kürtőskalácsot!

A finom vanília, pörköltcukros illat a borkóstolókhöz is elkísért bennünket. Az igazán szép borokat kínáló pincészetek



képviselői szerint idén a rozét keresték a legtöbben, bár volt olyan borászat is, amelyik egészen meglepő termékkel jelent meg. A Gere Pincészet Villányból például szőlőmagolajt és szőlőlisztet hozott, mindkettő a



szüret során különválogatott magokból készült természetes eljárással, de igazi újdonságnak talán leginkább a zöldsőlőlé számított.

– Az éretlen merlot kipréselt leve ez, ecet helyett érdemes saláta és egyéb ételek ízesítésére használni, de alkoholmentes fröccsnek is kiváló – avatott be minket a szakember.

A színpadon is peregetek az események, mire pedig a PASO, azaz a Pannonia Allstars Ska Orchestra következett, már igazi tömeg gyűlt össze, várva, hogy fergeteges buli koronázza meg a gazdag programsorozatot.

Hambuch Gerda, a MOM Kulturális Központ vezetője jóleső érzéssel nyugtázza, hogy a hegyvidékiek egyre otthonosabban, fesztelenebbül érzik magukat.

– Semmi sem jelzi jobban, hogy az emberek mindinkább a magukénak érzik a Hegyvidéki Napokat, mint az, hogy némely

család plédet is hozott magával, és a fűbe telepedve élvezte a műsort – mondta. – Reméljük, legközelebb is ekkora sikere lesz a rendezvénynek!

Antal Ildikó–Boussebaa Mimi

■ A Hegyvidéki Napok eseményeiről a Hegyvidék Tv is részletesen beszámol.



Egészségmegőrző program a szívért

„Egy program a szívért, egy program az életért” címmel egészségmegőrző kezdeményezést hirdetett a SzívSN Országos Betegegyesület. Arra szeretnék felhívni a figyelmet, hogy kellő odafigyeléssel egyetlen magyar szívbetegnek sem kell lemondania a sport és a mindennapi mozgás örömeiről. Ehhez járul hozzá a Városmajorban újtárá indított nordic walking-kampány.

Az egyre nagyobb hangsúlyt kapó prevenció ellenére Magyarországon továbbra is vezető haláloknak számítanak a szív- és érrendszeri elváltozások. Jelenleg mintegy 35 ezer ember él pacemakerrel és újracsatló funkcióval rendelkező készülékkel – a legtöbben a XII. kerületi Gaál József úton, a Semmelweis Egyetem Kardiológiai Központjában „születtek újjá” –, míg a keringési gondokkal küzdők száma elérte a 300 ezret.

Rajtuk próbál segíteni a tavaly májusban megalakult SzívSN Országos Betegegyesület nordic walking-mozgásprogramja, ami



Monspart Sarolta (balra) fontos szerepet vállalt a gyaloglóprogram elindításában

a hosszabb, tartalmasabb élet érdekében ingyenes sportolási lehetőséget biztosít a szívbetegek számára. Mint a kardiológiai központban megrendezett programnyitó sajtótájékoztatón az egyesület vezető Bernáth-Lukács Zsuzsa elmondta, a hatékony re-



A nordic walking a szívbetegek számára is nagyon ajánlott mozgásforma

habilitáció érdekében elkerülhetetlen életmódváltás mellett arra is szükség van, hogy a betegek tisztában legyenek betegségük kialakulásának okaival, illetve azzal, hogyan tudják elkerülni a még súlyosabb tüneteket.

Ennek érdekében az elmúlt évben közel kétezert embert vontak be felvilágosító programjukba, amit a központ, illetve a Magyar Szabadidősport Szövetség támogatásával májusban induló nordic walking-kampány egészít ki. Fél éven keresztül minden szombatn reggel nyolc és kilenc óra között szakképzett edzők várják a sétálóbotos gyaloglás iránt érdeklődő szívbetegeket a városmajori parkban.

„Arra szeretnénk rávenni a szívbetegség után lábadozókat, hogy

bátran sportoljanak, hiszen az ellenőrzött mozgás nagymértékben hozzájárul állapotuk jobbra fordulásához. Az első hónapban a pacemakerrel élők várjuk, majd újabb és újabb csoportokat vonunk be a programba. A terv az, hogy a kampány végére legalább

száz visszatérő résztvevője legyen az edzéseknél” – sorolta a célkitűzéseket Bernáth-Lukács Zsuzsa, aki arról is beszámolt, hogy a jövőben díjmentes zöldszámon hívható a kardiológia, míg az egyesület tagjai ingyenesen hozzájuthatnak az életmentő kártyához.

