

Solymári Hírmondó

2019. ÁPRILIS

Havonta megjelenő ingyenes magazin



KIOSZTOTTÁK A DIÁKKITÜNTETÉSEKET

Három solymári fiatal részesült elismerésben

KORSZERŰSÍTIK A KÖZVILÁGÍTÁST

Új, olcsóbb LED lámpák
világíthatják meg a közterületeket

ÚJ VEZETŐ A HELYTÖRTÉNETI GYŰJTEMÉNY ÉLÉN

Digitalizálják a gyűjteményt

A magazin online is elérhető a www.solymarihirmondo.hu weboldalon.





ÁPRILIS 27.,
SZOMBAT, 16 ÓRA
MŰVELŐDÉSI HÁZ

HANGVERSENY

a Solymári Férfikórus
megalakulásának
50. évfordulója
alkalmából

50 ÉV, 50 KÉP

fotókiállítás
a Solymári Férfikórus
történetéről

A program díjmentesen látogatható!



ÁPRILIS 28.,
VASÁRNAP, 17 ÓRA
MŰVELŐDÉSI HÁZ

GENERALI ELSŐSEGÉLY PROGRAM

Vendégünk: MÁRKUS DÁVID,
szenvedélyes esélyadó,
a használható elsősegély
oktatója

Az előadás során a résztvevők
elsajátítják az újraélesztés alapjait és
az oktatás végén elsősegély
kiskönyvet kapnak.

A program díjmentesen látogatható,
de regisztrációhoz kötött, e-mail:
info@apaczaizs.com.



SÖR

Az 1516-os Reinheitsgebot (bajor sörtisztasági törvény) jegyében

MÁJUS 3.,
PÉNTEK, 19 ÓRA
MŰVELŐDÉSI HÁZ

DIE PITZBUBEN zenekar

MÁJUS 4.,
SZOMBAT, 16 ÓRA
MŰVELŐDÉSI HÁZ

MONDSCHIN KAPALLE

Bajor tánc ház
Siebenschritt Tanzgruppe
Dirndl szépségverseny
Sörívó és sörörő versenyek

A program díjmentesen látogatható!



Az 1948-as forradalomra és szabadságharcra emlékeztek a solymáriak az Apáczai Csere János Művelődési Ház színháztermében. Gaal Gergely, a Rákóczi Emlékév Testület elnöke mondott beszédet. (5. oldal)



Februártól dr. Tóth Piroska Anna, PhD. a Dr. Jablonkay István Helytörténeti Gyűjtemény vezetője. Elődje, Jablonkay Mária nyugdíjba vonult, de tanácsadóként továbbra is segíti a gyűjteményt. (6. oldal)



A tűzoltók mostanra „belakták” az épületet. Földesi János tűzoltóparancsnok kíséretében jártuk be a szertárt, és közben beszélgettünk az önkéntes tűzoltóságról, eszközeikről, a vonulásokról. (8. oldal)

Önkormányzati hírek	4. oldal
Számít ránk a vén Európa	5. oldal
Új vezető a helytörténeti gyűjtemény élén	6. oldal
Segíteni a bajbajutottaknak	8. oldal
Különleges solymári babák	10. oldal
A Nemzeti Galériában jártunk	12. oldal
Német vers- és prózamondó verseny	
Törökbálinton	13. oldal
Hulladékmentes mindennapok	14. oldal
A tenispálya árnyékos oldala	15. oldal
Szeméthyegyek a konténerek mellett	16. oldal
Nyílt levél	17. oldal
Ördögi jó barlangtúrák	
a Solymári-Ördöglyuk barlangban	18. oldal
A cselekedetek fontosabbak	
az érzelmeinknél	19. oldal
Sokféleképpen lehetsz jó anya	20. oldal
A kudarc a legnagyobb tanítómester	21. oldal
Közérdekű információk	22. oldal
Határozatok	23. oldal

Solymári Hírmondó – Schaumarer Postbote



A Magyar Örökség díjas Cédus Táncgyűttes a március 15-i ünnepségen
(Fotó: Klementina Press)

Hirdetésszervezés: (26) 631-895, (30) 199-0879 | uzemeltetes@solymarert.hu
Terjesztési reklamáció: (70) 670-8058 | ferenc.hirvonalt@gmail.com

Főszerkesztő: Kleer László – Rovatvezető: Kovács Szilvia – Fotó: Klementina Press – Felső 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 tiszteletben tartása mellett szerkesztjük, stilizáljuk, szükség esetén rövidítjük. Kéziratot és fotót nem őrzünk meg, és nem küldünk vissza.

Önkormányzati hírek

Elkészült

a Koppány Márton utcai támfal

A Koppány Márton utca vis maior támogatással helyreállított támfal és az alatta lévő útszakasz felújítása befejeződött. Az érintett útszakaszt átadták a forgalomnak, de még kisebb utómunkálatok (korlátfestés, autóbejárók igazítása) hátravannak, ezért dr. Sente Kálmán polgármester óvatosságra intette az arra közlekedőket az önkormányzati képviselő-testület ülésén.

Folytatódik

a Munkás utca felújítása

Az időjárás lehetővé tette, hogy a kivitelezők felvonuljanak az utcában, és elkezdjék az útburkolat felújítását. A polgármester arról adott tájékoztatást, hogy a munkálatok körülbelül másfél hónapot vesznek igénybe.

Garanciális hibák

a Solymárra vezető úton

A Nemzeti Infrastruktúra Zrt. szervezésében garanciális bejárást tartottak a 1106-os úton. Ez az út köti össze a solymári vasútállomást az Auchan Áruháznál lévő körforgalommal. Itt már több ízben megsúlylyedt az út, amit ideiglenesen kijavítottak, de a hiba rendre megismétlődik. A szakértők talajmechanikai okokat állapítottak meg. Feltehetően ismét felbontják a töltés felőli árkot, és egy 6 méter mély szikkasztóval próbálják a felgyülemelő vizet elvezetni. Részben az útalapot is újjáépítik és a rézsút is megerősítik – tudtuk meg a bejáráson résztvevő polgármestertől.

