www.zsambekimedence.hu

Zsámbéki-medence

2012 március – április

Regionális Hírmagazin

Szerezzen barátokat és keressen pénzt a Zsámbéki-medencében!

Klapka Állategészségügyi Központ
Állatorvosi rendelő és kutyakozmetika

2092 Budakeszi, Klapka u. 2.
telefon: 06 (23) 451 103
www.allatorvos.net

Nyitva tartás: H-P 10-20, Szombat 9-12, Vasárnap 14-17 óráig

Dr. Ölveczki Karolina
ügyvéd

Iroda: 2092 Budakeszi, Fő u. 60.
tel: 06-23-453-475 mobil: 06-30-389-0303
ugyved@drolveczkikarolina.hu
www.drolveczkikarolina.hu
ügyfélfogadás előzetes időpontegyeztetéssel

Ismét megnyílt a Mátyás Borozó és Vendéglő!

(Zsámbék, Szőlőhegy)

Páratlan panoráma a Romtemplommal szemben!

Tel.:06-23-340-922

www.matyasborozo.hu

info@matyasborozo.hu

GYÓGYÍT-LAK
PÁTYI KISÁLLATRENDELŐ

2071 Páty, Tulipán u. 13.

DR. KAPILLER ZOLTÁN
lézergyógyász állatorvos

24 ÓRÁS ÁLLATORVOSI ÜGYELETI TELEFONSZÁM:
06-30-552-12-20

Rendelési idő: hétfőn 10-12, kedden 17-19, csütörtökön 17-19, pénteken 10-12
Rendelési időn kívül betegfogadás telefonon történő időegyeztetés alapján történik. Rendszeresen olvassa honlapunkat: **www.drkapiller.hu**

MAPOL FAISKOLA

Kiváló minőség, szolid árak!

ÖRÖKZÖLDEK, CSERJÉK

NAGY VÁLASZTÉKBAN!

2071 PÁTY, TÖKI U.100

Faépítő

Tel.: +36 30 517 7120
+36 70 330 8560
Web: www.faepito.hu
E-mail: faepito@faepito.hu

ENERGIA-TANÚSÍTÁS

Hőszig. tanácsadás
Belsőépítészet
Faszerkezetek

Tintapatron, Toner,
Faxfilm, Fotópapír,
új és használt Nyomtatók
Tel.: 06-20-426-8565
Zsámbékon, a lottózó mellett.

Kereskedelmi hűtőgépszerelőket, központi fűtésszerelőket és műszaki végzettséggel rendelkezőket keresünk lehetőleg német nyelvtudással.

FO-VILL KFT.

Jelentkezésüket várjuk a konyveles@fovill.hu címen, vagy a 06-30-931-7644 számon.

www.fovill.hu

Európa?

Üres a reptéri várócsarnok. Majdnem üres a parkoló is. Egyszercsak a csarnok elé kanyarodik egy elegáns fekete Merci, kínaiformájú hölgy vezeti. Hasonlóképpen elegáns – és kínaiformájú – úriember lép ki a váróból és remek időzítéssel száll be a hátsó ülésre. Illetve, nem is olyan remek az az időzítés, késett egy fél percet. Mert közben odaértek a rend éber őrei is, akiket most éppen parkolóőrré silányított az aktuális vezetés. Érdeklődve nézzük a kibontakozó hatósági fellépést. A nő int, hogy már menne, na, de nem úgy van az errefelé. Először gesztikulálás, majd párbeszéd(?), sofőr és utas kiszállítása, csomagtartónyitás, iratátnézés, negyedórás – a honiak által már jól ismert – vegzatúra. Aminek a vége persze – persze? – büntetőcédula. Szokjad, paraszt, ha már volt képed eljönni hozzánk.

Lehetne másképp is. A nyelveket beszélő, jómegjelenésű közeg odalép a tájékozatlan utazóhoz és mosolyogva üdvözli Magyarországon, miközben megkéri, hogy legközelebb ne álljon meg a „TAXI drop off 5 min.” táblával jelzett helyen. Mert igaz, hogy most közel-távol sem taxi, sem más autó, de ettől még máskor lehet. A figyelmetlen utazó mosolyogva elnézést kér és gyorsan elhúz. Ehelyett az „eljárás” során negyedóráig állt ott az autó, mert félre nem küldték. Tudom, ki van nekik adva. Pénzt, de sokat. Persze, a főnöknek is, felelős nincs. „Parancsra tettem” – ismerős? Csak az nyugtat meg, hogy nemsokára ők is nyugdíjba mehetnek. Miközben országimázsra meg turizmusreklámra milliárdok mennek el.

