

KEDVES OLVASÓINK! FOGADJÁK SZERETTEL PÓSA ZOLTÁN GAZDAGRÉTI ÍRÓ-KÖLTŐ ÉVSZAKHOZ ILLŐ VERSEIT ÉS KÖNYVAJÁNLÓIT, MELYBEN MINDEN KOROSZTÁLYRA GONDOLTUNK.

PÓSA ZOLTÁN



KIRÁNDULÁS

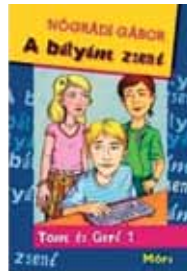
- SZILAJ BÜSZKE
- BÉRCI TÚRA
- VÁR REÁNK
- AZ ÉGI ÓRA
- HÍV A CSÚCS
- BARÁTI SZÓRA
- HEGYVIDÉKI
- TISZTA TÓRA
- NAPSÜTÖTTE
- RANDEVÚRA

NAPFÜRDŐ ITÁLIÁBAN

- MEDITERRÁN
- ÉG AZÚRJA
- DALVIRÁGZÓ
- GITÁR HÚRJA
- ELBŰVÖLŐ
- OLASZ CSIZMA
- ÖNMAGVÁLTÓ
- ŐSKARIZMA



A kezdődő tanévben minden általános iskolás számára segítséget nyújt **A VILÁGMINDENSÉG KÖNYVE** című gyermek-enciklopédia a Móra Ferenc Ifjúsági Könyvkiadó gondozásában. Az élvezetes stílusú, közérthető kötet nyolc témakörben segíti a kisdíjakok tájékozódását. A világegyetemről, a földről, a földről, a bolygókról, az emberi testről, a történelemtől, a művészetekről és a tudományokról szólnak az egyes fejezetek.



Szintén a Móra kiadó rendezte sajtó alá középiskolásoknak Nógrádi Gábor **A BÁTÝÁM ZSENI** című regényét. A műben egy budapesti testvérpár, Tom és Geri nyomozza ki, hogy ki lopta el Tom zseniális találmányát. A felnőtteket is lebilincselő irodalmi krimi a jeles író Tom és Geri sorozatának nyitánya.



Az újkori magyar irodalom középmezőjének közismert költője, Barna T. Attila **RÉGI KINTORNA DALLAMÁRA** címmel írt kiváló verskötetet. A költő visszaalmodja magát nagyszülei korába, amikor az utcákat járó kintornás andalított el bennünket korabeli dallamokkal, egy kézzel tekerhető, varázsos masina segítségével. A könyvet a Magyar Napló adta ki.

foto: www.utazunk.hu



foto: www.norex.hu

*Biró Judit*

Biró Judit  
főszerkesztő



Szeretettel köszöntöm Önöket!

Ahogy a júniusi lapban ígértem, hipp-hopp elröppent a nyár és lassacskán újra megtelik étellel, nyüzsgéssel a szünidei csendben porosodó Kaptató sétány és persze az iskolapadok, oviudvarok.

Remélem, kellemesen és tartalmasan teltek az elmúlt hetek és mindenkinek volt lehetősége egy kis nyaralásra, kikapcsolódásra. Vége a festésnek, a lakás átrendezésének - túl a lomtanitáson – talán megújultak a bútorok is. Ezzel együtt biztosan megújult a munka- és tanulási kedv is és friss lendülettel látunk neki a hétköznapiaknak!

Lapunkban segítséget kaphatnak a gyakorlatlan szülők a tanszervásárlással kapcsolatban, kozmetikus ad nyár végi arcápolási tanácsokat, „belekukkantunk” a szemetesekbe, beszélgetünk a gazdagréti mesemondó nénival, önkormányzati képviselők mesélnek a nyári élményeiről, „öko-takarítunk” és a kutya-futtatóval kapcsolatos fórumról is beszámolunk. Legközelebb egy hónap múlva találkozunk, addig is sikerélményekben gazdag napokat kívánok!



EZÚTTAL EGY NEM MINDENNAPI GAZDAGRÉTI NYUGDÍJAS HÖLGYET ISMERHETÜNK MEG: HA A FOTÓJÁT MEGLÁTJA EGY HELYI OVIS, SZINTE BIZTOS, HOGY CSILLOGÓ SZEMMEL MONDJA: - „Ő A MESEMONDÓ NÉNI!” IGEN, Ő VALENTIN FERENCNÉ JULIKA NÉNI:

KÉREM, OSSZA MEG VELÜNK, HOGYAN JUT EL EGY VEGYÉSZTECHNIKUS A MESEMONDÓ SZEREPÉIG!

Egy nagy létszámú erőműben dolgoztam, ahol az embereknek nagy igénye volt a kulturális programokra. Mivel nemcsak a vegyészet, de az irodalom is közel állt hozzám, elvállaltam ezek szervezését. Nagyon sok színházi produkcióra és kirándulásra eljutottunk. Amikor nyugdíjba mentem, hiányozni kezdett a szervezés, a közösség. 2003-ban a helyi közösségi házban találkoztam egy hölgygel, aki életvidámságával és ötleteivel támogatást adott a Rét Nyugdíjasklub megalapításához.

A KLUB AZÓTA IS LÉTEZIK ?

Igen, több, mint tíz éve vagyok a vezetője. Számos kulturális programmal, úti filmek vetítésével és természetjárással tesszük vidámbbá a 60+-os éveinket.

A MESE MIKOR LÉPETT BE AZ ÉLETÉBE?

2010-ben az Albertfalvi Községi Ház „Nagyi meséj” c. felhívásra jelentkezünk 4 klubtársammal. Amikor láttam az élénk tekinteteket, a mesét átélő izguló, szomorú, vagy épp vidám arcocskákat, akkora lelki töltést kaptam, hogy elhatároztam; nem állok meg ennél az egyetlen alkalomnál.