Korszerűsítik a közvilágítást

A solymári települési önkormányzat képviselő-testülete arról döntött, hogy a Magyar Nemzeti Vagyonkezelő Zrt. irányítása alatt álló Nemzeti Energiagazdálkodási Zrt. (NEG Zrt.) által javasolt ESCO (Energy Serving Company) konstrukció keretében korszerűsítik a település közvilágítását. A jelenlegi közvilágítási fényforrásokat LED lámpákra cserélik, és így jelentős megtakarítást érhetnek el. A konstrukció lényege, hogy az önkormányzat a szolgáltatást oly módon vásárolja meg, hogy a beruházás

költségét a fogyasztáscsökkenésből fennmaradó megtakarítás terhére finanszírozza. Ez a megoldás nem terheli az önkormányzat költségvetését. A NEG Zrt. a tervezéstől a megvalósításon át a hosszú távú fenntartást is biztosítja, amelyért az önkormányzat ESCO díjat fizet. Ez a díj fedezi a NEG Zrt. működési kiadásait. A szerződés lejártát követően az önkormányzat realizálja az energiadíj-csökkenés összegét.

Ez a konstrukció a számítások szerint éves szinten többletköltséget nem okoz. A beruházás során semmilyen önkormányzati önrész, kezesi vagy egyéb mögöttes felelősséget, vagy kötelezettségvállalást nem igényel, ugyanis a konstrukciót a Magyar Fejlesztési Bank Zrt. előfinanszírozza.

Változott

a közműbevezetés díja

A települési önkormányzat képviselő-testületének döntése alapján változott a közmű üzemeltetési hozzájárulás díja. Azoknak az ingatlan tulajdonosoknak, akikhez ezután vezet be a csatornát azoknak, 400 ezer forintot kell fizetniük érdekeltségi egységenként, ez a vállalkozásoknak 500 ezer forintba kerül. Részletfizetési díjról a későbbiekben dönt a testület.

Pályázati támogatás

A Madách utcai üregbeszakadás helyreállítására a Belügyminisztériumhoz benyújtott vis maior pályázaton Solymár 5,3 millió forint támogatást nyert. A Pilisvörösvári pincebeszakadást szintén a BM támogatásával hozzák helyre még a tavaszi hónapokban.

Pályázat a Solymári Hírmondó szerkesztésére

A Solymári Hírmondó jelenlegi főszerkesztőjének nyugdíjba vonulása miatt az önkormányzat pályázatot írt ki a tisztség betöltésére. Az új főszerkesztőnek júniustól kell a község lapját szerkesztenie.

Manninger emlékmű

A települési önkormányzat, a német nemzetiségi önkormányzat és a Manninger Miklós Táncművészeti Alapítvány kérésére engedélyezte, hogy a Hunyadi Mátyás általános iskola „A” épületének udvarán emlékművet állítsanak néhai Manninger Miklós koreográfus és néptáncban emlékére. Az önkormányzat 200 ezer forinttal támogatja az emlékmű létesítését.

Vesztségmentesítés

A vadon élő állatokban előforduló vesztség felszámolásának hatékony módja a rókák immunizálása, amelynek során a rókák számára vesztségvakcinát juttatnak az élőhelyükre.

A rókákat nem azért látjuk lakott területen, mert veszettek, hanem táplálékot keresnek. Az állattal való közvetlen kontaktust kerülni kell. Az egészséges róka nem engedi közel magához az embert. Zajra, például tapsra elmenekül. Kellő távolságból hívjuk fel magunkra a figyelmet, majd adjunk időt az állatnak, hogy észrevegyen minket és elmeneküljön.

Ha azonban úgy ítéli meg, a róka nem egészséges, vagy a vesztség tüneteit mutatja, esetleg a tetemét találja meg, értesítse a helyileg illetékes állategészségügyi hatóságot, vagy hívja a NÉBIH zöldszámát: 06 80 263 244!

A rókákat, akár egészségesnek tűnnek, akár betegnek, tilos megfogni!

Bővebb tájékoztatás: a <http://www.vesztsegmentesites.hu> weboldalon.





Számít ránk a vén Európa

Az 1948-as forradalomra és szabadságharcra emlékeztek a solymáriak az Apáczai Cse-re János Művelődési Ház színháztermében. Gaal Gergely, a Rákóczi Emlékév Testület elnöke mondott beszédet. Az ünnepi műsorban közreműködtek a Cédus Táncegyüttes és a Hunyadi Mátyás Általános Iskola 3.a osztályos tanulói.

Gaal Gergely ünnepi beszédében hangsúlyozta, hogy a magyarok számára fontos a múlt ismerete, és az sem ritka, hogy egy-egy történelmi súlyú személyiség tevékenységének megítéléséről heves viták folynak. Egy közösség jövőjét építeni csakis a múlt szilárd alapján lehet. Legfontosabb ünnepeink a szabadságharcokhoz kapcsolódnak. A magyarságnak mindig megvolt az

igénye arra, hogy saját elképzelése szerint alakítsa életét. Ezért nemzeti önállóságunk csonkítása vagy annak kísérlete mindig kiváltotta a nemzet összefogását. A függetlenségünket korlátozó hatalmak közös jellemzője volt, hogy kényelmetlen volt számukra a magyarság önálló karaktere, nem akarták, hogy saját elképzeléseink szerint alakítsuk a sorsunkat. A szónok kitért arra

is, hogy a magyarok küzdelmei az igazságtalan elnyomók ellen kivívta a világ jobb érzésű részének elismerését.

Gaal Gergely beszédének második részében az Európai Unióval kapcsolatos aktuálpolitikai nézeteit osztotta meg hallgatóságával. Beszélt a keresztényüldözésről, a bevándorlás veszélyeiről, a nyílt társadalom híveiről, akik nem tisztelik nemzetünk hagyomá-

nyait, hőseit, történelmét, akik számára eltörölendő az ezeréves magyar keresztény állam – alapította meg.

Végül az európai uniós választásokon való részvételre buzdított, majd beszédét így fejezte be: „Talpra magyar, ma is hív a haza, számít ránk a vén Európa!”

K.L.

Fotó: Klementina Press



Önkormányzati díjak solymári fiataloknak

Dr. Szentkláray Ferenc alpolgármester a községi március 15-i ünnepségen adta át Solymár Nagyközség Önkormányzatának ifjúsági díjait. Solymár Kiváló Tanulója díjat Mester Dóra, Solymár Kiváló Sportolója díjat Fülöp Eszter, az Ifjúsági Községi Munkáért díjat Kamuti Laura vehette át.

(Fotó: Klementina Press)



Mester Dóra, Fülöp Eszter és Kamuti Laura

Sérült gyermekek támogatása

A Csodatücsök Alapítvány 8 éve támogatja a Solymáron élő sérült gyermekeket és fiatalokat. Nagy örömünkre szolgál, hogy a helyi közösség egyre inkább szívügyének tekinti tagjaink sorsát.

