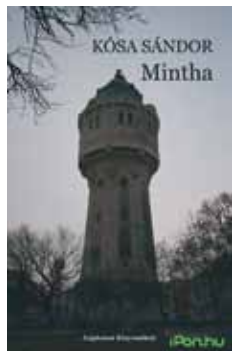


PÓSA ZOLTÁN AJÁNLÁSÁVAL



PÓSA ZOLTÁN a Gazdagréti Lakótelepen élő József Attila-díjas költő idén Pro Cultura Újbuda díjat kapott az Önkormányzattól, és a Magyar Érdemrend Tisztikeresztjét a Magyar Kormánytól. A 84. Ünnepi Könyvhéten dedikálta a Széphalom Könyvműhely sátránál az Egy az Isten című verskötetét, amelynek fő támogatója az Újbudai Önkormányzat.

KÖNYVAJÁNLÓ



Az idősebb nemzedékeknek és a félmúlt iránt érdeklődő fiataloknak szól két nyolcvanas években játszódó könyv. A pergő, fordulatos cselekményre vágyóknak ajánlom KÓSA SÁNDOR „MINTHA” (Széphalom Könyvműhely, 2013) című modern Svejk-történetét. A szerző első könyve az állampárt utolsó évtizedének küszöbén játszódik, belőle megtudhatjuk, milyen volt a diplomás katonák élete a huszadik század nyolcvanas éveinek küszöbén. A katonatisztek azt imitálják, mintha valódi hadseregben szolgálnának, eljátszszak önmaguknak és egymásnak, mintha a stikljeikkel, a szabályzat állandó kijátszásával, a „munka fortélyos elkerülésével” valami féle hiteles ellenállás részesei lennének. Úgy tesznek, mintha várnák a leszerelés napját, a valódi, a civil életük elkezdését. Ám a lelük mélyén tudják, hogy odakünn is ugyanaz a langyos posvány várja őket. Így a kör bezárult. Kósa Sándor „Mintha” című regénye híven megidézi azt a korszakot, amelynek hiteles mottója: olyan volt, mintha éltünk volna.

Noszalgiaik elleni gyógyszer, középiskolások, egyetemisták számára tanulmány kiegészítő forrás SZABÓ PALÓCZ ATTILA „A LEGVIDÁMABB TÁRHELY” című könyve, amely Bácskában, Újvidéken játszódik 1983-ban. A nyolcvanas években mi, a csonka anyaországban távolról azt hittük, hogy a trianoni diktátumban Jugoszláviához csatolt magyar területeken élnek az írók a legnagyobb szabadságban a szovjet megszállási övezeten belül. A legvidámabb tárhely egy 1983-as történetben mutatja meg, hogyan hurcolták meg az Új Symposion nevű legendás szabadkai magyar folyóirat íróit, szerkesztőit, s leleplezi a jugoszláviai ál-szabadságot egészében is.



CSERNÁK ÁRPÁD „VÁLOGATOTT NOVELLÁI” címmel jelent meg az idén augusztusban hetven esztendőes író-színművész kötete a Stádium kiadó gondozásában. Az elbeszélések időbeli horizontja fél évtizednyi, a hatvanas évektől máig terjed. Csernák Árpád könyve arról is vall: hogyan válik a hatvanas évek egykori lázadó színművészből, a műfaj megújító Csiki Gergely Színház markáns kísérletezőjéből fegyelmezett, az örök értékekre figyelő konzervatív író, a „Búvópatak” című markáns irodalmi folyóirat főszerkesztője. Hogyan látja egy sokat megélt értelmiségi a huszonegyedik századot?



Kedves Olvasók!

Kedves Gazdagrétiak!

Szeptemberben új lapszámmal köszönti újra itthon Önöket a Gazdagréti Hírmondó. Véget ért a nyár, újra együtt van teljes létszámmal a lakótelep közössége.

Őszi lapszámunkban számos programot, receptet, kirándulóhelyet talál, mindenki a kedvére valót.

Reméljük mindenki kipihente magát nyáron, és sok élménnyel gazdagodva, teljes energiával kezdi az iskolát vagy a munkáját.

Derűs őszi időt, sok szép őszi napot kíván a szerkesztőség nevében:



Ari Zsófia
főszerkesztő



GAZDAGRÉTI REFORMÁTUS GYÜLEKEZET HÍREI



Július közepén ecsetet, lapátot és mindenféle szerszámokat fogott a gazdagréti református gyülekezet közössége, és egy hétig dolgozott templomunk építésén. A 2004-ben elkészült épületet kinőtte a közösség, ezért új épületrész készül. A gyülekezetből közel 100 ember szánta rá nyári szabadságának egy hetét arra, hogy festhessünk, mázolhassunk, járdát építsünk, vagy épp a régebbi épületrészben végezzünk karbantartási munkálatokat.

A kisebb munkacsoportok feleltek egy-egy munkaterületért, miközben a jelen lévő gyerekekkel külön gyermekszolgálatos csapat foglalkozott. A konyhában szorgos kezek készítették elő az ebédet, frissítőket a munkások számára.

Az építőtáborban sikerült elvégezni tervezett feladatainkat, de ennél még többet is kaptunk: nagyon jó volt együtt fizikai munkát végezni, egy célért közösen tenni. Jó érzés volt ilyen módon is átélni a közösséghez tartozást. Már nagyon várjuk, hogy használatba vehessük az új tereket, amelyekkel bővül a jelenlegi épületünk! Reményeink szerint hamarosan megtelnek étellel az új termek, helyiségek, az ifjúsági klub, és mindannyiunk öröme, épülését szolgálhatja a megújuló, növekvő református templom.