A történetek regélését minél tökéletesebben szerettem volna átadni az őszinte, romlatlan lelkű apróságoknak, ezért elvégeztem egy tanfolyamot, melyet a Hagyományok Házában tartottak. Itt sokat tanultam pl. Berecz Andrástól és Agócs Gergelytől, az előadóktól. A képzés után felkerestem az óvodákat, ahol nagy szeretettel és fogadták a „hiánypótló nagyt”. A meséket a csoport és a gyerekek jeléhez igazítom és gyakran lábra kel a történet, vagyis egyik-másik kis hallgatóm beleszó valamit és így új történet keletkezik.

MINDEZT SZERETETBŐL, ÖNKÉNTESEN TESZI?

Igen, de nem maradok viszonzás nélkül. Cserébe nemcsak kedves kis rajzokat, az utcán járva hangos köszönéseket, de valódi érdeklődést, vidámságot, életkedvet kapok. Hiszek abban, hogy az élő beszéd, a testközelséggel ha csak egy kicsit is, de hozzájárulok a mai, tv előtt felnövő gyerek lelki gazdagságához és ez többet ér minden pénznel!



### ÖNKORMÁNYZATI VÁLASZTÁSOK 2014

2014. október 12-én önkormányzati választások lesznek, melynek keretében választunk főpolgármestert, polgármestereket és önkormányzati képviselőket. A személyekre augusztus 25-szeptember 6-ig lehet aláírással javaslatot tenni - egyebek mellett - az Önt felkereső aktivistáknál lévő ajánlóíveken.

### APRÓHIRDETÉS:

Takarítást, vasalást, bevásárlást, alkalmi gyermekfelügyeletet vállal 45 éves, gyakorlott hölgy. 900 Ft/óra áron. Érdeklődni: ju1@freemail.hu címen lehet.

### SZEPTEMBERI PROGRAMOK A GAZDAGRÉTI KÖZÖSSÉGI HÁZBAN

„SPORT VOLT, HOL NEM VOLT”

A Magyar Fotográfia Napja alkalmából Honécsy Barnabás fotográfus kiállításának megnyitója.

A tárlat megtekinthető szeptember 30-ig, hétköznaponként 10-19 h között

Megnyitó: 2014. szeptember 4. csütörtök, 18 óra

### KÖSZÖNTŐ IDŐSEK VILÁGNAPJÁRA

A zene és a képzőművészet „Önmagát becsüli meg minden nemzedék azáltal, hogy tudomásul veszi: a világ nem vele kezdődött.”

Verses köszöntő

Operett-csokor Domonkos Zsuzsával és tanítványaival Zongorán kísér: Hegedűs Valér zongoraművész.

2014. október 2. csütörtök, 17 h

„MAKROK, DE NEM LÁTHATAT-LANOK”

Albrecht Attila fotós c. kiállítása az Állatok Világnapja alkalmából. A tárlat megtekinthető október 16-ig hétköznaponként 10-19 h között.

2014. október 3. péntek, 16.30 h

„ÁLLATI JÓ PILLANATAIM”



Tegyük vidámbbá KÖZösen a KÖZösségi ház belső terét!

Várjuk azokat a vicces-vidám, vagy éppen bensőséges pillanatokot megörökítő fotókat, ame-

lyeken házi kedvenceddel, vagy „kölcsön”-kedvencsel vagy látható. Kizárólag jó minőségű előhívott képeket fogadunk el (egy alkotótól max. 3 db-ot), borítékban leadva a KULTI Gazdagréti Községi Házban. Kész fotó mérete: minimum kb. A6, maximum kb. A4. A képek hátoldalán kerüljön feltüntetésre a fotót készítő neve, életkora, elérhetősége (telefon), valamint a kép címe. Fotók leadási határideje: 2014. szeptember 29. hétfő.

A képek az Állatok Világnapja alkalmából a közösségi ház előterében kerülnek kiállításra, a fotók október 6. -16. között tekinthetők meg.

A legjobban tetsző képre a helyszínen a kiállítás ideje alatt szavazni lehet. A közönségszavazás készítője „állati jó” ajándékban részesül.



### Zeneovi, zenebölcsi



Szeretettel várjuk a kisgyermekes anyukákat, apukákat, nagyszülőket péntekenként 10 órától a Regös utca 13. sz. alatti helyiségünkbe sok zenével, mondókákkal, hangszerekkel, zenebölcsis, zeneovis foglalkozásunkra, melyet Dudinszky Nóra, szakképzett zenepedagógus tart.

A program ingyenes.





OLVASÓINKNAK MOST BIKKES KITTI, GAZDAGRÉTI KOZMETIKUS AD NÉHÁNY NYÁR VÉGI BŐRÁPOLÁSI TANÁCSOT:

Az arcbőr ápolását nagyon fontosnak tartom, hiszen a legérzékenyebb bőrű és a környezeti hatásoknak leginkább kitett bőrfelület, így erről szeretnék beszélni:

Bár ezekben a napokban már szelídebb a napsütés, napozás előtt nők és férfiak számára egyaránt fontos az alapos arctisztítás, hiszen a nap hatására besülnek, betokosodnak a mitesszerek, mely által gyulladás is kialakulhat. Legjobb, ha arctonikkal tisztítjuk reggel, este illetve hetente egyszer leradírozzuk, majd bőrünknek megfelelő krémmel hidratáljuk, de havonta legalább egyszer kozmetikai arckezelést is javaslok.