Szeretettel köszöntjük támogatóink körében a Sütőklubot! Ezúton is szeretnénk megköszönni nekik a jelentős támogatást, amivel hozzájárultak működésünkhöz! Továbbá nagyon köszönjük a felajánlásokat egyéni támogatóinknak, a solymári cégeknek, illetve Solymár Nagyközség Önkormányzatának, akik évről évre segítik munkánkat!

Tisztelettel kérünk továbbá mindenkit, hogy ha teheti, gondoljon ránk az adó 1%-ának felajánlásával!

Adószámunk: 18137707-1-13

Bankszámlaszámunk: 65700062-10136795

Új vezető a helytörténeti gyűjtemény élén

Februártól dr. Tóth Piroska Anna a Dr. Jablonkay István Helytörténeti Gyűjtemény vezetője. Elődje, Jablonkay Mária nyugdíjba vonult, de tanácsadóként továbbra is segíti a gyűjteményt. Az új intézményvezetővel a terveiről beszélgettünk.

– *Milyen tervekkel vette át a gyűjtemény vezetését?*

– Napjaink nagy kihívása az ilyen jellegű intézmények számára, hogy a fiatalok érdeklődését is felkeltse. Erre a Néprajzi Múzeumban láttam jó példákat, ők a modern muzeológia úttörői közé tartoznak. A lényeg az, hogy a múzeum ne csak oktasson és bemutasson, hanem közösségi terré váljon.

– *Gondolom, még ismerkedik a gyűjteménnyel.*

– Igen, igyekszem alaposan feltérképezni az intézményt, hogy mi mindenünk van. Erre jó apropó, hogy indítunk egy digitalizációs programot, hogy a gyűjteményt ilyen módon is be tudjuk mutatni az érdeklődőknek. Az ehhez szükséges speciális programot már beszereztük, éppen most is-

merkedem a kezelésével. A digitalizálás lehetőséget biztosít arra, hogy olyan tárgyak is megismerhetővé, láthatóvá váljanak, amelyek nem fértek be az állandó kiállításba, és jelenleg a padláson vagy dobozban találhatók.

– *Ez azt jelenti, hogy akár otthon, az interneten is megnézhetem a gyűjtemény tárgyait?*

– Igen, a program lehetőséget biztosít arra, hogy saját honlapunkon közzétegyük a tárgyak adatait, képeit és akár videókat is.

– *Korábban a gyűjtemény kiállításoknak, kulturális programoknak is otthont adott. Ezek a programok folytatódnak?*

– Természetesen, ami korábban bevált, az folytatódni fog. Éppen az április közepén nyíló mesterségek kiállítására készülünk.

Nemcsak a régi mesterségeket mutatjuk be, hanem a napjainkban dolgozó szobrászokat, hegedűkészítőket, aranyozókat, seprűkötőket is.

A német nemzetiséghez kötődő rendezvények egyre inkább a Svábházban zajlanak, a Művelődési Ház színes kulturális rendezvényeket kínál, így az ideális az lenne, ha mi a helytörténethez, a Solymáron élőkhez szorosabban kötődő programokat részesítenénk előnyben. De természetesen ez nem kizárólagos.

Feladatommak tekintem, hogy a nem tősgyökeres solymáriak kötődését segítsem. A helytörténeti gyűjtemény nemcsak a falu történetét mutatja be, hanem korábbi korokat is megelevenít, és ez összekötő lehet a Solymárra később beköltözők és a generációk óta itt élők között.

– *Az iskolával tervez együttműködést?*

– Szeretnék leülni az iskola vezetőivel, hogy alakítsunk ki közösen múzeumpedagógiai programokat a hon- és népismereti óra keretében. A gyerekek így megismerkedhetnek az itt őrzött kincseinkkel.

Óvodásoknak is tervezek programokat, őket leginkább a patika és a szatócsbolt érdekelheti. Számukra a kreatív foglalkozás nyújthat igazi élményt, ha vannak olyan tárgyaink, amelyeket kézbe vehetnek, megfoghatnak. A tapasztalat azt mutatja, hogy azok a gyerekek, akik megélik, hogy a múzeumban lenni jó, később sokkal nyitottabbak lesznek a környezetükre, a világra, különböző kultúrákra is.

– *Műszakilag hogy áll a gyűjtemény épülete?*

– A tető megújult, az rendben van, a tornácra egy lehullott vakolatdarab javítása folyik éppen. Szeretnék az udvart is füvesíteni, rendezettebbé tenni.

Kleer
(Fotó: Klementina Press)



Tóth Piroska Budapesten született, 1996-ban költözött szüleivel és három testvérével Solymárra. A család azonban már korábban is kötődött Solymárhoz, a szülők részt vettek az első Waldorf iskola alapításában. Piroska és testvérei a solymári községi művészeti iskolában vettek részt zenei oktatásban. A kilencvenes évek végén alakult Cédrus Táncegyütteshez is csatlakoztak.

Piroska később a gyermekcsoportok oktatásában is aktív szerepet vállalt. A Kék Óvodában és a Napsugár Óvodában is tart néptánc és népi játékok foglalkozást a kicsiknek.

Az ELTE néprajz szakán szerzett diplomát, tavaly vehette át doktori diplomáját.





Földesi János távollátóparancsnok

Segíteni a bajbajutottaknak

Tavaly októberben készült el önkormányzati beruházásban a solymári önkéntes tűzoltók szertára. A tűzoltók mostanra „belakták” az épületet. Földesi János tűzoltóparancsnok kíséretében jártuk be a szer-
tárt, és közben beszélgettünk az önkéntes tűzoltóságról, eszközeikről, a vonulásokról.

Aki házat emel, közösséget teremt

A parancsnok azzal kezdi, hogy nagyon szeretik az új szer-
tárt, ami nem meglepő annak ismeretében, hogy sokáig mostoha sorsuk volt jármű-
veiknek, eszközeiknek, amelyeket magáningatlanokon tároltak. Aki házat emel, közösséget teremt, és ez ebben az esetben abszolút érvényesült, mert egy összetartó, elkötelezett közösség van kialakulóban, mindenki magáénak érzi az épületet – mondja Földesi János.

Az új, kedvező körülményeknek köszönhetően az önkéntesek a korábbiaknál is nagyobb lelkesedéssel vesznek részt a számukra kötelező gyakorlatozásban, továbbképzéseken és a szer-
tár körüli teendők elvégzésében. Régebben néha el-
kelt egy kis noszogató, de ez már a múlté – osztja meg tapasztalatait a parancsnok.

