

Hírmondó

Solymári

2015. OKTÓBER
Havonta megjelenő ingyenes magazin

KÁVÉ ÉS TEA

Igyuk vagy ne igyuk?
Az orvos válaszol

SOLYMÁRI OKTOBERFEST

A sör és csülök ünnepe lesz
október 16-án és 17-én

400 MILLIÓ FORINTOS PÁLYÁZATOT NYERT SOLYMÁR

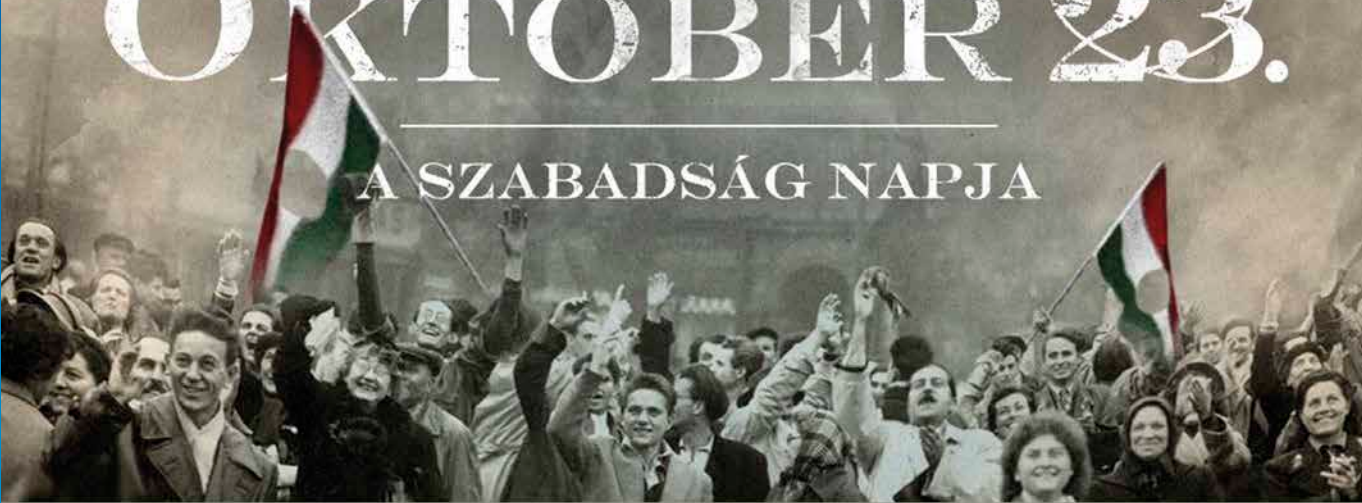
Jövőre megújul a kisiskola

A magazin on-line is elérhető a www.solymarihirmondo.hu,
valamint a www.solymarert.hu weboldalon.



OKTÓBER 23.

A SZABADSÁG NAPJA



2015. október 22-én csütörtökön, 18 órától
MEGEMLÉKEZÉS AZ 1956-OS FORRADALOM ÉS SZABADSÁGHARC 59. ÉVFORDULÓJA ALKALMÁBÓL

Ünnepi köszöntőt mond **Wittner Mária**.

Közreműködik a **Misztrál Együttes** és **Őze Áron** színművész.



Veszélyes hulladékok begyűjtése

Solymár Nagyközség Önkormányzata veszélyeshulladék-begyűjtési akciót szervez 2015. október 31-én, szombaton 9–12 óra között.

Helyszín: a Solymári Településüzemeltetési Kft. telephelye (Mátyás király u. 37.)

Az átvételre kerülő hulladékok:

- festékek, festékes göngyölegek, hígítós göngyöleg,
- olajos göngyöleg,
- fáradt olaj, étolaj,
- szárazelem,
- tv, monitor, hűtő, elektronikai hulladék (egészben!), akkumulátor

A gyűjtőhelyen nem adható le:

- növényvédő szerek, gyógyszerek
(átvevők: gazdaboltok és patikák),
- fénycső
(átvevők: nagyáruházak),
- autógumi



A Solymári Búcsúra ellátogattak a nagyközség partnertelepüléseinek delegációi is. Felvételünkön Csíkpálfalva, Solymár és Wüstenrot polgármestere látható a búcsú nyitórendezvényén. (7. oldal)



Solymáron minden évben megrendezik az Idősek Délutánja nemzetiségi rendezvényt. A művelődési ház színházterme ezúttal is megtelt a hatvan évnél idősebb solymáriakkal. A nyolcvan évnél idősebbeket külön köszöntötték. (12. oldal)



A solymári önkéntes tűzoltók meglátogatták wüstenroti kollégáikat. A solymáriak megcsodálták a német tűzoltók felszerelését, majd együtt örültek a wüstenrotiak újonnan kapott járműveinek és eszközeinek. (26. oldal)

Megkérdeztük a polgármestert	4. oldal
Tudósítás a képviselő-testület üléséről	6. oldal
Megtáncoltatták a polgármestert	7. oldal
Talpon maradni sem mindig egyszerű	8. oldal
Ilyen volt, ilyen lett	9. oldal
Waldorf	10. oldal
Londoni tanulmányút	11. oldal
Idősek Délutánja	12. oldal
Sok hűhó semmiért	13. oldal
A Világ Szegénykéje	14. oldal
„Nyíljon ki szívetekben az örömvirág”	15. oldal
Csípős szombat Solymáron	16. oldal
A köszönet szavai	17. oldal
Nyár-búcsúztató öröme	18. oldal
„Egymásra mindig számíthatunk”	19. oldal
Ismét jót játszottunk	20. oldal
Kamerával a búcsúban	21. oldal
Solymár Open	22. oldal
Kedvenc élénkítő italaink	23. oldal
Félig üres vagy félig tele?	24. oldal
Honnan tudom...	25. oldal
Solymári tűzoltók Wüstenrotban	26. oldal
A képviselő-testület határozatai	27. oldal

Solymári Hírmondó – Schaumarer Postbote



Címlapon: Táncosok Csíkpálfalváról a Solymári Búcsún (Fotó: Kárpáti Zsuzsanna)

Hirdetésszervezés: Farkas Éva | +36 20 511-6075 | farkaseva0303@gmail.com

Főszerkesztő: Kleer László – Rovatvezetők: Kárpáti Zsuzsanna, Kovács Szilvia – Felelős kiadó: Solymári Településüzemeltetési Kft., Feldhoffer József igazgató – Alapította: az MDF és Solymár Nagyközség Tanácsa 1989-ben – Nyomdai előkészítés: Runners Bt. – Nyomdai munkák: Pharma Press Kft. – Megjelenik havonta 4 000 példányban. – ISSN 2061-3210 – Szerkesztőség: Solymári Településüzemeltetési Kft. (2083 Solymár, József Attila u. 1.) – Telefon: (26) 560-600 – E-mail: hirmondofoszerkeszto@gmail.com – Honlap: solymarihirmondo.hu

Az olvasói leveleket és a beküldött kéziratokat az eredeti mondanivaló tisztelben tartása mellett szerkesztjük, stilizáljuk, szükség esetén rövidítjük. Kéziratot és fotót nem örzünk meg, és nem küldünk vissza.

400 millió forintos támogatás

Dr. Sente Kálmán polgármesterrel az iskola „B” épületének felújításáról, a tűzoltószertár építéséről, európai uniós pályázatokról, a búcsúról, és egy új solymári hagyományt teremtő rendezvényről beszélgettünk.

– Solymár pályázatot nyert az iskola „B” épületének felújítására. A hír hamar elterjedt a faluban, sokan szeretnének tudni a részletekről.

– A kormány korábban arról döntött, hogy az agglomerációs településeken, ahol nagy az iskolai helyhiány, támogatja az iskolák bővítését. Solymár jelezte, hogy a kisiskola bővítése műszakilag nem lehetséges. Ezzel a vizsgálatot végző kormányzati szakértő is egyetértett. 2014 tavaszán megjelent egy kormányhatározat, amely szerint kiemelt beruházássá nyilvánítják ezeket a projekteket, és ebben szerepelt a solymári iskola átépítése is. Ekkor Takácsné Nagy Eszter kolléganőmmel elkészítettünk egy tervezési programot, amely alapján az építész szakemberek közreműködésével elkezdődhetett a teljes átépítést előkészítő folyamat.

A Nemzeti Sportközpontok vezetője arról tájékoztatót, hogy a projekt 400 millió forintos támogatásra számíthat, a beruházás velük közösen készülhet el. Mire a lap megjelenik, már beadjuk az engedé-

lyezési tervet, közben készülnek a kiviteli tervek is. Ha az engedélyeket megkapjuk, akkor kezdődhet a közbeszerzési eljárás, amelyet a Nemzeti Sportközpontokkal közösen írunk ki. Ha minden jól alakul – hangsúlyozom, hogy sok még a bizonytalanság –, akkor 2016. április 1-jén megkezdődhetnek a munkálatok és szeptember 1-ig be is fejeződhetnek.

Az iskola Bajcsy-Zsilinszky utcai oldalának vázszerkezete megmarad, a Dózsa György utcai szárnyat viszont teljesen vissza kell bontani. A felújított iskola egy modern, 21. századi, tizenkét tantermes épület lesz, tornateremmel, fejlesztő- és nyelvi termekkel, közösségi helyiségekkel. A tervek olyanok, hogy a későbbiekben a tetőteret is tudjuk majd hasznosítani.

Az egyik legnagyobb feladat az lesz, hogy a „B” épületben tanuló tíz osztályt elhelyezzük, amíg a munkálatok tartanak. Ennek érdekében felvettük a kapcsolatot Kiss Csaba plébánossal és a művelődési házzal, és már kibontakozott a megoldás.

– Lehet már tudni, hogy a beruházás összesen mennyibe fog kerülni?

– A pontos beárzás még nem készült el, de vélhetően 700 millió forint körüli lesz a felújítás végösszege. A képviselő-testületnek ősszel majd döntést kell hoznia arról, hogy a hiányzó pénzüsszeget honnan teremtyük elő. Pályázati beruházás esetén a kormány, illetve a kincstár engedélyezni szokta hosszú távú hitel felvételét az önerő megszerzésére.

– Hogy áll a tájház kialakítása?

– A tájháznál a tervezés során előre nem látható műszaki problémák merültek fel a kivitelezés kapcsán. A falak szigetelése egy bonyolult technológiával megtörtént, de nagyon sok bontási munkát kellett elvégezni. Készen vannak a gépészeti és elektromos tervek, a napokban kezdik meg a víz-fűtés rendszer beépítését, kiépítik az elektromos hálózatot, készülnek a belső vakolatjavítások. A gépészeti szereléseket követi majd a padlózat végső kialakítása, burkolása.

A tájház bútorzatára sok felajánlást kapott az önkormányzat, már a birtokunkban van sok berendezési tárgy, amelyet a tájház projektmenedzsere, Hartmann Hellebrandt Hilda katalogizált és szükség szerint átadta őket restaurálásra. A tél végére várhatóan be lesz rendezve a ház, működni fog az



épület végében a mosdó, tavaszra megtörténik a kertrendezés. Jövőre működőképes lesz a tájház. A távlati tervekben szerepel, hogy a ház mögötti területen közösségi helyiségeket alakítunk ki.

– Van-e új információ a tűzoltószertár építéséről?

– Megtörtént az épület kitűzése, rövidesen elkezdődik a tereprendezés. Sikerrel kecssegetető tárgyalásokat folytatunk egy nagy céggel, aminek eredményeként lehet, hogy nagyon kedvezményes áron juthatunk építőanyagokhoz. A kivitelezést a Solymári Településüzemeltetési Kft. végzi, de több solymári vállalkozó ajánlotta fel munkáját ingyenesen, így tehát példás összefogással, saját beruházásként épülhet meg az új létesítmény. Ha az időjárás kedvező lesz, akkor elképzelhető, hogy az épület még idén tető alá kerül. Nagyon szeretném, ha elkészülne jövőre a tűzoltóállomás, a község fennállásának 750. évfordulójára, amely egyben a solymári önkéntes tűzoltóság megalapításának 130 éves jubileuma is.

– Hogyan sikerült az idei búcsú? Hogyan vált be az új alapokra helyezett vendéglátás?

– A búcsú rendben, békésen lezajlott. A partnertelepülésektől folyamatosan kapjuk a köszöneteket és az elismeréseket, hogy

ennyire jók voltak a programok, és várnak bennünket az ő rendezvényeikre.

A Solymári Településüzemeltetési Kft. koordinálta a teljes vendéglátást. Idáig csupa pozitív visszajelzést kaptunk a szervezést illetően és az árakra vonatkozóan is, amelyek kedvezőbbek voltak, mint korábban. A cég vásárolt egy nagy (10x30 méteres) rendezvénysátrat, amelyet akár bérbe is adnak, ha valaki igény tart rá. Az Oktoberfest is ebben a sátorban lesz.

– Nemrégiben két uniós pályázatot is benyújtott Solymár. Mit lehet ezekről tudni?

– Takácsné Nagy Eszter kolléganőmmel két pályázatot állítottunk össze, amelyet az Európai Unió brüsszeli központjánál kellett benyújtani. Az egyik pályázaton négymillió forintos támogatást szeretnénk nyerni a partnertelepülési kapcsolatok építésére, a másikban több ország városainak együttműködését szeretnénk fejleszteni, közelebbről a tűzoltóságok és polgárőrségek szervezetei, valamint a civil szervezetek együttműködését. Ez utóbbi pályázaton negyvenmillió forintos támogatásra nyújtottunk be igényt.

– A faluban már hallani róla, hogy októberben egy új nagy rendezvény van készülöben. Mit lehet erről tudni?

– Október 16-án és 17-én megrendezzük az első Solymári Oktoberfestet. Szeretnénk

ezzel új hagyományt teremteni, és célunk az is, hogy ezeknek a rendezvényeknek a bevételei jótékony célokat szolgáljanak. Az első alkalommal a katolikus templom külső festésére ajánljuk fel a bevételeket. Az egyház és az önkormányzat összefogásának köszönhetően a templom belseje az elmúlt években szépen megújult, és most aktuálissá vált a falak festése kívülről. Azt szeretnénk, hogy a templom a 750. évfordulóra méltóképpen nézzen ki kívülről is.

Nem szándékozunk lemásolni a más városokban megrendezett Oktoberfesteket, saját solymári sör- és csülökfesztivált fogunk rendezni: nálunk étel is lesz, és persze sokfajta sör. A Solymári Településüzemeltetési Kft. biztosítja majd az italszolgáltatást, az ételeket pedig egy solymári vállalkozás készíti. Főként helyi és környékbeli sváb zenekarok fogják a zenét szolgáltatni. Pénteken délután hatkor a Schaumarer Musikanten kezd zenélni, majd a Gemini Trió következik egészen éjfélig. Szombaton délután kettőtől helyi kultúrsoportok lépnek fel, este nyolctól éjfélig az Ungarn-deutsche Jungs szórakoztatja a közönséget. A programok között szerepel tombola is, ahol élő állattól a nagy értékű informatikai eszközökig lehet majd értékes nyereményekhez jutni, a meglepetés pedig egy év „all inclusive” lesz, de utóbbi jelentését még nem árulhatom el.

Kleer László



Tudósítás az önkormányzat képviselő-testületének üléséről

(2015. szeptember 30.)

Napirend előtt

Elnémult az ülésterem

Dr. Sente Kálmán polgármester bejelentette, hogy elhunyt Kovács Béláné, aki harminc évig volt az önkormányzat munkatársa. A jelenlévők egyperces néma felállással emlékeztek meg az elhunytól, aki a pénzügyi iroda munkatársa volt, majd az iskola gazdasági felelőseként dolgozott. A képviselő-testület döntött arról is, hogy Kovács Bélánét saját halottjának tekinti.

Jó előjel

A polgármester szokásos beszámolójában tájékoztatást adott arról, hogy a vis maior pályázatoknak köszönhetően elkészült a Zöldfa utcai rekonstrukció és a Hősök köz rendezése. Dr. Sente Kálmán beszélt a folyamatban lévő uniós pályázatokról és a Solymári Búcsúról is. *(Ezekről részletek olvashatók a polgármesterrel készült interjúbán, lapunk 4–5. oldalán. A szerk.)*

Panasz a közétkeztetésre

Szeptember 1-től életbe léptek a közétkeztetésre vonatkozó új előírások, amelyek minimálisra korlátozták a só és a cukor használatát. Emiatt az ételek íze sok a panasz. A változás azonban a jogszabályi előírás miatt történt, nem a szolgáltató tehet róla – állapította meg a polgármester.

