

Zsámbéki-medence

2011. október – november

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



Gyógytorna magánrendelő

Személyre szabott tornakezelés megelőzés céljából, valamint gyógytorna és komplex rehabilitációs szakrendelés a már kialakult panaszok enyhítésére, megszüntetésére.

Elérhetőségek és további információ:

e-mail: gelanyitorna@gmail.com

web: www.gelanyigyogytorna.blogspot.com

Tel.: 70/410-64-75

Teljeskörű lakásfelújítás!

Építés, Szépítés, Javítás
BONTÁS, FESTÉS,
BURKOLÁS, KŐMŰ-
VES MUNKÁK, ÁCS-
MUNKÁK, VILLANY-
VÍZ-GÁZ

Teljeskörű ügyintézés!

E-mail:

enyediattis@gmail.com

Web:

www.enyediastsa.hu

Tel.: 06-30/630-2277



Faépítő

Tel.: +36 30 517 7120

+36 70 330 8560

Web: www.faepito.hu

E-mail: faepito@faepito.hu

ENERGIA-TANÚSÍTÁS

Hőszig. tanácsadás
Belsőépítész
Faszerkezetek



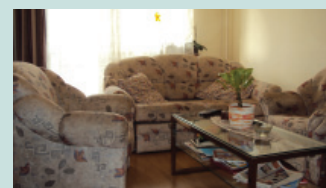
**Tintapatron, Toner,
Faxfilm, Fotópapír,
új és használt Nyomtatók**

Tel.: 06-20-426-8565

Zsámbékon, a lottózó mellett.



**SÜRGŐSEN
eladó Etyek
Botpusztán
zöld környe-
zetben, szép**



kilátással egy nappali +3 szobás, erkélyes, jó beosztású, napfényes, kedvező rezsijú, jó állapotú 2. emeleti panel lakás.

Irányár: 10.900.000 Ft Részletek:

www.ingatlan.com/6173651

Jenő elment

Örökre lehunyta sérült szemét a vak ember. Nehéz élete volt, nehézzé tette vaksága és talán fogyatékos-ságából eredő zsémbes modora. Felesége, hú társa tiszteletreméltó kitartással vitte a keresztjét. Nem tagadom, összeszólalkoztunk néha. Bármin össze tudtunk kapni, mint két rossz gyerek, „zsámbékiságon”, politikán, de leginkább a cigarettán. Nem sok öröme telhetett az utóbbi időben az életben, nem tudott már kijárni a lakásból, egy-két üveg sör már megártott, maradt a cigaretta – meg a beszélgetés. Amit időnként fuldokló köhögésroham szakított meg. Még így, fogyatékkal is, elsősorban segíteni akart az embereknek. Tudják azok, akik a zsámbéki LAÉT révén jutottak sok-sok adományhoz, örömteli órához, tudjuk mi, akik ott voltunk, ha tehettük. A szeméről sem a vakság jut először eszembe, hanem, ahogy csorogtak a könnyei idén Húsvétkor, hallván az őt körülvevő boldog gyerekzsivajt a kertben. Mert bármit is gondoljanak a népek, Bojtos Jenő látott. A szívével. 69 éves volt.



Árkos Antal

KUTYAMENTÉS!

- Elveszett kedvencek megtalálása,
- Sérült, beteg kutyák szakszerű szállítása (Gazdival együtt is)
- Kutyataxi és még számos egyéb szolgáltatás.



SZERETJÜK A KUTYÁKAT! (is)
Tel.: 06-70-578-5542

KEDVENCEK FOTÓZÁSA!

Tel.: 06-20-374-1550

Zsámbéki-medence

Regionális Hírmagazin; Postacím: 2073 Tök Pf. 10. Tel.: 20-921-6851; E-mail: ujsag@zsambekimedenec.hu; Honlap: www.zsambekimedenec.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	
(V)lszonylat	4
A hiányzó járda	5
Az elbocsátott nokedlik	5
RÉGIÓ	
A töki Kisgöncöl Waldorf iskola	6
RÉGIÓ – ZSÁMBÉK	
A zsámbéki Lámpamúzeumról	7
Belső harmóniával az egészséget	7
ZSNT? – Már olvastam valahol	7
ÉLETMÓD	
Tília Filagoria	8
Csodavárás, parázson járás	9
KULTÚRA	
A „kis Abba” az ABBA hazájában	10
Kétéves a Henna	10
Ótóra tea	10
CÍMLAP	
A hiányzó járda	

Özvegypersely

Békebeli elnevezés, szokás. „Jobb” helyeken a családtagok, barátok pénzt adtak össze a temetésre és arra, hogy az özvegy átvészeldhesse a legnehezebb heteket-hónapokat. Felelevenítettük kicsit ezt a szokást, ezúton is köszönet mindenkinek, aki segített.

Weinecker Katalin

Hegyalja Vendéglő és Panzió

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



Férőhelyek száma 70 fő,
kerthelyiség 60 fő.

Rendezvények, esküvők előre
megbeszélte időpontban.

Gyermekeknek névnap, születésnap,
gyerekzsúr szakképzett vezető felügyeletével.

Menü (hétvégén is!)

850 Ft házhozszállítással (Zsámbékon)
Minden vasárnap svédasztalos ebéd, felnőtteknek 1990 Ft, gyerekeknek 990 Ft.

(V)iszonylat

Budajenőn lakunk. Gyermkeim a Budakeszi Prohászka iskolába járnak, minden reggel 7 óra 18 perckor érkezik a menetrendszerű Volánbusz járata, amivel pont 7.45-re be is érkeznek a suliba. Mint minden gyereknek, nekik is diákigazolvánnyal érvényes kedvezményes havi bérletet vásárolunk minden hónapban a Széna téri buszpénztárnál.