Árkos Antal

ELADÓ LCD MONITOR!
Újszerű állapotú Fujitsu-Siemens 17” LCD monitor (4:3 képarány) garanciával olcsón eladó Zsámbékon.
Tel.: 06-20-921-6851
Ára 15.000 Ft

Zsámbéki-medence
Regionális Hírmagazin; Postacím: 2073 Tök Pf. 10. Tel.: 20-921-6851; E-mail: ujsag@zsambekimedence.hu; Honlap: www.zsambekimedence.hu; Megjelenik havonta, 2000 példányban; Kiadja: Árkos Antal alapító főszerkesztő; Kulturális rovatvezető: Domokos Kázmér; Fotó: Árkos Antal; Hirdetésfelvétel a szerkesztőségben; Welt Werbung Spiegel Nyomda Terjesztés postai úton, illetve személyesen; © Copyright Zsámbéki-medence Regionális Hírmagazin; A lapban megjelent írásokkal, fényképekkel kapcsolatban minden jog fenntartva!

Tartalom

Régió – Zsámbék
110 éves lenne dr. Meggyes József 4
Zsámbéki fotóművész sikere 4
Zsámbékiságok 5
Nem pusztul tovább a zsámbéki zsidótemető? 5
Új polgárőrség Zsámbékon 5
Lámpák Zsámbékon 5

Régió
Parlament és katedrális 6

Vendéglátás
Választék és házias ízek 8

Életmód
Gyógyítsd magad, hogy gyógyuljon a világ! 9

Kultúra
Betűkből szavak 10
Egy kiállítás szobrai 10
Napfelkelte és Tanuságtétel 10

Címlap
Brüsszel, Európai Parlament

A Barátságos Zöldségbolt!

Szép áru, gazdag választék, kedvező árak, barátságos kiszolgálás.
Zsámbék, Akadémia utca (a lottózó mellett)
Tel.: 06-20-426-8565

110 éves lenne Dr. Meggyes József

Számosan gyűltünk össze a zsámbéki Művelődési Házban az emlékkiállítás megnyitóján, köztünk sokan olyanok, akik még személyesen ismerték a doktor urat, dolgoztak vele, esetleg betegei voltak. A kiállítást Meggyes Gábor, az egyik fia nyitotta meg. Jelen volt Csenger-Zalán Zsolt polgármester és Dr. Legerszki Tamás, akit 25 éves zsámbéki háziorvosi munkája alkalmából köszöntöttek.

Dr. Meggyes József 1933-ban lett Zsámbékon körorvos. De nemcsak itt dolgozott, gyakran hívták Budára, illetve a Zsámbéki-medence más településeire, Perbálra, Budajenőre, Telkibe, Pátyra, Herceghalomra, Mányra, Gyermelyre és Szomorra is. Az akkori közlekedési viszonyok között egy körorvosnak szinte mindenhez értenie kellett, nem volt idő megvárni a máshonnan érkező segítséget. Gyakran vezetett le szülést is. Már a háború előtt röntgenkészülék volt a rendelőjében, ami akkoriban ritka dolog volt. A háború után is számos elismerésben részesült. Sokéves munikája nyomán valósult meg Budakörnyék első törpe vízműve 1963-ban.

Dr. Meggyes Gábor és két lányunoka (fotó: Kovács István)

Zsámbéki fotóművész sikere

Kovács István, aki lapunk számára is rendszeresen készít képeket, rangos díjat vehetett át nemrég. A tavalyi év egyik legkiemelkedőbb fotós eseménye volt a Magyar Nemzeti Múzeumban megtartott André Kertész Retrospektív kiállítás. A kiállításhoz kapcsolódó „Ablakperspektívák" fotópályázaton Kovács István ötszáznál is több pályázó között második helyezést ért el a képünkön látható „Zongorista" című alkotásával. Gratulálunk!

Kovács István: Zongorista

Zsámbékiságok

Az Espa szállodával közösen indított sorozatunkkal egy kicsit másképpen, az idegenforgalmi kiadványok hangvételétől eltérő módon kívánunk kedvet csinálni egy zsámbéki kiránduláshoz. Természetesen várjuk ötleteiket, visszajelzéseiket. Köszönöm, hogy olvasnak bennünket.

a szerkesztő

Állatok itatója a falu végén

A gémeskút

Páty felé menet, balkézre elhagyva a Kontakt-busz (egykor Pemű) épületét, olyasmit láthatunk, amiből manapság inkább csak az Alföldön maradt néhány. Jókora gémeskút díszíti a bekerített, rendezett területet, ahol az utóbbi évben – régi szokást feleleventve – állat- és kirakodóvásárt is tartanak. A kút a háború után még eredeti feladatának megfelelően szolgált, az alvég utcáiból legelni ide hajtott marhák ivóvizét biztosította. Ahogy az állattartás visszaszorult, a kút is elhanyagolttá vált, majd „rászorulók" egyszercsak elbontották, szétfűrészelték. Izeli József, aki eredeti formájában állíttatta helyre a kutat, elmondta, ő még kerülgette a jószág által hátrahagyott csapdákat gyerekkorában a kút melletti réten focizva.