Jobb láthatóság

Dr. Szentkláray Ferenc képviselő kérte, hogy az út mellett elhelyezett új köszöntőtáblákon a betűket sötét festékkel fessék át, hogy azok jobban láthatóak legyenek. A polgármester ígéretet tett erre.

Legyen verseny!

Ordódy György képviselő arról számolt be, hogy a búcsúban az ételszolgáltatás nem volt a legjobb. Nézete szerint több vállalkozót kell ezzel megbízni, hogy verseny legyen.

Vita a rovásírásról

Tordai Miklós képviselő arról beszélt, hogy többek kifogásolják, hogy rovásírás is szerepel az

új köszöntőtáblákon. Dr. Sente Kálmán polgármester válaszában kitért arra, hogy ez egy régi, székely-magyar írásmód, amely nézete szerint a magyar kultúra egyik meghatározó értéke, többek között ezért került a táblára.

Solymár Online

Tordai Miklós képviselő az új honlappal, a solymaronline.hu-val kapcsolatosan kérdezte, hogy ki, miért és milyen pénzből működteti. Később Kővári András képviselő is hasonló kérdést tett fel. A polgármester azt ígérte, hogy írásban ad választ.

Napirenden

A képviselő-testület több lépcsőben módosította idejű költségvetését. Dobrovkáné Dér Borbála képviselő, a pénzügyi bizottság elnöke többek között tájékoztatást adott arról, hogy az önkormányzat időarányos gazdasági mutatói kiemeltül jók voltak.

A képviselők döntöttek arról, hogy 14,5 millió forintért megveszik a zsíros-hegyi volt turisztaház 1,6 hektáros ingatlanát. Arról is határoztak, hogy az iskola „B” épületének felújításáról szerződést kötnek a Nemzeti Sportközpontokkal és felhatalmazzák a polgármestert az önrész finanszírozásának kidolgozására.

A képviselő-testület úgy határozott, hogy továbbra sem engedélyezik mobiltelefon-átjátszó tornyok létesítését lakott területen belül.

Ismét sikertelen volt az alpolgármester-választás. A polgármester dr. Szentkláray Ferencet javasolta tisztségre, de a testület négy igen és öt tartózkodás mellett nem szavazta ezt meg. Dr. Szentkláray Ferenc a titkos szavazás után megkérdezte Gaal Gergely képviselőt, hogy vajon miért szervezte ezt így. Gaal Gergely napirend után adott választ, amelynek rövid lényege az volt, hogy a választáson egy csapatként indultak, azóta is egységesek, mert a választók ezt várják tőlük, és minden kísérletnek ellenállnak, amely egységük megbontására irányul. Dr. Szentkláray Ferenc kijelentette, hogy ő nem bontja a szóban forgó egységet, és sértő számára ez a feltételezés.

Meghívó – Einladung

Különleges délután: Németkér bemutatkozik

Mindenkit szeretettel várunk egy különleges nemzetiségi délutánra, amelyen a Paks mellett található Németkér német nemzetiségű falu mutatkozik be. A sajátos, de korhű elemekkel, fényképekkel, korabeli népviselettel, táncokkal, énekekkel tűzdelt bemutatón jól érzékelhető képet kaphatunk egy tipikus sváb falu életéről az 1700-as évek végétől a 1947-es kitelepítésekig. A programot a németkéri nemzetiségi kórus és tánccsoport dalai és táncai, valamint németkéri specialitások kóstolása teszik még érdekesebbé. A rendezvényre a belépés ingyenes.

A nemzetiségi délután időpontja: **2015. november 7. (szombat), 16 óra.**

Helyszín: az Apáczai Csere János Művelődési Ház nagyterme.

*Német Nemzetiségi
Önkormányzat – Solymár*



Megtáncoltatták a polgármestert

Községünk és nemzetiségi önkormányzatunk wüstenroti vendégeket fogadott az immár huszonöt évet megélt partnerkapcsolat jegyében a Solymári Búcsú hétvégéjén. A tizenhárom fős küldöttséget Timo Wolf polgármester vezette. Utazásuk elég kalandosra sikeredett, mivel a stuttgarti repülőtérrel induló csütörtöki esti járatot törölték, így csak pénteken, a reggeli órákban sikerült megérkezniük Solymárra. Ettől a kezdeti bonyodalomtól eltekintve látogatásuk sikeresnek mondható: elégedettségüket hazatérésük után rögtön papírra vetették, és a helyi újságban dicsérték a solymáriak kitűnő vendégszeretét. A búcsúesten, melyet a Reményi Margit Táncgyűttes és a nemzetiségi önkormányzat szervezett számukra, köszönetet mondtak a sok szép élményért, amit a látogatás során szereztek, a meleg baráti fogadtatásért. Különösen tetszett nekik, hogy solymáriaknál voltak elszállásolva, így alkalmuk nyílt a helyi viszonyok megismerésére, valamint dicsérték a Hutoto színdarabot a nyitóprogramon, a Lázár-tanyán látott lovasbemutatót, a budapesti sétát, és a búcsú színes programjait a nemzetiségi táncosok fellépésével. A küldöttség jó hangulatát tükrözte, hogy a szombat esti bálon még polgármesterüket is sikerült a solymári leányzóknak táncba vinni, amire a vendégek szerint Wüstenrotban eddig nem volt példa.

Mindent összevetve jó volt újra wüstenroti barátainkkal találkozni, s öröm volt látni, hogy újabb barátságok születtek, főleg a fiatalok között, ami a partnerkapcsolat továbbfejlődését, továbbélését jelenti.

M. Cs. M.

Fotók: Kárpáti Zsuzsanna



Csikpálfa, Solymár és Wüstenrot polgármesterei



Össztánc a búcsú megnyitóünnepségén

Csikpálfa táncosok





Talpon maradni sem mindig egyszerű

Solymáron sokan ismerik a Drevi Kereskedőházat, amely az idők folyamán sokszor változott, de Drevena Csaba, a cég ügyvezetője most sem panaszkodik, mert azzal foglalkozhat, amivel szeret, és ez ráadásul a megélhetést is biztosítja családjá számára. A vállalkozás Mátyás király úti üzletében beszélgettünk, amely egy igazi LEGO-szentély.

Drevena Csaba Solymáron született, itt járt általános iskolába, Pilisvörösváron gimnáziumba, majd elektronikai műszerésznek tanult, azután Budapesten kereste a boldogulást, amit hotelportásként talált meg jó tíz éven keresztül. Közben megnősült, a szintén solymári Schokáts Ágnes vette feleségül. Leánygyermekük most 20 éves és a szegedi egyetemen tanul, 17 éves fiuk Budapesten jár gimnáziumba.

Csaba a vállalkozást játékkereskedésként indította az 1990-es évek első felében, majd a családi virágoskert helyére üzletházat épített. A Photo Porsttal kötött szerződést, a filmkidolgozástól a fényképezőgépekig sok mindennel foglalkoztak, még elektrotechnikai berendezéseket, audio-video eszközöket is árultak. Akkoriban a közelben sehol sem volt ilyen profilú üzlet. Igazi családi vállalkozásként még Csaba unokatestvérei is itt dolgoztak. A kétezres évek elejétől azonban a hagyományos filmes fényképezés egyre inkább háttérbe szorult, a digitális fotózáshoz pedig nem volt szükség képkidolgozásra. Napjainkra a fényképezőgépek piaca is beszűkült, mert legtöbbször telefonnal vagy tablettel fotóznak. Így aztán átalakult a piac. A kereskedőházban most is foglalkoznak képkidolgozással, igazolványkép-készítéssel, de jóval kevesebb a megrendelés.

Drevena Csaba időközben felfedezte, hogy Solymáron a kábeltelevíziós hálózat nem fedi le a község egészét, így kapcsolatba lépett egy műholdas televízióadást szolgáltató céggel, és a helyi képviselőjük lett. Ez jó gondolatnak bizonyult, mert folyamatosan épül a hálózat, és ezen a területen műszerész képzettségét is tudja hasznosítani.

A játékboltprofil kicsit átalakult, de megmaradt, LEGO-ból igazán impozáns választék található az üzletben. Más márkás játékok szintén kaphatók a boltban. Új profil, hogy használt játékokat is lehet venni, főleg LEGO-t és Playmobilt, az eredeti ár töredékéért. Alkatrészeket is lehet kapni, sőt régi, már forgalomban nem lévő elemek is fellelhetők az üzletben. Drevena Csaba meséli, hogy olykor otthon is telepakolja LEGO-alkatrészekkel a család nagy étkezőasztalát és elkezd az összerakásukat, akár késő éjjelig is elbábelődve, hiszen használt összerakós játékot csak összeszerelve lehet értékesíteni, hogy a vevő lássa, minden darab megvan.

Drevena Csaba üzletfilozófiája röviden összefoglalható: talpon maradni, alkalmazkodni a változó piaci körülményekhez, és mindig olyasmivel foglalkozni, amiben örömet leli. Azt már csak én teszem hozzá, hogy Csabát közelebbről is ismerem, mert rendszeresen együtt focizunk helyi öregfiúkkal, és annyit mondhatok, hogy abszolút küzdő típus, harangszóig hajt a meccseken, kicsit sem kíméli magát.

Kleer

Ilyen volt, ilyen lett

A kép a Marcibányi utcát mutatja az 1930-as években, úrnapiján. A Marcibányi utca eleje és vége különböző sváb neveket kapott. A Hősök utca felőli emelkedőn állt Fuchs Mátyás kisházasság zsellér (1850–1913) háza. Róla nevezték el az utca ezen szakaszát „Fuchs Péegl”-nek (Fuchs-domb). A képen látható utcaszakasz neve „ez Krécl” (a sarok) volt, mivel az iskola még nem épült meg és itt végződött a Templom tér.

Az utca hivatalos nevét 1931-ben kapta. Az utcát puchói és tornyai Marczibányi Istvánról (1752–1810), Csanád megyei alispánról, császári és királyi tanácsosról nevezték el, aki támogatta apósát, Majthényi Károlyt (1721–1792) a solymári templom építésében. Nagylelkű felajánlása révén került torony a katolikus kegytemplom tetejére.

Az utca beépülésének időpontjait két forrás is jelöli. Az egyik a kegytemplom építésének kezdetéhez (1782 tavasza) köti az első lakóházak megjelenését, az 1861-es térkép szerint pedig már kiépült a Marcibányi utca, egészen az iskola magasságáig.

A fotón jól látható, hogy úrnapiján készült, mert az utcát fűvel borították be. Akkoriban az úrnapi szokások közé tartozott, hogy a körmenet útvonalán (templom – Marcibányi u. – Hősök u. – Mátyás király u. – József Attila u. – Dózsa György u. – templom) az utcákat teljes széles-

ségükben szecskázott fűvel szórták fel. Zöld faágakat támasztottak a házaknak és kerítéseknek, az út közepére – a kápolnák környékének kivételével –, szerényebb kialakítású virágszőnyeg került. A díszítés kialakítását az utca lakói erkölcsi kötelezettségüknek tekintették. A képen az is látható, hogy az utca közepét virággal díszíti egy asszony. Ez a középső rész szilárd burkolatú vízelvezető lehetett, de a kép minősége nem teszi lehetővé, hogy ezt egyértelműen meg lehessen állapítani.

A kép bal oldalán látható, 11-es számú házban lakott Feldhoffer István cipésmester, felesége, Dauner Anna, és

gyermekük. A család magyarosított neve Forgács, ragadványneve Sueszte (cipész), a feleség ragadványneve Woipel (a Walburga becézése) volt. A cipésmester több segédet foglalkoztatott, keze alól számos tanonc került ki és lett önálló cipész. A mester a cipészek között is híressé vált, amikor a múlt század első felében egy rangos cipőkiállításra ember nagyságú cipőt készített. Munkáját ezüstéremmel díjazták.

A kép jobb oldalán a művelődési ház látható, amelyről még szó lesz a későbbiekben.

(A sváb nevek a magyar ábécé betűivel olvashatók a cikkben.)

Enczmann
László



A Waldorf-oktatás módszertani sajátosságai

Az epochális oktatás

A Waldorf-iskolák tanítási napja két jól elkülöníthető részből áll. Az első két órában, melyet „főoktatásnak” neveznek, a közismereti tárgyak (számтан, írás-olvasás, stb.) tanítása zajlik ciklikus, ún. epochális rendszerben. Ezt egy hosszabb szünet választja el az utána következő szakórától (angol, német, ének, kézművesség, stb.).

Az epochák, azaz időszakok során három-négy héten keresztül folyamatosan ugyanazzal a tantárggyal foglalkoznak a diákok, így lehetőségük van a tantárgyban való alapos elmélyülésre, a tanítónak pedig az egyéni fejlődési ütemek figyelembevételére. A főoktatásnak van egy állandó belső ritmusa. Különböző tevékenységi formái azt a célt szolgálják, hogy kívülről kapott kész tudás helyett a diákok élményszerűen, maguk fedezzék fel a különböző ismereteket.

A főoktatás három részre tagolódik. Az első a ritmikus rész, ami a napkezdő rítusokból áll (beköszönés, beszélgetés, majd versek, dalok ritmusos mozgással kísért elmondása). A ritmikus rész segíti a gyermekek „megérkezését” az iskolába, az egymásra és a befelé figyelés képességének kialakítását, valamint az epocha anyagának feldolgozását. A második rész a hagyományos értelemben vett „tanulás”. Ez a tankönyveket helyettesítő epochafüzetekben történő munka ideje: az új ismeretanyag bevezetése, az ismétlés, a gyakorlás. A főoktatás harmadik részében a tanár egy, az epocha tartalmának megfelelő mesét, történetet, életrajzot mond el az osztálynak, mely újabb szempontokkal gazdagítja az epochát.

Ünnepeink

Évnyitó, az elsősök fogadása

Az évet az alsó és a középső tagozat jelenlétében a József Attila utcai udvaron nyitottuk meg, kevés formassággal, sok énekkel, és rövidített, informatív jellegű első tanítási nappal. Közösségünk új tagjainak fogadása nem esik egybe az első tanítási nappal. Az első osztály, egy új évfolyam megszületése különleges figyelmet érdemel, ezért kis elsőseinket szeptember 7-én az udvaron gyülekezve fogadtuk. Új diákjaink virágkapun keresztül „érkeztek meg” az iskolába. Osztálytanítójuk, Kneisz Andrea, aki nyolc éven át fogja kísérni őket, a nevüket hangosan kimondva, egyesével szólította őket magához. A szülők kézen fogva kísérték gyermeküket a virágokkal szegélyezett úton a kapuig, az alsó és középső tagozatos diákok sorfala előtt, akik énekkel és zenei aláfestéssel kísérték a szimbolikus átadást, a megérkezést. A kisdíákok a kapun már egyedül léptek át, ahol Andrea egy szál virággal és kezét kézfogásra nyújtva várta őket.

Minden évben meghatározható látni-átélni azt a szimbolikus képet, ahogy az összes érkező sok kis tétova léptű első után tavasszal 13. osztályosaink sok tapasztalattal gazdagodva, testben és lélekben felnöve és megerősödve, ugyanezen a kapun kilépve hagyják el iskolánkat.



Waldorf-aktualitások

A diákok biztonságának növelése és a buszok közlekedésének elősegítése érdekében megújult a József Attila utca közlekedési rendje. Az új forgalmi és parkolási szabályokról való tájékozódást jól látható aszfaltfestés és táblák segítik. A rendszabályok betartása közös érdekünk.

A Waldorf Pedagógiai Intézet továbbra is albérletet, kiadó lakást és munkalehetőségeket keres diákjai számára, kapcsolat: (30) 312-8877 vagy waldorf-kepzes@t-online.hu.

Uri Krisztina



Becsengettek

A községi általános iskolában idén hatvanöt elsős kisdíák kezdte meg tanulmányait. Néhányan közülük kicsit megszeppenve, mások inkább izgatottan érkeztek a tanévnyitó ünnepségre, amelyen részt vett Dr. Sente Kálmán polgármester is.