Az egészségtudatosság területén kifejezetten jó helyzetben van a Hegyvidék, elég csak a rendszeresen megtartott prevenciók programokra, az egészségnapokra, a minden hónap utolsó szombatján igénybe vehető ingyenes kórházi szűrésekre, illetve a betegség kialakulásáról és a kezelés ihető módjairól hasznos információkkal szolgáló szabadegyetem előadásaira gondolni – mondta az önkormányzat népjóléti irodáját vezető Müller Csaba. Hozzátette, a SzívSN egyesület segítségével szeptembertől elindul a kifejezetten a szív- és érrendszeri megbetegedések elkerülését, az elváltozások időbeni

felismerését szolgáló szűrőprogram, amelyen a XII. kerület lakosai ingyenesen vehetnek részt.

Lehoczky Zsuzsa operetténekes 2001-ben kapott pacemakert. A Kossuth- és kétszeres Jászai Mari-díjas színművész akkor úgy érezte, vége a világnak, ma már viszont mindez a múlté. Bátran kánkánozik a Víg özevényben, hetven év felett is havonta tizenöt-husz fellépést vállal, rájött arra, hogy az apró szerkezettel is lehet teljes életet élni. Hasonlóképpen vélekedik Kolozsvári Gábor, akinek egy évvel ezelőtt, edzés után állt meg a szíve. Szerencsére sikerült megmenteni, azóta pedig visszatért a sport világába. A világbajnok maratonni kenus mindenkinek jó szívvel ajánlja a rendszeres mozgást, különösen a keringést leginkább javító futást, kerékpározást és gyaloglást.

Utóbbinak egy speciális ága a nordic walking, amelyet a SzívSN egyesület és az eszközök biztosító Magyar Szabadidősport Szövetség együttműködésének köszönhetően próbálhatnak ki a szívbetegek. Első alkalommal ráadásul különleges téje is volt a gyaloglásnak, hiszen a mozgással eltöltött percekhez hozzászámolták a Kihívás napja országos eredményéhez. Komoly szerepet vállalt az edzésprogram elindításában Monspart Sarolta, aki gyaloglás közben nem győzte hangsúlyozni: mindnyájunk felelőssége, hogy rendszeresen sportoljunk, hiszen a mozgás valóban életet ment.

Em.

■ További információk: www.szivsn.hu

Új attrakciók a Sas-hegyen

Megújult a Sas-hegy Természetvédelmi Terület bejáratánál található fogadóépület, amelynek kihasználatlan tetőtere kellemes, fedett kilátóterasszá alakult át. A szabadtéren gyilkbemutatóhelyeket hoztak létre, ahol a zöld és a pannon gyilkokat természetes környezetükben figyelhetjük meg.

A Sas-hegy természeti értékeinek megővására, illetve a látogatókat kiszolgáló létesítmények korszerűsítésére már negyedik alkalommal nyert uniós támogatást a természetvédelmi terület kezelője, a Duna-Ipoly Nemzeti Park Igazgatósága. A támogatások segítségével a védett területtel sikeresen visszaosztották a tájidegen özőnnövényeket; emellett felújították a tanösvényt és a csúcspon található kilátópontot, illetve egy interaktív kiállítás is készült.

A fejlesztések nem álltak le: a most lezárult, közel 60 millió forint összegű, 85%-os támogatással megvalósuló projekt keretében átalakították a 80-as években épült fogadóépületet, és a tetőtérben egy zárt, fedett – kerek székek által is megközelíthető – kilátóteraszt hoztak létre, ahol a látogatók a kinti séta után megpihenhetnek, illetve barátságosan időt is élvezhetnek a panorámát. A zárt teraszról a magasban vitorlázó vörös vércse nézőpontjából is szemügyre vehetjük a várost, erre a hegy tetején elhelyezett kamera biztosít lehetőséget, amit távvezérléssel irányíthatunk egy monitor mellől.