Nemcsak szervezetünk, de bőrünk üde, egészséges színe és rugalmassága érdekében is nagyon fontos a napi minimum 1-5 liter folyadék (lehetőleg víz) fogyasztása.

Szeretnék néhány házilag könnyen elkészíthető pakolást ajánlani:

Három evőkanál tejszínt összekeverünk fél lereszelt kígyóuborkával és egy evőkanál korpával. A keveréket egyenletesen eloszlatjuk az arcon, majd húsz perc elteltével letöröljük. Ezt a kezelést főleg vízhiányos bőrre javaslom.



Nyár végén se vigyük túlzásba a napozást, de ha mégis szükség lenne rá: leégés ellen tejfölt vagy készen kapható aloe vera készítményeket, bőrnugtató sprayt ajánlok.



Napfoltokat, foltokat citromlével lehet halványítani házilag, vagy a kozmetikus segít eltüntetni őket speciális kezeléssel, de csakis őszől tavaszig!  
Férfiaknak is jár az ápoltság

Egyre népszerűbb és gyakoribb a férfiak körében is, hogy akár kozmetikus segítségével, akár házilag megszabadulnak testszőrzeteiktől (pl.: hónalj, hát, szemöldök, fül- és orrszőr, stb.) és odafigyeljenek arcbőrük tisztaságára, ápoltságára.

Borotválkozás utáni kipattogásra a feketeszappan fertőtlenítő kozmetikai terméket tudom ajánlani – a vendégeim körében ez vált be leginkább.

Végezetül hangsúlyozni szeretném, hogy ne csak napozáskor használjunk minimum 30-as faktorszámú naptejet, hanem más szabadtéri elfoglaltság idejére is!

• 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)

Újbuda Közterület-felügyelet: 06-80-411-112

Gazdagréti kertészeti problémák, roncsautó, kátyú, parlagfű bejelentése a 06 80 852 832 telefonszámon (ingyenes).

Közbiztonsággal kapcsolatos bejelentések tehetőek az alábbi éjjel-nappal hívható telefonszámon: XI. Ker. Rendőrkapitányság: 381-4312

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

fotó: www.femina.hu, www.life.hu

fotó: www.jatekter.hu

TANSZERVÁSÁRLÁS

Biztosan sokan vannak, akik még nem, vagy csak részben vásárolták meg az iskolai kellékeket. Most számukra nyújt segítséget Borsos Erika gazdagréti tanítónő, aki elmondja, mire figyeljünk tanszervásárláskor, különös tekintettel az elsősökre:



**TÁSKA:** Válasszunk jó minőségű, tartós, vízhatlan anyagból készült, jó tartású, de könnyű darabot. Jó ha széles, párnázott pántjai vannak. Célszerű két rekeszből állót vásárolni, hogy a tankönyvek ne keveredjenek össze az egyéb dolgokkal.

**TOLLTARTÓ:** Elsős gyerekeknek célszerű cipzárasat vásárolni, amibe az íróeszközök nem ömlesztve kerülnek, de az emeletes talán túlzás, mert kb. 10-12 ceruzánál többet nem használnak.

**CERUZA:** HB-s vagy B-set érdemes választani, elsős gyerekeknél praktikusak a háromoldalú ceruzák, mert azokat könnyebb megfogni és mozgatni.  
**FÜZET:** Ügyeljünk rá, hogy vonalásból elsősöknek valót válasszunk, mert a nagyobbaknak valónak más a beosztása. Ha nem szeretnénk drága mintás füzeteket vásárolni, akkor készíthetünk egyedi borítót is otthon.



Praktikus lehet egy kemény fedeles füzet tartó, amely megóvja a füzeteket a gyűrődéstől és a szamárfülektől. Hasznát vehetjük egy műanyag ételtároló doboznak is, mivel abban nem nyomódik össze az uzsonna és nem használunk feleslegesen csomagolóanyagot.

ADATOK

A szeptember elsején kezdődő 2014/2015-ös tanévben összesen 1 millió 267 ezer diák vesz részt a közoktatásban: tavaly 1 364 400 diák tanult általános vagy középiskolában.

Az általános iskolások száma 2013-ban 773 800 volt, a 2014-es tanévben 760 ezerre csökkent.

Általános iskolákban 98600 tanuló tanul majd az első évfolyamon.

Bár a tavalyi évhez képest mindössze egy százalékkal drágultak a tanszerek - az iskolakezdés 2014-ben így is átlagosan 25-30 ezer forintba kerül a családoknak.

KATOLIKUS HÍREK

Augusztus 25-én lesz Dr. Lipp László atya halálának 5. évfordulója. 25-én, hétfőn 18 órakor szentmise lesz a lelki üdvéért, majd közös imádságot végzünk az osszáriumban László atya sírjánál.

Miserend augusztus 25-31: H: 18 óra , K.: 8 óra, Sz: 17 óra, Cs: 17 óra, P: 8 óra, Sz: 8 óra , V.: 10. óra

A NYÁR, A SZABADSÁG SZINTE MINDENKI SZÁMÁRA GYORSAN ELRÖPPENT, DE A FOTÓK KÖZÖTT BÖNGÉSZGETVE KÖNNYEN FELIDÉZHETŐEK A KEDVES PILLANATOK. MOST KÉPVISELŐNKET KÉRTÜK MEG, OSSZÁK MEG VELÜNK A NYÁRI EMLÉKEIKET.



**KIRÁLY NÓRA, ÖNKORMÁNYZATI KÉPVISELŐ**

Négy kisgyerekekkel a nyár nekem nem a pihenésről, kikapcsolódásról szól, sokkal inkább a tartalmas, aktív együttlétről.