ALPHA KURZUS

Szeptember 25-én szerdán 18:30-kor indul az őszi Alpha kurzus, a 10 héten át tartó bevezetés a keresztény életgyakorlatba, amelynek során találkozhatunk Jézussal, egymással, és magunkkal. Feltehetjük a hittel, Istennel kapcsolatos kérdéseinket. Szeretettel várjuk azokat, akik a kereszténységgel szeretnének ismerkedni, vagy szeretnének többet megtudni Istentől. A kurzust megelőző ünnepi vacsora szeptember 18-án 19 órakor lesz a Gazdagréti Református Templomban. A kurzusra és a vacsorára jelentkezni az iroda@gref.hu címen lehet. Bővebb információ a gyülekezet honlapján érhető el: www.gref.hu

◆ DIAMANTE FAGYIZÓ ◆

Ősszel is várja régi és új vendégeit a megszokott minőségű, és folyamatosan megújuló fagyaltkülönlegességeivel.

Szeptembertől kibővült kínálattal, házi süteményekkel is várunk Mindenkit!

Rétköz u. 43.

Kövess minket a Facebook-on !

MI FÁN TEREM A RUKKOLA?

A FRISS ILLATÚ RUKKOLA A KERESZTESVIRÁGÚAK CSALÁDJÁBA (CRUCIFERAE) TARTZIK, ROKONAI A KÁPOSZTAFÉLÉK. SŐTÉTZÖLD, KARÉJOS LEVELEIT ELSŐSORBAN SALÁTÁK, KÁSÁK KIEGÉSZÍTŐJEKÉNT HASZNÁLJUK.

ÉRDEKESSÉGEK A MÚLTJÁBÓL

A Földközi-tenger vidékén és Dél-Európában őshonos rukkola Marokkó partvidékén, Portugáliától Törökországig vadon megerem. Galenus, ókori görög orvos úgy vélte, a rukkola „száraz és forró érzetet kelt”, nem fogyasztható önmagában. Ezért javasolta, hogy kövér porcsinnal (vadsalátával), vagy más, hústító hatású salátával keverten illeszkedjen étrendünkbe.

A Talmud hatásosnak találja szemfertőzések esetén. A rómaiak magjait olívaolajban áztatták, és vágykeltőként fogyasztották. A történetíró Plinius korbácsütések esetére javasolta; szerinte ugyanis a rukkola annyira megerősíti a testet, hogy az komoly fájdalmakat is képes lesz elviselni. A növény virágai éjszaka illatoznak, ezért a régi babona az álnokság jelképeként tartotta.

Legjelentősebb rukkolatermesztő országok: Franciaország, Egyiptom és Olaszország.

ÉLETTANI HATÁSA:

A rukkolának magas a vitamin- (A, B2, B5, C és K), valamint ásványianyag (kalcium, vas, magnézium, foszfor, kálium, mangán, szilícium) tartalma. Hatására csökken a kiválasztott gyomorsav mennyisége. Egyes kutatók szerint az emésztőrendszer fekélyei ellen is hatékony lehet. Az ókori időkben külsőleg és belsőleg egyaránt - szepplők ellen, a hajhagymák növekedésének serkentésére, a kellemetlen testszag megszüntetésére - használták. Szoptató anyáknak tejszaporító fozetet készítettek belőle, használták bélférges és köhögés ellen teaként és szirupként. Szabályozza a vér koleszterin-, és cukorszintjét. Várandós anyáknál mérsékli a rosszullet tüneteit. Csökkenti egyes rákbetegségek kialakulásának kockázatát, elősegíti a tüdő működését, gyorsítja a sebgyógyulást. A rukkolamagvak illóolajtartalma serkenti az emésztést, védi a nyirokrendszert és a csontokat.

RUKKOLA A KONYHÁBAN:

A rukkola íze hasonlít a borséhoz, a mustáréhoz. Megfigyelések szerint a kisebb levelek íze enyhébb, a nagyobbak csípősebbek. Leggyakrabban más salátákkal vegyítve fogyasztjuk. Feldobja a szendvicset, illik csirkéhez, halhoz, burgonyás, tojásos, paradicsomos fogsokhoz. Más zöldségekkel vegyítve, olajban megpárolva tésztával, bulgurral is fogyaszthatjuk. Keverjük rizottóhoz. Párolás, dinsztelés után a spenótot helyettesíthetjük rukkolával. Gyorsan elkészül belőle a leves is. Zsíros sajttal kiegészítve pizzára tehetjük.

Forrás: www.tudatosvasarلو.hu



ŐSZI ÜNNEPEINK



OKTÓBER 6. - AZ ARADI VÉRTANÚK NAPJA - NEMZETI GYÁSZNAP

Az 1848-1849-es szabadságharc leverését kegyetlen megtorlás követte. A közkatonák ugyan amnesztiában részesültek, de sokukat besorozták a császári seregbe, a magasabb rangú tisztek, tisztviselők hadbírószám elé kerültek. Elsőként a "főbűnösök", gróf Batthyány Lajos volt miniszterelnök, Aradon pedig a honvédsereg önálló seregtestet vezénylő főtisztjeinek perére került sor. A tisztségéről még 1848 őszén lemondott Batthyányt egy olmtüzi törvényszék ítélte kötél általi halálra, az ítéletet a Magyarországot teljhatalommal kormányzó Haynau tábornagy 1849. október 5-én erősítette meg. Aradon szeptember 26-án 13 tábornokot és egy ezredet ítéltek halálra felségsértés és lázadás miatt. Haynau ezt szeptember 30-án hagyta jóvá, de csak 13 kivégzésre került sor, mert Gáspár András, Ferenc József egykori lovaglómestere büntetését végül börtönre változtatták. A kivégzéseket jelzés értékűen, az 1848. évi elbukott október 6-i, bécsi felkelés évfordulójára időzítették. Batthyány előző éjjel egy becsempészett törrel nyakon szúrta magát, ezért nem lehetett felakasztani, kivégzőosztag elé került. A gróf nem engedte szemét bekötöni és maga vezényelt tüzet, utolsó szavai így hangzottak: "Allez Jäger, éljen a haza!" A kivégzés színhelyén ma a Batthyány-örökmécses, a szabadság jelképe áll. Aradon ugyancsak október 6-án végezték ki a 13 honvédtábornokot: Aulich Lajost, Damjanich Jánost, Dessewffy Arisztidot, Kiss Ernőt, Knézich Károlyt, Lahner Györgyöt, Lázár Vilmost, Leiningen-Westerburg Károlyt, Nagysándor Józsefet, Poeltenberg Ernőt, Schweidel Józsefet, Török Ignácot és Vécsey Károlyt. A golyó általi halálra "kegyelmezett" Kisst, Schweidelt, Dessewffyt és Lázárt a vár északi sáncában lötték hajnalban agyon, a többi elítéltet ezután a vártól délre sebtében összetakolt bitófákra akasztották fel.