A mai nap emlékezetes lesz mindkét gyermekemnek. Történt ugyanis, hogy amikor felszálltak a buszra, a sofőr viszonylatigazolást kért. A srácok néztek kikerekedett szemmel, és a leghaloványabb fogalmuk sem volt, hogy az meg mi a jó csoda, de a sofőr komolyra vette a figurát, és ennek az ominózus viszonylatigazolásnak hiányában kifizetette velük a teljesárú menetjegy árát. Tette ezt annak ellenére, hogy érvényes bérlettel rendelkeztek,



amelyet fel is mutattak a diákigazolványukkal egyetemben. A sofőrt az sem érdekelte, hogy az uzsonnapénzt vette így el a gyerekektől.

Amikor elkezdtem utánajárni a dolognak, elképesztő viszonyokat találtam a Volánbusz vállalatnál. Mintha 60 évet visszacsorgott volna az idő, mintha a szocializmus szocreálja, és annak szellemisége köszönt volna vissza. Hoznak egy olyan szabályt, hogy a diák igazolja viszonylatigazolással,

hogy azon az útvonalon jogosan közlekedik. Hogy ki az az agyalágyult személy, aki ezta szabályt hozta, azt képtelenség megtudni, ügygazdája nincs, pedig nagyon szeretnék azzal az elvtárral személyesen elbeszélgetni, hogy

elmondhassam neki, hogy már rég vége van a szocializmusnak, hogy azt a kifejezést az 1950-es években használták egy BESZKÁRT nevű vállalatnál, ami a mai BKV elődje volt. (Érdekes, hogy ezeknek a népbosszantó „ötleteknek” soha nincs gazdája. Vagy van erre valami gép? – a szerk.) Hogy elmondhassam neki, hogy jó lenne, ha a viszonylat mint útvonal, legalábbis mint kifejezés rettenetesen magyartalan, de annyira magyartalan, hogy még az ember háta is borsózik tőle, amikor hallja, vagy olvassa. Ami pedig a funkcióját illeti, ugye azt akarja a szabályt hozó ellenőriztetni, hogy a kedvezményes utas ott lakik-e, ahol felszáll a buszra, és odajár-e iskolába, ahol leszáll, illetve erre az ÚTVONALRA, és nem viszonylatra van érvényes bérlete. Nos, kedves illetékes elvtárs, kérem, engedje meg, hogy adjak Önnek egy egyszerű tippet: ha ellenőriztetni kívánja, hogy a gyerek valóban ott lakik, ahol felszáll a buszra, kérje el a sofőr az ellenőrző füzetét, abban megtalálja a lakcímet, és kérje el a diákigazolványt, abban pedig megtalálja az iskolát, ahova a gyerek jár, ahol is leszáll.

Szóval kedves elvtárs(ak). Ma 2011-et írunk, és az elvtársi idők, már rég elszálltak.

Ja, és mielőtt el nem felejttem, egy kis adalék: viszonylatigazolást a Széna téri buszpénztár állít ki. BE-MONDÁSRA!!! Ha ha ha

Vámos László, Budajenő

A Zsámbéki-medence turista-, kerékpáros- és lovas térkép megrendelhető a kellemes magyar térképek honlapján (www.map.hu) illetve személyesen is megvásárolható a Budai térképboltban:

Térkép-center kft Budai Térképbolt
1113 Budapest, Villányi út 52.

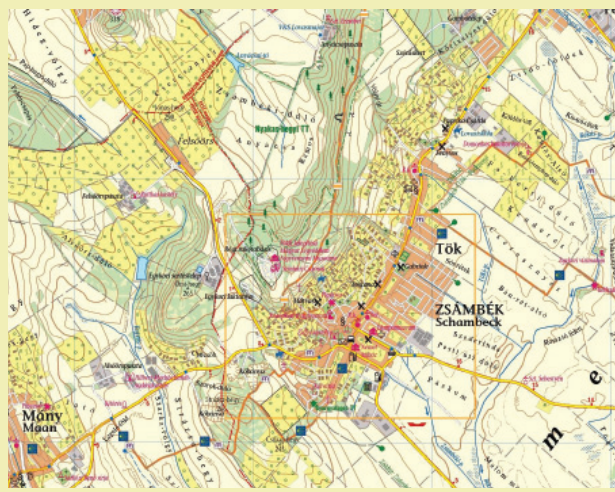
Nyitva: H-P: 9,30-18

Tel/Fax: 365 87 93

E-mail: info@terkep-center.hu

<http://www.terkep-center.hu/>

(A térkép 1500 Ft-os áron megrendelhető szerkesztőségünk elérhetőségein is: ujsg@zsambekimedence.hu, 20-921-6851)



Kereskedelmi hűtőgépszerelőket,
központi fűtőgépszerelőket 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

A hiányzó járda

Előző számunk „Gödör” című cikke azonnal mozgásba hozta az apparátus gépezetét. Sértődötten, csikorogva, de mégiscsak nekilendült a mindaddig álmosan punnyadó bürokrácia, meglátjuk, mire jutnak. A „sikeren” felbuzdulva lapunk folytatja sorozatát, melyben egyre markánsabban kívánjuk felhívni a figyelmet immár várossá avanszált szeretett településünk ki nem használt lehetőségeire.