További írások: *www.espahotel.hu/helytortenet*

Lámpák Zsámbékon

Előző számunkban rövid irást közöltünk Borus Feri bácsiról, a zsámbéki Lámpamúzeum alapítójáról és mindmáig fenntartójáról, gyűjtőjéről. Akkor terjedelmi okokból nem tudtunk képet mellékelni, ezt most pótoljuk. De legjobb, ha megnézik a lámpákat élőben, úgy az igazi.

Fotó: Kovács István

Zsámbéki Lámpamúzeum
2072 Zsámbék Magyar u. 18.
Tel.: 06-23-342-212
www.lampamuzeum.hu

Nem pusztul tovább a zsámbéki Zsidótemető?

Másnak is eszébe juthatott az évtizedek óta az enyészetnek odavetett zsámbéki Zsidótemető. Húsvét előtt az önkormányzat dolgozóinak szorgos kezei megpróbálkoztak a szinte lehetetlennel, a temető elvadult növényzetének megrendszabályozásával. Reméljük, a derék tett nemcsak pillanatnyi fellángolás volt, a Zsidótemető rendberakása, látogathatóvá tétele újabb értékkel gazdagíthatná Zsámbék kulturális és idegenforgalmi vonzerejét.

Fotósunkkal, Kovács Istvánnal megkerestük és lefényképeztük a még látható néhány követ, nézzék meg Önök is.

Fotó: Kovács István

Új polgárőrség Zsámbékon

Többhónapos előkészület után – megvárva a polgárőrségre vonatkozó törvény hatályba lépését – Zsámbék Városőrség Polgárőr Egyesület néven új, fiatalokat és tapasztalt idősebbeket egyaránt magában foglaló polgárőr szervezet alakult Zsámbékon, élvezve a települési önkormányzat teljes támogatását. Az elnök Horváth László, az alelnökök Árkos Antal és Siklósi Péter, a tagok között van Csenger-Zalán Zsolt polgármester is. Reméljük, hogy az új szervezet létrejötte hozzájárul a mindinkább elharapózó bűnözés visszaszorításához. Tagfelvétel ügyében kérem, keressék Horváth László elnököt a 20-414-0711-es telefonszámon.

(tudósítónktól)

A Zsámbéki-medencéből Európa fővárosába

Parlament és katedrális

Régen repültem. Van talán nyolc éve is. Akkor sem Malévval. Tudom, hiba volt. De hát ki lát előre nyolc évvel egy olyan országban, ahol még nyolc napra is nehéz.

Sok minden változott. Az egyes terminál bezárt, a kettes kong az ürességtől. Igaz, még nincs turistaszezon. A büfében ezer egy süti, kétezer egy szendvics. Aki még idevetődik, annak gyorsan elveszik a kedvét. Ezzel is, mással is.

A biztonsági ellenőrzés túlzó módon alapos. Övet levenni, táskákat átkutatni, sokakkal még a cipőt is levetették. Az üdítőket megitatták, kiöntötték. (a duty-freeben aranyáron vett kólát azért fel lehet vinni a gépre – a szerk.). A hivatalnokok mindig visszafelé védekeznek, miközben a világ előre megy. Vagy valamerre.

Most, ahogy ezt a beszámolót írom, éppen megy a Ryanair reklám. És tényleg ült a gépen mellettem valaki, aki tízeurós jeggyel repült. Valamit valamiért.

Ettől még a gép korszerű, tiszta, a személyzet udvarias. A kétórás út viszont zsibvásár, valahol be kell hozni a veszteséget. Kaparós sorsjegy (2 Euro, fődíj 5000 Euro), telefonkártya, bizsu, mittomén. Közben catering – egy szendvics itt is kétezer, úgy látszik, ez valami szabvány.

Leszállás Charleroi, távolság kábé mint Zsámbék. Csoportunkra busz vár, irány Brüsszel. Beköltözés, lepakolás. Korrekt háromcsillagos szobák, kényelmes ágyak, tágas tiszta fürdőszoba. Túl sok idő nincs már a napból hátra, kis séta a környéken, óvatos (belga) sörkóstolás, alvás.

Másnap vasárnap, a programkezdés nem túl korai, de az óraátállítás bezavar. Így is van idő a bőséges reggeli kényelmes elfogyasztására. Utána levezető séta a központi pályaudvarig, irány Gent, a történelmi és egyetemi város. A vonatba beszállva rögtön megtaláljuk előre lefoglalt üléseinket, senkivel sem kell perlekednünk, hogy a helyünkre ült. Pedig a vonat eléggé tele van. Viszont tiszta, gyors és kényelmes, hamar elszáll a bő félóra első úticélunkig. Gent közelebb van a tengerhez, mint Brüsszel, hűvösebb az idő. A pályaudvar előtti főtéren kerékpárhegyek, a helyiek biztos tudják a módját, hogy lelnek rá ismét a lerakott drótszamárra a (túlzás nélkül) többezer között.