AZ 1956-OS FORRADALOM ÉS SZABADSÁGHARC

Az 1956-os forradalom Magyarország népének a diktatúra elleni forradalma és a szovjet megszállás ellen folytatott szabadságharca, amely a XX. századi magyar történelem egyik legmeghatározóbb eseménye volt. A budapesti diákok békés tüntetésével kezdődött 1956. október 23-án, és a fegyveres felkelők ellenállásának felmorzsolásával fejeződött be november 10-én. Az október 23-i budapesti tömegtüntetés a kommunista pártvezetés ellenséges reakciója és a fegyvertelen tömegre leadott véres sortűz következtében még aznap éjjel fegyveres felkeléssé nőtt. Ez a kormány bukásához, a szovjet csapatok visszavonulásához, majd a többpártrendszer visszaállításához és az ország demokratikus átalakulásához vezetett. November első napjaiban az új kormány megkezdte a tárgyalásokat a Szovjetunióval a szovjet csapatok teljes kivonásáról, a Varsói Szerződésből való kilépésről és az ország semlegességéről.



fotó:www.kibetektetekavilag.alapunk.hu, www.para-meter.sk

A szovjet politikai vezetés azonban a kezdeti hajlandóság után meggondolta magát, és miután a nyugati nagyhatalmak biztosították arról, hogy nem nyújtanak a magyar kormánynak segítséget, november 4-én a szovjet csapatok hadüzenet nélküli háborút indítottak Magyarország ellen. Az aránytalan túlerővel szemben egyedül maradt ország több napon át folytatott szabadságharca így végül elbukott.



MINDENSZENTEK ÜNNEPE ÉS HALOTTAK NAPJA

A 4. században mindenszentek ünnepét a pünkösöd utáni első vasárnap ülték meg, és az ortodox keresztény egyház ma is ekkor tartja. A kezdetben az összes keresztény vértanúra, később "minden tökéletes igazra" emlékező ünnep a 8. században tevődött át november 1-jére, egy kelta ünnep időpontjára. Jámbor Lajos frank császár 835-ben IV. Gergely pápa engedélyével már hivatalosan is elismerte az új ünnepet, így ettől kezdve a mindenszentek az egész katolikus kereszténység ünnepé lett. Általános szokás, hogy mindenszentek napján rendbe teszik és virággal díszítik a sírokat, amelyeken gyertyát gyújtanak a halottak üdvéért. Sokan úgy tartották, hogy a halottak ezen az éjszakán kikelnek a sírból, így a családi lakomán nekik is terítettek, és minden helyiségben lámpát gyújtottak, hogy eligazodjanak a házban.

A mindenszenteket megelőző naphoz kapcsolódik az angol-szász eredetű halloween is, ennek elnevezése az angol All Hallows Eve kifejezésből származik. Ez a kóbor lelkek, a kelták halotti istenének éjszakája. Az angol Halloween ősi kelta ünnep, az Írországban és Skóciában élő törzsek ezen a napon ünnepelték az újévet - a Samhain-t, vagyis "a nyár végét" és ilyenkor egyszerre hódoltak a Napisten és a Holtak Ura előtt. Hitük szerint ezen a napon tért vissza a földre azoknak a bűnösöknek a lelke, akik az elmúlt években haltak meg, és azóta állatok testében "léteztek". Halloween szimbóluma a kivájt töklámpás, az ún. Jack-lámpa. Jack a hiedelem szerint egy részeges, ám tréfás és leleményes kovács volt. Még az ördögöt is megviccelte; mikor az eljött érte, Jack felzavarta őt egy hatalmas fa tetejére, aztán keresztet rajzolt a törzsére. Mivel az ördög irtózik a kereszt érintésétől, nem tudott lejönni. Jack csak azután engedte le a fáról, miután az megígérte, hogy nem kísérti őt többé. Amikor Jack meghalt, a mennyországba nem engedték be iszákosága és csínytevései miatt, ám a pokolban sem találhatott otthonra, mert az ördög is haragudott rá, amiért korábban túljárt az eszén. Ezért csak odadobott Jacknek egy izzó fadarabot a pokol tüzéből, hogy legalább ne vak sötétben kelljen kóborolnia. Jack beletette a mécses egy kivájt fekete retekbe és azóta bolyong lámpásával a mennyország és a pokol között. A kelta retket az amerikaiak időközben tökre változtatták, (állítólag azért, mert abból több volt nekik).



fotó: www.willstar.com

Forrás: www.mtva.hu; www.doksi.hu; www.medicalonline.hu; www.edenkert.hu

EZ TÖRTÉNT A NYÁRON GAZDAGRÉTEN:
KIRÁLY NÓRA ÖNKORMÁNYZATI KÉPVISELŐ BESZÁMOLÓJA

1. Júniusban elkészült az IRHÁS ÁROKBAN A JÁRDAÉPÍTÉS. A területen korábban nem volt biztonságos a gyalogosközlekedés, az arra közlekedőknek az autók között kellett gyalogolniuk. Az árok csapadékvíz-elvezetését már tavaly megoldotta a Hegyvidék, Újbuda Önkormányzata és a Főváros, idén pedig a járdaépítés befejezése zajlott. Június 26-án adtuk át a forgalomnak az elkészült, mintegy 1200 m² járdát. A Gazdagréti polgárok immár nyugodtan kirándulhatnak arrafelé, hiszen a lakóteleptől egészen Csillebércig biztonságos a közlekedés. Reméljük, minél több ember veszi igénybe az új lehetőséget, és sétára, futásra használja majd az elkészült felületet.