Kérjük Olvasóinkat, ötleteiket, információikat osszák meg velünk az ismert elérhetőségeken. (A sértődött prűszkölőknek meg csak annyit, köszönettel tartoznak lapunknak, hogy a lakosság véleményét díjmentesen bocsátjuk rendelkezésükre. Ezekhez az információkhoz másképpen csak igen költséges közvéleménykutatások révén juthatnának hozzá. – a szerkesztőség)

Túlélőtúrán vagyok. Na, nem éppen az Andokban, de még csak nem is az Alpokban, hanem itt Zsámbékon. Megpóbálok elverekedni magam kedvenc szállodáimig amúgy gyalogosan, hogy ehessenek valami finomat kulturált környezetben. Nem egyszerű, mármint a gyaloglás. Nem azért, mert nincs lábam, amiket megfontoltan egymás elé rakosgatva ca. 5 km/h sebességgel haladgathatok, még az összecuszkható járókeret sem akadályoz különösebben. Nem is azért, mert nem telik jobbfajta – értsd, némi séta után nem széteső meg lábkárosító – cipőre. Az egyszerű gyaloglásnak egy dolog tesz keresztbe errefelé, de az nagyon, mint mindjárt olvashatják.

Ha elindulunk a zsámbéki város(?) központból a benzinkút, az iparterület és a már említett szálloda felé, az Etyeki utcát kell megcéloznunk. Itt még csak-csak van járda, a milyenségét most ne vitassuk. A tápkeverőnél rövidíthetünk a Nyárfás utca felé, ha megkerültük a teherautókat és targoncákat, akkor az út hamar válik porossá, esős időben sárosná.

A másik lehetőség, megyünk tovább az „Etyekin”, többé-kevésbé megszokva a billegést, amikor a kanyar előtt egyszer csak eltűnik az is, ami addig volt (képünkön). Marad egy fehér sódercsík a fűben, ezt követve lehet átbukdácsolni a benzinkút autómosójának vízelvezető csövén – élvezve adott esetben az éppen autóját tisztító kuncaft révén ráncszálló vízpermetet. Kibortorkálva az árokból erős balranézz következik, nehogy a kútra behajtók elcsapjanak, majd elhaladva a töltőállomások mellett végre megérkezünk az ígért földjére. Járda, járda! – kiabál az árbóckosárból a jószemű hajósina és már mindjárt

kanyarodhatunk jobbra a Nyárfás utcára. Vagy haladhatunk tovább, mert esetleg az iparterület cégeinél lenne dolgunk, netán munkavállalók vagyunk. Ekkor pech, mert a rövid járdaszakasz megint csak elfogyott és tipródhatunk tovább a kanyarban remélve, hogy nem ütnék el a Zsámbék felől jövők kicsit kisebb sodródva egy ködös novembéri reggelen.

Bátrabbak vagy adrenalinfüggők már az Etyeki utca végén kimerészkedhetnek az aszfaltra, jobb mint a bungee-jumping, hosszabb az élmény. (lásd cimlapképünket). Olyan 150 méter hiányzik az egyik szakaszon, 250 a másikon. Nagyjából 400 m, nagyjából 4 millió forint. Komoly összeg, ennél többet fizet be a szálloda egy évben csak az idegenforgalmi adóból. Közben meg megy a sajtópépés turizmusfejlesztésről.

(Hallotta már valaki azt a szlogent, hogy „Kis-Szentendre”? – a szerk.)



Fotó: Kovács István

4 millió forint. Csupán szemléltetésképpen: ennyi új (városi) aljegyzőnk éves fizetése járulékok nélkül. Igaz, nekem azt mondták, a városi státuszhoz az aljegyző meglete kötelező.

A járda meg nem?

Árkos Antal

(Az elkövetkezőkben megpróbálunk annak a magát szilárdan tartó közvélekedésnek utánajárni, miszerint a hiányzó járdaszakasz költségeit anno már kifizették a cégekkel, azután a pénz „valahogy” eltűnt. De hogy járda nem épült belőle, az hőtzticher)

Az elbocsátott nokedlik

Mikor olyan jó tíz éve először találkoztam velük, mit tagadjam, kicsit megijedtem tőlük. Két nagydarab, érdekes arckifejezésű, különös beszédű cigányember, akik hol itt, hol ott tűntek fel Zsámbékon. Leginkább együtt, mert hogy ikrek, és leginkább dolgozva, mert hogy úgy helyénvaló. Azután megismerkedtünk, később – mondhatom talán – össze is barátkoztunk. Mindig volt egymáshoz pár jó szavunk, ahogy piacnap után találkoztunk, miközben tolták a nehéz kukákat, egy-két óra alatt rendbe téve a hatalmas „placcot”. Afféle jelképévé váltak ők is Zsámbéknak a Romi meg a többi mellett. Most meg elküldték őket, talán „költségcsökkentésre” hivatkozva. Mi lesz most velük? Mi lesz velünk?

Tonio



Fotó: Kovács István

A töki Kisgöncöl Waldorf Iskola

Van egy hely a Zsámbéki-medencében, ahol szülői kezdeményezésre, néhány szülő alapításával jött létre pár évvel ezelőtt a Kisgöncöl-Waldorf iskola. Ez a hely Tök, Kút völgye tér.

A kérdés az, hogy van-e létjogosultsága a mai világban egy ilyen kezdeményezésnek, van-e anyagi, szellemi és szociális erő az erre vállalkozó emberekben? Vagy egy ilyen hír hallatára méltán felmerülhet az olvasóban az a gondolat: ezek az emberek nem törődnek a gazdasági válsággal, szórakozásnak tekintik ezen tevékenységüket, netán túl sok a kidobni való pénzük, és nem tudnak mit kezdeni a szabadidejükkel?