A munkámat hivatásomnak tekintem, ezért nem szeretem a „szabadságon vagyok” kifejezést. Ha el is utazom valahová, - akár családdal, akár munkautyiban – e-mailen, telefonon akkor is elérhető vagyok és igyekszem segíteni távolról is.

Amióta megszülettek a gyerekeink, nagy utazásokat nem szervezünk. Nekik a Balaton a legjobb

nyaralási helyszín. A szüleimnek van egy kis faházuk Balatonakarattyán, ott töltünk annyi időt, amennyit csak tudunk. Ezen kívül a július végi Tuszánfdűrdő elmaradhatatlan program, amin idén 12. alkalommal vettem részt. Különösen szép emléket őrzünk a helyvel kapcsolatban: itt ismerkedtünk meg a férjemmel, 8 évvel ezelőtt. Az idén három gyermekünkkel, a 7 éves Andrissal, a 6 éves Balázssal és a 4 éves Zsuzsival hálókocsis vonattal utaztunk éjszaka, ami számukra már önmagában is nagy kaland volt.

A legkisebb gyermekeimre, Julikára a szüleim vigyáztak, akikre szerencsére nemcsak egész nyáron, de egész évben számíthatok bármiben. A nyár végén még egy pár nap mátrai kirándulást is be tudtunk iktatni.



**SASS SZILÁRD, ÖNKORMÁNYZATI KÉPVISELŐ**

Júniusban az önkormányzat utazó nagykövetségként négy testvértelepülésünkön én adtam át az „A magyar nyelvért” emlékdíjat, amit kezdeményezésemre Újbuda Önkormányzata alapított 2012-ben. Úgy gondolom, hogy ez az emlékdíj nagyon pozitív, új tartalmat adott testvér-települési kapcsolatainknak.

A díjátadás kapcsán Felvidéken megkaptam Szomolai Tibor: Felvidéki Saga című családregényét, amely egy mátyusföldi család sorsa által a felvidéki magyarság hányattatásait mutatja be a XX. század elejétől napjainkig. Ez a könyv a nyár meghatározó élményét adta nekem,



hiszen én is Mátyusföldön születtem és az olvasottak sok új ismeretet adtak a mi családunkra vonatkozóan is.

A júliust a Velencei tónál és a Balatonnál töltöttük, részben unokákkal.

A csúcspont Szemesen volt, ahol egy hétig együtt volt a nagy család, mind a hét unokánkkal, sőt még velünk volt egy másod unokatestvérük Kanadából is.



**KERÉKGYÁRTÓ GÁBOR POLGÁRMESTERI KABINET KABINETVEZETŐ HELYETTESE**



Idén korán kezdődött a nyaram, mivel májusban a Budapesti Fidelitas-szal Dalmáciában tettünk egy körutat. Az út során meglátogattuk Diocletianus palotáját Splitben, a tengeri orgonájáról híressé vált Zárát, a katedrálisáról ismert Sibeniket, vagy az "Adria Gyöngyeként" emlegetett erődített Dubrovnikot is. De bejártuk IV. Béla király menekülési útvonalát is: előbb Klissza fellegvára, Árpádházi Szent Margit szülőhelye, majd Trogir városa is szerepelt a programban. Június eleje vizsgáztatással telt a Corvinus Egyetemen, ahol kisvállalkozói ismereteket tanítok. Szintén júniusban nagy élmény volt, amikor az Összetartozás Napjára érkezett határon túli magyar testvérvárosaink képviselőit kísértem el egy esti dunai városnéző hajózásra.

Június végén az egyik főszervezője voltam a Fidelitas Nyári Szabadegyetmének, ahol közel háromszáz fiatalal a tartalmas szakmai programok – mint például Kővér László előadása vagy Geszti Péter és L. Simon László vitája – mellett természetesen az esti bulikra is maradt energia. Mivel régen versenyszerűen kajakoztam, így idén se maradt ki egy kis evezés: a Ráckevei Dunán túráztunk egy jót a barátaimmal.

Mint 2006 óta minden évben, idén is részt vettem Tusványoson, ahova a Budapesti Fidelitas-szal egy 60 fős csapattal érkezünk. Tuszánodon a szakmai programokon és az esti koncerteken való részvétel mellett már hagyománnyá vált, hogy a csapat minden nap bográcsban főz valami finomat. Szintén júliusban az Újbuda Polgárőr Egyesület tagjaként sikeres polgárőr vizsgát tettem.



**AUTÓ? MARADJON A PARKOLÓBAN!**

ERRE BUZDÍTJUK MOST A GAZDAGRÉTIETEK ÉS MINDENKIT, AKI EGYÉBKÉNT AUTÓVAL KÖZLEKEDIK. KÖZELEDIK UGYANIS AZ EURÓPAI MOBILITÁSI HÉT ÉS AUTÓMENTES NAP. EZ UTÓBBI SZEPTEMBER 22-ÉN HÉTFŐN LESZ. A KEZDEMÉNYEZÉS FRANCIAORSZÁGBÓL ERED, 1997-BŐL, MELYHEZ HAZÁNK 14 ÉVE CSATLAKOZOTT. CÉLKITŰZÉSE HOGY AZ EGYÉBKÉNT GÉPKOCSIT HASZNÁLÓ VÁROSLAKÓK EGY NAPRA TEGYÉK LE AUTÓIKAT ÉS PRÓBÁLJÁK KI AZ ALTERNATÍV KÖZLEKEDÉSI MÓDOKAT (KERÉKPÁROZÁS, GYALOGLÁS, KÖZÖSSÉGI KÖZLEKEDÉS) A LEVEGŐ TISZTASÁGÁÉRT.