2. Az Önkormányzat a szülők kérését meghallgatva és teljesítve FELÚJÍTOTTA A SZIVÁRVÁNY ÓVODA UDVARÁT. Nagyon sok szülő panaszkodott a 2012-es Közmeghallgatáson és egyéb fórumokon, hogy az Óvoda udvara esőben sáros, száraz időben pedig rendkívül poros, és a felszálló piszok egészségromboló a gyermekeknek. Ennek az állapotnak a javítására az Önkormányzat több, mint 5 millió Forintból felújította az óvoda kertjét. A beruházás során az udvar egy része ütéscsillapító, biztonságos gumiburkolatot kapott, és por- és sármentessé tették a teljes területet.

3. Pár szó a GAZDAGRÉTI KUTYÁKRÓL: többször kezdeményezte az Önkormányzat, hogy Gazdagréten egy elkülönített, bekerített kutyafuttatót alakítsanak ki. Sokan támogatják az ötletet, de a többségminél messzebb vinné az otthonától, így a lakossági tiltakozás nyomán a felmerült helyszíneket eddig rendre elvetettük. A helyzet megoldásáig kérem a tisztelt kutyatulajdonosokat is, hogy tartsák be a közösségi együttélés szabályait, lehetőség szerint vigyék kedvenceiket az Eleven Center mögött kijelölt kutyafuttatóra, és szedjék össze ebük maradékait.

4. Sok lakótársunkat zavarja a HAJLÉKTALANOK JELENLÉTE ÉS VISELKEDÉSE, valamint a környék állapota az Eleven Centerrel szemben lévő szelektív hulladékgyűjtő sziget körül. A lakosok panaszai nyomán a Közterület-felügyelet többször is ellenőrzést tartott, és eljárást is kezdeményezett egy személy ellen közszeméremértés miatt. A felügyelők a jövőben is kiemelt helyszíneként fogják rendszeresen ellenőrizni a területet. Remélhetőleg ennek nyomán fokozatosan javulni fog a terület állapota.

5. A nyári szünetben a NAPSUGÁR BÖLCSŐDE FEJLESZTÉSÉRE is költött az Önkormányzat, az intézmény teraszát ütéscsillapító gumi burkolattal látták el. A fejlesztésre több mint 2 millió Forintot fordítottak.

A kerület vezetése fontosnak tartja, hogy az állagmegóváson és az aktuális felújításokon túl rendszeresen fordítson pénzt az anyagi lehetőségekhez mérten a nevelési-oktatási intézmények fejlesztésére is. A korábbi ciklusokban ez nem történt meg maradéktalanul, így minden apróbb fejlesztésnek örülni kell, így dolgozható csak le a felgyülemlett hátrány.

GAZDAGRÉTI POLGÁROK ÓREI

Néhány lelkes civil kezdeményezésére szerveződni kezd egy önkéntes vállalkozás, amely a gazdagrétiiek nagyobb biztonságát hivatott a jövőben megteremteni. A lakótelepen élőknek ideje elgondolkodniuk, hogy mindent az államtól, a rendőrségtől, és egyéb szervektől várják-e, vagy önmaguk is hajlandók tenni saját biztonságukért. Noha a lakótelep nem tartozik a kimondottan veszélyes területek közé, sokan érzik úgy, jobb lenne fokozni a biztonságot. Ahhoz, hogy a civilek éjjel-nappal jelen tudjanak lenni az utcán, minimum 80-100 önkéntesre lenne szükség, ami - valljuk be - egy 30 ezres közösségben nem olyan nagy szám. Ha ez a létszám összejön, a kezdeményezők majd közösen eldöntik, hogy polgárőrségként, vagy független civil szervezetként kívánnak-e tevékenykedni a köz biztonságáért.



A Facebook-on (is) szerveződő csoportnak egyelőre 19 tagja van, de a civilek bíznak abban, hogy ez a szám hamarosan megtöbbszöröződik. A Gazdagréti Polgárőrség csoport elérhető a facebook-on, vagy jelentkezni lehet a www.gazdagret.info weboldalon, és a 06 20 927 6708-as telefonszámon.

III. ÚJBUDAI SZÉPÍRÓ VERSENY

KIRÁLY NÓRA, ÚJBUDA ÖNKORMÁNYZATI KÉPVISELŐJE „SZÉPÍRÓ” VERSENYT HIRDET A KERÜLETI ISKOLÁK ALSÓ TAGOZATOS DIÁKJAI (MÁSODIK – NEGYEDIK OSZTÁLYOSOK) SZÁMÁRA!

A FELADAT: MÁSOLJ LE KÉZÍRÁSSAL EGY, A KARÁCSONNYAL, A SZERETET ÜNNEPÉVEL KAPCSOLATOS VERSET! A ZSÚRI A VERSVÁLASZTÁST ÉS A KÜLALAKOT ÉRTÉKELI, ÉS EZ ALAPJÁN HIRDETI KI ÉVFOLYAMONKÉNT A VÉGEREDMÉNYT.

DÍJAK:

I. 10 000 Ft értékű vásárlási utalvány; II. 7 000 Ft értékű vásárlási utalvány; III. 5 000 Ft értékű vásárlási utalvány

MINDEN INDULÓT EMLÉKLAPPAL JUTALMAZUNK!

A GYŐZTESEK MUNKÁJÁT KARÁCSONYKOR KÉPESLAPKÉNT KIKÜLDJÜK A KÖRNYÉKEN ÉLŐ EGYEDÜLÁLLÓ NYUGDÍJASOKNAK.