Valójában nem ilyen jellegű a válasz. Inkább így kellene feltenni a kérdést: lehet, hogy ennek van létjogosultsága ebben a nehéz gazdasági, lelki, szellemi társadalmi válságban? A Waldorf-iskolák szerte a világon a mai napig működnek, létrejönnek, ahogy Magyarországon is, immáron húsz éve. Egy olyan alkotói térről van szó ezekben az iskolákban, ahol a gyermek a szülővel együtt élheti mindennapjait, ahol a szülő teret és lehetőséget kap arra, hogy a közösség életét különböző formákban segíteni tudja. Hiszen a tanárokkal együtt formálják azt a fizikai és szellemi teret, ahol gyermekeiknek lehetősége nyílik „megtanulni az életet.”

Mit is jelent ez: A gyermeknek akkor lesz öröm a tanulás, ha felszabadultan tud mozogni az iskolai keretek között, ha érzi, hogy tanítójának szeretete és a szülői ház harmóniában és egyetértésben fordul felé. De ehhez kellenek a közösen megélt élmények, kell, hogy kiépüljön és megerősödjön az a szál, ami összeköti azt a két fontos teret, ami fejlődésének két meghatározó eleme: az iskola és az otthon nyugodt légköre. Erre való az iskola?

Szent-Györgyi Albert szerint: „az iskola arra való, hogy az ember megtanuljon tanulni, hogy felébredjen tudásvágya, megismerje a jól végzett munka örömét, megízlelje az alkotás izgalmát, megtanulja sze-

retni, amit csinál, és megtalálja azt a munkát, amit szeretni fog.” Nyilván minden szülő felsóhajtana erre a gondolatra. Hát persze, hogy ezt szeretné a gyermekének. Kell ennél több? Ugye nem. Ezért teszi boldogan mindazt, amit egy iskola létrehozása megkövetelhet tőle. Segít, ha meszelni kell, segít, ha az udvart kell rendbe tenni, de segít akkor is, ha ünnepre készül az iskola, hiszen alkotó tevékenységével lelkesíti gyermekét, átadja azt az örömet, amit az alkotás jelentett számára.

A Waldorf-pedagógia célkitűzései és feladatai közé tartozik például az is, hogy megteremtse azokat a feltételeket, amelyek minden gyermek egészséges fejlődéséhez szükségesek. Vagyis a pedagógia által a tanárok képessé tegyék a rá bízott gyermekeket arra, hogy felismerjék, megértsék saját lehetőségeiket, és olyan képességek kibontakozását segítsék elő, melyek a társadalomba való beilleszkedésükhöz szükségesek. Mint például a nyitottság, széles látókör, rugalmasság, szociális érzékenység, empátikus beleérzés, jó kommunikatív képesség, az újra való igény, és az új megteremtése. Hiszen a steineri pedagógia szerint nem azért van a gyermekek mellett a tanító, hogy egy felsőbbrendű magatartással úgymond „idomítsa” a rá bízott gyermekeket, hanem azért,

hogy egy jó konduktorként elhárítsa azokat az akadályokat, melyek meggátolnák a rá bízott gyermeket abban, hogy egyéni képességeit a lehető legjobban kibontakoztathassa.

Miért is nevezhetjük akkor minden Waldorf-iskola fizikai és szellemi terét alkotó közösségi térnek? Azért, mert a művészetek által nevel, mert minden ami művészi, az szép és a harmóniát tükrözi és minden, ami művészi, az gátak nélkül, szabadon jut el a másik emberhez, aki csak így képes az új befogadására, s csak így válik önmaga is alkotó emberré. Jó úton jár az, aki ezt az utat választja? A válasz: igen. Igen, mert ez a pedagógia az új megteremtésére törekszik, mert személyes példával tanít, mert olyan hely, ahol a felnőtt és a gyermeki lélek együtt és nem egymás fölötti hierarchiában igyekszik tanítani és tanulni.

Van egy hely a Zsámbéki-medencében, ahol mindez létrejött és szeretne tovább fejlődni, erősödni. Várjuk minden olyan család jelentkezését, akik örömet lelnék ennek a közös útnak a megtételében. Nyitott a közösség arra, hogy a jelenlegi első, második, harmadik, negyedik és jövőre már az ötödik osztályába újonnan érkező gyermekeket befogadhassa.

Kisgöncöl

Most lehetősége van személyesen is megismerni minket!

A Tökön (Zsámbék mellett) 4. éve működő Kisgöncöl Waldorf Iskola szeretettel vár minden érdeklődőt, aki szeretne bepillantani az iskola falai közé, megismerni tanárait, a pedagógiát, esetleg csak kíváncsi arra, hogyan is néz ki ez az iskola, mit csinálnak ott a gyerekek.

Január 28-án szombaton 9-13-ig Nyílt nap

Beszélgetés az iskolaérettségről, majd a szülők kipróbálhatják a Waldorf-pedagógia gyakorlatait. Végül beszélgetés osztálytanítókkal, szaktanárokkal.

Február 10-én pénteken 17,30-tól Előadás

„A tett és a tapasztalat fontossága a nevelésben” Meghívott vendégünk Sam Betts a solymári Waldorf-tanárképzésről.

Március 29-én csütörtökön 17,30-tól Előadás

Vekerdy Tamás mesél a Waldorf-pedagógiáról

Helyszín: Kisgöncöl Waldorf Iskola Tök, Kút völgy tér 14.