**SEPTEMBER 22-ÉN FORGALMI ENGEDÉLY = VONATJEGY**

„A mi utcánk, a mi jövőnk” a mottója annak a rendezvénysorozatnak, melyet idén az Andrassy úton rendeznek meg. Tavaly összesen 129 magyarországi helységben próbálták felhívni a figyelmet a környezettudatos életmódra és sarkalni az embereket az autó otthonhagyására. Jó tudni, hogy ezen a napon a forgalmi engedély felmutatásával a gépkocsi tulajdonosa vagy üzemben tartója ingyenesen használhatja a MÁV minden másodosztályú szerelvényét.

Ezúttal is Önöket kérdeztük, mégpedig arról kérdeztünk, hallottak-e a világnapról és letezik-e a slusszkulcsot a levegő tisztaságáért, legalább erre a napra?



Miskolczi Janka: Nekem ugyan van autóm, de nem használom munkába járáshoz, mert szerencsére közel van a munkahelyem, ahová gyalog is eljuthatok. Ha messzebbre kell mennem, vagy sietek, rendszerint a tömegközlekedést veszem igénybe, ami a városban belül gyors és praktikus. Sajnos, nem gondolom, hogy a megrögzött autóval járó emberek az autómentes nap hatására átváltanának valamilyen környezetkímélő közlekedési formára. Talán a fiatalok fogékonyabbak a kezdeményezésre.



Bíró Tamás: Van autóm, de nem használom a munkába járáshoz. Több, mint egy órát kell utaznom a munkahelyemre, de mégis inkább a tömegközlekedést választom, mert Gazdagrétről könnyen eljuthatok a főbb csomópontokhoz, gyakoriak a járatok, sokkal olcsóbb, ráadásul így utazás közben olvashatok is. Nagyon szeretek kerékpározni, legszívesebben dolgozni is azzal járnék, de a napi 20 km-t esetleg folyamatos kerékpárúton vállalnám be. Szerintem évről-évre egyre többen teszik le erre a napra a slusszkulcsot! – legalábbis remélem.



Király Nóra: Évről-évre igyekszem részt venni az ezzel kapcsolatos programokon, tekintve, hogy szívügyem az egészséges életmód és az élhető környezet megteremtése, hiszen a négy kisgyermekem jövőjére is kihatással lesz a környezetünk egyensúlya és a levegő tisztasága. Ha csak lehet, gyalog jár a család, viszont a munkánk ellátásához és néha a srácok iskolába, óvodába és külön programokra való eljuttatásához elengedhetetlen az autó. Szeptember 22-én csak nagyon fontos, vagy váratlanul közbejött esetben fogom használni az autót, de remélem, sikerül otthon hagynom.

fotó:www.tur-inforo

fotó:www.c3.hu

**GAZDAGRÉT ANNO - 30 ÉVNYI IDŐUTAZÁS**

KEDVES OLVASÓINK! FOLYTATJUK AZ EMLÉKEK KIHANTOLÁSÁT. „GAZDAGRÉT ANNO” SOROZATUNKBAN EGyre TÖBB SZÍNES TÖRTÉNETET OLVASHATNAK, MELYEKET A LAKÓTELEP „ÖSLAKOSAI” OSZTANAK MEG VELÜNK. EZÚTTAL ÉRZSÉBET MESÉLI EL A 30 ÉVVEL EZELEŐTTI GAZDAGRÉTRŐL ŐRZÖTT EMLÉKEIT:

Messziről kezdődik a történet: - 1960-as években kisajátították a budai családi házukat, helyette 10-km-rel távolabb, Újpesten kaptak lakást. Ezt a lelki terhet különösen nehezen viselte a család. Miután a férje és ő is nyugdíjba mentek, egy nyugodt, csendes környéken szeretették volna tölteni a hétköznapjaikat, ill. legalább újra Budán lakni, így 1984 márciusában az elsők között költöztek Regös utcai lakásukba.



A környék egész másképp nézett ki, mint manapság. A már nem lakott kis hétvégi házak és a sok-sok szőlőtöke, gyümölcsfák, bokrok olyan hangulatot keltettek, mintha egy vidéki kis birtokból nőtt volna ki a 10 emeletes háztömb. Sajnos a lebontásra ítélt házikókat megtalálták a bűnözők is, akik azonban a beépülés ütemében el is tűntek.

Erzsébet egy különös érdekességet is említett: A lakótelep első vegyesboltja éppen a beszélgetésünk helyszínén, a Regös utca 13. sz. alatt nyílt. Furcsa elképzelnünk, hogy a jelenlegi asztalok, székek, számítógépek helyén italos rekeszek és polcok sorakoztak. A közlekedés sok nehézséget okozott a lakóknak. Az utak helyén vörös, agyagos építési terület volt, ami esőben légyapírként ragadt. Ha valaki a városba akart eljutni, ebben kellett végigcuppogni és a Rodostó utcán legyalogolni a Sasadi útra. Onnan lehetett a Budaörsről érkező, vagy az 53-as busszal eljutni a Móricz Zsigmond körtérre.

Erzsébet bejutott odáig, szívesen ment ki a Fehérvári úti piacra, ahol hangulatos kis sátrakban árulták a Budaörsről és Tárnokról érkező sváb asszonyok a tojást, csirkét, zöldségeket.



Az egyre épülő és szépülő lakótelepet mind jobban megszerette. Különösen nagy örömmel látta felnőni a sok kisgyereket, akikben gyakran gyönyörködött az ablakából is, hiszen a Regös utca és a Regös köz között régen játszótér volt. Az egykori kör alakú homokozók helyén ma már bokrok, virágok nőnek, de a pereme még őrzi a homok sütik illatát.

A kilencvenhez közeli özvegy hölgy kiegyensúlyozott és életvidám. Nem bánkódik a múltban elszünetelt sérelmeken, inkább örül, hogy kellemes környezetben, szép lakásban, kedves szomszédok között élheti nyugdíjas éveit.