Barátom megrótt, mert nem voltam a megbeszélt helyen, a katedrálisban. Pedig de, csak éppen egy másikban. Mert közép- és újabb kori műemlékekben, nevezetességekben nincs hiány, csak úgy kapkodja a fejét a látogató. Figyelni kell, a villamossínen busz is jár, kerékpárok többfelől is, az autóforgalmat viszont igyekeznek kordában tartani. De a helyiek már megszokhatták a kóválygó turistákat. Magam is egy percig imbolyogtam fotózást mímelve egy díszburkolatú, számomra nem egyértelmű úttesten. A továbbhaladni kívánó busz türelmesen megvárta, míg észreveszem, nem dudált, ideges utasok sem rázták az öklüket felém. Bocsánatkérő intésemre a sofőr csak szélesen mosolygott.

A népek errefelé egyébként is sokat mosolyognak. Viszonylag ritka az utcán – én egyet sem láttam – a bűvalbélelt, elhízott, rongyos nőtípus, ráadásul a csínos hölgyek nem átallanak a maguk jólöltözöttségével és ápoltságával rámosolyogni az idegenre is. Persze ne legyünk egyoldalúak, a hájas, kopasz „márkás" melegítős-aranyláncos „férfi" fajta is ritka madár arrafelé.

Az időjárás a viszonylagos hűvösség mellett kellemesen napos volt, a helyiek megszállták a főteret és az azt körülvevő éttermek-kocsmák teraszait. Nekünk viszont haladnunk kellett, mentünk tovább Bruggebe, akarom mondani, Brugesbe.

Mint ahogy kedves Olvasóink bizonyára tudják, Belgiumot két-, sőt háromféle nép lakja, délen vallonok (franciák), északon flamandok (hollandok?), a nyugati határ mellett pedig németek. Ezért azután mindennek két neve van, de ez csak a járatlan utazót zavarhatja meg, a helyiek már megszokták. Amerre jártunk, ott általában franciául próbáltak szólni hozzám, amire én németül válaszoltam – függetlenül attól, hogy értettem-e, amit mondtak – működött a dolog, kivéve a sötétebb bőrűeket. Itt áttértünk az angolra. Brüsszelben még a magyarral is lehet bátran próbálkozni, nekem kétszer is bejött. Elég sokan élnek, dolgoznak ott hazánk fiai-lányai.

Brugge-re visszatérve, az már majdnem tengerpart. Legalábbis volt párszáz éve, azóta feltöltötte a hordalék. Viszont van sok csatorna, meg híd. Lehet hajókázni is, sajnos, az idő rövid volt – meg elég szeles. Brugge óvárosa a legnagyobb és talán a legszebb Európában, a régies hangulathoz hozzájárulnak a macskaköves utcák, ahol kevés autó jár, viszont gyakori a nyitott hintó. Rengeteg a hangulatos kis üzlet, középkorias cégérrel és boltbelsővel. Érdemes a csokoládésokra összpontosítani, sok helyen adnak kóstolót is, vásárolni pedig nem kötelező. Este – immár elég fáradtan – visszavonatoztunk Brüsszelbe.

Hétfő reggel pedig kezdődött az a program, amiért tulajdonképpen jöttünk, az Európa Parlament meglátogatása. Pontosabban az ittenié, mert az EP történelmi hagyományok miatt évente tizenkétszer Strassburgban (Strasbourg) is összeül. Ami ugyan sokba kerül az Eu-nak (nekünk – a szerk:), viszont a város, mint Elzász-Lotharingia fővárosa, a német-francia megbékélés jelképe. (A háború vége óta Franciaországhoz tartozik – a szerk.)

A hatalmas, modern épületegyüttes látogatói bejáratát követően ugyanolyan ellenőrzés következik, mint a repülőtéren. Illetve, azért nem ugyanolyan, gyorsabb és a cipőt sem vetették le senkivel. Láng Péter, mint a látogatókért felelős Eu-s tisztviselő tartott előadást, amit Őry Csaba, hazánk egyik Eu képviselője folytatott. Az Eu sokszor lassúnak, nehézkesnek tűnő döntési folyamatát részletes ábrával illusztrálták, fő szempontként a kiegyensúlyozottságot kiemelve az egyéni, nemzeti és európai érdekek között. Nem egyszerű a dolog a magamfajta laikus szemével sem, talán a későbbiekben magam is megfontoltabban fogom bizonyos döntéselőkészítesekkel kapcsolatban a „tökölés" kifejezést használni.