A három elsős osztály egyike német nemzetiségi két tannyelvű osztály. A nagy érdeklődés miatt a másik elsős osztály fele is két tannyelvű oktatásban részesül, a többiek nemzetiségi nyelvoktatásban vesznek részt. A harmadik első osztályba járó kisdíákok angol nyelvet tanulnak.

Londoni tanulmányút

A solymári Hunyadi Mátyás Német Nemzetiségi Általános Iskola tanulói a nyári szünetben szervezett londoni tanulmányúton vehettek részt. Egy vasárnapi reggelen az Auchan parkolójából indultunk autóbusszal, és egy hét múlva, szombat este érkezünk vissza.

Odafelé tartva megálltunk Németországban, a „három folyó városában”, Passauban. Angliába megérkezve láttuk a doveri tengerpartot a híres fehér sziklával, majd ellátogattunk Canterburybe, az anglikán egyház központjába, ahol megtekinthettük Becket Tamás kivégzési kardját is. Ezután tettünk egy sétát Rochesterben, Dickens városában.

Szállásunk a Temze folyó partján található Allhallows Holiday Parkban, mobilházakban volt. A Temze folyón megtapasztalhattuk az ár-apály jelenséget, hiszen láthattuk, ahogyan a folyó eszténként feltölti medrét, majd reggelre visszahúzódik, így hagyva hatalmas földnyelveket a mederben. Programjaink minden reggel

nyolc órakor kezdődtek. Számos londoni nevezetességet láttunk, mint például a Big Bent, a parlamentet, a Westminster-apátságot és a Tower. Ellátogattunk a Natural History Museumba, ahol bemehettünk a földrengést imitáló szobába, a British Museumba, ahol láthattuk az eredeti rosette-i követ, ami alapján megfejtették a hieroglifákat. Ellátogattunk még a National Gallerybe és a Madame Tussaud Panoptikumba. Itt a bátrabbak végigmehettek a „horrortermen” is. Felejthetetlen élményt nyújtott számunkra a felszállás a világ egyik legnagyobb óriáskerekére, a London Eye-ra, ahonnan csodálatos látvány tárult a szemünk elé. Az átkelés a Csalagúton szintén felejthetetlen volt.

Hazafelé tartva angliai utunk utolsó állomása Greenwich volt, ahol láthattuk a greenwichi délkört, a nulla hosszúsági kört, ami hagyományosan a zónaidő számításának alapja. Megálltunk még az „Észak Velencéjének” nevezett Brugge-ben és Ausztriában, a melki apátságnál. Az utazásnak és a programoknak köszönhetően csodás élményekkel tértünk haza és lettünk gazdagabbak. Köszönjük a szervező tanárok munkáját!

Tornyos Luca (7. b)



Idősek Délutánja

Idén is nagy érdeklődés kísérte a szeptember negyedikén megrendezett „Idősek Délutánja” nemzetiségi rendezvényt, ahová minden 60 éven felüli solymári lakos hivatalos volt. A zsúfolásig megtelt nézőtéren helyet foglaló hölgyeket és urakat szép nemzetiségi műsor és a német nemzetiségi önkormányzat által biztosított szerény megvendégelés fogadta. Külön öröm volt számunkra, hogy Dr. Sente Kálmán polgármester, valamint Kiss Csaba, falunk plébánosa is köszöntötte a jelenlévőket. Óriási köszönet illeti a nívós nemzetiségi műsort adó helyi kultúrcsoportokat, a Solymári Hagyományörző Asszonykórust, a Reményi Margit Táncgyűtest, a Herbstrosen Táncscsoportot, és nem utolsósorban a községi iskola 3. a osztályos tanulóit, akik szépséges solymári sváb ruhában ropták a táncot. A délután fénypontja a 80 éven felüliek ünnepi köszöntése volt, több mint negyven solymári lakos örülhetett a szép rózsának és az őket köszöntő éneknek. Ezen a napon került sor a Schaumarer Blickpunkt Nemzetiségi Fotópályázat eredményhirdetésére, illetve a díjkiosztásra is. Íme a díjazottak névsora: felnőtt kategória I. helyezett: Pénzes Ádám, II. helyezett: Jablonkay Sándor, III. helyezett: Ludwig Stefi és Kamuti Laura (megosztva); gyermek különdíj: Ludwig Áron. Gratulálunk a győzteseknek, képeik megtekinthetők a www.szepsolymar.hu honlapon.

A délután a Zwickl Polka Party vidám polkáival és hangulatos keringőivel záródott. Újra bebizonyosodott, hogy a solymáriak, azaz az idősebb generáció igényli ezt a rendezvényt és örül ennek a nemzetiségi délutánnak.

*Feljegyezte: M. Cs. M.
Fotó: Kárpáti Zsuzsanna*



Helytörténeti hírek

A solymári Helytörténeti Alapítvány a bányásznapi alkalmából részt vett a pilisszentiváni bányásznapi ünnepségen, majd az alapítvány által Solymár határában állított emlékkőnél koszorút helyeztek el a solymári bányamunkások emlékére.

A koszorúzókat sajnálattal állapították meg, hogy a Solymár határában lévő, a bányászatra emlékező információs táblát vandálok meg rongálták.



Az ünnepség 80 évesnél idősebb résztvevői



Sok hűhó semmiért

Nagyon vártam már azt a napot, amikor végre újra használhatom kedvenc szép piros vonatomat. Nyolcvanhat éves édesanyám a Nyugati pályaudvartól 200 méterre lakik, és hetente egy-két alkalommal biztosan meglátogatom. Az elmúlt bő három évben ezt rendre kocsival tettem, általában a kora esti órákban, lévén a tömegközlekedés egyéb lehetőségeket csak sokkal drágábban (átszállással) és lassabban kínált, én pedig szeretem, ha kényelmesen és költségtakarékosan tehetem a dolgom. Így érthető talán, hogy felfokozott várakozásaim voltak a vonattal kapcsolatban. Elnézést, hogy idáig magánügyeimmel terheltem az olvasókat, de a sok magánügy összessége a közügy, és most erről szólnék egy pár szót.

Tehát a vasút. A célja az lenne, hogy lehetőség szerint gyorsan, biztonságosan, megfelelő járatsűrűséggel és költségszinten szolgálja az utazók érdekeit. Mi is történt vele az utóbbi időben? Alig hevertük ki a Duna-híd felújítása miatti erősen korlátozott használhatóságot, jött az átépítés, felújítás, kétvágányúsítás. Több mint három évig szenvedtünk az építkezés miatt. A szerencsétlen és rettenetesen túlterhelt 10-es útnak az építési forgalmat is kellett (volna) viselnie, ugyanúgy, ahogy az arra járók idegeinek is.

Most elkészült, de némi öröm (nem a szomszéd község nagybettűvel) is került az örömbé. A menetrend – nem az ideiglenes, hanem a rendes, szeptembertől érvényes – gyakorlatilag ugyanazokat a menetidőket és vonatszámokat tartalmazza, mint a munkák megkezdése előtti. Elővárosi gyorsvasút, 15-20 perces követési idők? Az ígéret földjén, vagy más, jól működő fővárosok környékén léteznek, nem nálunk.

Persze vannak valódi pozitívumok is: felújított állomásépületek (bár az akadálymentesítés nem sikerült), új vasúti megállók és parkolók (igaz, a vonatok részben, vagy egyelőre egyáltalán nem állnak ott meg), vasúti alul- és felüljárók épül(get)nek. Kár, hogy a másfél éves csúszás sem volt elég a befejezésükhöz. Vagy, hogy új vízelvezető árkokat alakítottak ki (kár, hogy nem mindenhol érnek össze). Itt és most nem a hibalistát szeretném felsorolni, hiszen az hosszabb lenne, mint a vasútvonal teljes hossza, de a lényeg, hogy a vonat újra jár.

Egyetlen kérdés maradt csak bennem. Mire is költöttek el 44,5 milliárd forintot, ha a vasúti közlekedés érdemben nem változott? Lehet, hogy ebből a pénzből is inkább stadionokat kellett volna építeni?

*Tordai Miklós
önkormányzati képviselő
Párbeszéd Magyarországért*

Csoport indul álláskeresők számára 2015 novemberében az Ezüstkör Szociális Gondozó Központban

A három hónapon át tartó tematikus csoportfoglalkozások keretében az álláskereső személyre szabott támogatást kapnak az álláskeresőben információkkal, felkészítéssel, kíséréssel, és az utánkötés lehetőségével.

A heti rendszerességű csoportos foglalkozások időtartama 2 óra.

Az első alkalom nyitott, utána a csoport zárttá válik.

Jelentkezni lehet a (26) 361-930-as vagy a (30) 474-3802-es telefonszámon az Ezüstkör Szociális Gondozó Központban.

A Világ Szegénykéje

Október hónapban üljük Assisi Szent Ferenc tranzitusát. Assisi-ben született 1182-ben. Kissé könnyelmű ifjúkor után tért meg, lemondott atyai örökségéről, teljesen Istennek szentelte magát. A szegénységet választva evangéliumi életet élt, mindenkinek az Isten szeretetéről prédikált. A hitetlenek közti hithirdetésre is szívesen vállalkozott. Követőit az Apostoli Szentszék jóváhagyásával szerzetesrendben fogta össze. Szent Klárával együtt megalapította a női ágat is. Harmadik rendjét a világban élő bűnbánók csoportja alkotja. 1226. október 3-án halt meg Assisiben.

Nyugodt szívvel mondhatjuk róla, hogy az egyik legnagyobb hatású szent volt. Korunkban is sokan követik az ő életszentségét.

Ferenc nagysága az alázatosságában rejtett. Korának hibáit, bajait szemlélve nem akart másokat megváltoztatni. Saját magát

formálta és alakította, hogy a világ változzon. Korunk emberének, nekünk ezt kellene eltanulni Szent Ferencről.

Bonyolult és furcsa a világ, amelyben élünk. Nem mindig kapunk mindenre azonnal választ vagy megoldást. Gyakran azt reméljük, hogy más megoldja a problémáinkat. Van társadalom, amely gondoskodik rólunk. Nekünk csak kényelmes legyen az életünk.

Ferenc vállalta a kényelmetlen, nehéz életet, hogy Krisztusról tehessen tanúságot az emberek előtt. Nem szavakkal, hanem tettekkel. Volt szeme arra, hogy a mellette élőkön próbáljon segíteni.

Érzékenyek vagyunk a világ problémáira, de a szomszéd bánatát, magányosságát nem mindig akarjuk észrevenni és orvosolni. A Világ Szegénykéje, ahogy Assisi Szent Ferencet saját korában nevezték, nyitott lélekkel járt és segített. Tanuljunk az életéből! Figyeljünk a környezetünkben élő emberek szükségleteire!

Kiss Csaba



Assisi Szent Ferenc (1182–1226)

Latinul Franciscus Assisiensis, vagy, ahogy a Ferenc-rendiek nevezték, szerafikusz Szent Ferenc a ferences rend megalapítója; Itália, az állatok, a kereskedők és a természet védőszentje. Eredeti neve Giovanni di Pietro Bernardone volt, de olaszul leginkább Francesco néven ismerték, ugyanis édesanyja francia nemesasszony volt (Giovanna [Pica] Bourlemont), és a „Franciácska” néven szólította a fiát. Édesapja Pietro di Bernardone, Assisi-beli gazdag kelmekereskedő, a tehetős vállalkozói kör egyik befolyásos tagja volt.

Ferenc tanulmányokkal töltötte ifjúsága nagy részét. Több nyelven folyékonyan beszélt, köztük latinul is. A tanulás és a harci játékok mellett szívesen mulatozott ifjú nemes barátai társaságában. 1201-ben Assisi hadba indult az ellenséges Perugia ellen, s Ferenc is csatlakozott a harcoló csapatokhoz. Nem sokkal később Collestradánál egy sebesülés miatt fogságba esett, majd egy év raboskodás után tért haza.

1203-ban új, gyökeresen megváltozott emberként tért vissza Assisibe. Ezt tetézte fogságban szerzett súlyos betegsége is, amely mély lelki válságba döntötte. 1205-ben mégis elindult Apuliába, hogy beálljon Gualtiero di Brienne seregébe, de útban Spoleto felé, egy különös látomás hatására visszatért szülővárosába. Ettől fogva került a barátaival való világias időtöltéseket, helyette inkább magányos helyeken imádkozott, s közben az Assisi mellett élő leprások ápolásával törődött.

Forrás: Wikipédia



Szent Ferenc Bazilika – Assisi



„Nyíljon ki szívetekben az örömvirág”

„Édesanyánk, hozzád jöttünk...” címmel nyílt kiállítás Jablonkay Sándor fényképfelvételeiből a helytörténeti gyűjteményben szeptember 5-én. A fotók Pilisszántótól a fény útját követve Csíksomlyóig vezetik a látogatót, ahol a nemzet lelke találkozik a szeretet üzenetében.

A megnyitón archaikus csíksomlyói és solymári egyházi énekek csendültek fel – amelyeket szintetizátoron Partlné Milbich Olga és hegedűn Huszty Rita kísérték –, megidévezve a zarándokok lelki élményeit.

Molnár V. József néprajztudós, néplélekkutató a kiállítást végignézve, annak fényképpárjaira építve olyan megnyitóbeszédet mondott, amelyben az egymásra való odafigyelés, a magyarság, a megmaradás, a hit ereje, és a jövőbe, a Boldogasszony közbenjárásába, a Jóistenbe vetett bizalom olyan meghatározó gondolatsort alkotott, amely mindenki lelkének épülésére szolgált. Tízévenként egyszer, ha hallunk ilyen beszédet, emelkedett hangvételű, tiszta és biztató volt.

Szőnyi József, Pilisszántó korábbi polgármestere közvetlen kedvességével, zarándokútjain és a munkája során megélt szép, értékes tapasztalataival gazdagította a megnyitót. Az őáltala megépült szántói kápolna Madonnája a téli napfordulón a fény növekedésének indulópontja.

Marosi Éva verset írt a korábban megtekintett „Magyar feltámadásra várva” és „Feltámadt Krisztus” fényképek hatására, amelyet megindítóan, megrendítő erővel szavalt el.

Emesz Ágnes a Pilisszántó és Csíksomlyó közötti, több mint 800 kilométeres utat gyalog végigjárta, és néhány szóval megosztotta élményeit a hallgatósággal.

A kiállító is elmondta meghatározó gondolatait, többen könnyes szemmel hallgatták.

Novoszádek János Wass Albert „Szentek zendülése” című írásából olvasott fel egy részletet, amely szintén a jövőbe irányuló útmutató a magyarság számára.

A záróének – sokan nem is hinnék –, az az egyházi ének volt, amelynek közismert a dallama, és elhangzása után a népdalváltozattal közösen énekelték a megnyitó résztvevői: „Tavaszi szél vizet áraszt...”, amelyhez kapcsolódtak a Cédus Táncegyüttes fiataljai sodró erejű, vidám táncukkal, amelyet Varga Zoltán és fia kísérték.

Megindítóan szép pillanatok részesei voltunk. Akik messziről érkeztek, és először jártak nálunk megnyitón, hálás szívvel mondtak köszönetet. A helybeliek számára is élmény volt a kiállítás lelki üzenete, a program emelkedett hangvétele. És hosszan ottmaradtak a résztvevők beszélgetni. Így történt, hogy a délután három órai kezdéshez képest este kilenc óra lett, mire mindenki elköszönt.

Köszönet minden solymári cégvezetőnek és a finom borok küldőinek, a Solymári Helytörténeti Társaság és a Helytörténeti Alapítvány tagjainak, valamennyi közreműködőnek segítségükért.

JM

Fotó: Kárpáti Zsuzsanna

Csípős szombat Solymáron

Csípős programok és ízek fogadták a IV. Solymári Chili Fesztivál résztvevőit. Az ország minden szegletéből érkeztek chilitermelők, -fogyasztók és érdeklődők.

A Kud-A.R.C. KIE az Apáczai Csere János Művelődés Ház támogatásával és a Chilis Pilissel közösen az országban elsőként szervezett chili fesztivált 2011-ben. A rendezvény azóta évről évre egyre nagyobb népszerűségnek örvend.