A fogadóépület szomszédságá-

ban állandó gyilkbemutatóhelyeket alakítottak ki, ahol a zöld és a pannon gyilkokat figyelhetjük meg természetes környezetükben. Rajtuk kívül a városi életmódhoz alkalmazkodott kisállatok, például a rókát, borzot, nyestet, görényt is megismerhetjük testközelből, ha ellátogatunk a vasárnaponkénti játékos programokra.

A vendégek kényelmét szolgálják a sétaútvonalak mentén elhelyezett új pihenőpadok, illetve a parkolás is könnyebbé vált a bejárat mellett újonnan létesített parkolóhelyeknek köszönhetően. A terület esztétikai megjelenését javítja a korszerűsített fogadóépület mellett a bejárat kovacsoltvasból készített kerítése, a kilátópont falkorlátja, illetve az a szépészeti beavatkozás, melynek keretében egy régi betonbunkert sikerült a tájba illeszteni.

A látogatóközpont környezetkímélő működtethetősége is szem-



A fogadóépületet is átalakították

pont volt a fejlesztések során, ezért a fogadóépület melegvíz-ellátását napkollektorokkal oldották meg, míg a fűtést aprítékkal üzemelő kazánnal biztosítják. Az aprítékot azokból az invazív növényekből, például az orgonából nyerik, amelyeket folyamatosan irtanak a területen az őshonos növényfajok védelmében. z.

vakolat falfesték falazúr műgyanta kerítésfesték fémpfesték

Vásároljon nagykereskedőtől!

Vásároljon minőséget raktárról!



AKCIÓK!

Drága a felújítás?

Sokba kerül az építkezés?

Szeretné ha a kiskereskedelmi árás a családi kasszában maradna?

mipa FÉMVÉDELEM

mipa ROZSDAÁTALAKÍTÓ (05,1, 11, 51): 1.922 Ft/l-től
mipa AK47 KORROZIÓGÁTLÓ ALAPOZÓ: 1,190 Ft/L-től (05,5, 10l, 35l)
 szürke, rozsdabarna, bézs

Gyorsan száradó, ütés-és időjárásálló, UV stabil egyrétegű festék. Közvetlenül a fém felületre.

mipa AKCIÓS GYÁRI SZÍNEK: zöld, barna, bordó (11 és 1,5 kg): 1.190 Ft/kg

Egyedi színigény esetén: 1.999 Ft/l-től

mipa HOMLOKZATRA

mipa HOMLOKZATFESTÉK: 999 Ft/l
 Csapóeső- és időjárásálló, kiválóan f edő, jól töltő, akrilát homlokzatfesték vakolatra, betonra, téglafalra. (5l, 10l)

mipa VAKOLATOK:
 -színezhető alapozó:

558 Ft/kg+ színezés
 -színezhető vakolat:
 260 Ft/kg+ színezés
 Akril bázisú, páraáteresztő, szálerősített, ütés- és kaparásálló, színtartó, kül- és beltéri használatra. Szemcseméret K2 (1,5mm), színezhető.

mipa PENÉSZGÁTLÓ SPRAY: (0,5l)
 1.599 Ft/db
 Nagy felületű penész-, alga- és gombatelepekre, fekete foltokra.

mipa FAVÉDELEM

Ajtók, ablakok, kerítések, kerti bútorok, játékok, széldezska festésére és védelmére. Nyír, dió, mahagóni, tölgy, világos tölgy, kőris, antik fehér, fehér, szintelen, teak, palaszander...stb.

VÍZES BÁZISÚ FALAZÚR
 0,75l: 2.244 Ft/db
 2,5l: 2.567 Ft/l
 Biocid mentes, selyemfényű kül-és beltéri, 12m2/l/réteg

OLDÓSZERES BÁZISÚ:
 0,75l: 2.201 Ft/db
 2,5l: 2.325 Ft/l
 Aktívan lélegző, UV álló, vízlepergető. 18m2/l/réteg

mipa BELTÉRI FALFESTÉKEK
 Diszperziós, mész, latex

FEHÉR SZÍNŰ (15L): 409 Ft/l
 Nagy ellenálló képességű, kiválóan fedő lélegző, matt fehér, beltéri fal és földépfesték.

SZÍNEZHETŐ VÁLTOZAT: (10l)
 899 Ft/l-től színezőpaszta igény szerint.
 Igényes beltéri bevonatokhoz. Páraáteresztő.

BEL- ÉS KÜLTÉRI LATEXFESTÉK:
 (10l) 905 Ft/l-től
 Nagy igénybevételhez, fehér selyem.