A jelentkezési lap letölthető az www.kisgoncol.hu oldalról, leadási határideje 2012. április 4.

Lámpákkal a Guinness rekordig

A zsámbéki Lámpamúzeumról

Borus Feri bácsi eltörte a lábát. Ez nem jó hír, különösen nem, ha figyelembe vesszük, hogy a másik lába műtve volt nemrég. Viszont minden rosszban van valami jó, így nem tudott főszerkesztőnk elől elszaladni, aki mindjárt meg is interjúvolta. (szép magyar szó – a szerk.)

Mik a hírek mostanában?

Nagyjából végeztünk a leltározással, évek óta készülünk rá. Több, mint ezer lámpánk van, ennek kétharmadát „vette át” az önkormányzat. Pontos számot talán januárban tudok mondani.

Mesélj valamit az előzményekről!

Eszembe nem jutott volna lámpákat gyűjteni, a hatvanas-hetvenes években borokat gyűjtöttem, ezek szép megvilágításához kerestem lámpákat. Megtetszettek az első darabok, gyűjtőjükké váltam. Ahogy híre ment, hozták ajándékba, meg vásároltam is. Az volt az igazi, a vidéket járni. A padlásokon sok olyasmire leltem, amiről még a gazda sem tudott.

Hamar jöttek az elismerések is

Újságok, TV, rádió, népszerűek lettünk. 1980-ban tagjává választott az Amerikai Lámpaklub, 83-ban pedig az Ausztrál Múzeumi Társaság, merthogy ilyenek is vannak. (az oklevelek megtekinthetők a Lámpamúzeumban – a szerk.) 1995-ben pedig bekerültünk a nagy Guinness Könyvbe is.

Mit gyűjtesz mostanában, már úgy értem, a lámpákon (meg a fegyvereken – a szerk.) kívül?

Szenteltvíztartókat.

(januárban folytatjuk, addig is jobbulást kívánunk)

Zsámbéki Lámpamúzeum

2072 Zsámbék Magyar u. 18.

Tel.: 06-23-342-212

www.lampamuzeum.hu

Azt meg már nem is mondom, pedig a Gondviselés keze lehet benne, hogy Feri bácsit említett balesete után Kovács István, kedvenc fotósunk mentette ki szorult helyzetéből. Ez önmagában is kerek történet, talán elmondjuk majd egyszer.

Árkos Antal

ZSNT? – Már olvastam valahol!

Zsámbéki Nótaszeretők Társasága a pontos nevünk, keresztapánk Sándor Gábor, alapítónk Bordezné Gyalog Éva.

Minden szerettem énekelni, mindenfajta jó zenét szívesen hallgatok. De most találtam igazán magamra, hogy összehozott a sorsom a Sándor fiúkkal.

Az egyik közösen átmulatott éjszaka után jutott eszembe, hogy nótát nem igazán énekelnek Zsámbékon. De miért is ne? Néha rögtön velem tartottak. Sándor Gábor vállalta, hogy egyengeti utunkat. Alkalmanként szaporodtak a megtanult csárdások és magyar nóták.

Létszámunk változó, a nótások magja leginkább 7 ember.

A nyáron Bicskéről kaptunk egy meghívást a Szépkorúak Ki-

Mit-Tudjára. Beneveztünk. Ettől kezdve komolyra fogtuk a próbákat. Szép nótásokrot állított össze mesterünk. Az eredmény nem maradt el, arany díszoklevelet kaptunk a „kimagasló teljesítményért”.

Öt hónapja vagyunk együtt. Sok kedves zsámbéki és tőki szurkoló ült a bicskei Művelődési Központban. A verseny másnapján köszönetképpen meg is vendégteltük őket.

Ilyen jó kezdet után nem szabad hátrahátrálni, folytatni fogjuk! Mire ez a lapszám megjelenik, túl leszünk az Idősek Otthonában

és a Höcögő Karácsonyon való fellépésünkön. Betlehemes összeállításunkkal mutatkozunk be a zsámbéki közönség előtt, remélem, sokan lesznek majd, hiszen ezt hívják „örömenéklésnek”.

Szeretetteljes év végi ünnepeket kívánok társaim és magam nevében minden Kedves Olvasónak!

Bordezné Gyalog Éva

Belső harmóniával az egészségért

November legvégén tartotta a zsámbéki Családi Egészségklub soros összejövetelét. A kultúrház kis kiállítótermében még a pótszékeken is ültek, ami annál is szebb teljesítmény, mert a rendezvény belépőjegyes volt. (köszönjük a sajtóbelépőt – a szerk.)

A bevezetőben sok megfontolandó gondolat hangzott el lelkünk tisztán tartásának szükségességéről, amiről – noha ma már szinte mindenki számára ismeretes a legtöbb betegség lelki-gondolati eredete – nem lehet eleget beszélni. Ezután a meghívott előadó egy kicsit afféle termékbemutató irányba vitte el a programot, noha tagadhatatlanul mondott érdekes dolgokat. Sajnos, miután tudósítónk pár perc alatt diagnosztizálta magán a kivetítőn felsorolt mintegy harminc különféle betegséget, kénytelen volt elhagyni az előadótermet. Ez az eset is jól példázza, mennyire fontos a belső harmónia és az ellazult psziché a mindennapok során.

JÓ NAPOT KÍVÁNOK!