A főzőverseny résztvevői már délelőtt nekiálltak, hogy különleges ízekkel varázsolják el a bátor kóstolókat és a zsűrit. A finomságok készítői közül első helyen végzett a Smoke ring csapata pulled pork szendvicisével, a második helyen a polgármesteri hivatal harcsalecsójával, a harmadik helyen pedig a Masigetaszéjő csapata gochujang bulgogi nevű ételével, ők nyerték a közönségszavakat is. Az éte-

lek kóstolgatása mellett nagy kihívást jelentett a résztvevőknek a „vásárcsarnok” végigjárása, ahol különlegességeket lehetett kipróbálni.

A természetők chiliszezségversenyen indíthatták kedvenc növényeiket, amelyen a közönség választotta ki a győztest – Ottmár Károlyt, aki Tabasco fajtájú chilijével nyert.

A Chili Akadémián előadásokat hallgathattak az érdeklődők a növény egészségvédő hatásáról és a természetés praktkáról.

A Civil Soron, a Kamasztér Alapítvány gondolkodtató játszóházában a Kud-A.R.C. KIE óriás szappanbuborékok eregetésére biztatta a kicsiket és nagyokat. Az Új Akropolisz Filozófiai Iskola az „Erénykerékkel” színesítette a fesztivált. Folyamatosan hosszú sor állt náluk, hogy az érdeklődők megtudhassák, ezen a napon melyik erényt kell gyakorolniuk.

A fesztivál legizgalmasabb versenye a Solymári Chili Challenge 2015 volt, ahol hat férfi mérte össze chilitűró képességét. Öt körben egyre erősebb chili paprikát kellett alaposan megrágnia lenyelniük. Mivel

nem dőlt el a verseny, a két döntős úriember plusz körre vállalkozott, de végül maradt a döntetlen Farkas Tamás és Szarvas Pál között.

A nagyszínpadon különböző műfajokban léptek fel előadók. Kora délután és a koncertek között a beatboosters DJ-páros biztosította a hangulatot.

Az este egyik legizgalmasabb bandája egyértelműen a Mrs. Columbo volt, hiszen ők testesítették meg az ideális nyári fesztiválzenekart. A különleges összetételű zenekar tagjai (Galambos Dorina – ének, Héjja Katalin – zongora, Hudák Zsófi – nagybőgő) magas fokon képzett, ismert és elismert zenészek. Vidámak, szórakoztatóak voltak, ismert slágereket is játszottak, és közben zeneileg kimagaslót nyújtottak. Utánuk a Muriel együttes adott koncertet, akik igényes zenéjükkel nagy sikert arattak.

A fesztivál látogatói közül többen kedvet kaptak, hogy megpróbálkozzanak a chiliültetéssel, a termelők pedig újabb receptekkel gazdagodtak.

Fotó és szöveg: Kárpáti Zsuzsanna



A köszönet szavai

Igen tisztelt Kompanei! Kedves sváb szintársulat!

Nemzetiségi önkormányzatunk nevében köszönjük a Solymári Búcsú nyitóprogramjában bemutatott új darabot, a Hutótót. Nagyszerű előadást láthatott a solymári közönség, melynek segítségével megismerhettük a kitelepítés előtti solymári családok mindennapjait, szokásait. Dicséret illeti minden szereplő közreműködését, de a legnagyobb köszönet a darab íróját, rendezőjét, a társulat vezetőjét, Hartmann Hellebrandt Hildát illeti. Köszönjük, hogy két év kemény munkájával egy vidám, szórakoztató, a sváb Solymárt idéző, dicsérő, sváb nyelvű színdarabot írt – állítjuk, országos szinten sem születik hasonló –, mely újabb dicsőséget fog szerezni a községnek. Külön kiemelendő a fiatalok és a gyerekek nagyszerű szereplése és kiváló svábtudása. Nagyrésztük ugyan a környékbeli sváb településekről jár a próbákra, de valamennyiüket összetartja, hogy mélyen tisztelik sváb gyökereiket és ápolják hagyományaikat. Példaként állíthatjuk őket a solymári fiatalok elé, és őszintén reméljük, hogy lesznek olyanok, akik a színdarab láttán a társulat tagjává szeretnének válni.

Liebe Kompanei! Wir sind stolz auf Eure hervorragende Leistung und wünschen weiterhin schöne Erfolge.

Deutsche Selbstverwaltung Schaumar

Fotók: Kárpáti Zsuzsanna

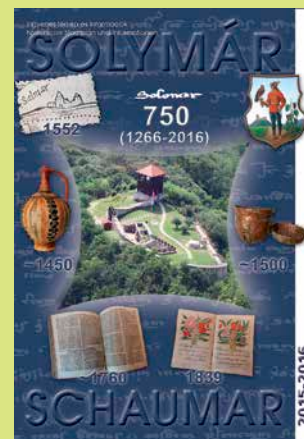


Megjelent a „Solymár” kiadvány

Az idei búcsúra is megjelent az ingyenes „Solymár” kiadvány, mely a következő búcsúig hozzáférhető a polgármesteri hivatalban, az Apáczai Csere János Művelődési Házban és a község rendezvényein.

Az immár 17. éve megjelenő éves kiadvány az elmúlt évekhez hasonlóan minden közérdekű információt tartalmaz, ezenkívül megtalálhatóak benne a menetrendek és Solymár térképe, már az új utakkal.

A kiadványt az elmúlt év eseményein készült fotók színesítik, és írás olvasható benne a jövőre 750. évfordulóját ünneplő település történetéről.





Nyárbúcsúztató örömuzene

Az idén egyéves fennállását ünneplő solymári gyermekzenekar igazi örömet játszik. Mert ezt örömet nézni-hallgatni, de a gyerekek arcáról az olvasható le, hogy a legnagyobb öröm mégiscsak alkotóként részt venni benne.

A tagjait korosztálytól, hangszeres tudástól és zenei előképzettségtől mentesen toborzó gyermekzenekar művészeti vezetője Bussy Gábor gitár- és előadóművész, aki magával ragadó erővel képes a zene szeretetét átsugározni gyerekekre és felnőttekre egyaránt. Az énekszámok között hihetetlen gyorsasággal és rendezettséggel helyet cserélő gyerekek lenyűgöző magabiztossággal kezelték a zenekar különleges hangszerparkját, szinte zeneszámonként váltottak a hagyományos, világzenei és modern hangszerek között (ütőgordon, citera, basszusgitár, hegedű, dobok, fuvola, furulyák, stb.). Sőt, a mostani fellépésen bemutatkozó egyik legújabb kis Rakoncások-tag virtuóz módon egyszerre játszott a sárkányfogának becézett ütős hangszeren és népi furulyáján. És a gyerekek mindemellett énekeltek is, bátran megmutatva kedvesen csengő hangjukat. Hallhattunk olyan, Gábor által kifejezetten az ő számukra szerzett zeneszámokat, mint a svábos elemekkel gazdagított Rakoncások-induló, vagy a furulyázni vágyóknak kezdő szinten is sikerélményt adó Furulyka-induló, de olyan közismertebb dalok is felcsendültek, mint a „Legyetek jók, ha tudtok”, méghozzá eredeti olasz nyelven.

Szemkontaktuson alapuló összhang, mosollyal támogatott önbizalom és a hibázás szabadsága, talán ez a titkuk? Mindenesetre a rakoncátlan gyerekeket a zene szeretetével „megrakoncásító” Gábor már a jövőbe mutató terveket dédelget: a generációk zenekarává nőni, ahol felnőtt és gyerek, apa és a fia, nagyszülő és

barát mindenféle hovatartozásra és korosztályra tekintet nélkül megértheti és átélheti Kodály üzenetét: „Legyen a zene mindenkié... Mi a magunk lábán akarunk állni, és az egész világ kultúrájából azt akarjuk felszívni, ami nekünk használ, ami minket táplál, erősít. Amiből megtanuljuk a magunk lényegét minél teljesebben kifejezni.”

Már el is indultak a Rakoncásokat nemsokára kiegészítő, „Túl a vízen” nevet viselő felnőtt kóruspróbák, az érdeklődők és a csatlakozni vágyók keressék az elérhetőségeiket a Rakoncások és az Impro zenei műhely hivatalos honlapjain és Facebook-oldalán.

Uri Krisztina

A Rakoncások együttes nagy létszámú gyereksapatának szárnyaló hangja betöltötte az Apáczai Csere János Művelődési Ház udvarán a nagyszínpadot a Solymári Búcsú második napján.

GYÁSZFELDOLGOZÓ ÖNSEGÍTŐ CSOPORT indul gyászolók számára 2015 novemberében az Ezüstkor Szociális Gondozó Központban.

Szeretettel várjuk azokat a gyászolókat, akik szívesen veszik a sorstárscsoport segítségét. Elfogadó, megértő, támogató légkörben kaphatnak segítséget gyászukban, körvonalazódhat a továbblépés lehetősége. A találkozások kéthetente, csütörtökönként 18–20 óráig lesznek, összesen 12 alkalommal.

Az első alkalom nyitott, utána a csoport zárttá válik.

A csoportot Cserey Kinga és Benkő Rita gyászcsoporthoz vezető és mentálhigiénés szakemberek vezetik.

Jelentkezni lehet a (26) 361-930-as vagy
a (30) 464-0513-as telefonszámon
az Ezüstkor Szociális Gondozó Központban.

„Egymásra mindig számíthatunk”

Hétvégén a Balatonon megnyerték a magyar bajnokságot, és ezzel kvalifikálták magukat az Olimpiára. Egy éve tudnak párost alkotni, korosztályilag most érték össze. Külön-külön jelentős sikereket értek el, Balázs sokszoros magyar bajnok és ranglista első helyezett, Európa-bajnok ötödik és világbajnok ötödik helyezett. Solymári otthonukban a rengeteg kupa el sem fér a szekrényen, polcokon, édesanyjuk, Alexandra mutatja a zsúfolásig éremmel telt dobozt.

– Néhány napos koruktól hajón nevelkedtek, mivel volt egy családi hajó. Később úgy alakult, hogy egy nyári vitorlástáborban kiválasztották, tehetségkutató versenyen felfedezték őket, majd 8 éves korukra leigazolt versenyzők lettek Balatonfüzfőn, jelenleg a Spartacusnál vannak – meséli Laci, az édesapa fiaik kezdeti indulását a sikerhez vezető úton.

– **Az edzés miből áll, hogyan lehet jól felkészülni?**

– A vitorlázás Magyarországon nem egy ismert sportág. Van egy fizikális felkészülési program az állóképességre: kar-hát, mélyhát izom, speciális program, ami miatt szárazföldi konditerembe járunk – veszi át a szót a nagyobbik fiú, Balázs. – A vízen való tréninget edzővel gyakoroljuk, ami hajóvezetésből, vitorla fel- és lehúzásból áll, ezt akár ezerszer is gyakoroljuk, és vannak rajtgyakorlatok és sebességedzések, amihez már több hajó is kell. A versenyen sok minden fejben dől el, szükséges a gyors reakcióidő, érezni kell a víz áramlását még a tavakon is, és azt, hogy éppen hátrálatnak vagy segítenek. Hetente minimum öt-hat edzésre van szükség.

– **Balázs 20 éves, Zsombor 17 és fél. Egész kicsi kortól párhuzamosan sportoltatok a tanulás mellett. Hogy sikerült ezt megoldani?**

– Balázs a Testnevelési Egyetemre jár, jómagam – mondja Zsombi – gimnazista vagyok. Szeretnék én is felvételizni, majd a távolabbi jövőben edzősködni. Igaz, tapasztalatainkkal most is sokat segítünk a fiatalabb korosztálynak. Szüleink mindenben támogatnak:

mikor külön versenyeztünk, különböző helyszíneken, egyikük Földvár, másik Fűre vett minket, de elkísértek minket a világ minden pontjára, pedig volt, hogy pár nap alatt egy kerítés mögül csupán egy lehűtött vizet tudtak a kezünkbe nyomni, annyira elfogultak voltunk. Most, hogy lassan egy éve párost alkothatunk a versenyzésben, még inkább úgy hisszük, a jó együttműködés még több sikert hoz majd.

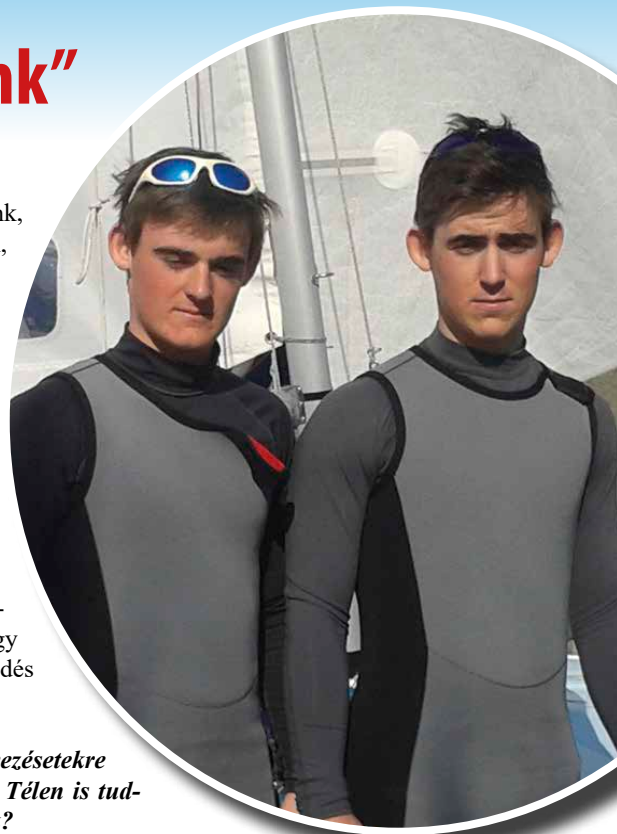
– **A nyári vb ötödik helyezésekre felfigyelt az egész ország. Télen is tudtok edzeni, mik a céljaitok?**

– Sajnos egy kicsit mostohábbak a körülményeink, mint a korunkbeli külföldi sportolóknak, pedig a világ legjobbjait kellene edzeni, hogy egymáshoz tudjunk gyorsulni. Nem tudunk eljutni Új-Zélandra, Ausztráliába, sem Miami, ám minden péntek délután, sulit után már a Balatonon vitorlázunk vagy edzünk. Támogatókat keresünk, mert jó kis páros a mienk. A sport megtanított minket küzdeni, és arra, hogy kitűzött céljainkat elérjük, egymásra mindig számíthatunk. Természetesen az olimpiai részvétel lenne a végső cél.

– **Ha épp nem a vízen vagytok, mivel kapcsolódtok ki? Melyik versenyzési hely a legkedvesebb számotokra?**

– Sporttal! – válaszolják egyszerre a testvérek. – Kerékpártúrákon veszünk részt, az új hobbi pedig a sziklamászás. A korunkbeli srácoknak is azt üzenjük, számítógépezés helyett válasszák a friss levegőt, a mozgást. A legklasszabb hely a legutóbbi sikerünk helyszíne, Thessaloniki.

Farkas Éva



Gyapjas Balázs és Gyapjas Zsombor a thessaloniki 470-es világbajnokságon az előkelő ötödik helyet érték el. Sikerük azért is bravúros, mert alig van lehetőségük nagy nemzetközi versenyekre eljutni.



Ismét jót játszottunk

Az előző évek pozitív tapasztalatai alapján ismét összefogtak az Óvoda – Solymár munkaközösségei. A kiválasztott téma a magyar kultúra erősítése volt a nevelési területeken keresztül, a gyermekek életkori sajátosságait figyelembe véve, az óvodai nevelés tartalmának bővítése a magyar kultúra szellemi és tárgyi alkotásaival, hogy a gyermekek olyan élményeket kapjanak, melyek a szülőföldhöz való érzelmi kötődést megalapozzák.

Az év vége közeledtével egy témahetet állítottunk össze, melynek keretében a gyerekek új élményeken keresztül ismerkedhettek meg a magyar kultúrával.

Kétfestő technikával kendőt készítettek, mely egy néptánchoz és egy népmeséhez is kötődött. A tánc koreográfiáját minden gyermek a saját csoportjában tanulta meg, majd a témahéten az igazi élmény az udvaron, a közel száz gyermek ösztáncával teljesedett ki. Meghívtuk a Hunyadi Mátyás Német Nemzetiségi Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola tanulóit, akik népi hangszereket és az azon való játékot mutatták be az óvodásoknak. A gyerekek ezeket meg is szólaltathatták, mely nagy örömet okozott számukra. A kiválasztott népmeséhez (Macskacó) bábbot is készíthettek a gyerekek. A népi játékok közül a pányvázást, az abronchajást, a kötélkarika-dobálást és a fatalicskázást próbálhatták ki. A mozgásos játékok keretében a zsákban futás és a falovaglás, valamint különböző akadályok leküzdése után „ágyugolyókkal” ostromolhatták meg a várat, majd a végén kitűzhették a zászlót.