Kérjen szakmai segítséget és ajánlatot, telefonon, emailben.

A termékek átvehetőek előzetes egyeztetést követően raktárunkban. Kiszállítást vállalunk! Kérje ajánlatunkat!

H-1158 BUDAPEST, Berni út 1. "C" épület fsz.3. TEL: +36 1 414 03 23 colourinvestment@t-online.hu

Kullancs, szúnyog: komoly veszedelmek!

A Lyme-kór ma már komoly humán- és állategészségügyi kockázatot jelent dr. Kapiller Zoltán, a Magyar Kullancsszövetség vezetője szerint. Tovább súlyosbítja a helyzetet, hogy a kullancsok mellett a szúnyogok is többféle, Magyarországon csak az utóbbi években megjelenő betegséget terjesztenek. A szakember úgy véli, a megoldás a megelőzésben keresendő, ha házi kedvenceink védettek a fertőzésekkel szemben, az embernek sincs félnivalója.

Napjainkban folyamatosan nő a kullancs és szúnyog által okozott megbetegedések gyakorisága a háziállatok körében, ami az emberek számára is fokozott veszélyeket rejt. Ezért nagy figyelmet kell fordítanunk arra, hogy a fertőzéseket hordozó parazitákat távol tartsuk magunktól és házi kedvenceinktől. Minderről dr. Kapiller Zoltán, a Magyar Kullancsszövetség elnöke és dr. Lukács Zoltán kislátat-klinikus szakállatorvos beszélt egy sajtótájékoztatóon.

Magyarországon zömében két faj, a közönséges kullancs és a közönséges kutyakullancs fordul elő, Budapesten mindkettő meg-



Otthon is elvégezhető kullancsteszt

található. A kutyák körében a babéziózis, az embereké pedig a Lyme-kór a leggyakoribb megbetegedés. Gondot okoz, hogy amíg tizenöt évvel ezelőtt a kullancs „tavaszi” rovarnak számított, mostanra egész évben előfordul.

Újfajta veszélyforrás a szúnyogok terjedése, nekik akár egyetlen tócsa is elég az elszaporodáshoz. Május és szeptember között fordulnak elő a legnagyobb számban, ilyenkor terjesztik az állatokat támadó szívférgességet, ami négy-öt esztendővel ezelőtt szinte ismeretlen volt hazánkban.

A 7-10 centi hosszú férgek lárvái a szúnyogok közvetítésével az emberbe is bejuthatnak, azonban szerencsére számukra csak közti-gazda vagyunk, humán közegben nem képesek ivarérett féréggé válni és szaporodni, ezért a testben vándorolnak. Előbb-utóbb beszorulnak valamelyik kis érbe, ahol elpusztulnak, és lokális elzáródásokat, granulomát, keringészavart okozhatnak. Az orvos ilyenkor elsősorban valamilyen daganatra, ha tüdőben található, tüdőbajra gondol, holott az ok a szívféreg lárvája.

Szintén a szúnyog hordozza a bőrféreg kórokozóját, ami a fővárosi kutyák közel húsz százalékában kimutatható. Ilyenkor a csipés környékén, majd a lárvá, illetve a féreg vándorlásának helyén göbök alakulnak ki. Emberre kevésbé veszélyes.

A harmadik komoly megbetegedés a korábban csak a mediterrán

rán égőben jelentkező leishmaniozis, ami az utóbbi években már Magyarország déli megyéiben is felütötte a fejét. Terjesztője a lepkeszúnyog, a legveszélyeztetettebbek a gyerekek, illetve az idősek.

A betegség súlyos szervi elváltozásokkal jár, és hosszú a lapangási ideje. Először láz formájában jelentkezik, 2-20 hónap elteltével máj- és lépmelegnagyobbodás alakulhat ki, előfordulhat sárgaság, miközben a kórokozó rohamosan szaporodik a nyirokcsomókban, a csontvelőben. A bőrön felrakódásos fekélyek jelenhetnek meg, ami a nyálkahártyára is áterjedhet. A gyógyulás akár három évig is eltarthat.

A megelőzés valamennyi esetben a kórokozók átvitelének lehetetlenné tétele, amire számos szer áll rendelkezésre: ilyen a riasztónyakörv, illetve a spot-on (csepp) folyadékok, amelyek hatékonyan távol tartják a kullancsot és a szúnyogokat. Dr. Lukács Zoltán hangsúlyozta: fontos a felelősségteljes gondolkodás, hiszen az állatok védelmével magunkat is óvjuk.