KOVÁCS ISTVÁN FOTÓGRÁFUS
VAGYOK, HUSZ ÉVE
KÉSZÍTEK KÉPEKET A
LEGKÜLÖNBÖZŐBB TEMÁKBAN.

ESKÜVŐ, KERESZTELŐ,
VAGY HA CSAK PÁR SZÉP FOTÓ KELL.

KÉREM, NE HABOZZON SOKÁIG,
VEGYE FEL VELEM A
KAPCSOLATOT AZ ALÁBBI
TELEFONSZÁMON VAGY E-MAIL
CÍMÉN. KÖSZÖNÖM.
06-20-374-1550
MR.KOVI@GMAIL.COM

Fotó: István Kovács

Üzlet Zsámbékon táplálékérzékenyeknek és egészségeseknek

Tilia Filagoria

Kedves olvasóim! Örömhírt hozok Önöknek így karácsony előtt. Városunk új üzlettel gazdagodott, ráadásul olyan üzlettel, amely olyan területet fed le, amely eddig fehér folt volt településünk palettáján. Most már nem kell az arra rászorulóknak elmenni valamelyik nagy áruházba, hogy a speciális étkezéséhez szükséges termékeket beszerezze, ma már megteheti ezt Zsámbékon is.

A Petőfi Sándor utca 86/b alatt (Gabi presszó) mellett megnyílt a Tilia Filagoria (Hársfa kuckó).

Az üzlet elsősorban azokat a vásárlókat kívánja megcélolni, akik cukorbeteg, lisztérzékeny, vegetáriánusok, laktózérzékeny, vagy szívbeteg, esetleg egysze-



rűen csak egészségesen szeretnének táplálkozni. A polcokon a diabetikus termékek mellett számos cukormentes édesség is megtalálható, melyeket nyugodt szívvel kínálhatunk gyermekeinknek. A hagyományos tészták mellett

szőlőmagliszttel készítenek színesítik a sort. A szőlőmagos termékek sorában szőlőmagliszt és szőlőmagolaj is van a palettán. A cukorbeteg számára természetes édesítőszer, édességek – még szaloncukor is – kínálja magát. A boltba betérni azonban mindenkinek ajánlom, mivel az egészséges termékek mellett kozmetikumok és minőségi – ráadásul elérhető árú – ajándék- és használati tárgyak is megvásárolhatók.

Tilia Filagoria (Hársfa Kuckó) Zsámbék, Petőfi S. u. 86/b (Gabi Presszó mellett) Tel: 06-30-269-1794, vagy a 06-70-243-8947

Hamarosan internet elérhetőségünkről is tájékoztatjuk Önöket.

(tudósítónktól)

Teltház borvacsora volt november elején a zsámbéki Espo Hotelben a villányi Gere testvérek (Tamás és Zsolt) kiváló boraival kísérve. Aki lemaradt volna, annak íme a bor- és menüsor,



csak, hogy tudja, miről maradt le. De nagyon nem érdemes izgulni, januárban előreláthatólag folytatódik a sorozat a Takler Pincészet boraival, kérjük, figyeljük honlapjainkat. (espahotel.hu, zsambekimedenca.hu)

- Márton napi Olaszrizling Welcome Drink
- Márton napi Rosé Canapes (zöldségtatáros, lazac-tatáros, padlizsánkrémes)

Sütőtök krémleves

- Márton napi Portugieser
- Páratlan 2009

Rózsaszínre sült kacsamell aszalt szilvamártással és házi krokettal

- Pinot Noir Válogatás 2006

Rozmaringos báránygerinc baconba göngyölt zöldbabbal és polentával

- Merlot Válogatás 2007

Csokoládés alagút balzsamos meggy mártással

- Aureus 2007

Sajtválogatás

(tudósítónktól)

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)



Csodavárás, parázson járás

Jött az üzenet : jó barátom parázson járni hívott. Hurrrrá!!!

Vívódtam. Kati, biztos kell ez neked? Igen! Normális vagy te még egyáltalán? Hát, ha már így szóba jött, a fene se tudja!? Mindegy, megyek, átmegyek a parázson, mert át akarok menni, megtisztulni, magamért, szeretteimért, barátaimért, mindannyiunkért. Na meg azért, mert kíváncsi vagyok magamra, hogy képes vagyok-e rá! Vajon csodában lesz-e részem?

Vége itt vagyok a lobogó máglya mellett. Ez igazándiból ég ám!

A Táltos kijelölte és megtisztította a teret, ahol csodát várva állunk vagy tizenöten, húszan. (Ma már tudom, huszonhárman). Várunk. Nézzük a Tüzet. Kell az a csoda! Hogy menjek neki csoda nélkül mezítláb parázson járni? Figyelek ám, mit etet-itat velem a Táltos, amitől olyasmire leszek képes - már ha egyáltalán!? - ami minden emberi, fizikai törvény szerint lehetetlen! (Semmit sem adott!) Október végén járunk, megidézzük Őseinket így Halottak napja táján, hívjuk lelkeiket, jöjjenek... Ahogy érkeznek eltávozott lelkeik, én úgy kezdek fájni. A Tűz lobogva ég tőlem két méternyire és fázom! Viszont érzem, ez így van rendjén és ez megnyugtat. Magamfajttákkal vagyok körül- véve: mind valljuk, hogy „amíg Isten velünk, kicsoda

ellenünk?.” Mert Isten mindig velünk van! De mióta tudok én a Táltossal énekelni? Mert énekelek Vele és én eddig ezeket a rigmusokat, énekeket SOHA nem hallottam! Mi van itt kérem? Fázom és Ómozok. (Ez egy energia áramoltatási technika.) A máglya leégett, miközben mi, a majd hús „agglyal látó” „Óóó” moztunk, ezzel mintegy védőernyőt borítva magunkra az ártó szellemek ellen. Fantasztikus!