Ez a sok új tevékenység, érdekes eszköz új szint vitt az óvodai életbe és bővítette a gyermekek ismereteit. A gyermekek lelkesedését látva döntöttük el, hogy a következő évben a „Solymári Hétprobával” folytatjuk a megkezdett munkát, mellyel kapcsolódunk a község 750 éves fennállása alkalmából rendezett ünnepsorozathoz.

A munkaközösség-vezetők



Októberi fényképnézegető

Kedves solymáriak!

Október 28-án (szerdán) délután 4 órától 6 óráig szeretettel várunk mindenkit a solymári művelődési házba, a tanterembe (az iroda mellett).

A korábban összegyűjtött, de még nem azonosított képeket vetítjük ki, hátha valaki felismeri rokonát, szomszédját, vagy talán saját magát.

Szeretnénk még további képeket összegyűjteni az utókoraknak, ezért kérjük, akinek a tulajdonában van régi családi, vagy solymári vonatkozású fénykép, hozza magával.

A képek hátuljára kérjük ráírni, ki van rajta, mikor készült, ki adta a képet és hány darabot, mert a beszkennelés után szeretnénk hiánytalanul visszaadni a képeket a tulajdonosnak.

Elischné Draxler Erzsébet, Enczmann László



Kamerával a búcsúban

Szeptemberben ismét sikeres búcsút rendezett Solymár nagyközség. A négynapos ünnepen két színpadon összesen huszonhat produkció szórakoztatta a közönséget, sokféle műfajban. Ezenkívül sportrendezvények, gyermekprogramok várták az érdeklődőket. Az időjárás is kegyeibe fogadta a Solymári Búcsút, ami a látogatottságon is megmutatkozott, hiszen becslések szerint legalább hatezer ember fordult meg összesen a rendezvényen. A búcsú hangulatát fotóriporterünk, Kárpáti Zsuzsanna igyekezett megörökíteni.



Solymár Open

Kicsit barátságtalan idővel fogadott minket a búcsú szombat reggele, de ez sem riasztotta el a helyi teniszezőket a jelentkezéstől, így az eredeti menetrend szerint kezdődött hosszú évek kihagyása után a verseny. A két pályán egymás mellett, bár nem egymással küzdöttek a nők és a férfiak. A férfiaknál két csoportot kellett kialakítani a viszonylag magas nevezett létszám miatt (9 fő). Először a női győztesnek lehetett gratulálni Szekeres Zita személyében, aki Aradi Klárit és Tordainé Dózsa Ildikót utasította maga mögé. A férfi verseny nagyobb és több küzdelmet hozott, így csak késő délután sikerült bajnokot avatnunk Árvay Csaba személyében. Az ezüstérmes Kovács Tamás, míg a bronzot Dauner András harcolta ki.

Vasárnap szinte tökéletes időjárás mellett folytatódott a teniszkupa: négy vegyes és hat férfi páros (utóbbiak két csoportban) vágott neki a küzdelmeknek, így a bajnoki címhez három, illetve négy mérkőzés megnyerése jelentette a biztos utat. Először a vegyes párosban lehetett bajnokot avatni, mivel a Szekeres Zita – Fasang Márton páros, legyőzve három házaspárt, aranyérmes lett. Ezüstérmes lett a Tordainé Dózsa Ildikó – Tordai Miklós páros, míg a bronzot a Hermán Noémi – Marosvári Tamás duó nyakába akaszthatták. A férfi párosok versenyében némi meglepetésre apa-fiú győzelem született, miután a Hermán Ferenc – Hermán Benedek duó nem talált legyőzőre. Itt az ezüst a Jákfalvy Sándor – Eischbach Tibor pároshoz, a bronz pedig a Dr. Varga Árpád – Virág Gábor csapat nyakába kerülhetett. A versenyünkkel egy időben megrendezésre került U.S Open mérkőzései lehet, hogy színvonalasabbak voltak, de a mi versenyünk hangulata és időjárása sokkal barátságosabb volt, sőt a versenyzők korkülönbségében is biztosan felülmúltuk az amerikaiakat (több mint 50 év volt a legidősebb és a legfiatalabb között).

Ezúton is köszönetet kell mondanunk a művelődési háznak és a Solymári Településüzemeltetési Kft.-nek, melyek támogatták a verseny megrendezését. Reméljük, hogy az amatőr teniszverseny az átmeneti szünet után újra hosszú évekre a Solymári Búcsú stabil programjai közé fog tartozni.

Tordai Miklós



Az első helyezett vegyes páros



A női győztesek



Apa-fiú győzelem született a férfi párosban

Elisa-Bella
Alakformáló és szépség kozmetika
Solymár

Új vendégeinknek ajándék
Rádiófrekvenciás kezelés 5000 Ft értékben!

Szolgáltatások:

- Kavitációs zsírbontás
- Rádiófrekvenciás fogyasztás
- Gépi nyirokmasszázs
- Izomstimulálás
- IPL Nannolight Tartós szőrtelenítés
- Kristályos mikrodermabrázió
- Rádiófrekvenciás ráncaltalanítás
- Tű nélküli mezoterápia
- További arc-, és testkezelések megtalálhatóak az alábbi weboldalon:

www.elisa-bella.hu
Tel.: + 36 30 769 9213

Ajtófelújítás
BONTÁS NÉLKÜL

Beltéri és bejárati ajtók

- ✓ Soha többé ajtófestés
- ✓ Akár 1 nap alatt
- ✓ Bontás és törmelék nélkül
- ✓ Precíz német technika
- ✓ Minőségi alapanyagok

PORTAS Partner Mester

+36 70/419-9000

www.ajtofelujitas-dunakanyar.hu
www.partnermester.portas.co.hu



Kedvenc élénkítő italaink

A mandarinok itala

A tea Kínából származik, kb. 3 000 éve ismert a cserje. Kezdetben csak Kína termesztette, majd a gyarmatosítások korában került Indiába, Ceylonba (Srí Lanka), Afrikába, napjainkban hatalmas ültetvényeken folyik a termesztése. Kínában a tea kezdetben gyógyszer, illetve a meditáció kísérője volt, majd a mandarinok és a császári udvar kiváltsága, később mindenki számára nélkülözhetetlen napi itallá vált. Viszont a teázást az angolok tették a világon népszerűvé, az ötórai tea az angoloktól elválaszthatatlan fogalom. Az angolok a fekete teára esküsznek, a kínaiak viszont a zöld teát részesítik előnyben.

Rákmegelőző hatás

A teák három fő típusa a fekete, a zöld és az oolong tea. A tealeveleket kézzel szedik, és ha fekete tea készül, akkor erjesztik-fermentálják, ha zöld tea, akkor pedig hevítik, gőzölik, majd szárítják a leveleket. Az oolong tea a kettő között van félúton, ennek készítésekor rövid fermentáció után szárítják a leveleket. A tealevelek polifenolokat, vitaminokat (C-, B-, E- és K-vitamin), koffeint, ásványi anyagokat (magnézium, mangán, kálium, fluorid) és flavonokat tartalmaznak – mindezeknek fontos szerepe van az egészségmegőrzésben. Különösen a polifenolok csoportjába tartozó katechinről mutatták ki, hogy rákmegelőző hatású, ezt a zöld tea tartalmazza a legnagyobb mennyiségben. A legtöbb értékes anyag a zöld teában marad, ezért ez nem pusztán élvezeti szer, hanem gyógynövény, a leginkább egészséges tea ebből készül.

Évszázados kultusz

A kávé eredetéről fogalmunk sincs, mindenféle legenda létezik, ami biztos, hogy (1 000 éve? Krisztus előtt már?) az arab világból indult a kávézás, náluk évszázados kultusza és szertartása van a kávéfőzésnek. Két cserjefajta adja a kávétermést, az egyik a robuszta, a másik az arabika. Az előbbi cserjéi jóval igénytelenebbek, több termést hoznak, viszont a robuszta íze

kesernyésebb az arab kávéénál, ezért olcsóbb, és alacsonyabb rendűnek is tekintik. Az arabika savtartalma alacsonyabb, aromája finomabb, erősebb, és kevesebb koffeint tartalmaz a robusztánál. Persze a kávé minőségét meghatározza a feldolgozás, szárítás, pörkölés is. Egy csésze kávé 40–80 mg koffeint tartalmaz, jól ismert élénkítő hatása mellett ellazítja a hörgőket, növeli a gyomorsavtermelést, gyorsítja az anyagcserét, és vízhajtó hatása is van. Egyre több adat igazolja, hogy a rendszeres kávéfogyasztásnak védő hatása lehet májrák, májcirrózis, Parkinson-kór és 2. típusú cukorbetegség ellen is. A kávé az egyik legfontosabb antioxidáns-forrás (flavonoidok, kumarinok, klorogénsav, kinasav, stb.). Ezek a vegyületek megvédik a sejtekben lévő DNS-t, a lipideket és a proteinek a szabad gyökök által okozott oxidációtól.

Vagyis napi két-három csésze kávé és/vagy zöld tea a javunkra szolgál, biztosan nem ártalmas, úgyhogy bátran igyuk, élvezzük, egészségünkre!

Dr. Taller Gabriella



Szerintem kevés olyan ember van a földön, aki nem kávézik vagy teázik. Rengeteg vizsgálat foglalkozik a teával és a kávéval: már megtudtuk róluk, hogy rákkeltőek, illetve védenek a rák ellen, hogy ártanak, illetve használnak a szív-érrendszernek, szóval mindent és az ellenkezőjét is leírták már. Mi lehet az igazság?



Az érzelmi intelligencia nemcsak a siker, de a boldogabb, harmonikusabb élet eléréséhez is hozzásegíthet. Ami pedig az igazi különlegessége, hogy az IQ-val ellentétben az EQ – az érzelmi intelligencia – folyamatosan fejleszthető.

Félig üres vagy félig tele?

Tanulható-e az optimizmus?

Lelkiismeret – a helyes mérce

Az önszabályozás körébe tartozik a megbízhatóság és a lelkiismeretesség. De mit jelent a lelkiismeretesség a hétköznapi életben? Akik ezzel a kompetenciával rendelkeznek, felelősséget vállalnak saját tetteikért, elvégzik, amit vállaltak, etikusan cselekszenek és képesek beismerni saját hibáikat. S lássuk be, ez utóbbi igazán kemény dió, érdemes rajta törni a fejünket, vagy csak megválaszolni pár egyszerű kérdést. Mit tartok a saját legjellemzőbb hibámnak? Mikor hibáztam, tévedtem legutóbb? Mikor kértem bocsánatot utólag?

A megbízhatóság értéke érezhetően csökkenőben van mostanában, a siker érdekében az etikusság feláldozható érték. Látszólag így van, hisz gyakran látjuk, hogy ami becsületes munkával nehezen megy, az megtévesztéssel, manipulációval könnyen elérhető, mégis téves ez a megközelítés. A megbízhatóság az alapja a hosszú távú kapcsolatoknak, legyen szó akár magánéletéről, akár munkáról, és bár kétségkívül lassabb út, de nagyot veszít, aki nem ezt az utat járja. Nemcsak a „lebukás” veszélyét kell vállalnia, ami nyilvánvalóan bekövetkezik, de a saját személyiségét is folyamatosan rombolja.

Az érzelmi kontroll megfelelő adagja

Az önkontroll – az önszabályozás másik eleme – abban segít, hogy kordában tartsuk a zavaró érzelmeinket és impulzusainkat. Azok, akik ezzel a kompetenciával rendelkeznek, jól kezelik impulzív, stresszkeltő érzelmeiket, nehéz pillanatokban is optimisták és összeszedettek, nyomás alatt is képesek tisztán gondolkodni és összpontosítani.

Önkontrollképesség szempontjából nagy különbségek lehetnek egyes emberek között: ismerünk olyanokat, akik könnyen elvesztik a fejüket és pánikba esnek, vagy épp dühkitöréssel reagálnak helyzetekre. Hogy hol és milyen indulati reakciókat adunk, személyiségfüggő – vannak, akik munkahelyen vagy nyilvános helyen erősen kontrollálják magukat, családi körben viszont teret engednek az indulatoknak. A gyenge önkontroll hátrányaival tiszt-

tában vagyunk, senki nem él – vagy dolgozik – együtt szívesen egy ajtócsapkodó, „hisztis” partnerrel.

Az is veszélyes azonban, ha túl erős az önkontrollunk és nem tudjuk a helyzetekhez igazítva kezelni érzelmi fékeinket, mert egy folyamatos belső feszültség alakulhat ki, ami pszichoszomatikus megbetegedésekhez is vezethet. Nemcsak az számít azonban, milyen erős önkontrollképességgel rendelkezünk, a kontrollfunkció rugalmassága legalább annyira fontos. Mit is jelent ez? Optimális esetben képesek vagyunk egyes helyzetekben nagyon összeszedettek lenni, és kordában tartani érzelmeinket, míg máskor – ha a helyzet megengedi – lazítani is tudunk, ezáltal se munkahelyünk vagy emberi kapcsolataink, se egészségünk nem kerül veszélybe.

Tanult optimizmus

Az érzelmi kontroll körébe tartozik az optimizmus-pesszimizmus, amely egy mélyen rögzült – genetikai és szocializációs tényezők által is befolyásolt – személyiségvonás. A jó hír az, hogy az optimizmus felnőttkorban is fejleszthető, tanulható. A tanult optimizmus egy olyan viszonyulás, amelynek segítségével leküzdhetők a pesszimista gondolatok azáltal, hogy vitába szállunk velük és egy realisabb és optimistább gondolkodási stílust tanítunk meg magunknak, ami egy idő után automatizmussá válik. A figyelem fókuszának áthelyezése már önmagában is sokat segíthet: vegyük észre, ha valami jó történik velük, ne tekintsük természetesnek az örömeiket vagy a kedves gesztusokat. Ha minden este végiggondoljuk, mennyi jó dolog történt velünk azon a napon, akkor lassan azt is észrevehetjük, hogy milyen boldog életünk van.

A humor is hasznos segítőnk lehet egy pozitívabb gondolkodási stílus kialakításában. Egyszer feltették Charlie Chaplinnek is a címbeli kérdést, és ő néhány pillanatnyi gondolkodás után azt válaszolta: „A pohár nincs félig tele, és nem is félig üres, hanem pontosan kétszer akkora, mint amekkorának lennie kéne.”

Kovács Szilvia
(lelkiismeretek@gmail.com)



Honnan tudom, hogy gond van a gyerekemmel?

Meggyőződése, hogy minden anyuka a legjobbat szeretné gyermekének. De szülőként sokszor nehezen igazodunk el a sok, különböző helyről hallott információ és vélemény között. Mit nevezünk „problémásnak”, mikor kérjük segítséget, mi lehet az oka a gyerek viselkedésének?

Krízisek és démonok

Vannak könnyebben és nehezebben kezelhető gyerekek, könnyebb és nehezebb élethelyzetek. Önmagában a gyerekkor különböző fejlődési szakaszai is magában hordozzák a kríziseket, minden korosztálynak megvannak a maga démonai. A gyerekek hihetetlen öngyógyítási képességekkel rendelkeznek, de van, hogy az ő raktáraik is kimerülnek, és nem tudnak mit kezdeni a feszültséggel, szorongással, vagy éppen egy új élethelyzettel. Nem minden pszichés tünet kíván azonnali pszichológusi beavatkozást, de ennek eldöntése viszont nem mindig egyszerű feladat. A gyerekek még nem tudnak rálátni saját érzelmi állapotukra, nem feltétlen szólnak, ha nem érzik jól magukat lelkileg. Helyette a viselkedés, a test és az érzelmi reakciók beszélnek.

Beszédes álmok

A leggyakrabban előforduló pszichés tünetek a tikkelés, üritési zavarok, alvással, táplálkozással összefüggő tünetek, agresszív viselkedés, túlzott szorongás, beilleszkedési zavarok, hangulati problémák. De emellett beszédes lehet a gyerek egy-egy álma, vagy éppen szerepjátékai forgatókönyve is.