Tanulják a kötéltechnikát

Az új szer-
tár hatására többen jelentkeztek önkén-
tesnek, 40 órás alapképzésük már a szer-
tár oktatótermében történt. Minden hónapban tartanak továbbképzéseket is, most éppen a kötélhasználat technikája lesz napirenden. A gyakorlatokat a tömlőszárító toronyban tudják helyben elvégezni. Az elmúlt időszakban volt néhány eset, amikor a tűzoltóknak a mentéshez kötéltechnikát kellett használniuk. A speciális technika betanítását az ország egyik legjobb szakembere fogja vezetni.

A léggőpalackok használatát rendszeresen gyakorolják, hiszen a tűzoltónak az élete függhet attól, hogy készség szinten tudja kezelni ezt az eszközt. A solymári önkéntesek között van olyan, aki búvárként 40 méterig merülhet.

Riasztás kétféleképpen

A solymári csapat mintegy 30 főből áll, közülük tizenötön vonulnak káreseményekhez. Riasztás esetén négy tűzoltónak kell vonulnia, de legtöbb-



Az új épület

Bevetésre váró szerkocsik



szőr nyolcan is érkeznek egy-egy helyszínre. Az önkéntesek csaknem 90 százaléka polgárőr is, így nekik nem jelent nehézséget, ha közúti műszaki mentés esetén a forgalmat is irányítani kell.

A riasztás a fővárosi tűzoltóságtól érkezik SMS formájában, egy időben egyszerre több telefonszámra, és a rádióhálózaton keresztül szóban is kapnak riasztási közleményt. Ez azonban csak akkor történik, ha az önkéntesek előzetesen bejelentkeztek, hogy riasztható állapotban vannak, vagyis megfelelő eszközök és beavatkozásra kész tűzoltók állnak rendelkezésre.

Nem minden autós tiszteli a kékfényt

A tűzoltószertár elé, a közútra rövidesen jelzőlámpákat szerelnek, amelyek segítik a tűzoltóautók kihajtását a főútvonalra. Az eddigi tapasztalatok azt mutatják, hogy erre nagy szükség van, mert az autósok egy része nem engedi ki a megkülönböztetett jelzését használó tűzoltóautót, és ezáltal értékes időt veszítenek, ami tüzeseteknél meghatározó lehet, de akkor sem mindegy, hogy mikor érkeznek, ha valaki közúti baleset miatt a járművébe szorult, vagy nem tud kimenekülni az égő házból.

Prémium minőségű felszerelések

A solymári önkéntesek egyéni védőfelszerelése prémium minőségű, mert a jó felszerelés felér egy fél életbiztosítással – vallja Földesi János. Ugyanazt a ruházatot használja a berlini tűzoltóság is, mint a solymáriak.

A szertárban patikaszerű tisztaság van, a tűzoltóautók lemosva, feltöltött akkumulátorokkal várják a riasztást. Az egész épület a legmodernebb technikákkal felszerelt, saját WiFi hálózattal rendelkeznek, biztonsági kamerák őrzik a szertárt kívül-belül.

A felső szinten impozáns előadóterem kapott helyet egy kis konyhával és illemhelyekkel. Benéztünk a tériszonyosok számára ijesztő tömlőszárító toronyba is. Egy külön helyiségben töltik a légzőkészülékek palackjait.

Ingyen szolgálnak

Az egész szertárban a rend katonás, az épület a tűzoltók szakszerűségét és kényelmét szolgálja. Ez utóbbit meg is érdemlik, hiszen ők azok, akik ellenszolgáltatás nélkül, szabadidejüket arra áldozzák, hogy bajbajutottaknak segítsenek, akár saját testi épségük feláldozása árán is.

Kleer László
Fotó: Klementina Press



Konyha is helyet kapott az emeleten



A berlini tűzoltóknak is ilyen ruhájuk van



A tömlőszárító torony belülről és alulról



Az előadóterem

Különleges solymári babák

Milyen volt a solymári Mária lányok, az elsőáldozók, a templomba menők és a hétköznapi emberek viselete? Solymári hétköznapiak, solymári babákon. Látogatóban Blum Jánosné, Emi néninél.



Solymár gazdag hagyományörző aktivitásairól nap mint nap meggyőződhetünk, egyszerűen ha csak ebben a főváros környéki gyönyörű zöldövezeti agglomerációban élünk, mozgunk, közlekedünk, és beszélgetünk a még köztünk élő hagyományok tudóival, őrzőivel. A sors különös kegyelmének tartom, hogy több mint 30 éve kísérhetem figyelemmel és ismerhetem meg, mélyülhetek el a solymári svábság gazdag kultúrájának elemeiben.

A hagyományok őrzéséhez egy jó ideje illő otthonul szolgál a Svábház. Itt láthatunk a múlt esztendő végén egy szépséges babakiállítás több solymári gyűjtő munkáiból. Ez indított arra, hogy felkeressem a különleges babák gyűjtőit. Elsőként Blum Jánosné Emi néni, aki amellet, hogy a Solymári Asszonykórus oszlopos tagja, különös adottságokkal és csodálatra méltó hobbival rendelkezik.

Mindig álma volt, hogy beöltöztessen babákat hiteles solymári népviseletbe. És történt, hogy amikor az Auchan Áruház megnyitott, Emi néni ott járt, és rálelt szép nagy babákra, amelyeknek szépen fonható hajuk is volt, amellet, hogy gyönyörű, kifejező arcocskájuk. Ekkor Emi néni nagy munkába kezdett. Egy cél vezérelte: a solymári népviselet tökéletes modellezése, annak megőrzése. Megvásárolta az összes babát, anyaggyűjtésbe kezdett, és beszerezte azokat a padlásokon, ládikákban őrzött, de már rég nem használt, egyes esetekben 100 éves textíliákat, amiket aztán át kellett méreteznie, mert valóságosan hordott ruhadarabokba kellett a babákat beöltöztetnie.

Kezdődött a nagy munka: az ovis kis-lány viselete után szépen elkészült a ko-

szorúslány, majd a Mária lányok ruhája. De vajon hányan emlékszünk arra, kik is voltak a Mária lányok? Olyan 14–16 éves korú fiatal lányokról van szó, akik még nem mentek férjhez, a helyi népviselethez alkalmazkodó, fehér színű ruháikban váltak ki a vásárnap templomba igyekvő helybeliek közül. Nyakukban kék szalagon Mária-érmét viseltek. Egyházi ünnepeken pedig meghatározott feladataik voltak: például a körmenetben Mária-szobrot vittek vállukon átvett rúdon.