NEVEZÉSI FELTÉTELEK:

- ALSÓ TAGOZATOS TANULÓI JOGVISZONY
- NEVEZNI SIMA, EGY DB A4-ES PAPIRRA LEMÁSOLT VERSSEL LEHET
- A LAP TETEJÉN FEL KELL TŰNTETNI A KÖLTŐ ÉS A VERS CÍMÉT
- A LAP ALJÁN FEL KELL TŰNTETNI A VERSENYZŐ MONOGRAMMJÁT, RÖVIDÍTETT NEVÉT VAGY BECENEVÉT AZ ISKOLÁJA NEVÉT ÉS AZ OSZTÁLYÁT
- A LAP HÁTOLDALÁN FEL KELL TŰNTETNI A VERSENYZŐ TELJES NEVÉT ÉS A SZÜLŐ VAGY A GYERMEK ÉRTESÍTÉSI HELYÉT (TELEFONSZÁM ÉS EMAILCÍM)
- KÜLÖN CSATOLNI KELL A SZÜLŐ VERSENYZÉSHEZ VALÓ HOZZÁJÁRULÁSÁT

A PÁLYAMŰVEKET AZ ALÁBBI CÍMRE KÉRJÜK BEKÜLDENI A4-ES BORÍTÉKBAN:
KIRÁLY NÓRA, IFJÚSÁGI TANÁCSNOK, XI. KERÜLETI POLGÁRMESTERI HIVATAL
III/3 BOCSKAI ÚT 39-41.

BEADÁSI HATÁRIDŐ: 2013. OKTÓBER 15. EREDMÉNYHIRDETÉS: 2013. NOVEMBER

• **NARANCSOS SÜTŐTÖKLEVES**
MENTÁVAL ÉS ZSÁLYÁVAL •

HOZZÁVALÓK:

60 dkg megtisztított sütőtök,
1 narancs,
1 kis fej vöröshagyma,
1 ek. szárított zsálya,
8-10 mentalevél,
1,5 dl tejszín,
só, bors.



1. A megtisztított sütőtököt kockázzuk fel, a hagymát daraboljuk.
2. Tegyük fel ezeket 8 dl vízbe főni. Reszeljük hozzá a narancs héját, facsarjuk hozzá a narancs levét, adjuk hozzá a fűszernövényeket. Sózzuk, frissen őrölt borssal ízesítsük!
3. Lefedve, takarék lángon forraljuk, míg a zöldségek megpuhulnak, ekkor adjuk hozzá a tejszínt, egyet forraljunk rajta, majd turmixoljuk le a levest. Forrón tálaljuk.

• **NORMAND ALMATORTA** •



HOZZÁVALÓK:

15 dkg liszt,
5 dkg hideg vaj,
5 dkg kristálycukor,
csipet só,
1 tojás,

Mandulatöltelékhez:

10 dkg őrölt mandula,
5 dkg lágy vaj,
5 dkg kristálycukor,
1 tojás,
1 csapott evőkanál őrölt fahéj,
2 szem alma,
negyed citrom.

1. A vajat kockázzuk fel és a tészta többi hozzávalójával gyors mozdulatokkal gyúrjuk össze. Tegyük minimum 30 percre hűtőszekrénybe.
2. Keverjük habosra a lágy, szobahőmérsékletű vajat a cukorral. Adjuk hozzá az őrölt mandulát, a fahéjat, majd a tojást.
3. A sütőt melegítsük elő 180 fokon. Nyújtsuk ki 3-4 mm vékonyra a tésztát egy nagy vagy 6 kisebb tortaformába, úgy, hogy legyen pereme. Osszuk szét a formákba a mandulás tölteléket.
4. A negyedelt almát vágjuk vékony szeletekre, a szeleteket dörzsöljük át citrommal, majd helyezük a tortára. Süssük a tortát 30-35 perc alatt készre, az utolsó 5-8 percben növeljük a hőfokot 200 fokra.

fotó és forrás: www.dolcevitahog.hu

CSINÁLD MAGAD: MÉCSÉS RÉGI TEÁCSÉSZÉBŐL

Ha a teás, vagy kávékészletből már csak néhány maradt meg, vagy a zománc megkopott a csésze alján, nem kell rögtön a kukába dobunk, felhasználhatjuk őket mécsesként. A teáscsésze gyertyák szép kiegészítői lehetnek minden otthonnak. Egy szeletkét átvihetünk a múltból a jövőbe.



1. Megmaradt gyertyacsonkokat is össze lehet gyűjteni és újra felhasználni, vagy natúr gyertyaöntéshez való viaszlecsőt is vásárolhatnak.

2. A viasz olvadáspontja körülbelül 60 °C, éppen ezért közvetlenül nem szabad melegíteni, mivel tűzveszélyes. Vízfürdőben kell felolvasztani. Tegyük a viaszforgácsot nejlon zacskóba, vagy kisebb edénybe, konzervdobozba, és helyez-

zük bele a vízbe. Addig melegítsük, amíg fel nem olvad. (nem szükséges forralni). Olvasztáskor színezhajjuk is és különböző illóolajokkal illatosíthatjuk a gyertyákat. (Az illatanyagot csak a már nem túl forró viaszba öntsük, és keverjük el gyorsan.)



3. Kezdeknek érdemes talpas kanócot használni, mert sokkal könnyebb bánni vele.

Helyezzük a kanóc fémtalpas részét a csésze aljára, másik végét pedig kössük egy hurkapálcára.

4. Várjuk meg amíg megszárad. Jó munkát kívánunk!

Forrás: www.glazur.hu



Minden kedves családot, kicsiket, nagyokat, felnőtteket sok szeretettel várunk a 19 éves Fogarasi Síiskolában a XII. kerületi Márton-hegyen (Költő utca). A tanulás nálunk öröm és játék. Aki velünk tanul, boldogan, biztonságban élvezheti a havas sípályákat. Az iskolával egyidőben szeptemberben kezdődik a sitanulás!

Beiratkozás szeptember 3-tól!

Részletek:
www.fogarasisiiskola.hu

A NAPSUGÁR BÖLCSŐDE INTÉZMÉNYVEZETŐJÉVEL, KISS GYÖRGYVEL BESZÉLGETTÜNK A JELENRŐL ÉS AZ ELMÚLT ÉVEK VÁLTOZÁSÁIRÓL.



MIÓTA DOLGOZIK A NAPSUGÁR BÖLCSŐDÉBEN?