Az előadást követően felmentünk a plenáris ülésterem látogatói karzatára. (természetesen nem volt ülésszak – a szerk.). Itt egy kicsit beleélhettük magunkat a parlamenti ülések hangulatába. Miután kijöttünk a főépületből, kiscsoportos foglalkozás keretében derítettük fel a további érdekességeket. Nem messze jól felszerelt infopont fogadta a látogatókat, ahol mindenféle ismertetőket találtunk mindenféle (Eu-s) nyelven. Illetve, ez sajnos nem pontos. Nagyon szép, gyerekeknek készült foglalkoztató füzeteket hoztam németül, amiknek a magyar – vagy akár a szlovák – polcon helye sem volt. Ezek a füzetek értek talán a legtöbbet a kínálatból, játékos formában – kifestő, társasjáték, kirakó stb. – tanítják a jövő nemzedéket Európa történetére, földrajzára és a közös európai értékekre.

Hasonló célt szolgál a nemrég megnyitott, Parlamentárium nevű interaktív látogatóközpont, ahol a korszerű (számítás)technika minden vívmánya megtalálható. Nekem legjobban egy teremnyi méretű Európa térkép tetszett, ami fölött a látogatók helyzetérzékeny mobil kioszkokat tologathattak. Ha egy város fölé álltunk, automatikusan elindult a képernyőn az adott város és ország ismertetése.

Miután kijátszottuk magunkat, kerülgetve a népes iskoláscsoportokat, folytatódott a városnézés. Ettünk pár falatot – ezúttal ki-ki maga – majd betértünk a város védőszentjéről elnevezett monumentális Szent Mihály katedrálisba, amit mintegy tíz éve teljesen restauráltak. A párizsi Notre Dame-mal való hasonlatosság nem véletlen, a tornyokat itt sem fejezték be, pedig az útikönyv szerint közel háromszáz éven át építették az épületet. A főhajóban ülve hamar átérezni azt az áhitatot és csodálatot, amit a középkori ember érezhetett az egyház hatalma iránt. Vagy elképzelhetjük azt az ezres főűri tömeget, ami egy-egy nagyobb eseményen összegyűlhetett a katedrálisban.

Este közös vacsora volt egy hangulatos helyi kocsmában, ettünk, ittunk is egy kicsit, meg beszélgettünk. Belgiumról, az Eu-ról, de leginkább Magyarországról. Őry Csaba mellett másik Eu-s képviselőnk, Deutsch Tamás is jelen volt.

Másnap, kedden a pakolást és a kiköltözést követően szabad program – csomagjainkat a szállodában hagyhattuk. Megnéztük a világörökség részét képező főteret, felkapaszkodtunk egy kis dombra az Igazságügyi Palotához, ahonnan elláttunk Brüsszel külső részeire is. Visszafelé elücsörögtünk a királyi palota előtti parkban, aminek másik oldalán a belga parlament épülete áll. És persze fényképeztünk és fényképeztünk. Valamit ettünk is, amúgy turistamódra, háromkor pedig indult a busz a reptérre. Útközben vethettünk egy pillantást a Waterloo emlékműre is.

Charleroi kisebb, mint Ferihegy 2, de legalább tele van élettel. Innen csak a Wizzair és a Ryanair repül, ezért is sok a fiatal. A biztonsági ellenőrzés itt is elég macerás, bár a cipőlevétel – úgy tűnik – továbbra is magyar specialitás marad. A légitársaságnak ugyan ráfizetés, de mi nagyon élveztük, hogy a gép csak harmadáig telt meg. Ferihegyen megint csend, túl nagy csend. A gyorsforgalmi is kihalt, pedig még kilenc óra sincs. Fel kéne pörgetni ezt az országot, mielőtt végleg álomba szenderül.

(Köszönjük a lehetőséget Őry Csabának és Csenger-Zalán Zsoltnak. A harmincfős csoportban öten képviseltük a Zsámbéki-medencét és környékét, 2 fő Bicskéről, 1 Tökről és 2 fő Zsámbérkól)

Árkos Antal

Vasárnapi svédasztal a Hegyalja vendéglőben

Választék és házias ízek

Sokszor nem is igazán éhes az ember. Csak úgy enne valami finomat, a jóérzésért csupán. Testnek, léleknek egyaránt szólót. Persze, az ilyen vendéget még a mai vendégmentes időkben is furcsa szemmél nézik a legtöbb „vendéglátó”-helyen.

Ennék egy falat ezt, meg egy falat azt, esetleg még megkóstolnám amazt is. Ha meg valamelyik nagyon ízlett, abból vennék még. Nincsenek erre berendezkedve, kérj egy nagy adag sültkrumplit, vagy rántott húst, pörköltet, fald fel, vagy akár hagyd ott – mindegy is, lényeg, hogy fizesd ki. Pedig vasárnap még idő is jobban lenne mindenre.