Ha szülőként úgy érezzük, hogy gyerekünk hangulata és/vagy viselkedése megváltozott, érdemes minél alaposabban körüljárni, hogy mi lehet a háttérben. Figyeljünk oda rájuk, értsük meg a világukat, és segítsünk nekik a problémák megoldásában, mert egyedül még nem feltétlen képesek erre. Ha elakadunk, bátran kérjük szakember segítségét.

*Hermán Noémi
klinikai szakpszichológus, gyermekterapeuta
(hermannnoemi@gmail.com)*



Az anyatej fejése, tárolása

▶ Gyakran találkozom azzal a helyzettel, hogy a nemrég szült édesanyák időt szánnak a fejésre, holott egyáltalán nem biztos, hogy szükség van rá. Ha egy egészséges, időre született kisbaba szopási igénye nincs korlátozva, akkor a legtöbb esetben az édesanyának nincs szüksége mellszívóra. Néhány esetben viszont valóban érdemes egy megfelelő készüléket beszerezni, illetve szakember segítségével elsajátítani a kézi fejés fortélyait. Ilyen helyzet az, amikor a kisbaba koraszülött, vagy veleszületett betegsége van; ha az édesanya és a baba valamilyen komplikáció miatt el vannak választva; ha az anya viszonylag korán visszamegy dolgozni, vagy az anyatejet szívesen adja olyan anyukának, anyatejgyűjtőnek, ahol szükség lehet rá. Ezenkívül ritkán előfordulhat az is, hogy a tejtermelés megindulásához van szükség fejésre, vagy mellgyulladás miatt. A tejmennyiség fenntartása érdekében akkor célszerű ezt a módszert alkalmazni, ha a kisbaba nem tud hatékonyan szopni, illetve ha az édesanyának olyan specifikus gyógyszert kell szednie, ami miatt a csecsemő átmenetileg nem szoptatható.

A lefejt anyatejet csak tiszta, szorosan záró csavaros edényben, vagy erre kialakított pohárban, zacskóban lehet tárolni. Hűtőszekrényben legfeljebb 48 órát tartható valamelyik polc hátsó részén, de ha tudjuk, hogy egyelőre nem fogjuk felhasználni, akkor minél előbb tegyük be dátummal ellátva a fagyaszttóba. Az egy tárolóedénybe szánt mennyiség eléréseig (ez lehet akár 60 ml, vagy 120 ml) 24 órán belül hozzáadható a már szintén lehűtött, de később fejt anyatej. Mindig a legkorábban fagyasztott tejet használjuk fel először. Az anyatej biztonságos felolvasztása a rendelkezésre álló időtől függően történhet úgy, hogy az edényt hideg, majd fokozatosan meleg víz sugar alá tartjuk, vagy meleg vizes edénybe állítjuk. Ha reggel kivesszük a fagyaszttóból, de várhatóan csak este lesz rá szükség, akkor a fagyaszttóból a hűtőszekrénybe helyezzük át. A felmelegített tejet enyhén meg kell rázni, hogy a hőmérséklet és a különvált zsír is egyenletes legyen benne. A megfelelő fogyasztási hőmérsékletet csuklóra cseppentéssel lehet ellenőrizni. Lehetőség szerint ne olvassunk mikrohullámú sütőben, szobahőmérsékleten, a baktériumok elszaporodásának megelőzése érdekében. A felolvasztott anyatej 24 óráig tárolható hűtőben. A már használt cumisüvegben maradt, olvasztott és felmelegített tejet legfeljebb egy órán belül adhatjuk oda a kisbabának.

Homor Márta védőnő (homormarti@gmail.com)

Solymári tűzoltók Wüstenrotban

Timo Wolf wüstenroti polgármester és Hans Mühlmann tűzoltóparancsnok meghívására szeptemberben Wüstenrotban jártunk.

Péntek délután szerencsésen megérkeztünk Wüstenrotba, majd rövid szusszanást követően meglátogattuk szertárunkban a következő napra készülődő tűzoltó kollégákat, és megcsodáltuk remek járműveiket és felszereléseiket. A napot egy jó hangulatú vacsorával egybekötött ismerkedéssel zártuk.

Szombaton felkerestük a közeli, 120 000 lakosú Heilbron hivatásos tűzoltóságát. Végigkalauzoltak bennünket a teljes tűzörségen, megnézhattuk a szakfelszerelések felülvizsgálatára, karbantartására szolgáló helyiségeket, valamint a vizsga- és ellenőrző pályákat, ahol a hivatásos és önkéntes tűzoltók évente számot adnak felkészültségükről és fizikai állapotukról. Ez feltétele a teljes körű riaszthatóságuknak.

Ezek után több mint negyven (!) tűzoltójárművet néztünk végig. Ezek közül a rendszeresen vonuló szerek átlagéletkora kevesebb mint öt év volt. A járművektől nehezen tudtunk elszakadni, de hátravolt még a műveletirányítási terület megtekintése. Ebben az épületrészben fogadják a környékről a 112-es segélykérő telefonszámra érkező hívásokat, és innen történik a beavatkozások, segítségnyújtások teljes körű irányítása is. Tűzoltók és mentősök egyidejűleg teljesítenek szolgálatot.

Szombaton este rendezték három új tűzoltó gépjármű hivatalos átadását: ünnepélyes keretek között adták át a gépezetes tololétrát, a nehéz terepviszonyok között is bevezethető gépjárműfecskendőt, és a kisebb káreseteknél alkalmazott könnyű mentőszert. Ezzel Wüstenrot életében is nagyon jelentős fejlesztést sikerült lezárniuk

a helyi önkéntes tűzoltóságnál, a beruházás közel egymillió euróból valósult meg.

Vasárnap a nyitott kapuk napja volt a wüstenroti falugazdánál és az önkéntes tűzoltóknál, és hetedik alkalommal került megrendezésre a Wüstenroti Energianap. Ez utóbbi keretében adták át az I-Pont Energiacentrumot. Kora délután szép élményekkel és tapasztalatokkal gazdagodva indultunk haza. Bízunk benne, hogy látogatásunkkal tovább építettük a partnerkap-

csolatot, egy újabb kapcsolódási pontot teremtve a két település között.

Ezúton szeretnénk köszönetet mondani azoknak, akik elősegítették az utazásunkat. Külön köszönet Solymár Nagyközség Önkormányzatának, Dr. Sente Kálmán polgármesternek, a solymári német nemzetiségi önkormányzatnak, és Marlokné Cservényi Magdolnának.

A solymári önkéntes tűzoltók



Fotó: Kárpáti Szuzsanna

Rendőrök, polgárőrök és közterület-felügyelő várták egyik nap az iskolához érkező szülők autóját. Az iskola mellett elvileg csak addig lehet várakozni, amíg a gyermekek kiszállnak az autóból, ám egyes szülők időnként meghosszabbítják ezt addig, míg gyermeküket bekísérik az épületbe. Nem is lenne ezzel baj, ha egyrészt nem ütközne a közlekedési szabályokba, másrészt nem foglalnák el a helyet a többi szülő elől, akik már nem tudnak hol megállni. Nem „pörögnek” a parkolóhelyek, pedig a szabályozásnak ez lenne a célja.

Szeptemberben akciót szerveztek a helyi közbiztonságért felelős szervezetek, hogy jelenlétükkel segítsék a közlekedési szabályok betartását. Az iskolába gyerekeiket bekísérő szülőket arra kérték, hogy másutt, kicsit messzebb parkoljanak, mert az ő gyerekeik így is biztonságban lesznek, hiszen a szülői felügyelet biztosított számukra.

Több szülő kérte, hogy legyenek rendszeresek az ilyen akciók, mert jelentősen megkönnyítik a gyermekek iskolába szállítását. Erre nincs kapacitás, de időnként lesznek hasonló akciók – tájékoztatta lapunkat Takácsné Nagy Eszter polgármesteri tanácsadó.

K. L..

Solymár Nagyközség Önkormányzata Képviselő-testületének határozatai

51/2015. (V. 27.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy indulni kíván a nemzetgazdasági miniszter által kiírt „A gyermekéktetés feltételeit javító fejlesztések támogatására” című pályázaton. A fejlesztés helye az Óvoda – Solymár intézmény (hrsz. 1417/21.) tálalókönyhájának felújítása.

A pályázathoz szükséges maximum 1 500 000 Ft saját erőt a költségvetés fejlesztési tartalékkerete terhére biztosítja.

52/2015. (V. 27.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy a költségvetési szervek belső kontrollrendszeréről és belső ellenőrzésről szóló 370/2011. (XII. 31.) Korm. rendelet alapján a 2014. évi éves belső ellenőrzési jelentést jóváhagyja.

53/2015. (V. 27.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy 2015. január 1. napjától 2015. december 31. napjáig fenntartja a helyi személyszállítási közszolgáltatást Solymár nagyközség közigazgatási területén. A képviselő-testület felhatalmazza a polgármestert, hogy a helyi személyszállítási közszolgáltatás fenntartására kiírt pályázati felhívásra pályázatot nyújtson be és a szükséges nyilatkozatokat megtegye.

54/2015. (V. 27.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy a Wienerberger Zrt. bányászati (használati) jog rendezése iránti kérelme ügyében szakértőt bíz meg a Solymár, 0107/7 hrsz. alatt nyilvántartott, 163 634 m² területű, 28 AK értékű, kivett fásított terület és anyagbánya ingatlanl összefüggésben.

55/2015. (VI. 24.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy a Solymári Polgármesteri Hivatal – mellékletként szereplő – szervezeti és működési szabályzatát elfogadja.

56/2015. (VI. 24.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy a határozat mellékleteként csatolt köznevelési együttműködési keretmegállapodás-ter-

vezetet elfogadja, annak tartalmával egyetért.

57/2015. (VI. 24.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy a „Solymár 750” ünnepségsorozat előkészítő bizottság – mely munkáját a kibővített közművelődési bizottság keretében fogja végezni – tagjának megválasztja Jablonkay Máriát, a Helytörténeti Társaság tagját.

58/2015. (VI. 24.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy a „Solymár 750” ünnepségsorozat előkészítő bizottság – mely munkáját a kibővített közművelődési bizottság keretében fogja végezni – tagjának megválasztja Milbich Tamást, a Szépsolymár Alapítvány tagját.

59/2015. (VI. 24.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy a „Solymár 750” ünnepségsorozat előkészítő bizottság – mely munkáját a kibővített közművelődési bizottság keretében fogja végezni – tagjának megválasztja Földesi Jánost, a Solymári Polgárőr és Tűzoltó Egyesület tagját.

60/2015. (VI. 24.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy a „Solymár 750” ünnepségsorozat előkészítő bizottság – mely munkáját a kibővített közművelődési bizottság keretében fogja végezni – tagjának megválasztja Ércegyi Lászlót, az Apáczai Csere János Művelődési Ház dolgozóját.

61/2015. (VI. 24.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy az O. S. tulajdonában lévő, 3626 hrsz. alatt nyilvántartott, 3 133 m² nagyságú, szántó művelési águ ingatlant belterületbe vonja. A belterületbe vonás során felmerülő valamennyi költség a kérelmezőt terheli.

62/2015. (VI. 24.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy H. J. kérelmét nem támogatja. A Solymár, 672/9 hrsz. alatt nyilvántartott, kivett beépítetlen megnevezésű, 901 m² nagyságú ingatlan

értékesítésére a pályázatot jelen idő szerint nem írja ki.

63/2015. (VI. 24.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy V. J. ingatlanvételi kérelmét az 1096 hrsz. alatt vízfolyásra vonatkozó csapadékvíz-elvezetési terv hiányában nem támogatja. A területre vonatkozó terv készítésére a 2016. évi költségvetésben fedezetet biztosít. A csapadékvíz elvezetésére vonatkozó terv elkészítése után a területrendezést le kell zárni.

64/2015. (VI. 24.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy Solymár nagyközség településszerkezeti terve a Völgyzugoly Műhely Kft. által készített felülvizsgálatának munkaközi anyagát továbbtervezésre javasolja.

65/2015. (VI. 24.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy kezelésbe veszi a szennyvíztelepet megkerülő út kezelői lehatárolási tervdokumentációja (tervszám: 52.072/02) által meghatározott részeket.

A képviselő-testület felhatalmazza a polgármestert, hogy eljárjon a kezelői lehatárolási tervdokumentáció és a képviselő-testület határozata alapján.

66/2015. (VII. 2.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete a Párkány utca 1–5. számok előtti, tulajdonban lévő (hrsz. 204) közterület ár- és belvízvédelmi vízi létesít-

mény helyreállításához bruttó 2 000 000 Ft keretösszeget biztosít a beruházási keret terhére.

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy határozott, hogy vis maior támogatás címen támogatási igényt nyújt be a Belügyminisztériumhoz és felhatalmazza a polgármestert a benyújtott pályázat lebonyolítására és a kivitelezéshez szükséges megbízások, szerződések megkötésére.

Állami vis maior igény: 90% – 12 890 400 Ft, önrő: 10% – 1 432 279 Ft.

67/2015. (VII. 30.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy az Óvoda – Solymár gazdasági szervezetét 2015. augusztus 31-ei hatállyal megszünteti és átadja a gazdasági feladatokat a polgármesteri hivatal gazdasági egységének 2015. szeptember 1. napjától.

68/2015. (VII. 30.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy a Mese Óvodát fenntartó Mozgás Egészség Sport Együtt Alapítvánnyal (2083 Solymár, Kápolna u. 9.) 2015. szeptember 1-jével a köznevelési megállapodás megkötését támogatja.

69/2015. (VII. 30.)

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy a Szivárvány Keresztény Óvodát fenntartó Szivárvány Keresztény Óvodáért Közhasznú Nonprofit Kft.-vel 2015. szeptember 1-jével a köznevelési megállapodás megkötését támogatja.



Házias ételekkel és frissen sült pizzákkal várjuk kedves vendégeinket éttermünkben!

Solymár, Terstyánszky u. 61.

Ételeinket friss alapanyagokból készítjük!
Hétvégi családi kedvezmény ételinkből helyben fogyasztva -15%!
 Rendezvényekre klimatizált különterem!
 Kívánságára pizzáinkat füstölt sajttal és/vagy vékony téstával is elkészítjük!

Rendelésfelvétel:
 H-Szo: 11.30–22.00, V: 11.30–20.00
(26) 360-929, (30) 335-5866

KÖZÉRDEKŰ INFORMÁCIÓK

VÉDŐNŐK Tel.: (26) 363-601

Tanácsadások: Tel.: (30) 639-8101

1. körzet: **Fáklya Renáta**
kedd: 12.00–16.00

2. körzet: **Gerendás Csilla**
péntek: 8.00–11.00

3. körzet: **Stipits Zita**
hétfő: 12.00–15.00

4. körzet: **Nagy Eszter**
kedd: 8.00–12.00

E-mail: vedono@solymar.hu

A körzetek jegyzéke a
solymarirendelo.hu oldalon
tekinthető meg.

Iskolavédőnő:

Tóth Anna szerda: 13.00–14.00
(„nagyiskola” I. emelet, orvosi szoba)

GYERMEKORVOSOK Tel.: (26) 360-239

Dr. Dávid Zoltán

hétfő, csütörtök: 8.30–11.00
kedd: 14.00–17.00
szerda: 16.00–18.00
péntek: 8.30–11.00

Tanácsadás:

szerda: 14.00–16.00
csütörtök: 11.00–12.00

Dr. Nagy-Szakáll Zsuzsanna

hétfő: 14.00–17.00
kedd, szerda: 8.30–11.00
csütörtök: 16.00–18.00
péntek: 14.00–16.00

Tanácsadás:

szerda: 11.00–12.00
csütörtök: 14.00–16.00

FELNŐTT HÁZIORVOSOK Tel.: (26) 360-290

**Dr. Nagy János /
Dr. Bartus Beáta** Tel.: 361-479

hétfő, csütörtök: 14.00–18.00
kedd, szerda: 8.00–11.00
péntek: 8.00–11.00
IV., VIII., XII. hónapban 15.00–18.30

Dr. Szabó Éva Tel.: 362-406

hétfő, csütörtök: 7.30–11.30
kedd: 14.30–18.30
szerda: 10.00–14.00
péntek: 7.30–11.00
I., V., IX. hónapban 15.00–18.30

Dr. Taller Gabriella Tel.: 362-410

hétfő, kedd: 13.00–17.00
szerda: 7.30–11.30
csütörtök: 15.00–18.30
péntek: 7.30–10.30
II., VI., X. hónapban 15.00–18.30

Dr. Virág Zsolt Tel.: 362-410

hétfő, kedd: 7.30–11.00
szerda: 14.30–18.30
csütörtök: 7.30–11.00
péntek: 12.00–15.00
III., VII., XI. hónapban 15.00–18.30

A fenti telefonszámok csak rendelési időben hívhatóak!