Miután megcsodáltam a tizenhárom babát és köztük a Mária lányt formázó gyönyörű alkotást, Emi néni csak tovább mesélt. Szavaiából kitűnt, hogy élete értelméről vall. Szenvedélyesen szereti a babáit, külön szobát tart fenn nekik, és hisz abban, hogy nincs az a rengeteg munka, ami fáradtságot jelentene, ha arról van szó, hogy megörökítse nekünk, az utóknak az igen gazdag solymári viseleteket.

De nézzük is, milyen hihetetlen csodák várnak még ránk. Tudni kell, hogy Emi néni a megvásárolt babákra maga varrt minden ruhadarabot, a helyiektől összegyűjtött, eredeti textíliákból. Aztán elszaladt a városba, és megkereste azt a mestert, aki még tud olyan mirtuszkoszorút gyártani, amilyen egykoron a hagyományos viselet volt. A cipőkért nem szaladgált sehova: azokat megkötötte, vagy kiszabta bársonyból saját maga.

Nem győzünk betelni a csodákkal: látjuk a templomba menő nénit, az elsőáldozó kislányt, a vásárnap délutáni és a bálí viseletet. És egy pólyás babát is. Egyikük éppen alkotójuk portréjához támaszkodik. Ha hitetlenek lennénk, és merésznénk az alsószoknyákat is megszámlálni, bizony rájönnénk, hogy minden hibátlan. Talán nem is véletlen, hogy egy szentendrei múzeum vezető már el akarta vinni és kiállítani Emi néni babáit, de ő – nagyon helyesen – nem adta azokat. Mert nekik Solymáron van a helyük.

Emi néni babáiról az Unser Bildschirm televíziós német nemzetiségi magazinműsor is felvételt készített, és bemutatja azt hamarosan. A babák most kitűntető helyen, Emi néni házában egyik szobájában laknak. Ott érzik otthon magukat. Azonban reméljük, minél gyakrabban a nagyközönség számára is láthatóak lesznek, mind a tizenhárman. Mert megérdemlik. A babák és Emi néni is.

*Kép és szöveg:
Jeney Erzsébet*

Einladung

Die Gemeinde- und Deutsche Selbstverwaltungen von Schaumar laden Sie und Ihre Angehörigen zu den Gedenktagen anlässlich des 73. Jahrestages der Vertreibung der Schwaben herzlich ein!

26. April 2019. (Freitag):

19.30

Dokumentarfilmvorführung – Thomas Gábeli: Endgültig verwiesen
Ort: Kulturhaus Apáczai Csere János (2083 Solymár, Templom tér 25.)

28. April 2019. (Sonntag):

15.00

Feierliche deutsche Messe
Zelebriert von Csaba Kiss, Pfarrer der Katholischen Kirchengemeinde Schaumar
Mitwirkende Kulturgruppen: Traditionspflegender Frauenchor Schaumar, Schaumarer Musikanten, Festrede: Olivia Schubert, die Vorsitzende der LDU

16.00

Kranzniederlegung vor dem Vertreibungsdenkmal

17.00

Schambek stellt sich vor
Festprogramm der schambeker Lochberg Tanzgruppe mit Trachtenschau
Ort: Kulturhaus Apáczai Csere János (2083 Solymár, Templom tér 25.)

Meghívó

Solymár Nagyközség Önkormányzata és Német Nemzetiségi Önkormányzata szeretettel meghívja Önt és hozzátartozóit a magyarországi sváb lakosok kitelepítésének 73. évfordulójához kapcsolódó rendezvényekre.

2019. április 26. (péntek):

19.30

Ismeretterjesztő dokumentumfilm vetítése a kitelepítésről
Gábeli Tamás: Végleg kitiltva
Helyszín: Apáczai Csere János Művelődési Ház
(2083 Solymár, Templom tér 25.)

2019. április 28. (vasárnap):

15.00

Német nyelvű ünnepi szentmise
Celebrálja Kiss Csaba atya, a Solymári Katolikus Egyházközség plébánosa
Közreműködnek: Hagyományörző Asszonykórus, Schaumarer Musikanten
Emlékbeszédet mond: Schubert Olivia, az Országos Német Önkormányzat elnöke

16.00

Koszorúzás a Kitelepítési Emlékmű előtt

17.00

Zsámbék bemutatkozik
A zsámbéki Lochberg Táncsoport ünnepi nemzetiségi műsora, viselet bemutatóval
Helyszín: Apáczai Csere János Művelődési Ház
(2083 Solymár, Templom tér 25.)

Vidám téltemetés

Vidám hangulatba csöppent, aki benyitott az Ezüstkor Szociális Gondozó Központ ajtaján március 5-én délelőtt. Az egész épületet megtöltötte a harmonikaszó, a vidám nótázás és nevetés. Az idős klub tagjai már hetek óta készültek az eseményre: rendületlenül gyakorolták a szerepeket, maguk készítették a kellékeket és jelmezeket.

Több kis vidám jelenetet adtak elő és egy hosszabb mesét is, a nézők nagy öröme. Közben vidám tavaszköszöntő versek, mondókák is elhangzottak. Végül minden klubtag táncra perdült. A jó hangulatról és a talpalávalóról László Imre gondoskodott tangóharmonikájával. Ezúton is szeretnénk neki köszönetet mondani.

Bakos Nóra



A Nemzeti Galériában jártunk

Márciusban lehetőséget kaptunk, hogy a 4.b osztállyal ellátogassunk a Magyar Nemzeti Galériába, és ott megtekintsük a Korniss Dezső-kiállítást.

Bevallom, én kissé izgultam, hogy tízéves tanítványaim hogyan fogadják az absztrakt festő alkotásait. Szenzációs tárlatvezetőt kaptunk, aki zenével és versekkel fűszerezve, a gyerekeket folyamatosan bevonva mutatta be az alkotásokat. A tanulók élvezettel és nagy figyelemmel hallgatták, és okos hozzászólásokkal kapcsolódtak be a képek magyarázatába.

A kiállítás megtekintése után egyórás műhelymunkában vettünk részt, ahol a gyerekek



egy szűr mintáját tervezhették meg, felhasználva a képek motívumait és természetesen saját fantáziájukat.

Örömmel alkottak, ezen a foglalkozáson is remekül érezték magukat a diákjaim. Élményekkel telve érkezünk haza. Az elkészült alkotások a faliújságunkat díszítik. Jót beszélgettünk erről a kellemes napról.