Nem így a zsámbéki Hegyalja étteremben. Egy tál hűsétel áráért többféle ínycsiklandó, házias fogásból választhatunk. Ha meg ízlett, szedhetünk hozzá megint, a vendéglős még biztat is, egyek még. Leves, húsok, köretek, zöldségek és persze desszert, sütemények. Nem sürget senki, falatozunk, beszélgetünk, még az először erre járóval is. Mint egy nagy család.

Hegyalja Vendéglő és Panzió
Zsámbék, Corvin J. u. 1.
Telefon: 23-342-107,
30-271-9489

- Rendezvények, esküvők előre megbeszélt időpontban.
- Menü (hétvégén is!) 850 Ft házhozszállítással (Zsámbékon)
- Minden vasárnap svédasztalos ebéd, felnőtteknek 2490 Ft, gyerekeknek 1100 Ft

Zsámbéki lakosoknak kedvezmény az Espa Bio & Art hotelben!!!

Áprilistól minden Zsámbékon élő vendégünknek 20% kedvezményt biztosítunk szolgáltatásainkból, valamint az a’la carte étel- és italfogyasztásokból!

1 óra squashpálya használat: ~~3.000~~ forint helyett, csak **2.400 forint!**

1 óra bowlingpálya használat: ~~3.000~~ forint helyett, csak **2.400 forint!**

1 óra teniszpálya használat: ~~2.000~~ forint helyett, csak **1.600 forint!**

3 óra wellness használat (medencék, finn szauna, gőzkabin, jacuzzi) felnőtteknek: ~~2.500~~ forint helyett, csak **2.000 forint**!

Pályafoglalás, asztalfoglalás: a szálloda recepcióján, az alábbi elérhetőségeken:

Espa Bio & Art Hotel**** Zsámbék, Nyárfás u. 2. Tel.: +36 23 919 100 Fax: +36 23 919 150 Email: info@espahotel.hu, www.espahotel.hu

Lángos – 2006 Bt.

PÁTYI LÁNGOS

(Lángos, töltött lángos, kávé, tea, üdítő)

Eredeti magyar termék, helyben, kézzel dagasztott és formázott kézműves lángos.
A pátyi CBA parkolóval szemben!

Tel.: 06-20-537-9882

Nyitva tartás:
K-P: 6-11 h
Szo: 6-12 h
(Vasárnap pedig a Budakeszi piacon vagyunk)

Gyógyítsd magad, hogy gyógyuljon a világ!

Örömmel és büszkén tudatom, hogy egy verőfényes! téli napon megtartottuk Zsámbékon az első Ho'oponopono tréninget (Pici ÉFT + pici bioenergetika + kicsi NLP - vel ötvözve. Az említett öngyógyító-önfejlesztő programokat a megerősítő hatványozódás miatt alkalmazom.)

Számtalanszor voltam különböző rendezvényeken meghívott előadó a témáról, de ez más volt, mert ez volt az első olyan esemény, ahol én voltam a „fő attrakció": mindazok, akik eljöttek, arra voltak kíváncsiak, én hogyan magyarázom meg mindazt, ami megmagyarázhatatlan.

Erős félelem volt bennem, mikor belegondoltam, hogyan is fogom tudni lekötni és ébren tartani délelőtt 10 órától kora este 18 óráig az érdeklődését azoknak az embereknek akik igazából nem tudnak a Ho'oponopono-ról semmit. Lehet, csak hallottak róla, de a legjobb esetben is legfeljebb elolvasták a könyvet. (Joe Vitale / Ho'oponopono). Fél tíz után elkezdtek a résztvevők szállingózni és innen már nem volt hátra, csak előre...

Meg kell még jegyeznem: aki eljött, hogy megismerje az igazi mibenlétét annak a módszernek, amely szerint négy szó folyamatos ismételgetése képes megváltoztatni az egész életedet, hát szóval mindenki nő volt. Ez lehetett azért, mert a nők fogékonyabbak az olyan dolgokra is, amik nem muszáj, hogy megmagyarázhatók legyenek, de lehet azért is mert a férfiak elégedettebbek úgy általában mindennel...

Mert sok értelme nem igen van annak ha folyton mondogatom „Sajnálom, Bocsáss meg, Köszönöm, Szeretlek"!? Mit képes ez változtatni bármin is? Csak súgva mondom: MINDENT! Minden mindennel összefügg! Ha én ezt képes vagyok felismerni, valamint vállalni magamért a felelősséget és számtalanszor elmondani a fenti négy szót, nincs más dolgom, csak figyelni, mint változnak az életkörülményeim olyanokká, amilyenek mindig is szerettem volna, hogy legyenek. Túl egyszerű? Az. Viszont ezért csodálatos! Na, meg pont az egyszerüen csodálatossága miatt van agyonhallgatva (Képes vagyok meggyógyítani magamat, valaki mást és nem kell marék- és hónapszám nyelnem a gyógyszereket?! Hol itt az üzlet a gyógyszerlobbinak?)