A Táltos segítői szétszedik a máglyát és terítik le a parázsat. Cipőt le és indulj Kati, mert ha most nem, hát később inkább elszaladsz majd!!! Várom a csodát! Közben fázik a talpam. (Óvatos vagyok : ketten már átmentek, mire én is indulok, mert látom, ők jól vannak.) Hol van már az a csoda? Na megyek, biztos ott van a parázsgáyon, majd mindjárt meglátom. Aztán valami történik amit én se értek: már nem várok semmit, egyszerűen érzem, ahogy hús magához a tűz, gondolatban mondom imámat, vállalásaimat és MEGYEK A PARÁZSON! Aztán egyszer csak valahogy ott vagyok a túloldalon és ölelgetjük egymást a Táltossal!! Átmentem! Majd még egyszer! Majd harmadszor is, kézen



fogva agyalós barátommal... Aztán lassan vége, elhamvad a parázs, csendesedünk mi is és búcsúzunk az este Minden! résztvevőjétől.

Éjjel kettőig a Táltos dobolt, énekelte, ráztam azt a csörgő tökszerű valamit, örültünk egymásnak békességben, szeretetben. Köszönöm Tibi, Józsi, Fiúk, Lányok, hogy ott lehettem veletek.

Most mondd meg, milyen ez a csoda, hiába vártam... Vagy nem.

Pár nap után rájöttem, hogy a csoda, amit lestem, hogy mikor jön már, ott volt, csak nem láttam meg, mert kintről vártam, holott végig bennem volt. Csodában nem volt részem, de része voltam a csodának.

A csoda ott van mindenkiben, Benned is, keresd hittel és megtalálod.

Weinecker Katalin életmód tanácsadó
Zsambék 06-20-595-6814
www.bojtkura.hu

SBS FORZA BALANCE karkötő

Magasabb állóképesség

Növekvő stabilitás

Gyorsabb regenerálódás

Jobb alvás

Az EREDETI CSAK NÁLUNK!

(2 év garanciával)

Zsambékon a lottózóban (Posta mellett)

Bohus Andrea, Tel.: 06-70-342-6864)



Weinecker Gábor A MEGBÍZHATÓ TŰZIFÁS

**Immár 20 éve
az Önök szolgálatában.**

Tel.: 20-414-0772

**Mennyiségi
és minőségi garancia!**

A „kis Abba” az ABBA hazájában

Augusztusi szépségversenyünkön az Abbafeeling Hungary volt az egyik fellépőnk. Mivel kedvesek voltak, szépen énekelte, ráadásul az együttes egyik vezetője zsámbéki, ezért azóta is figyelemmel kísérjük tevékenységüket. Örömmel szereztünk tudomást arról, hogy novemberben a svédországi magyarság egyik egyesületének meghívására Malmöben léphettek fel és vendégeskedhettek. Most pedig átadjuk a szót Dobos Katának:

Hol is kezdjem... Az út odafele viszontagságos volt, nem csak azért, mert lekéstük a déli kompot Sassnitz-ban, hanem mert eltévedtünk több városban is!!! Meg is kellett állapítanunk, hogy Magyarország táblázottsága, tájékoztatása SZUPER! Nem úgy mint pl. Prágáé vagy Berliné...

Na szóval, a következő komp 17-kor indult, 4 és fél órát ment. Nagyon érdekes volt, luxuskörülmények, üzletek, étterem, fekvőhelyek, stb. Mikor kezdett lassulni a hajó, már majdnem 10 óra volt. Kimentünk a fedélzetre és csodálatos látványban volt részünk, mikor megláttuk Trelleborg fényeit! Na igen...20 évnyi ABBA rajongás után

végre lábunkat vetni a „szent földön” leírhatatlan érzés volt!

Malmö 25 km-re volt a kikötőtől. Nagyon helyes város! Jól átlátható és átjárható. A kicsit régies skandináv házak között megbújó modern épületek sem rontották a látványt! A hotel a külvárosban volt (na, ez a rész teljesen olyan volt, mint bármelyik pesti külső kerület), itt egy kicsit többre számítottam. A hotelben - némi fennakadás után - végre elfoglaltuk a szobákat, majd útra keltünk és bejártuk gyalog a várost! Természetesen kikötöttünk egy épp zárásra készülő karaoke bárban (itt énekeltem kettőt :), azután séta vissza.

Másnap délután megnéztük a bál helyszínét, beállítottuk a hangosítást, aztán elmentünk várost nézni, plázázni, enni. Este 6-ra mentünk vissza a helyszínre. Itt rengeteg kedves és befolyásos embert ismertünk meg. Jót mulattunk, majd vacsora után jött a fellépésünk! Óriási sikerünk volt!!! Olyannyira, hogy jövőre is visszahívtak minket, sőt, a stockholmi klubjuknak is beajánlottak! :)

A bál után beültünk a kocsiba, és visszamentünk Trelleborgba, hogy



ott várjuk a reggel 7 órás komp indulást. Ebből az lett, hogy óhatatlanul is elbóbiskoltunk az autóban... Én 6 órakor arra ébredtem, hogy a mögöttünk parkoló autók húznak el mellettünk!!! Majd a „Tomi! Tomi! Átaludtuk a becsekkolást!” felkiáltásomra felriadt a csapat, és gyorsan mentettük a menthetőt..D Sikerült feljutnunk a kompra, viszont a visszafele utunk legnagyobb részét alvással töltöttük. Az autót már gyorsabb volt, de így is hajnali fél 4-kor landoltunk Zsámbékon. De az volt a legrosszabb, hogy 5-kor indulni kellett a munkába...