Izgalmam feleslegesnek bizonyult, remek élménnyel gazdagodtak a gyerekek. Köszönjük mindazoknak, akik hozzájuttattak minket ehhez a tartalmas, különlegesen szép naphoz.

Valovics Istvánné

Német vers- és prózamondó verseny



Iskolánk 18 tanulója vett részt a kistérségi német vers- és prózamondó versenyen, március 8-án. Ebben az évben rendhagyó módon, Törökbálinton versenyeztünk. Ezúton is szeretnénk köszönetet mondani a fogadó Zimándy Ignác Általános Iskolának. Tanulóink nagyon szép sikereket értek el. A második osztályosok kategóriájában első helyezést ért el Bodnár Lilla. Osztálytársai, Kámán Jázmin a második és Császár Csenge a harmadik helyezést hozták haza „Hochdeutsch” kategóriában. Felkészítő tanárunk Wieszt Edina volt. A hatodi-

kos Király Ákos is nagyon szép eredményt ért el, ő is második helyezést kapott szintén „Hochdeutsch” kategóriában.

A „Mundart”, vagyis nyelvjárás kategóriában hét tanulónk indult, akik mindannyian helyezés nélkül továbbjutottak a következő megyei fordulóra, ami április 10-én, Dunabogdányban lesz.

A zsűri külön méltatta a tanulók előadói képességét és pontos szövegismeretét. Ebben a kategóriában külön kiemelték Tallér Nikolettet a 4. osztályból.

Március 15-én kaptuk a hírt, hogy kategóriánként a második helyezettek is továbbjutottak a versenyben, így Kámán Jázmin 2.b és Király Ákos 6.a osztályos tanulók is ott lesznek a következő fordulóban!

Minden résztvevő diákunknak gratulálunk! Előre is sok sikert kívánunk a továbbjutóknak!

*Gutmayer Jánosné
Hunyadi Mátyás Német Nemzetiségi
Általános és Művészeti Alapiskola*

MAJÁLIS 2019

a solymári Jegenye-völgyben

A szervezők szeretettel meghívják Önöket a hagyományos, a Jegenye-völgyi réten tartandó rendezvényre 2019. május 1-én (szerdán) 10 órától 18 óráig.

PROGRAM:

Erdei színpad: gyermekműsorok, zenés táncos előadások, hagyományos jegenye-völgyi főzőverseny, sörösrekesz mászó verseny, „Tombol-a-futás” futóverseny gyermekeknek a solymári várba (2 km), tombola, ajándékok, Laser Tag (szabadtéri lézerharc az erdőben), kézművesek utcája, árusok (kerámia, bórdíszmű, könyv, lekvárok, magyar ékszer, késes, faárus), Baranta, íjászat, kézműves foglalkozások, büfé, meleg étel

MEGKÖZELÍTHETŐ:

Gyalogosan a solymári Shell benzinkúttól (sárga turistajelzés), valamint a Várhegy, illetve a Major utca felől. Nyugdíjasoknak a Templom térről óránként (12 órától) kisbuszos szállítás (visszafelé is).

SZERVEZŐK:

Solymár Nagyközség Önkormányzata, Solymári Településüzemeltetési Kft. (uzemeltetes@solymarert.hu)

A RENDEZVÉNY FŐVÉDNÖKE:

Dr. Sente Kálmán polgármester (polgarmester@solymar.hu)

Hulladékmentes mindennapok

Az ökológiai lábnyomunkat, azaz a nyomot, amit magunk után hagyunk, mi magunk szabályozzuk. Az étletteret, amit gyermekeinknek szándékozunk átadni, mi alakítjuk – pusztítjuk, romboljuk, érintetlenül hagyjuk.

Sajnos a legutóbbiból van a legkevesebb. A természet megalkotta rendszer pedig úgy tökéletes, ahogy van. Minden élőlénynek megvan a saját funkciója, feladata, amit teljesít is. De a fogyasztói társadalomban élő ember folyamatos gyártásra, fogyasztásra van beprogramozva, ilyen „részletekkel” nem törődik. A Zero waste (hulladékmentes) életmód képviselője ezzel a téves, pusztító úttal szembe megy. A hamis örömekre, önzésre, pazarlásra, sokszor más emberek vagy állatok kizsákmányolására ösztönző propagandát elutasítja. Pontosan tudja, hogy a fenntarthatóság a legfontosabb szempont, hogyha törődni akar élőlény társaival és a következő generációkkal. Nem véletlen, hogy a környezettudatos emberek döntő többsége családjában (tisztelet a kivételnek). Tanulmányok bizonyítják, hogy amikor egy nő gyermeknek ad életet, az időhorizontja kitágul, utóda életfeltételeit kezdi feltérképezni.

Ezek a kilátások napjainkban sajnos siralmasak. Aki ezekkel a tényekkel nincs tisztában, az sajnos rossz híradót néz. És a pusztítás, pazarlás, ignorálás gát nélkül folyik.

De ott vannak a fiatalok Greta Thunberg vezetésével, ők talán az utolsó remény, amit a sok ezer politikus, cégvezető nem old meg, talán ők kikövetelik maguknak.

A Zero waste életforma hulladékmentességet jelent. Legfontosabb alapelve: amire nincs szükségem, azt nem veszem meg. Hiszen tudom, hogy ez a termék tel-



jesen felesleges, gyártásával, szállításával, csomagolásával, szemétté alakulásával a környezetet terheli.

Azzal a felfogással ideje felhagynunk, hogy büntetlenül vásárolgathatunk. Föld-

anyánk nem bír többet, végesek a készletei! A rengeteg szemét elpusztítja.

A környezetbarát ember kimért, csomagolásmentes termékeket vásárol, és olyan háztartási eszközöket használ, amelyek tartósak, és használatuk során nem keletkezik hulladék. Melyek ezek a hasznos eszközök?

- Vízfogyasztásra üvegkulacs (műanyag flakonokkal van tele a fél világ, ne legyen több!)
- Műanyag szatyor helyett varrott szütyő (műanyag szatyrok milliói sztergeszt az utcákon, -ne legyen több!)
- Műanyag helyett textil csomagolóanyagok
- Tusfürdők, flakonok samponok, palmaolaj tartalmú krémek helyett szappanok, samponszappanok, házi készítésű krémek, natúr kozmetikumok
- Mosható pelenka
- Mosható betét, intimkehely
- Biztonsági borotva
- Környezetbarát mosószerek, mosogatószerek
- Fa illetve természetes anyagokból készített tisztítóeszközök (pl. luffatök szivacs)
- Fa fogkefe, fogpor, fogtabletta
- Fa illetve használt ruhából készített játékok.