NOSZTALGIÁZZUNK! KEDVES OLVASÓNK! HA ÖNNEK IS VANNAK RÉGI TÖRTÉNETEI, FÉNYKÉPEI, EMLÉKEI, KÉRJÜK, ÍRJON NEKÜNK GAZDAGRÉTIOSZEFOGAS@FREEEMAIL.HU E-MAIL CÍMRE, DE A REGÓS U. 13. SZ. ALATTI IRODÁNKBA IS ELJUTTATHATJA LEVELÉT. MINDEN(KI)RE KIVÁNCSIAK VAGYUNK!



KEDVES OLVASÓINK! HÁZTARTÁSI PRAKTIKÁK CÍMMEL ÚJ SZERETETBOLT INDÍTOTTUNK JÚNIUSI SZÁMUNKBAN, MELYBEN SZERETNÉNK KÖRNYEZET-, ÉS PÉNZTÁRCAKIMÉLŐ PRAKTIKÁKKAL MEGISMERTETNI ÖNÖKET. SZÍVESEK FOGADUNK SAJÁT BEVÁLT MÓDSZEREKET IS, MELYEKET A TÖBBI OLVASÓVAL IS MEGOSZTHATUNK.

AHOGY AZT KORÁBBAN BEIGÉRTÜK, MOST A FÜRDŐSZOBAI TAKARÍTÁSSAL, MOSÁSSAL FOLYTATJUK.

MIT	MIRE HASZNÁLHATUNK
FORRÓ VÍZ	LEFOLYÓTISZTÍTÁS, ZSÍROLDÁS
ECET	ZSÍROLDÁS, VÍZKŐOLDÁS, ÖBLÍTÉS, FERTŐTLENÍTÉS
SZÓDABIKARBÓNA	ZSÍROLDÁS, SZAGTALANÍTÁS, FEHÉRÍTÉS
CITROMSAV (SZELÍDEBB, MINT AZ ECET)	LAMINÁLT, LAKKOZOTT FELÜLETEKRE
MOSÓSZÓDA	VÍZLÁGYÍTÁS, ZSÍROLDÁS, MOSÁS
ALKOHOL	VÍZLÁGYÍTÁS, FERTŐTLENÍTÉS
ILLÓOLAJOK	GOMBAÖLŐ (TEAFA), ILLATOSÍTÓ
EPESZAPPAN, MOSÓSZAPPAN	FOLTTSZTÍTÁS

KÁD, MOSDÓ, CSEMPE	Pasztát készítünk (3 ek. szódadibikarbóna és egy pici víz) és dörzsszivaccsal eltávolítjuk a szennyeződést, majd lezuhanyozzuk.
CSAPTELEP, ZUHANY	Szintén a pasztát használhatjuk. Makacs helyeken egy rongyot átitatunk ecettel és azzal töröljük végig. Kicsi „csalással”: spricnibe 1,5 dl környezetbarát mosogatószerhez 1,5 dl langyos ecetet öntünk, és ezzel fújjuk be a felületet.
WC	Általános tisztítóhoz (1:1 arányú ecet-víz) 10-15 csepp teafaolajat adunk, durvább szennyeződésnél: mosószódával kell beszórni, kicsit állni hagyni, majd WC- kefével körbesikálni és leöblíteni.
WC- ILLATOSÍTÓ	Ha egy szál gyufát kis ideig égetünk, az magába szívja a szagokat.
PENÉSZ	2 dl vizet, 2 ek. nátrium-perkarbonátot és 5 csepp teafaolajat összekeverünk egy spricniben és ezt permetezzük a kezelendő felületre.
FELMOSÁS	Fél vödör forró vízbe 2 ek. szódadibikarbónát teszünk és ezzel mossuk fel a padlót.
VÍZKŐTELENÍTÉS	2-3 havonta fél liter 20%-os ecetet öntünk a mosógépbe és 90°C-on átmoszuk
MOSÓGÉL	6 l szénsavmentes ásványvizet vagy csapvizet felmelegítünk és beleteszünk egy lereszelt mosószappant, 30-40 percig kis lángon olvasztjuk (ne forrjon), majd botmixerrel összeturmixoljuk. Kihűlés után visszatöltjük az üvegekbe.

Fotó: www.life.hu

ÖBLÍTÉS

0,5 dl 10%-os ecetet 1 dl-re felöntünk és hozzáadunk egy szűk tk. mosóparfümöt. (Első ránézésre drága, de sokáig elég.)

FEHÉRÍTÉS

2 ek. szódadibikarbóna , 1 ek. ecet, 3 dl víz . Ezzel a keveréssel áttörölve nemcsak tiszta, de szagtalan lesz a hűtő Forró (40°C fölötti) vízhez 2 ek. nátrium-perkarbonátot teszünk és ebbe áztatjuk a ruhát. Hatásosabb eredmény érdekében 1 ek. citromsavat is adunk hozzá.

FOLTELTÁVOLÍTÁS

Epeszappannal bedörzsöljük a foltot (előtte NE áztassuk forró vízben mert a kosz „beleég” a ruhába). Durvább foltok esetén nátrium-perkarbonátot használhatunk.

Ha már minden tiszta, ideje magunkkal is foglalkozni, de erre már csak a következő lapunkban lesz lehetőség, szépségápolás természetes anyagokkal –című írásunkban.

www.szeretet-bolt.hu

Tel: 06-30-6766646

Cím: Regós utca 13



Kedves Olvasóink!

Mint ahogy arról már a júniusi számban is szoltunk, május óta célirányosan gyűjtünk konkrét személyeknek, családoknak, vagy csoportoknak. Kértük Önöket is arra, hogy javasoljanak olyan családokat, vagy egyedülállókat, akiknek szükségük lehet segítségre.