Munkámat 1972 augusztusában kezdtem a Mérnök utca 40. sz. bölcsődében, mint csecsemő és kisgyermek gondozónő. 1981-ben az akkori Egyesített Bölcsődei Intézmények Vezetője felkért, hogy a Keveháza utcai bölcsődében a vezető-helyettesi állást fogadjam el, és ott folytassam munkámat. 1985 tavaszán kineveztek az akkor még csak tervben lévő, majd 1986. januártól épülő 80 férőhelyes Napsugár Bölcsőde vezetőjének. 1986. október 23-án nyitott meg az intézmény. Feltöltöttségünk csaknem folyamatosan 100%-os, vagy afölötti volt. Programunk megvalósításának személyi feltétele a törvényben engedélyezett kisgyermeknevelői és technikai személyzet. Ennek megfelelően a 4 gondozási egységben 16 kisgyermeknevelő és 4 technikai dolgozó segíti a gyermekek fejlődését.

MIÉRT ÉPPEN GAZDAGRÉT? ITT LAKIK ÖN IS?

1968-tól vagyok XI. kerületi lakos. Csak rövid ideig, öt évig laktam Kispesten. Nem tudtam megszokni Pestet, a szüleim, a munkahelyem is idekötött, így 1987-ben visszaköltöztünk a kerületbe, Gazdagrétre.

MILYEN VÁLTOZÁSOK TÖRTÉNTÉK AZ ÉVEK SORÁN? MI LENNE A LEGFONTOSABB A BÖLCSŐDE SZÁMÁRA, AMIBEN AZ ÖNKORMÁNYZAT SEGÍTSÉGET TUD NYÚJTANI?

2009-ben megszereztem a tereptanári képesítést, így mint terepintézmény, a szakképző iskolák tanulóinak nyújtunk a gyakorlatban segítséget. 2010-ben a bölcsődék rossz kihasználtsága miatt az Önkormányzat Képviselőtestülete férőhely-bővítést hajtott végre a kerületben, melynek eredményeképpen 104 férőhelyes lett a bölcsődénk. A születések számának csökkenése miatti gyermeklétszám változás tettekre készítetett bennünket, ezért amikor feltöltöttségünk épphogy elérte a 100%-ot, kidolgoztunk egy új szolgáltatást, a gyermekfelügyeletet. A szolgáltatás azoknak a szülőknek nyújt segítséget, akik nem szeretnék az egész napos bölcsődei ellátást igénybe venni, azonban néhány órára gyermeküket szakmailag felkészült munkatársainkra bízhatják. Számomra kiemelten fontos a szakmai munka fejlesztése mellett, az épület állagának, állapotának megőrzése, felújítása, a berendezési-felszerelési tárgyak rendszeres karbantartása. Ehhez elsősorban az intézmény fenntartója nyújt segítséget, emellett gyakran kapunk szülői támogatást is. Kapcsolatom a helyi Polgármesteri vezetéssel és Önkormányzati Képviselőnkkel mindig pozitív volt. Az elmúlt években többször is kértem és kaptam anyagi támogatást a különböző rendezvényeikhez.

MIVEL SEGÍTHETI LEGINKÁBB EGY DAJKA A GYERMEK NEVELÉSÉT EBBEN A KORBAN? MI AZ AMIBEN A NAPSUGÁR BÖLCSŐDE MÁST TUD NYÚJTANI?

Közös célunk, hogy maximálisan megfeleljünk a szülők és gyermekeik igényeinek. Folyamatosan arra törekszünk, hogy valami pluszt, újat adhassunk. Próbálom felkutatni azokat a lehetőségeket, támogatókat, amelyek révén egyrészt intézményem felszereltségét bővíteni tudom, másrészt a bölcsőde ismertségét, népszerűségét növelhetem. 2009-től „Zöld Bölcsőde” lettünk. Áttértünk a szelektív hulladékgyűjtésre, és a bölcsőde udvarán, a fa és virágültetéssel tudatosan próbáljuk növelni a zöld felületet.

ÖN A HELYI VÁLASZTÁSI IRODA VEZETŐJE. HOGYAN KAPTA EZT A TISZTSÉGET, ÉS MILYEN FELADATOKKAL JÁR EZ A MEGBÍZÁS?

Vezetői munkám mellett a rendszerváltozás óta társadalmi felkérésnek is eleget teszek. Budapest Főváros Önkormányzatának Közgyűlése, valamint Újbuda Önkormányzatának Képviselő Testülete megbízásából elnökként a Választási Eljárásról szóló Törvénynek megfelelően végeztem, végzem feladatomat a 17. sz., 2011-től a 18.sz. Országos Egyéni Választókerületi Bizottságban, valamint a Helyi Választási Bizottságban.



FELHÍVÁS!

A Gazdagréti Összefogás Egyesület lelkes, tette kész, ambíciókkal rendelkező fiatalokat keres önkéntes, alkalmi munkára. Motivációs levéllel, referenciával kiegészített önéletrajzokat várjuk a gazdagretioszefogas@freemail.hu e-mailcímmel!



JUDO Gazdagréten!

www.club-team.hu Bere Tamás 06305257568 Hadfi Dániel 06203404742
teamjudo@gmail.com Korányi Miklós 06203831322
 Ha lejössz, keresd A TEAM JUDO CLUB-ot és hozd magaddal a szórólapot!



<http://11.kerulet.ititakunk.hu; www.hirado.hu>

EGY ÁLLAMTITKÁR MOZGALMAS NYARA



Simicskó István, sportért felelős államtitkár, Újbuda országgyűlési képviselője nem sokat pihent a nyáron, hiszen sport szempontjából ez az egyik legmozgalmassabb időszak. Egyik eseményről a másikra utazott: hol külföldön vett részt nemzetközi eseményeken, a Kormányt képviselve, hol Magyarországon egy-egy távoli pontján adott át focipályát, sportpályát, indított el nagyobb sporteseményt, hol pedig Újbuda és Gazdagrét érdekeit lobbizott különböző fórumokon.