ORVOSI ÜGYELET

Tel.: (26) 330-188; (26) 330-360; 104

Országos Mentőszolgálat Pilisvörösvári Állomása – 2085 Pilisvörösvár, Fő út 130.
Ügyeleti idő: hétfőtől csütörtökig naponta 19–7 óráig, péntek 19 órától hétfő 7 óráig.

FOGORVOSOK

**Társadalombiztosító által
finanszírozott I. körzet**

Dr. Tamás Hilda fogszakorvos

2083 Solymár, Törökkút u. 22.
Bejelentkezés: (26) 360-058

hétfő, szerda: 10.00–14.00
kedd, csütörtök: 16.00–21.00
péntek: iskolafogászat

FELNŐTT- ÉS GYERMEKFOGÁSZAT,
FOGSZÁBÁLYZÁS-SZAKRENDELÉS
IMPLANTÁCIÓ, Panoráma és Cephalo röntgen
Magánrendelés megbeszélés szerint.

**Társadalombiztosító által
finanszírozott II. körzet**

Dr. Bajzi Irma fogszakorvos

2083 Solymár, Györgyliget u. 3.
Telefon: (26) 360-284

hétfő, szerda: 12.00–18.00
kedd, csütörtök: 8.00–14.00
péntek: 8.00–13.00

SÜRGŐSSÉGI ELLÁTÁS:

kedd, csütörtök: 17.00–19.00

SZAKRENDELÉSEK

Fül-orr-gégészlet:

Dr. Taller Gabriella

hétfő: 7.30–10.00

Bejelentkezés alapján! Tel.: (26) 362-410
(A doktornő összes rendelési idejében!)

Szemészet:

Dr. Kálmán Kinga

kedd: 14.00–18.00

Reumatológia:

Dr. Szakmári Mária Magdolna

kedd: 8.00–13.00

(előjegyzésre, orvosi beutalóval)

Fizioterápiás kezelések:

Somogyiné Klócz Gitta

hétfő, szerda: 11.00–19.00

csütörtök: 7.00–14.00

péntek: 7.00–13.00

Telefon: (30) 512-8408

ÁLLATORVOS

Hatósági feladatokra jogosult állatorvos

Dr. Molnár Attila Tel.: (30) 984-6692;
(26) 360-919

Ifj. Dr. Molnár Attila Tel.: (30) 964-2160
2083 Solymár, Terstyánszky u. 23. – Pilisvörösvári u. 17. (saroképület)

hétfő, péntek: 17.00–19.00
kedd, csütörtök: 14.00–19.00
szombat: 9.00–12.00

Egyéb időpontokban ügyelet: (30) 964-2160

RENDŐRSÉG 107 KÖRZETI MEGBÍZOTTAK

2083 Solymár, Pilisvörösvári u. 4.
Ladó György Tel.: (70) 605-5369
Apáti Szabolcs Tel.: (30) 699-3566

KÖZÉRDEKŰ BEJELENTÉSEK

Solymár területéről ingyenesen
hívható zöld szám
(80) 204-100

TŰZOLTÓSÁG 105 SOLYMÁRI ÖNKÉNTESOK

A solymári önkéntes tűzoltóság
éjjel-nappal hívható telefonszáma:
(30) 934-7103

POLGÁRMESTERI HIVATAL

2083 Solymár, József Attila u. 1.
Tel.: (26) 560-600, fax: (26) 560-606
E-mail: info@solymar.hu

KÖZTERÜLET- FELÜGYELET

Szabó Viktor Tel.: (30) 905-4653
A fenti telefonszám
csak munkaidőben hívható!

SOLYMÁRI POLGÁRŐRSÉG

A polgárőrség 0–24 óráig hívható
telefonszáma:
(20) 445-4663

Fül-orr-gégészeti magánrendelés

Dr. Taller Gabriella

2083 Solymár, Orgona u. 13.

kedd: 18.00–20.00-ig,
csütörtök: 8.00–10.00-ig,
illetve megbeszélés alapján

**Bejelentkezés:
(20) 922-1680**

Dr. Dorozsmai Szonja
fogorvos,
fogszabályozó szakorvos
Solymár, József Attila u. 53.

**Bejelentkezés
a (30) 603-7003-as
telefonszámon**

Patay Nikolett
gyógytornász

Solymár, Törökút u. 24.

**Bejelentkezés:
(30) 495-9506**

www.gyogytorna-centrum.hu

Magánállatorvosi rendelő

dr. Bíró Ferenc
kisállatgyógyász szakállatorvos
2083 Solymár, Terstyánszky u.

PEMŰ üzlet sor 1. üzlet
**Tel.: (26) 361-189
(30) 200-3445**

mikrochip-beültetés

Rendelési idő:

hétfő:	de.: 9–12	du.: 15–19
kedd:	de.: 9–12	du.: 15–19
szerda:	de.: 9–12	du.: 15–19
csütörtök:	de.: 9–12	du.: 15–19
péntek:	de.: 9–12	du.: 15–19
szombat:	de.: 9–12	du.: 15–19
vasárnap:		du.: 17–18



GYÓGYÁSZATI ÉS
EGÉSZSÉG BOLT

**Lúdtalpbetét
készítése egyedi
méretek alapján
számítógépes
talpvizsgálattal**



Cím: Solymár, Vasút u. 62.
Tel: 70-3399322
Nyitva tartás: H – P: 11–18, Sz: 8–12
www.gyogyzasizsakbalt.hu

Dr. Szabó Éva
üzemorvosi rendelés

2083 Solymár, Rákóczi u. 2.

hétfő: 15.00–16.30
csütörtök: 14.00–15.30

Dr. Vajda Adrienne

bőrgyógyász – kozmetológus
klinikai onkológus,
patológus szakorvos

Klasszikus bőrgyógyászati,
bőronkológiai vizsgálat és ellátás,
anyajegyek fotódokumentálása,
tetoválások lézeres eltávolítása

Rendelés minden szerdán
17–19 óráig

Cím:
Solymár, Terstyánszky út 48.
Bejelentkezés: (20) 981-8647



GYÓGYÁSZATI ÉS
EGÉSZSÉG BOLT

Solymár
70-3399322

www.gyogyzasizsakbalt.hu

Dr. Csekeő Marianne
fogszakorvos

Felnőtt- és gyerekrendelés
PANORÁMARÖNTGEN

**Bejelentkezés:
(30) 230-9090, (26) 361-091**
www.sportdental-fogaszat.hu

Hugi szépségfarm

Solymár, Mátyás kir. út 91.
www.hugiszepefarm.hu

Kozmetika:

Némedi Anikó (20) 932-0825
Termékek: Belnatur, Charlotte Meentzen
(gyógynövényes natúrkozmetikum)

Manikűr-pedikűr- műköröm:

Peer Barbara (30) 474-9871

Műköröm:

Kerti Ágnes: (30) 857-9328

Fodrász:

Bölcskei Bernadett (30) 551-1471
Sándor Gábor (70) 376-7372

Jóga

az Apáczai Csere János
Művelődési Házban
Solymár, Templom tér 25.
Minden kedden 9.00–10.30-ig

Tel.: (30) 402-4657

www.imperialdental.hu



Kedves Solymári lakosok!

*Dr. Baráth Gábor solymári lakos, fogszakorvos
vagyok. Fogászati implantátumok beültetésével
foglalkozom. Rendelőmben a Déli pu.-nál 400 nm-
en fogadjuk pácienseinket. Áraink kedvezőek!*

Solymári lakosoknak

10% kedvezményt adunk az
implantátumok árából!

*Ingyenes állapotfelmérés, kezelési terv és
áránlat készítés!*

Azonnali fix fogak titán implantátumra!

Elérhetőségek:

Mobil: 0630-9244-087

Telefon: 061-225-00-55/56/48

Email: info@imperialdental.hu

Cím: 1013 Budapest, Krisztina krt. 39/B.





GYÓGYÁSZATI ÉS
EGÉSZSÉG BOLT

Vérnyomásmérő hitelesítés!



Cím: Solymár, Vasút u. 62.
Tel: 70-3399322
Nytva tartás: H – P: 11-18, Szo: 8-12
www.gyogyszatizsakbolt.hu

Parkettázás, festés-mázolás,
gipszkartonozás, ablakok
javítása, szigetelése,
kapuk és kerítések gyártása,
bútormozgatással, takarítással,
garanciával. Fakivágás.
Tel.: (30) 463-5014

Kárpótlási jegyet veszek!

Tel.: (26) 332-253

Speedfitness

- 20 perc alatt 1,5-2 órányi izommunka,
- feszebb test,
- egyszerű, gyors fogyás és alakulás,
- megoldás hátfájásra és inkontinenciás panaszokra,
- minden edzés személyi edzés

Nytva tartás: bejelentkezésre

Fitlife Stúdió

Solymár, József Attila u. 16.
Tel.: (30) 915-9390

Jóga

A kortalan test titka

Helyszín:

Fitlife Stúdió

Solymár, József Attila u. 16.

Időpontok:

kedd: 18.30

csüt.: 9.00 és 18.30

További információk:

(30) 915-9390

Kiadó

üzlethelyiségek
36–50 nm-ig,
eladó minőségi
és kiadó lakás!

Solymár, Várhegy utca 1.

Tel.: (20) 922-9290

TV-JAVÍTÁS!

Címbejelentés az önkormányzat
ügyfélszolgálatán,
a Templom téri iparcikkboltban
és a (30) 952-9324-es telefonon.
Somogyi László tv-szerelő

SZÁMÍTÓGÉP- javítás otthonában

Telefon:

(20) 988-5147

www.computerfix.hu

Gépi földmunka szállítással.

Bobcat, árokásás,
sávalap, tereprendezés.

TÚZIFA ELADÓ!

Prolub Bt.

(70) 517-5758

Solymári

ÁCS, BADOLOS TETŐFEDŐ

Javítástól az új tetőig!

www.tetoking.hu

Kőművesmunkát és
szerkezetépítést is vállalunk.

Tel.: (30) 924-2690

KÉZI AUTÓMOSÓ

Solymár, Mátyás király út 45.
az Opel Vektor udvarában
Nytva tartás H-P: 7–17 SZ: 7–14

AKCIÓ

Külső autómosás: 1 290 Ft
Külső-belső takarítás: 2 850 Ft

Bejelentkezés
a (30) 906-9146-os
telefonszámon
(éjjel-nappal hívható)

Autókárpit-tisztítás, polírozás,
piperetakarítás korszerű
technológiával,
KEDVEZŐ ÁRON!



Dr. Vecsésy Zsuzsanna ügyvéd

szakterületek: öröklési jog, családjog, házassági
vagyonjog, ingatlanjog, követeléskezelés,
gazdasági jog, társasági jog
szerződések, peres képviselet, cégképviselet

Ügyfélfogadás telefonos időpont-egyeztetés szerint

Telefon: (20) 369-0366

2083 Solymár, Marczibányi u. 18.

zsvecsesy@t-online.hu

„ÁCSI” VEGYESIPARCIKK BOLT

Solymár, Templom tér 3. (64-es busz végállomása)

Telefon: (26) 360-245 Nyitva: H-P: 8–17-ig, Szo: 7.30–12.30-ig

Ajánlatunk:

Asztalterítők, impregnált vászonterítő és
viaszosvásznak nagy választékban.

Papír-írószer, bojleralkatrészek, környezetbarát
tisztítószer: mosószóda, ecetes tisztító, szódabikarbóna,
citromsav, stb., gombalemegek nagy választékban.

Szolgáltatásaink:

óralemcseré (órán, távszabályzóban, kapunyitóban, stb.), óraszíjcsere,
láncfűrész-láncélezés, szerszám nyelése, élezése, tintapátron és toner
töltése, bélyegző készítése. Hához szállítást megbeszélés alapján vállalunk.
Az emeleten méterárubolt.

Kiadó lakás

igényes környezetben,
40 nm-es lakás reális áron
hosszú távra kiadó.

Érd.: (30) 577-6780

VIRÁGZÓ CSEREPES

DÍSZNÖVÉNYEK

széles választékban!

Solymár, Sport u. 50.

DUGULÁSELHÁRÍTÁS

Ne bontson, hívjon!

WC-k, mosogatók,
padlóösszefolyók,
mosdók, csatornák
szakszerű tisztítása,
javítása.

Mindennap garanciával,
nyugdíjaskedvezményel.

**Kamerás
hibamegállapítás!**

TÓTH LÁSZLÓ

Tel.: (20) 342-9064

Ruhajavítás

olcsón, gyorsan, precízen

Ruhavarrás

méretre, hozott anyagból

Igény szerint házhoz is megyek.

Időpont-egyeztetésért hívjon!

Toldiné Antal Réka

Tel.: (20) 453-6157

Solymár központi részén 300 négyzetökö (1 187 nm-es)
telken 2 lakásos családi ház emeleti, 108 nm-es,
3 szobás, összkomfortos lakása (75 nm-es tetőtér-
beépítési lehetőséggel) eladó. Irányár: 23,9 M Ft.

Érdeklődni: (70) 339-9322



Csillagszem OPTIKA

Solymár, Mátyás király út 22.

(Polgármesteri Hivattal szemben, a kis udvarban, az állateledeles mellett)

06 26 362-381, 06 30 429-8-478 Nyitva tartás: h-p:10-18

Kiemelt partnerünk a solymári gyógyszertár, mert szívügyünk az egészség!

KOMPLETT SZEMÜVEG

9.999.-

(Keret + rétegelt lencse + munkadíj)

PRÉMIUM KATEGÓRIÁJÚ

MULTIFOKÁLIS LENCSEK

**25-50%-os
árengedménnyel!**

Erzsébet Utalványt, Egészségkártyát, bankkártyát, SZÉP kártyát elfogadunk!

FAVÁGÁS ALPINISTA TECHNIKÁVAL



Veszélyes fák
kivágása,
lombkorona-
alakítás.

Solymári
vállalkozó,
sok éves
tapasztalattal,
garancia
vállalással

(20) 234 18 28

Lakatosmunkák

Korlát, vasrács, biztonsági ajtó,
lépcső, kapu, kerítés és egyéb
acélszerkezetek tervezése,
készítése, festéssel, horganyzással.

Tel.: (30) 527-2516



KÖNYVKÖTÉSZET
SOLYMÁRON

Megtalálható:
a Rákóczi utca végén, a
Mercedes-szerviz bejáratával
szemben.

Tel.: (26) 361-739

Mobil: (30) 251-9288

Békési Éva
férfi és női szabó
**méretre igazítás,
alakítás, javítás**

Tel.: (70) 367-59-59

2083 Solymár, Pilisvörösvári u. 18.
Az Aranykorona étteremmel szemben.

DIEGO®

HŰVÖSVÖLGY

1021 BUDAPEST,
HŰVÖSVÖLGYI ÚT 138.

STOP-SHOP

BEVÁSÁRLÓKÖZPONT

TEL: 398-8108



- SZŐNYEG
- PVC
- PADLÓSZŐNYEG
- LAMINÁLT PADLÓ
- LAKÁSTEXTIL
- TAPÉTA
- TAPÉTALÁMPA

– **KAROSSZÉRIA JAVÍTÁS,**
biztosítási ügyintézés,
kárfelvétel

– **WALKER, BOSAL, MTS
KIPUFGÓRENDSZEREK**

minden gépjárműtípushoz
– Univerzális **katalizátorok,**
flexibilis csövek
forgalmazása és szerelése
garanciával!

SIKLÓ ANTAL

karosszérialakatos mester

Solymár, Árpád u.6.