A kullancs jellemzően egyetlen embert tud megfertőzni, míg a szúnyogok tömeges megbetegedést okozhatnak. Utóbbiak közül a legtöbb bajt a hangtalanul repülő lepkeszúnyogok okozzák.

Új sebészeti tömb az onkológián

Nemzetgazdasági szinten is jelentős építkezés valósult meg a Hegyvidéken

A gyógyítás szempontjából elsődleges fontosságú, hogy a daganatos betegeket ott lássák el, ahol erre minden feltétel adott, hiszen így közel tíz százalékkal nő a túlélés esélye – hangsúlyozta Kásler Miklós főigazgató az Országos Onkológiai Intézet nemrégiben átadott sebészeti tömbjének egyházi felszentelése alkalmából megrendezett ünnepségen. Az eseményen részt vevő Matolcsy György nemzetgazdasági miniszter és Szócska Miklós egészségügyi államtitkár egyaránt jelentős lépésnek nevezte az intézmény fejlesztését.

Egyebek közt urológiai és májsebészeti beavatkozásokra is alkalmas, a legmodernebb eszközökkel felszerelt műtők, egy hetvennyolc ágyas fekvőbeteg-részleg, valamint a legmodernebb MRI- és angiográfiai készülékek kaptak helyet az Országos Onkológiai Intézet április végén megnyitott új sebészeti tömbjében. A mintegy hatmilliárd forint értékű – a költségek kilencven százalékát az Európai Unió, a fennmaradó mintegy 600 millió forintot a költségvetés biztosította –, 9000 négyzetméter hasznos területű épületet a hivatalos átadást követően (a kórház hagyományainak megfelelően) a keresztény egyházak képviselői szentelték fel májusban.

Levélben köszöntötte a résztvevőket az ünnepségtől hivatalos kötelezettségei miatt távol maradó Semjén Zolt. A miniszterelnök-helyettes szerint reménykedtő

az intézet fejlesztése, aminek köszönhetően a súlyos betegségben szenvedők méltó körülmények között bizakodhatnak állapotuk jobbra fordulásában. Az anyagiak, az eszközök azonban önmagukban nem érnek semmit, a sikeres gyógyításhoz szükség van arra a szakmai tudásra és a rászorulókat felé irányuló szeretetre, ami leginkább jellemzi az onkológián folyó munkát – zárta sorait Semjén Zolt.

Hozzátette: az új épületközpont és eszközpark átadásával évtizedes tartozását törlesztette az egészségügy. Rendkívül fontos fejlesztésről van szó, ugyanis az intézetet a klinikai onkológiai ellátás szempontjából másfél milliós, a sugárterápiát is figyelembe véve további hárommillió embert lát el. Kásler Miklós éppen ezért abban bízik, hogy a feladatok teljesítéséhez továbbra is megkapják a szükséges kormányzati támoga-

„Egy újabb lépés ezen az úton az onkológiai intézet fejlesztése, ami példaként szolgál a teljes gazdaság számára, hiszen előrevetíti a következő két évben az élet minden területén bekövetkező fellendülést” – jósolta a nemzetgazdasági miniszter.

A Magyarországon vezető hálókban számító daganatos megbetegedések elleni küzdelem jelentős állomásának nevezte az épületegyüttes átadását Szócska Miklós államtitkár. Mint mondta, a rák veszélyes, de korántsem leküzdhetetlen ellenfél, a siker nyitja a jól felszerelt onkológiai centrumok mellett a megelőzésben, a népegészségügyi mozgósítások hatékonyságának növelésében rejlik. Ennek része a nemdohányzók védelmét célzó törvény, aminek máris van eredménye, hiszen nyolcvan százalékkal csökkent a szállopór aránya a szórakozóhelyeken.

Az ünnepi beszédek követően felavatták azt a szobrot, amelyet Sinkovits Vilmos és Tímár László, valamint családjaik adományoztak az intézménynek. Az építkezés projektmenedzsere, Tímár László szerint a rákbetegek számára nagyon fontos a remény és a hit – a sebészeti tömb aulájában elhelyezett szobor talán némi megnyugvást ad a gyógyulásra váróknak. Az ünnepség zárásaként a katolikus, a református és az evangélikus egyházak képviselői közös liturgiát keretében megáldották az épületet.