Hát ezért vagyok boldog is, meg büszke is: ahelyett , hogy másra fordították volna az időt és energiát, a résztvevő hölgyek hozzám jöttek Zsámbékra tanulni az ország különböző pontjairól. Remélem, örömük volt bennem is, Zsámbékban is.

Meglátásom szerint mindenki nagyon jól érezte magát - én is! - kötetlen beszélgetés keretében haladtunk szépen előre a „tananyagban". Azért, hogy a szellem mellett a testnek is adjuk meg az őt illető táplálékot, elballagtunk a Bio-Espa szállodába, ahol fejedelmien megebédeltettek minket a tőlük megszokott igényességgel, majd a hétágra sütő nap simogatása alatt visszamentünk hozzánk és folytattuk a gyakorlati praktikák elsajátítását estig.

Vannak érdekes dolgok az életben.Ez a nap is az volt: érdekes, tanulságos és megmagyarázhatatlan! Nem unatkozott senki, nagyon úgy látszott háromnegyed hat körül, mikor elkezdtem búcsúzkodni és lezárni a napot, hogy mindenki talált magyarázatot az Őt foglalkoztató kérdésekre és megmagyarázhatatlan az a tudásszomj, amivel eme fárasztó nap után máris jelentkeztek a következő ilyen egynapos rendezvényemre .

Köszönöm a bizalmat, a megtiszteltetést és a kitüntető figyelmet. Ha érdekelnék az elmondottak, hívjon.

Tudják mi a kibernetika és mi a működési elve? NEEEEEM? Nem olyan nagy baj az: a kibernetika köszöni jól VAN és működik!

Ez érvényes a Ho'oponopono-ra is: nem kell benne hinni, csak csinálni, mit árthat négy akár végtelenül ismételgetett szó:

SAJNÁLOM, BOCSÁSS MEG,
KÖSZÖNÖM, SZERETLEK.

Weinecker Katalin életmód tanácsadó
Zsámbék 06-20-595-6814

Tenisztanfolyam

Április közepétől az ESPA Hotelben (Zsámbék)

kezdő-haladó, gyerek-felnőtt (igény szerint egyéni is!)

Barsi Árpád teniszedző
06-70-317-4192
arpitenisz@gmail.com

Tisztítsa meg testét-lelkét a nyár közeledtével!

Léböjtkúra kedvező áron Zsámbékon, a Nyakas-hegy oldalában!

Tel.: 06-20-595-6814
www.bojtkura.hu

Betűkből szavak, mondatok

Szép kiállítású könyvet forgatok a kezemben. Domokos Kázmér: Szerteágazó betűsorok című írásgyűjteményét. Belelapozok, mindjárt megakad a szemem a nekem szóló dedikáción: „Drága barátomnak...". Ettől meghatódom, fátyolos tekintettel meg nehezen megy az olvasás. Azért csak erőt veszek magamon, meg hát persze kíváncsi is vagyok. Azután a lapozásból elmélyült olvasás lesz, a háborús menekülés, majd a hazatérés izgalma magával ragad.

Lapunk kulturális rovatvezetője, sokunk Kazi bácsija humorral, emberséggel festi le azokat a nem könnyű, sokszor rettenetes időket. De ez csak a kezdet, a könyv soksok írást tartalmaz a későbbi időkből, egészen a jelenkorig. Verseket is, szép számmal és persze prózában, versben egyaránt sort kerít a szerző szeretett Zsámbékunkra, ahol felnőtt élete nagyját élte és éli. Nincs most elég helyünk a részletes tartalmi elemzéshez, de valamelyik elkövetkező lapszámunkban módot találunk erre is. Addig is: köszönjük, Kazi bácsi!

Árkos Antal

Napfelkelte és Tanuságtétel

Barátaim adták kezembe a két verseskönyvet, Albertini Péter „Szomjúság" és „Énekek Máriának" című könyveit. A négygyerekes szegény családból származó szerző ugyan Budapesten született, de Zsámbékon nőtt fel, orvos lett, később pap, ami költészetét is áthatja. A versek között vannak itteni vonatkozásúak is. Különösen érdekes a „Szomjúság" című kötet 17-ik oldalán található, 1959-ben kelt, „A Zsámbéki Romtemplom" című vers, ami nemcsak tartalmával, hanem formájával is szeretett Romtemplomunkat ábrázolja.