És ez csak pár példa, amely segíthet nekünk abban, hogy hulladékmentes háztartást tudjunk vezetni, és teljes életet élni pazarlás, szemétermelés nélkül.

Varjas Kata



A Solymári Vállalkozók Egyesülete meghívja Önt és kedves családját
2019. április 30 - án, kedden 17 órai kezdettel
a Templom téren tartandó

MÁJUSFA-ÁLLÍTÁSSAL egybekötött műsoros délutánra

Közreműködnek a solymári hagyományőrző csoportok

A zenét a Schaumarer Musikanten szolgáltatja

A rendezvény fővédnöke a Solymári Vállalkozók Egyesülete

MŰSOR – ZENE – TÁNC – BÜFÉ

A tenispálya árnyékos oldala

Ötödik éve üzemeltetjük Solymáron a tenispályát, és évről évre a szezon indulásakor igyekeztünk hírt adni magunkról. Most is ezt tesszük, csak talán egy kicsit rendhagyó módon.



Szóval az úgy kezdődött..., hogy az a család, amely évtizedeken keresztül kezelte a pályát, belefáradt, az idősebbek elmentek, a fiatalabbak elköltöztek a községből, és hirtelen kiderült, hogy nem lesz működő tenispálya a településen. Ez a hír nagyon szomorúvá tette a helyi teniszbáratokat, majd egy hirtelen ötlettől vezérelve a „magad uram, ha szolgád nincsen” mondást emlegetve, két sporttársam támogatásával bejelentkeztünk a PEMÜ vezérigazgatójához azzal, hogy a jövőben kibérelnénk a pályát. Egyéb jelentkező hiányában az üzlet hamar megkötött, és jó néhány száz ezer forintért volt már hely ahol lehet(ne) játszani.

Egy apró szépséghiba, hogy a pálya játszhatatlan volt, lévén a tél nem a tenispálya legjobb barátja. Akkor elkezdünk dolgozni. Felszedtük a műanyag vonalakat, egy hatalmas gereblyeszerű valamivel felkapartuk a pályát, hozattunk salakot, amit elterítettünk, kerítettünk vibrohengert, amivel gondosan oda-vissza keresztben és hosszában lesimitottuk a pályát, visszatettük az új vonalakat, megigazgattuk a kerítést, és a szélfogó hálót is (részben) kicseréltük, miközben locsoltunk, locsoltunk és

locsoltunk. Alig 3–4 nap 2–3 embernek és már lehetett is játszani. Ennyire egyszerű ez a történet, és lassan bele is tanultunk. Persze nem írtam még a folyamatos gazolásról, az időjárásfüggő, de kötelező napi locsolásról, az eső(el)verte, szél(el)fújta versenyekről, valamint az első két év száz-ezret meghaladó veszteségeiről, a többször feltört (gyakorlatilag üres) kisházról, de van tenispályánk.

Ilyenkor szokás megemlíteni a fő támogatókat, azaz a Pilis Autót és az Auchan

Áruházat, akik nélkül valószínűleg már eldobtuk volna a pálya kulcsát is.

Végül, de nem utolsósorban szeretettel várjuk a hozzánk hasonló teniszbáratokat az ország egyik legszebb fekvésű tenispályáján, ami reményeink szerint e sorok megjelenése idején már a pattogó labdától és a teniszezők out kiáltásaitól lesz hangos, és közben a nap is hétágra fog sütni.

Szöveg és kép:
Tordai Miklós

**TEHETSÉGGKUTATÓ
SOLYMÁRON**

AHOL A ZENE ÉLETRE KEL

Berezvai Marcell emlékére

MUTASD MEG A SAJÁT ZENÉD! NEVEZZ BE, JÁTSZD EL, NYERD MEG!

**JELENTKEZÉSEKET ELSŐSORBAN,
BUDAPEST II.-III. KERÜLETE,
SZENTENDRE, ESZTERGOM, DOROG,
ZSÁMBÉK, BUDAÖRS HELYSÉGEK
ÁLTAL HATÁROLT KÖRBŐL VÁRJUK.**

Nevezési feltételek:

mustra.webnode.hu

Információ:

solymarimustra@gmail.com

Nevezési díj:
5000 Ft

A jelentkezési határidő:
2019. május 9.

**A DÖNTŐ IDŐPONTJA:
2019. június 22. szombat**

DÍJAK:

**20-30 % HANGSZERVÁSÁRLÁSI KEDVEZMÉNYEK
3 X 1 NAP STÚDIÓMUNKA
FELLÉPÉSI LEHETŐSÉGEK
TURNÉBUSZ HASZNÁLAT (1000 KM)
VIDEÓFELVÉTEL A DÖNTŐS PRODUKCIÓKRÓL**

ZSÚRI:

Both Miklós
Zeneszerző, előadóművész
Márkus Tibor
Zeneszerző, előadóművész
Kiss Dániel
zenész, hangmérnök



TURNÉ - LOGISZTIKA KFT.



Szeméthegek a konténerek mellett

Tisztelt Szerkesztőség!

Solymári lakosként rendszeresen viszem a gondosan szétválogatott szelektív hulladékot az Auchan Áruház gyűjtőhelyére, (mivel mint tudott, Solymáron is megszűntek a korábbi gyűjtőhelyek). Sokszor tapasztaltam, hogy emberek a konténerek mellett hagyják a hulladékot, egyéb szemetet, de a tegnapi (március 10. vasárnap) látvány megdöbbentő volt!

Azonnal érdeklődtem az Auchan ügyfélfogadó pultnál, ahol rácsodálkoztak a fotókra, amiket ott készítettem, de nem tudtak magyarázatot adni, hogy mit tudnának tenni.

Hívtam Lakatos Béla Közterület-felügyelő urat, aki közölte, hogy ez az Auchan feladata. Azért ajánlottam neki, hogy tekintse meg, mégis Solymárról van szó, ő megköszönte a bejelentést.

Természetesen a solymári önkormányzatnak is írtam, és küldtem a fotókat remélve, hogy valami történjék ez ügyben, hiszen ha erre nincs semmi reakció, akkor elfogadott szokássá válik ez a pofátlan környezetszennyezés. Természetesen nem arra a megoldásra gondolok, ami az elmúlt évtizedben történt az országban, hogy egyszerűen megszűntetik a szelektív hulladékgyűjtő állomásokat.