Em.



Matolcsy György, Kásler Miklós és Szócska Miklós

A magyar egészségügy átalakítása mérőföldkőhöz érkezett, a struktúraváltásban pedig kiemelt szerepet kap a legpusztítóbb betegség, a daganatok ellen küzdő Országos Onkológiai Intézet. A változás lényege, hogy a betegeket ott lássák el, diagnosztizálják és kezeljék, ahol erre minden feltétel adott. Ilyen hely a hegyvidéki intézet, amely hetvenöt éve folyamatosan a legjobb európai szakintézmények között van – hívta fel a figyelmet Kásler Miklós, az intézet főigazgatója.

„Bár sok minden történt azóta, hogy 1852-ben megnyitotta kapuit az onkológia jogelődje, a Budai Elme- és Ideggyógyintézet, a lényeg mégsem változott, hiszen a Kék golyó utcában ma is a szellem és a test harmóniájának visszaállításán dolgozunk” – fogalmazott a főigazgató.

Mindehhez Matolcsy György annyit tett hozzá, hogy az intézet bővítése az egyik kézzelfogható jele annak a folyamatnak, amely a „betegségtől szenvedő ország” gyógyulását eredményezi.

Sporttáborok a Buborékban

Idén is várják a biztonságos körülmények között úszni, focizni, kosarazni, lovagolni, pingpongozni vagyó gyerekeket négyéves kortól a Buborék Úszóiskola hagyományos szünidei táborába, a Városmajor utcai sportközpont együttműködésével meghirdetett napközis rendszerű programokra.

A táborok egész nyáron, minden héten hétfőtől péntekig tartanak, az első turnusok június 18-án indulnak. Az egyetlen kivétel az intenzív úszásoktatás, amire kéthetente lehet jelentkezni. A délután négy és hét óra között zajló negyvenöt perces foglalkozásokon vízhez szoktató, kezdő, mély vízhez szoktató, félhaladó és haladó szinten folyik az oktatás.

Délelőtt műfűvön, rossz időben a tornacsarnokban ismerkednek a legnépszerűbb sportág alapjaival a labdarúgó-tábor résztvevői, akik a kosarasokhoz hasonlóan ebéd után a sportközpont medencéiben csiszolhatják úszástudásukat. A tavalyi nagy sikerre való tekintettel most is megrendezik a pingpong-, úszó- és tollaslabdatábor: a BSE városmajori csarnokában szakedzőktől tanulhatják meg a gyerekek nemcsak az alapokat, de a finomabb trükköket is.

Megfordulnak az arányok az úszótáborban, ahol a változatos medencés programok kiegészítője a foci, vagy éppen a kosárlabda. Egyebek között lovagolni, falat mázni, görkorcsolyázni, biciklizni, búvárkodni, de akár bobozni is lehet a kalandtáborban, míg a hagyományos lovas táborban a lovaglás mellett az íjászatba is bekapcsolhatnak a fiatalok. (m.)

■ Bővebb információk és jelentkezés: www.buborekport.hu

FOGSORRÖGZÍTÉS 2012

Rögzíttesse fogorát
MINI IMPLANTÁTUMOKKAL!

A Mini Dental Implant (MDI) több évtizedes tapasztalattal rendelkező amerikai rendszer a fogprotézisek rögzítésére:

- minimális és egyszeri beavatkozás
- kedvező ár és azonnali terhelhetőség
- stabilan ülő fogor
- akár a régi protézis felhasználásával is
- nem kell többé ragasztó
- bizonyítja több mint 20 év tapasztalat és >1 millió beültetett implantátum



VÉGRE NYUGODTAN BESZÉLHET, MOSOLOGYHAT ÉS EHETI KEDVENC ÉTELEIT!

Az Ön megoldása:

Dr. Faluhelyi Péter fogorvosi rendelője
a Margit híd pesti hídfőjénél, a Pozsonyi út elején.

Bővebb információért:

Tel: 239 20 83 • mobil: 20/929 0701

www.fogsorrogzites.hu

www.drfuluhelyi.com



3M ESPE

TELJESKÖRŰ FOGORVOSI ELLÁTÁS

www.mini-implantatum.hu

3M ESPE/DENT-EAST REFERENCIA RENDELŐ