Június elején a Csikihegyek utcai Általános Iskolában búcsúztatta a diákokat a tanévzárón, a kitűnő bizonyítványt szerzőket pedig külön ajándékkal jutalmazta. Július elején Barcelonában személyesen vett részt azon az eseményen, ahol kihirdették, hogy Magyarország rendezheti a 2021-es úszó és vízilabda világbajnokságot. Július közepén Újbudán látta vendégül Fazekas Sándor, vidékfejlesztési miniszter urat, akivel együtt tesztelték le a tárca egyik új szolgáltatását: a parlagrafű bejelentő rendszert. Nagy segítség ez az allergiásoknak, hiszen gyakorlatilag egyetlen gombnyomással tudják jelteni, ha parlagrafűvet látnak, így az eddigénél rövidebb idő alatt megtörténhet a kártékony növény eltávolítása.

Rögtön ezután Szegedre vezetett az útja, ahol az ott rendezett sárkány-hajó világbajnokságon mondott megnyitó beszédet. Augusztus elején pedig következett az U19-es férfi kézilabda világbajnokság, amelynek Gazdagrét szomszédja, Budaörs és Érd adott otthont és a budapesti vívó világbajnokság, ahol - mint ismeretes - a magyar párbajtőrözők világbajnokok lettek. Végül említhetnénk még egy sportöltöző átadását Tarpán vagy a kutyakiállítások megnyitását Devecseren és Alsóörsön.

Az államtitkár úr szerkesztőségünknek elmondta még, hogy pihenésre ezen a nyáron sem jutott sok idő. Összesen tíz napot tudott feleségével és 6 éves Hunor fiával eltölteni a Balaton mellett. – „Ez a tíz nap viszont úgy feltöltött, hogy újult erővel tértem vissza Újbudára, ahol számtalan feladat vár rám a következő évadban is! Gazdagrétre szeretnék kiemelt figyelmet fordítani a közeljövőben, hogy még élhetőbb, szerethetőbb városrésze legyen kerületünknek!” – zárta nyári beszámolóját.



Elérhetőségek:

Postacím: 1111 Bp. Budafoki út 9-11.

Weboldal: www.simicskoistvan.hu

E-mail: simicskoistvan@fidesz.hu

Simicskó István Szurkolói Klubja: <http://www.facebook.com/simicskoistvan>

Fogadóóra: minden hónap első csütörtöke 16 órától

Bejelentkezés: a 0620/200-0781 telefonszámon.

I. ÚJBUDAI FOTÓVERSENY FELSŐTAGOZATOS DIÁKOKNAK- NYERTES PÁLYAMUNKÁK



I. helyezett: Marton Olivér, Új Budai Alma Mater Általános Iskola, 5. osztály



II. helyezett: Varga Panni, Bocskai István Általános Iskola, 6. osztály



III. helyezett: Balkó Dorottya, Ádám Jenő Fenntartói Gyakorló Általános Iskola, 8.osztály



Különdíj: Pusztai Zoltán, Örmezei Általános Iskola 6. osztály

SZEPTEMBER-OKTÓBERI PROGRAMOK A GAZDAGRÉTI KÖZÖSSÉGI HÁZBAN

KÉPES NYÁRI ÚTINAPLÓ
Fekete Csaba fotókiállítása a Magyar Fotográfia Napja alkalmából.

Megtekinthető szeptember 25-ig hétköznapokon 10-18h között. „a Rét” Galériában.

„SZERENCÉS PÉNTEK 13.”
Szivárvány Táncszínház boszorkányosan lebilincselő előadása, majd tánctanítás. Pörgesse meg a Gazdagréti Közösségi Ház szerezecskéiket! Lehet, hogy a péntek 13. szerencsét hoz? szeptember 13. 17.30

SZAFFI - CSALÁDI MOZIDÉLELŐTT
szeptember 14. 10.30

„HARMÓNIAK”
Vörös Valéria képző- és ipar művész textil-kollázsai. Megtekinthető október 16-ig hétköznapokon 10-18h között.

IDŐSEK VILÁGNAPJA
alkalmából szervezett ünnepi köszöntő műsor játékos vetélkedővel, népdal énekléssel, egészségügyi előadással, ingyenes. október 1. 14.00

„A FESTÉSZET ÉLMÉNY – ÉLMÉNYFESTÉSZET”
A Festészet Napja alkalmából ingyenes közös alkotásra invitáljuk a gazdagréti családokat. október 19. 10.00

KREASÉTÁNY -
Gazdagréti „kreatívok” bemutatkozása október 19. 10.00

A PÁL UTCAI FIÚK/ CSALÁD IMOZIDÉLELŐTT
október 26. 10.30

FELHÍVÁS

VÁRJUK AZON ÜGYESKEZŐ GAZDAGRÉTIÉK ÉS KÖRNYÉKBELIEK JELENTKEZÉSÉT, AKIK HOBBY SZINTEN KREATÍVAN ALKOTNAK ÉS SZÍVESEN BEMUTATKOZNÁNAK MUNKÁIKKAL. DEKUPÁZS-TECHNIKA, GYÖNGYFÜZÉS, FAFARAGÁS, RONGYBABA KÉSZÍTÉS, PORTRÉRAJZOLÁS.A SOR VÉGLÁTHATATLAN. ISMERJÜK MEG REJTETT TEHETSÉGEINKET! JELENTKEZÉS EMAILBEN (gkh@ujbudakulti.hu), VAGY SZEMÉLYESEN A GAZDAGRÉTI KÖZÖSSÉGI HÁZBAN OKTÓBER 1-IG.