Jelenleg két családnak szeretnénk segítséget nyújtani:

Egy rokkant nyugdíjas, idős hölgy, aki egyedül neveli a 20 éves, fiát. A fiú egyetemista, tele tervekkel és sajnos igényekkel is, de a rezi kifizetése után még élelemre is alig jut pénzük. Ezért tehát nagyon hálásak lennének pár ruhadarabért és tartós élelmiszerért. A hölgy kb. 160 cm, 90 kg, cipőméret: 37-38 a fiú 180 cm, 75-80 kg, cipő: 43.

A másik nehéz körülmények között élő családban egy 13 éves fiúcska, valamint 11 és 8 éves hugicák várják az adományokat. Leginkább ruhák, cipők, tornacipő, füzetek, szőnyeg, ifjúsági bútor és íróasztal, amire szükségük van. Méretek: fiú ruhák: 158-164 cipő: 38-39, lányok: 122-158-ig. cipő: 29-30 és 35-36.

Folytatódik a gyűjtés a Szent Imre kórház újszülöttjei számára. A csöppségeknek 50-62-es babaruhákra lenne szükségük, melyeket a nevükben is nagyon köszönünk. A fenti (jó állapotú, tiszta) adományokat október 15-ig várjuk szeretettel a Szeretettboltunkban (Regós utca 13.) Hétfőtől péntekig 9-15 óráig.

Más jellegű segítségre is nagy szükség lenne több idős gazdagréti egyedülállóknak: Három idős hölgy is kérte, segítsünk a bevásárlásban, takarításban és annak is nagyon örülnének, ha együtt érző, derűs emberek látogatnák meg őket és csak beszélgethetnének velük. Ezeket a felajánlásokat is várjuk szeretettel az [info@gazdagretiosszefogas.hu](mailto:info@gazdagretiosszefogas.hu) címen. Köszönjük.

Amennyiben egyéb tárgyat, háztartási gépet, alkalmi munkalehetőséget, segítséget szeretne felajánlani valaki, ezután is megteheti honlapunkon ([www.szeretet-bolt.hu](http://www.szeretet-bolt.hu)) ahol a mi gyűjtési akcióinktól függetlenül találkoznak a keresleti és kínálati igények.

MEGSZÚNÓBEN A SZEMÉTLÉDOBÓK



A magas háztömbök tervezői - egyebek mellett kényelmi szempontból – szemétdobót terveztek az épületekbe, így a lakótelepünk házaiba is. A kezdetben praktikusnak tűnő fémhengerek azonban sokszor több kárt okoztak, mint hasznot. – mondta el kérdésünkre Sárközi Gábor közös képviselő. Ezek a berendezések gyakran eltömődtek, vagy megsérültek a kemény, vagy éles, magasról ledobott tárgytól és a javításuk nagy költséggel járt. A belső részükre lerakódott szennyeződés tisztítá-

sa pedig rendkívül időigényes, de fontos volt, hiszen anélkül könnyen megjelenthettek volna a csótányok és más hivatlan vendégek. (Szerencsére a lakótelepen csak elvétve akadtak eddig ilyen kártevők.)

Mindezek miatt pl. a Regős u. 8-13-ban – közgyűlési határozattal a nyár elején szerelték le a ledobókat. A szinteken található megüresedett helyiségek már a lakók tárolóiként funkcionálnak. Ezeket csak bizonyos tűzvédelmi és egyéb szabályok betartása mellett szabad használni, melyekről a közös képviselő akár fogadóórán is szívesen ad tájékoztatást.

Szemeteljünk szelektíven – megéri!

Sárközi úr elmondta, hogy a földszinten lévő szeméttárolók ajtait már nem lehet bezárni a régi kulcsokkal, azok mindig nyitva vannak, így senki nem kényszerül arra, hogy kulcs hiányában, pl. munkába sietve, a lépcsőházban hagyja a szemetet. Nagyon fontos, hogy a tárolóban elhelyezett konténereket és kukákat rendeltetésszerűen használjuk, vagyis szelektáljuk a hulladékot. Jelenleg a vegyes hulladékot elnyelő zöld konténer mellett sárga és kék kukák vannak kihelyezve.

A hulladék különválogatásával nemcsak a környezetünknek teszünk jót, de a pénztárcánk is. A közös képviselő úr ugyanis elmondta, hogy ahol komolyan veszik a szelektív hulladékgyűjtést, ott jóval kevesebb konténeres hulladék keletkezik. Mivel a szelektív hulladék fuvarozása ingyenes, kevesebb a szemétszállítási díj ezért a közös költség lakásonként akár 500 forinttal is csökkenhet.

A következő oldalunkon a szelektív hulladékgyűjtésre, néhány érdekességre és megdöbbentő adatra hívjuk fel figyelmüket.

TEJES DOBOZ A PAPIRHULLADÉKBA!



Az italos kartondobozok (tejes és gyümölcsleves tégladobozok) gyűjtése városonként eltér: a legtöbb helyen, így Budapesten is a papírhulladékkal együtt gyűjthetjük.

MIBŐL MI LESZ?

A PET –palackokból üreges szálakat gyártanak, amit a ruhaipar hasznosít.