Tel.: (26) 361-163

(30) 942-1699

Számítás- és biztonságtechnika



2083 Solymár, Terstyánszky út 44.
(az Aranykorona étterem bejáratával szemben)

**Ha lassú a laptopja
cseréje winchesterét SSD-re,
minimum 3x
gyorsabb lesz!**



Nyitva tartás :

kedd: 14.00–18.00
szerda: 14.00–18.00
csütörtök: 14.00–18.00
péntek: 14.00–18.00
szombat: zárva

Elérhetőség:

+36 (26) 360-432

www.p-norton.hu

Gumiszerelőt
azonnali kezdéssel,
hosszú távra is keresünk
pilisvörösvári szervizünkbe.
Gyakorlat vagy szakirányú
(autószerelői) tapasztalat
előnyt jelent.

Kérem a szakmai önéletrajzot
a goliatgumi@goliatgumi.hu
e-mail címre küldeni.

Tel.: (30) 606-5921

**Hal Leonard Guitar Method
GITÁROKTATÁS
MINDENKINEK!**

Tokodi József

(30) 858-6151

**Középiskolai matematika
tanárnő nagy gyakorlattal
érettségire felkészítést,
korrepetálást vállal
Solymáron.**

Érd.: (20) 401-5498

**Solymári
kertészek
vállalnak**

- kertépítést,
- rendszeres kertfenntartást,
- gyepszőnyegezést,
- automata öntözőrendszerek
építését,
- térburkolást

www.kertepites-solymar.hu

Tel.: (20) 513-0561

Facebook: Fiori Kert Kft.
Helyi lakos.

**Elektromotorok
tekerceselése**



Fűnyírók, kerti
és medence
vízszivattyúk
teljes körű
javítása

Pilisvörösváron!

Tel.: (20) 951-7961

web:www.kruppelektro.hu

Almádi panorámás külterületén
1 600 nm-es telken épült, 67 nm-es,
háromszintes, szerkezetkész
házam solymári házra cserélem,
vagy eladom fele készpénz,
fele életjáradékra.

Tel.: (20) 999-3604

**Anyanyelvi
SPANYOLTanár**
Nyelvórák minden szinten
zomborybusi@gmail.com
(20) 828 0444

**Köztisztasági és településtisztasági
szolgáltató cég nagykovácsi
telephelyére
gépjárművezető
munkatársat keres.**

Elvárások: C kategóriás jogosítvány,
megbízhatóság, önálló munkavégzés.

Előnyök: gépkezelői jogosítvány,
GKI igazolvány, C+E kategóriás
jogosítvány, lakóhely Nagykovácsi
vonzáskörzetében.

A fényképes szakmai önéletrajzokat
az info@jager.hu e-mail címre kérjük.



**MUNKATÁRSAKAT
KERESÜNK!**

A PEMÜ Műanyagipari Zrt. felvételt hirdet
gépkezelő (operátor) munkakörbe

betanított munkára, három műszakos munkarendbe,
azonnali kezdéssel.

A dolgozókat busz szállítja mind a három műszakban!

A jelentkezők önéletrajzát a 2083 Solymár, Terstyánszky út 89. címre,
vagy a t.saborita@pemu.hu e-mail címre várjuk.

Érdeklődni az alábbi telefonszámon lehet: (26) 561-200/331-es mellék

**Testi-lelki kínokra gyógyír
KINEZIOLÓGIÁVAL!**

**Jámor Tímea Zsanett
(20) 264-7709**

**Keresünk takarítónőt
Solymár külterületében,
Hutweide körzetében,
heti 1-2 alkalomra.**

Tel.: (30) 961-7576

A Pesthidegkúti Waldorf Iskola
(1028 Bp., Kossuth L. u. 15-17.)
délutáni műszakra 8 órá
takarítót keres azonnali
kezdéssel.

Fényképes önéletrajzokat várjuk
postán vagy az info@pewi.hu címen.

**Tanárnő hétvégenként
gyermekmegőrzést,
takarítást, vasalást vállal.**

Érd.: (20) 590-7993

Éva virágüzlet

Lakótelepi üzletünket átmenetileg szüneteltetjük.

**A Templom téri üzletünkben várjuk kedves
vásárlóinkat a hét minden napján.**

hétfő-csütörtök: 7.30–17.00, péntek: 7.00–17.00
szombat: 7.00–13.00, vasárnap: 8.00–12.00

Tel.: (26) 361-802, (30) 346-2735

evavirag@gmail.com

Probléma van a látásával?

*Jöjjön el hozzánk,
segítünk!*



Írisz Optika
A szemrevaló!

Nyitva tartás: H-P: 10.00–17.30, Szo: 9.30–12.30

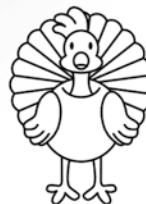
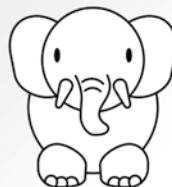
SOLYMÁR – VÁRHEGY ÜZLETHÁZ

Solymár, Mátyás király u. 11.

Tel.: (26) 363-488, (20) 218-4844

Szemészet

Gyerek és felnőtt
szemészeti magánrendelés kórházi és műtéti háttérrel



Rendelés időpontja előzetes bejelentkezés alapján:
kedd 15:00–18:00

2094 Nagykovácsi, Kolozsvár tér 8.

BEJELENTKEZÉS:

mobil: +36 20 3936 007 • email: szemfenszemeszet@gmail.com

www.szemfenszemeszet.hu



Az Immo 1 Ingatlaniroda legjobb ajánlatai!

1. Hihetetlen jó vétel Solymár közepén, akár 2 generációs családi ház 200 nm-es, 1 650 nm-es hatalmas telken, amelyből egy építési telek gond nélkül leválasztható, 59,9 M Ft
2. Solymár Kerek-hegy 140 nm-es újszerű, nappali + 4 háló könnyűszerkezetes ház, 550 nm-es teljesen sík telken, közel a kék buszhoz, 34,9 M Ft
3. Solymár tradicionális utcájában, 900 nm-es szép telken, konyha-étkező nappali + 4 háló, családi ház, külön kis apartman résszel, 44,9 M Ft
4. Építési telek Hutveide kapujában, 980 nm, 19 m széles, kb. 51 m utcafronttal, bontandó kis faházzal 12,9 M Ft
5. Solymár Kerek-hegy, 1 000 nm-es telken 300 nm-es ház, konyha étkező, nappali, + 3 háló-szobával, mindegyiknek saját fürdőszobája van, dupla garázzsal, belső medencével, irányár: 73 M Ft

Ha eladó ingatlan van, vagy ha Solymáron keres otthont, szeretettel várjuk a Templom téren, az Immo1 ingatlanirodában!

Franchise partner
Immo1 Franchise Hálózat
Solymári Ingatlaniroda

DUKÁT TEODÓRA (70) 967-6186
e-mail: dukat.teodora@immo1.hu



Kesztyűsné Andrea
ingatlanközvetítő

Mobil: (20) 966-9212

www.kekmadringatlan.hu



Kesztyűs Gábor

okl. építésmérnök, okl. szigetelő szakmérnök,
energetikai szakértő, ügyvezető

Mobil: (20) 924-6653

HŰTŐGÉPJAVÍTÁS

garanciával, hétvégén is.

Nyugdíjasoknak kedvezmény.

Klímaszerelés, karbantartás.

Tel.: (20) 348-6218

KÖNYVELÉS

Egyéni és társas vállalkozások
teljes körű könyvelése és
bérszámfejtése,
valamint magánszemélyek SZJA-
bevallásának elkészítése.

Tel.: (20) 463-9358

TELJES KÖRŰ TEMETKEZÉSI SZOLGÁLTATÁS

TEMETÉSI KELLÉKEK
ÁRUSÍTÁSA ÉS
KÓRHÁZI ÜGYINTÉZÉS

TEMETÉSFELVÉTEL
ERZSIKE



HAGYOMÁNYOS,
URNÁS ÉS SZÓRÁSOS
TEMETÉS

IRODÁINK:

PILISVÖRÖSVÁR, FŐ ÚT 73.

/RENDŐRSÉGGEL SZEMBEN/

SOLYMÁR, JÓZSEF A. U. 2/A

/ÖNKORMÁNYZATTAL SZEMBEN/

PILISVÖRÖSVÁR, PILISSZENTIVÁN,
SOLYMÁR, ÜRÖM, PILISSZÁNTÓ,
PILISBOROSJENŐ, PILISCABA,
PILISSZENTKERESZT, TINNYE,
POMÁZ, KISKOVÁCSI

NYITVA TARTÁS:

H – P 8 – 16
SZOMBATON MEG-
BESZÉLÉS SZERINT

TELEFONSZÁM:

06 30 / 884 0205

06 30 / 982 5113

ÜGYELET 0-24h

06 30 / 986 5639

06 20 / 365 5343



Már közel két éve, hogy Solymáron megnyitott a
minőségi termelői borokat forgalmazó Borháló üzlet,
aminek a tulajdonosával beszélgettünk.

Miért pont bor? Mióta foglalkozol borral?

Szőlész-borász családba születtem Budakeszin, ahol élek, a mai napig 6 hektáron gazdálkodunk. Már gyerekkoromban sokat jártam ki a szőlőbe nyaranta a szüleimmel és természetesen a szüreti munkákból is kivettem a részem. Így szinte természetes volt számomra, hogy tanulmányaimat is ez irányba folytatom és én is szőlész-borász szakmérnök leszek.

Honnan jött az ötlet, hogy Solymáron nyiss egy borüzletet?

Saját elhatározás volt, mert úgy gondoltam, hogy egy ilyen jó adottságokkal rendelkező községben igény lehet országosan elismert borászok által készített minőségi folyóborokat árusító üzletre.

Nem idegenkednek a PET palackos kiszereleéstől a vásárlók?

Azt kell mondjam, hogy nem. Ha elmegyünk egy borvidékre és meglátogatunk egy borászt, akitől a kóstoló után vennénk pár liter bort, ő sem fogja a bort azonnal üvegpalackba lepalackozni, hanem kiméri, általában PET palackba vagy kannába. A vásárlók tudják, hogy a Borháló üzletben ellenőrzött termelők ellenőrzött fajtáit kapják nagyon jó ár érték arányban, nagyobb kiszereleésben. A borok többnyire 1,5 literes

üvegpalackban, 2 literes PET palackban vagy 3 literes Bag in Box kiszereleésben kerülnek a polcokra. Ez utóbbi egy nagyon praktikus kis csappal ellátott papírdobozos kiszereleés, amiben egy hő- és fényvédő fóliában van a bor.

Mik a tapasztalataid a helyi borfogyasztási kultúráról?

Alapvetően azt látom, hogy létezik az a kulturált borkedvelő közösség Solymáron és környékén, akik szeretik a jó borokat, legyen szó alkalmi vagy hétköznapi borfogyasztásról. Szoktam tartani borkóstolókat, borvacsorákat, amiket vagy én vagy meghívott borász tart, és azt látom, hogy minden alkalommal szép számmal jelentkezik, mert szeretnek az itteni emberek jókat enni és jó borokat inni.

Mit vársz az idei szürettől, milyen lesz a termés?

Jó idő volt eddig, ki ne emlékezne a nyári nagy hősegekre, ami megtette a hatását. Ez azt jelenti, hogy idén szép egészséges szőlőt szüretelünk, aminek jó lesz a minősége csak a súlya kisebb lesz a fürtöknek és a savak is szerényebbek lesznek, mert a melegben azok egy része „eléggett”.



Borháló
BORKERESKEDÉS

Minőségi folyóbor
kereskedés Solymáron
A központban,
a Magnet Bank mellett

NYITVATARTÁS

Hétfő: 13:00 - 18:00

Kedd-Péntek: 10:00 - 18:30

Szombat: 8:00 - 14:00

Vasárnap: Zárva

www.borhalo.com/solymar

2083 Solymár Várhegy u. 1.

Tel: 30/33-11-799

solymar@borhalo.com

Nálunk más a mérték



Ütésálló és vékonyított lencsék

-30%

Az akció 2015. szeptember 1-től visszavonásig tart.
Komplett szemüveg vásárlása esetén érvényes.
Részletek az üzletben.

+ INGYENES LÁTÁSVIZSGÁLATTAL!

REZSNÁK OPTIKA SOLYMÁR: 26/330-314
 Nyitva tartás: hétfő - péntek: 10-18 óráig • www.rezsnakoptika.hu
Terstyánszky és Széles utca sarok

REJTVÉNY

Megfejtés:

a számjegyekkel jelölt kockákban lévő betűk
összekeverve egy új solymári rendezvény nevét
adják ki, németes írással.

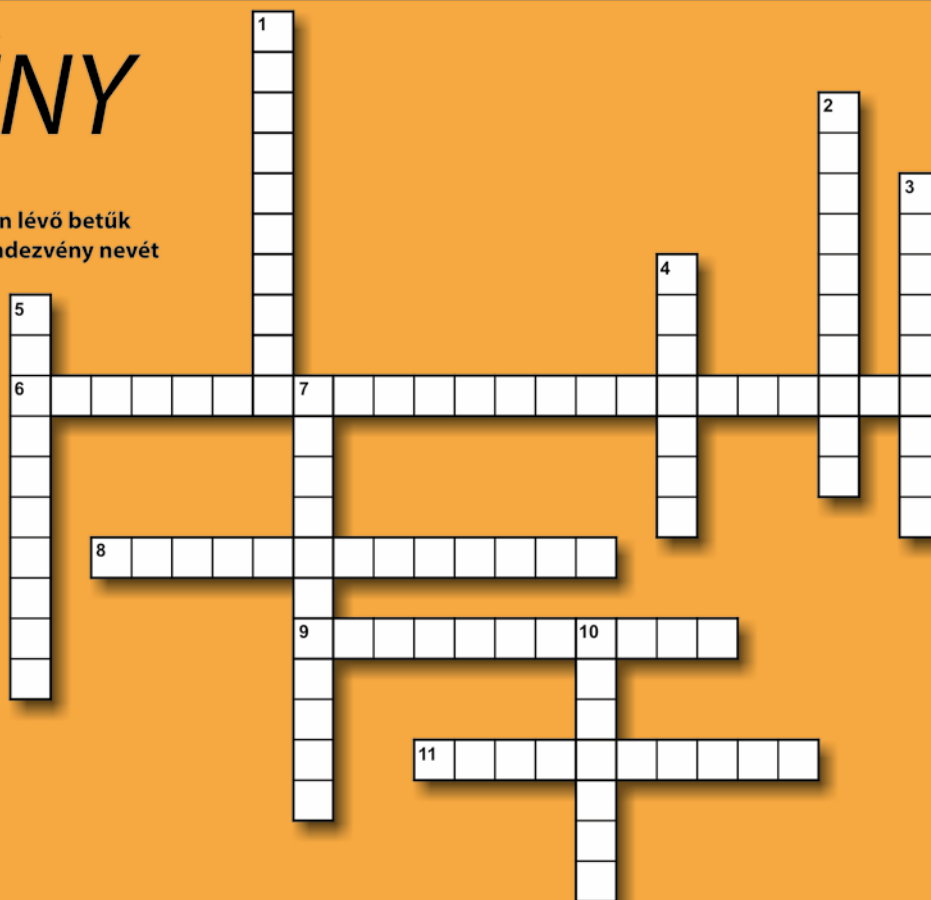
(Előző havi rejtvényünk
megfejtése: Bauernhaus.)

KERESZTBEN

- 6. Jegyzői feladat
- 8. Mértékegység
- 9. Engedetlen
- 11. Anakonda

HOSSZÁBAN

- 1. Bútor
- 2. Technikai sport
- 3. Város és focicsapat
- 4. Iskolai rend
- 5. Természeti csapás
- 6. Elcsavargott
- 10. Magyar fejedelem





SCHAUMARER Oktoberfest

HOZZA ÉS A FAL IS SZEP LEBELEN!



2015. október 16–18. | Solymár, Templom tér

Péntek:

18.00–20.00 *Schaumarer Musikanten*

20.00–02.00 *GEMINI* együttes

Szombat:

16.00–17.30 *Bajor táncház*

17.30–18.00 *Általános iskola tánccsoportja*

18.00–18.30 *Herbstrosen tánccsoport*

19.30–02.00 *Ungarndeutsche Jungs*

Vasárnap:

11.00–13.00 *Zwickl Polka Party*

14.00–20.00 *Zenés morzsaparti*

Favágóverseny, női–férfi sörivőverseny!

Tombola pénteken és szombaton is!

OKTÓBER 16–18.