NYÁRON SEM ÁLLT MEG AZ ÉLET A NYUGDÍJAS KLUBBAN

Az idei hosszú forró nyár és a gyakori hőségiriadó sem vette el a kedvét a nyugdíjasoknak attól, hogy a klubban rendszeresen részt vegyenek a foglalkozásokon, előadásokon, kirándulásokon. Dr. Kupper András alpolgármester jóvoltából, egy mobil klímával, és egy új játékkal – egy nagyméretű csocsóval gazdagodtunk, amellyel – vére menő futball csatákat vívnak életkortól függetlenül a klubtagok. A mentális és fizikai állapot megőrzéséhez jelentősen hozzájárul Turcsán Gábor mentálhigiénés szakember, valamint Szenczi Teréz kineziológus által levezényelt meridián torna és az Ács Csilla gyógytornász által tartott foglalkozások. A legnagyobb hőség sem vette el klubtagjaink kedvét a különböző kirándulásoktól, Veszprém, Gyömrő, Sopron, Pécel sok látnivalót, új ismereteket adott. A nyár folyamán sem szüneteltek az irodalmi délutánok, novella felolvasások, ismeretterjesztő előadások, mint pl. a bolygók állásáról a csillagászati napon tartott előadás, valamint a különböző egészségügyi szűrővizsgálatok. A klub környéke is kivirult, a tavasszal nagy fáradtsággal felásott, kigazolt virággyásokba vetett virágmagok, palánták színpompás növényekké fejlődtek, hála a Fitoland kertészeti ingyenes adományának. A klubvezető, Tamáska Andrea ötlete és receptje alapján augusztus 20-ra készülve finom kenyereket, cipókat sütöttek klubtagjaink, melyeket nagy élvezettel fogyasztottak el.

adások, mint pl. a bolygók állásáról a csillagászati napon tartott előadás, valamint a különböző egészségügyi szűrővizsgálatok. A klub környéke is kivirult, a tavasszal nagy fáradtsággal felásott, kigazolt virággyásokba vetett virágmagok, palánták színpompás növényekké fejlődtek, hála a Fitoland kertészeti ingyenes adományának. A klubvezető, Tamáska Andrea ötlete és receptje alapján augusztus 20-ra készülve finom kenyereket, cipókat sütöttek klubtagjaink, melyeket nagy élvezettel fogyasztottak el.

• LAPUNK UTÁNAJÁRT – KÖZÉRDEKŰ INFORMÁCIÓK •

Gazdagrét tisztántartásáért az Újbuda Prizma Nonprofit Kft felé. Bármilyen panasz esetén hívható a 372-7640- telefonszám.

Újbudai támogatások
tel: 06-80-734-359 (ingyenes)

Közbiztonsággal kapcsolatos bejelentések tehetőek az alábbi éjjel-nappal hívható telefonszámokon:

XI. Ker. Rendőrkapitányság:
381-4312
Újbuda Közterület-felügyelet:
06-80-411-112

Roncsautó, kátyú, parlagfű bejelentése a 06 80 852 832 telefonszámon (ingyenes)

Közterületi fák metszése
– bejelentés alapján történik
a 381-1351-es telefonszámon

PIACI HÍREK

A Gazdagréti piac a szokásos szombati alkalom mellett, minden szerdán, reggel 7 órától 12 óráig nyitva tart. A hónap utolsó szombatjain nagy akciókkal várunk minden kedves vásárlót. Idén ősszel is lesz almavásár! Várjuk Önt a Szent Angyalok Plébánia kertjében szerdán és szombaton 7.00-12.00 óra között! Ha szeretne értesülni az aktuális akciókról, iratkozzon fel hírlevelünkre! E-mailcím: gazdagretiosszefogas@freemail.hu



IMPRESSZUM

Kiadja a Gazdagréti Összefogás Egyesület

Főszerkesztő: Ari Zsófia

Elérhetőség, hirdetésfelvétel: 06203330553

gazdagretiosszefogas@freemail.hu

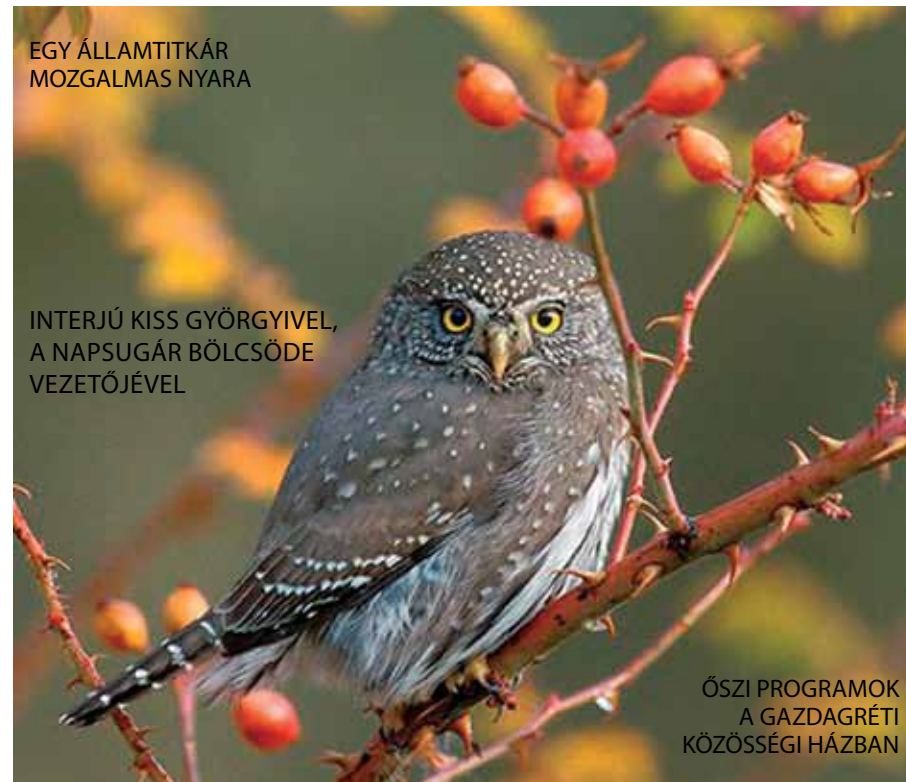
www.gazdagretiosszefogas.hu

GAZDAGRÉTI HÍRMONDÓ

Kultúra * Közélet * Család * Egészség * Sport

EGY ÁLLAMTITKÁR
MOZGALMAS NYARA

INTERJÚ KISS GYÖRGYVEL,
A NAPSUGÁR BÖLCSÖDE
VEZETŐJÉVEL



ŐSZI PROGRAMOK
A GAZDAGRÉTI
KÖZÖSSÉGI HÁZBAN



POLGÁRŐRSÉG
GAZDAGRÉTEN



III. ÚJBUDAI
SZÉPÍRÓVERSENY



ŐSZI
ÜNNEPEINK