A könyvek megtekinthetők, megrendelhetők Zsámbékon az alábbi címen:

Nyári Violetta, 2072 Zsámbék Etyeki u. 27. Tel.: 23-340-295

Árkos Antal

Egy kiállítás szobrai

Vajon ismerjük-e a közöttünk élőket? Akár csak a szomszédot is? Sándor Antal szobrászművész itt él velünk Zsámbékon gyerekkorától. Sokan naponta mennek el a háza előtt, tudják-e vajon, ki lakik benne, mivel foglalkozik? Milyen nagy ívű terveket készített elhanyagolt köztereink felékesítésére? Most azok is bepillanthatnak munkásságába, akik kicsit távolabb laknak tőlünk. A művész gyűjteményes kiállítását jelenleg Balatonfüreden tekinthetik meg a kortárs szobrászat iránt érdeklődők. (A kiállítást az MKB ZRt. támogatja)

A kiállítás április 30-ig tekinthető meg Balatonfüreden, a Vaszary Villában. (Honvéd u. 2-4., www.vaszaryvilla.hu)

Képünkön a művész önábrázolása látható.

(tudósítónktól)

Edzőtábor

(6 és 10 év közöttieknek)
2012. július 2.-július 7.

Tábor helye:
Agárd, Tópart u. 17. Velencei Vízisport Iskola
A tábor **saját stranddal** rendelkezik.

Tábor célja:
Koncentráció, gyorsaság-ügyesség, erőnlét fejlesztése.

Étkezés: napi 3x

Utazás, találkozás: Vonattal. Indulás odafele: július 2. hétfő reggel 08.00 Déli pu. központi jegypénztárak előtt. Visszaérkezés: július. 7. szombat 1810, Bp. Déli pu. érkezési oldalon. (menetidő: 57 perc)

Szükséges felszerelések: TB kártya fénymásolata, ágynemű, vagy hálózsák, tisztálkodási felszerelés, fényvédő krém, fürdőruha, sapka, napszemüveg, melegítő, futócipő.

A tábor költsége: 25.000 Ft/fő + utazás (diákoknak: 1120 Ft /oda-vissza/).

Jelentkezés: 5.000 Ft előleggel, Ápr. 30-ig: 10.000 Ft, hátralevő összeg az indulásig. Fizetés: készpénzben, vagy átutalással: 11773683-10376128 számú számlaszámra. Közleményben kérem a név feltüntetését.
A hely lefoglalása miatt mielőbb jelentkezzetek!

Edzéseket vezeti:

Czeizing Ottó szakedző 06-30/952-78-33

Üdvözlöm!
Szabó Tamás asztalosmester,
a **PERBÁLABLAK**
cégvezetője vagyok.

Gyermekkorom emlékei mai napig meghatározóak, ezért igen sok energiát és időt fektettem a műemlék ablakok újrafogalmazásába, sajátos misszionak tekintem a múlt emlékeit alázattal megőrizni, de a 21. század technikájával fölvértezni.

A műemlékablakok formavilága hozzájárul a kor hangulatának felidézéséhez. Emberközelibb, finomabb légkör létrehozásához. Éppen ezért kiemelt figyelmet fordítunk a kézi faragás fontosságára.

Igényes felújításokhoz igényes ablakok kellenek. Egy kis plusz ráfordítással az egész utcaképet is megváltoztathatjuk.

Műhely: 2074 Perbál, Fő út 70.
Tel.: +36 26 370 280, +36 20 385 3187
Fax: +36 26 370 197
E-mail: perbalablak@t-online.hu
muemlekablak@t-online.hu
Web: www.perbalablak.hu
www.muemlekablak.hu

PERBÁLABLAK
a jövő ablaka-az ablak jövője

2074 Perbál, Fő út 70.
Tel.: +36 26 370 280,
Mobil +36 20 385 3187
Fax: +36 26 370 197
perbalablak@t-online.hu,
muemlekablak@t-online.hu
www.perbalablak.hu
www.muemlekablak.hu

www.
napelemolcson.
hu

Napelem táblák kedvező áron 20-200W.
Tel.: 20-921-6851

Eladó telkek Zsámbékon

Eladók, illetve bérbeadók az alábbi telkek Zsámbék belterületén befektetési, beruházási célra kedvező áron:

1. 4559 m² az OMV benzinkút közvetlen szomszédságában, az Espa szállóval szemben, az autópályára vezető út mentén.

2. 18658 m² a Kontakt-Busz telephelyének szomszédságában, a Wavinnal szemben, a Pátyra vezető út mentén. A 2. számú telek be van kerítve és 24 órás őrzéssel rendelkezik.

Mindkét telek kiváló megközelíthetőséggel, közvetlen közútkapcsolattal rendelkezik. A telkeken teljesen kiépített infrastruktúra található (víz, villany, gáz, csatorna). Irányár 10eFt /m².

Érdeklődni telefonon: 06-30-9-425-298