Dobos Kata, Abbafeeling Hungary,
www.abbafeeling.hu

Két éves a Henna

Kedves meghívásnak tehettem eleget a minap, a pátyi Henna Hastánccsoport tartotta második születésnapját november végén. A meghívottak és érdeklődők zsúfolásig megtöltötték a pátyi kultúrházat, és nem is kellett csalódnuk. A lányok-asszonyok fergeteges műsort mutattak be, mind a koreográfia, mind a repertoár rengeteget fejlődött tavaly óta. (ezeket az idegen szavakat nem igazán értjük, de jól mutatnak a tudósításban – a szerk.)

A hangulat magával sodorta a közönséget, akik a végén vastappsal köszönték meg a műsort. Köszönjük Morár Juditnak a meghívást, a fellépőknek a kiváló teljesítményt. A műsort követő állófogadás is remek volt, sok és nagyon finom ennivalóval (sütivel is, a szerk.). A kaja fogytával beindult a retro-

diszkó, ami jobb ötlet volt, mint a tavalyi dobhártyaszaggató heavy-metal (vagy mi) „zene”. Csak azt sajnálom, hogy a mosolygós vörös hajú lánynak (kockás szoknyában – a szerk.) nem volt kedve táncolni. Talán majd legközelebb.

(tudósítónktól)



Ötórai tea

Az évvége közeledtével megszaporodnak a zenés-táncos rendezvények. Egy ilyenre kaptunk megtisztelő meghívást december elején: a zsámbéki Tánc-sport Egyesület rendezte meg immár szokásos évzáró rendezvényét, ahol a tagok bemutathatták, mennyi fejlődött tánc tudásuk az év közben. Voltak különböző műfajok, táncoltak kicsik és nagyok, a zsámbéki Művelődési Ház népes közönsége pedig szemmel láthatóan jól szórakozott.

Mi pedig kíváncsian várjuk a remélhetőleg jövőre is megrendezésre kerülő régiós táncversenyt, addig is sok sikert kívánunk az egyesület vezetőségének, tagjainak és valamennyi táncosnak.

(tudósítónktól)

Szilveszteri party az Espa Bio & Art Hotel****-ben, Varga Viktorral!!!

Töltse nálunk az év utolsó éjszakáját, nem fogja megbánni!

Foglaljon, érdeklődjön: info@esaphotel.hu,
tel: +36 23 919 100, Mobil: +36 30 948 2142

Sztárvendégeink: Varga Viktor – énekes, a Csillag születik felfedezettje és Éles István – humorista

A zenéről és a jó hangulatról egész éjjel Varga Vince gondoskodik!

Egy kis ízelítő a svédasztalos vacsora kínálatából (a teljesség igénye nélkül):

Kakukkfűves szarvas raguleves rókaagombával

Kapribogyó krémmel töltött nyelvhál gyűrű
sárgarépa lepényen, sült paradicsomba töltött rákraguval

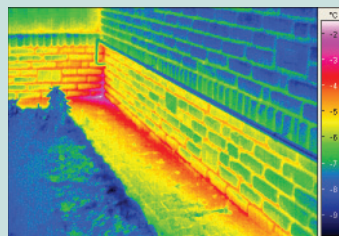
Diós, mascarponés birsalma alagút fehérccsokoládé mázban

Éjfél utáni menü:

Korhelyleves, lencsefőzelék, virsli

Éjfélkor tűzijátékkal és egy pohár pezsgővel
köszöntjük az Újévet, éjfél után tombola!

Hol szökik el a meleg otthonából? Ne az utcát fűtse! **HŐKAMERÁS VIZSGÁLAT**



Akció: 10.000,-Ft egy lakás, ill. családi ház felmérése.

T: 06 30 760 37 57

info@hovizsgalo.hu

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 missziónak tekintem a múlt emlékeit alázattal megőrizni, de a 21. század technikájával fölvertezni.

A műemlékablakok formavilága hozzájárul a kor hangulatának felidézéséhez. Emberközelibb, finomabb légkör létrehozásához. Eppen 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

muemleklablak@t-online.hu

Web: www.perbalablak.hu

www.muemleklablak.hu



Szabó Tamás és Meme





A mosoly a legnagyobb műalkotás.

Békés karácsonyt és sikerekben gazdag újévet kíván mindenkinek

A FOGART Fogászati Rendelő



A mi ajándékunk: 5.000 Ft kedvezmény az első teljes értékű kezelés árából.
A kedvezmény igénybevételéhez kérjük vágja ki a most olvasott hirdetést és hozza magával.

Érvényes: 2012.02.29



Keressenek minket bizalommal.

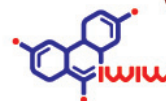
Cím: 2051 Biatorbágy, Vasút u. 7
Tel: +36-23/310-455; +36-20-584-47-75
Honlap: www.fogart.hu
E-mail: info@fogart.hu



www.fogart.hu



**max
TAXI**



+36-1
+36-70

22-22-333

Szolgáltatásaink:
taxirendelés (0-24)
gyors kiszállás
sofőrszolgálat
futárszolgálat

167
ft/km

Telefonos rendelés esetén, Budapest határán belül!

www.maxtaxi.hu; info@maxtaxi.hu