Az alábbi oldalon hasznos tippeket, ötleteket találunk a PET palackok otthoni újrahasonosítására:

<http://365.postr.hu/cimke/PET-palack>

fotó: www.recyclemissionhungary.blogspot.hu, www.kartondesign.com  
 fotó: www.globalplaza.hu, www.belliacafe.hu

Papírhulladékból egyedi, kézzel készített kartonbútorok, lámpák és vázák készülnek Törökbálinton. (<http://www.kartondesign.com/>)



Kerékpárgumiból készítenek övet, lábtörlőt, karkötőt (Recycle Mission, <http://recyclemissionhungary.blogspot.hu/>), gumibelsőből pedig táskát. A hulladék gumibroncok újrahasznosításával esésvédő gumilapok készíthetők, melyeket játszóterek, sportpályák, kerti utak burkolására használnak.



Textil-PVC anyagú óriásplakátok egyik újrahasznosítási lehetősége, hogy strandtáskát, pénztárcát vagy akár sátrat készítenek belőle. (<http://www.medencedesign.com/>)

Balogh Kinga (Cirrhop recycle) megunt, kinőtt pólókból készit textilékszereket különféle fonási, szövési és csomózási technikákkal. (<http://cirrhoprecycle.blogspot.hu/>)

VÁLOGASSUK SZÉT, HOGY ÚJRA HASZNOSAK LEHESSENEK!

Az öko Pannon Nonprofit Kft útmutatása alapján nézzük, mit, hová gyűjthetünk? (Fontos, hogy mindent tisztára mosottan tegyünk a gyűjtőkbe!)

HULLADÉKFAJTA	SZELEKTÍVEN GYŰJTHETŐ	NEM GYŰJTHETŐ SZELEKTÍVEN
MŰANYAG (SÁRGA KUKÁK)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ásványvizes és üdítő PET palackok lapítva</li> <li>• műanyag zacskók, műanyag fóliák</li> <li>• PE, PP és HDPE jelzésű kozmetikai szeres vagy élelmiszeres flakonok</li> <li>• előblített tejfőlős és joghurtos poharak.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CD-lemez</li> <li>• vegyszeres, zsíros flakonok</li> <li>• fogkefe</li> <li>• műanyag játékok</li> <li>• hungarocell</li> </ul>
PAPÍR ( KÉK KUKÁK)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• újságpapír</li> <li>• kartondobozok összehajtva</li> <li>• kisebb papírdobozok (fogkrém, szappan, cornflakes doboza)</li> <li>• irodai papírhulladékok, telefonkönyv</li> <li>• szórólapok és reklámkiadványok</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zsíros, szennyezett papírok, műanyag borító, indigó, faxpapír</li> <li>• használt egészségügyi papírok (zsebkendő, szalvéta), pelenka</li> </ul>
FEHÉR ÜVEG	<ul style="list-style-type: none"> <li>• befőttes üvegek</li> <li>• ásványvizes üvegpalackok, röviditalok üvegpalackjai</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ablaküveg, tükör, hőálló üvegtál</li> <li>• villanykörte, neoncső, szemüveg</li> <li>• orvosságos üvegek</li> </ul>
SZÍNES ÜVEG	<ul style="list-style-type: none"> <li>• borosüvegek, pezsgősüvegek, sörösüvegek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• porcelán, kerámia, orvosságos üvegek</li> </ul>
FÉM	<ul style="list-style-type: none"> <li>• alumínium italdobozok, fém konzervdobozok, alufólia, fém zárókupakok</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ételmaradékkal szennyezett konzervdobozok</li> </ul>

## PIACI HÍREK



A szent Angyalok templom kertjében működő Gréti termelői piacon minden hónap utolsó szombatján szezonális gyümölcs, zöldség és hús akciót tartanak árusaink. 2014. augusztus 30-án nagy paradicsom befőző és tojás akció lesz! Király Nóra önkormányzati képviselő 10-12 óráig a helyszínen fogadja Önöket javaslataikkal, észrevételeikkel.

István gazdánál befőző paradicsomot és II. oszt. kápia paprikát vásárolhatnak 150 ft/kg –os áron.

Szintén augusztus 30-án friss Gyermelyi koronás tojás vásárolható ( M-L-es) 31 ft/db áron. A Gazdagréti piac minden szombaton, reggel 7 órától 12 óráig tart nyitva. Ha szeretne értesülni az aktuális akciókról, iratkozzon fel hírlevelünkre! E-mail cím: [info@gazdagretiosszefogas.hu](mailto:info@gazdagretiosszefogas.hu)

# GAZDAGRÉTI HÍRMONDÓ

Kultúra \* Közélet \* Család \* Egészség

HÁZTARTÁSI  
PRAKTIKÁK



KÖZÉLETI SZEMÉLYEKET  
KÉRDEZTÜNK:  
HOGYAN TELT A NYÁR?

ÚJRAHASZNOSÍTÁS  
MINDEN SZINTEN



**LEHETŐSÉG  
KÖTELEZŐ KÖZÖSSÉGI  
SZOLGÁLAT  
LETÖLTÉSÉRE**

Kedves Középiskolások!

A Gazdagréti Összefogás Egyesület most lehetőséget nyújt számotokra a kötelező 50 óra közösségi munka letöltésére.

Várjuk fényképes önéletrajzotokat és motivációs leveleteket (melyben kifejtitek, hogy miért szeretnétek nálunk dolgozni) a [gazdagretiosszefogas@freemail.hu](mailto:gazdagretiosszefogas@freemail.hu) címre!



## IMPRESSZUM

Kiadja a Gazdagréti Összefogás Egyesület

Főszerkesztő: Bíró Judit

Elérhetőség, hirdetésfelvétel: 06306766646

[info@gazdagretiosszefogas.hu](mailto:info@gazdagretiosszefogas.hu)

[www.gazdagretiosszefogas.hu](http://www.gazdagretiosszefogas.hu)



SZELEKTÍV  
SZEMÉTTYŰJTÉS



SZÉPSÉGÁPOLÁSI  
TANÁCSOK



ADOMÁNY  
GYŰJTÉS