Biztos vagyok abban, hogy Solymár lakosságának döntő többsége hasonló véleményen van, ezért fordultam a nyilvánossághoz, hátha a figyelem felkeltésével közösen megoldást találunk erre a régóta megoldatlan gondra.

Köszönettel: Petróczy András

Félmilliós bírságot szabtak ki

Dr. Beregszászi Márk, Solymár Nagyközség jegyzője az olvasói levélre válaszolva arról tájékoztatta lapunkat, hogy 2018 óta több mint 30 alkalommal, mintegy 500 000 forint összegű bírságot szabott ki a polgármesteri hivatal az Auchan Áruház kezdeményezése alapján.

Az Auchan Áruház válasza

Tisztelt Szerkesztőség!

Környezetünk tisztán tartása és a megfelelő hulladékkezelés vállalatunk számára kiemelten fontos.



Ezért is biztosítunk helyet területünkön több, a Fővárosi Közterület-fenntartó tulajdonában lévő szelektív hulladékgyűjtőnek. Ezeket az FKF kezeli és szállítja el napi rendszerességgel. Sajnos, ahogy erre a lerakók mellett kihelyezett tájékoztatóink is felhívják a figyelmet, visszatérő probléma, hogy sokan nem megfelelő módon használják ezeket a tárolókat, és nagy mennyiségű kommunális hulladékot is kihelyeznek, ami tilos. Takarító szolgáltatás kollégáink mindent megtesznek, hogy ezeket a problémákat kezeljék: rendszeresen

takarítják a hulladékgyűjtők környezetét, szétválogatják az újrahasznosítható hulladékot a kommunálistól, az utóbbit pedig vállalatunk kezeli, és saját költségén elszállítatja.

Áruházunk mindent megtesz az illegális hulladékgyűjtés felszámolása érdekében, számos esetben jogi lépésekkel is éltünk 2018 során, hogy kezeljük a visszatérő problémákat. Bízunk benne, hogy a jövőben, közös összefogással és a megfelelő hulladékkezeléssel, pozitív előrelépést tudunk elérni.

Tisztelt Képviselő-testület

Örömmel látom, hogy a Terstyánszky úton újabb gyalogos átkelőt építenek. Ez nagyon helyes. Így a temető és a PEMŰ közötti 1000 méteres szakaszon már öt gyalogátkelő van felfestve.

A Mátyás király utcában, az Anna kápolna és a polgármesteri hivatal közötti, megközelítőleg 1,5 km-es szakaszon egy gyalogos átkelő sincs. Régóta szorgalmazom ennek a helyzetnek a megváltoztatását. Már 2006-ban, a minden érdekelt fél által aláírt jegyzőkönyv szerint „a Postahivatal előtt ... átkelőhely kijelölését ... indokoltak tartják.” A jegyzőkönyvet a polgármesteri hivatal dolgozója is aláírta, és ennek a hivatalban meg kell lennie. Természetesen további átkelők felfestése is indokolt lenne ezen a szakaszon, amelyek nemcsak az átkelést segítenék, hanem a folyamatos kocsisor is néha megszakadna.

Több levélváltásom is volt ez ügyben a közút kezelőjével. A legutolsó levelükben, 2019. március 3-án (kívánságra bárkinek odaadom, de a polgármesternek elküldtem) ezt írták: „lakott területen belül, a gyalogos biztonságot elősegítő rendszer kialakításáról, az önkormányzatról szóló törvény világos feladat lehatárolást ad.”

Ezek után nem értem, hogy egy közel 2 milliárdos költségvetéssel dolgozó nagyközség 13 éve nem tudott ezen a szakaszon

gyalogátkelőket kialakítani. Néhány kiogrammm festék, 2 jelzőtábla, 2 db. erősen világító utcai lámpa, és valamennyi munkaidő költsége talán csak belefér az éves költségvetésbe.

Jó lenne, ha rajtam kívül már más is szót emelne ennek érdekében, közösen hamarabb tudunk eredményt elérni.

Tudom, lesz erre magyarázat, de én nem magyarázatot várok, hanem gyalogos átkelők kialakítását.

Tisztelettel: Mentesi József



Tisztelt Mentesi Úr, Kedves Jóska!

Mint egykori képviselő és alpolgármester Te is jól tudod, hogy egy gyalogátkelő nem néhány liter festék kérdése (ha csak ennyi lenne, akkor gondolom meg tudtad volna csináltatni hivatali működésed alatt?), hanem sokkal komolyabb dolog.

A kérdéses zebra megtervezését a sok feltételrendszernek megfelelően (alépitmény, kapubejárók, parkolók kérdése, előírt plusz megvilágítás, közúti előírások stb.) elvégeztük, és az átkelőt a közlekedési hatósággal engedélyeztettük.

A gyalogátkelő megépítését (hasonlóan a szintén általunk megterveztetett és engedélyeztetett temetői körforgalomhoz) az Auchan Áruház vállalta. Megállapodásunk szerint a megépítésüket megkezdik, amint az áruház megkapja a bővítéséhez szükséges állami engedélyeket.

Jómagam elég szomorúnak tartom, hogy a Magyar Állam tulajdonát képező (!) és a Magyar Állam kezelésében levő (!) közúton ezeket a feladatokat Solymárnak kell felvállalnia, de lakosságunk biztonsága érdekében természetesen lehetőségeink mértékéig vállaljuk a költségeket, illetve igyekszünk megszerezni a lehetséges forrásokat.

*Dr. Sente Kálmán
polgármester*



FÉNYKÉPNÉZEGETŐ A SVÁBHÁZBAN

Kedves solymáriak, a következő fényképnézegető időpontja: 2019. április 24. szerda (mindig a hónap utolsó szerdája), délután 4 órától 6 óráig szeretettel várunk mindenkit a Svábházba (Solymár, Dózsa György utca 6.).

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

Szeretnénk még további képeket összegyűjteni az utókornak, 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 beszkenelés után szeretnénk hiánytalanul visszaadni a tulajdonosnak.

*Elischné Draxler Erzsébet
és Enczmann László*

Ördögi jó barlangtúrák a Solymári-Ördöglyuk barlangban

A túlnépesedett Solymáron sokszor teljesen megfélemlítünk a minket körülvevő természeti értékekről. A Solyom Környezet- és Természetvédelmi Klub azért szervez a Pilisi-medence környékére túrákat, hogy az itt élő vagy idelátogató emberek megismerjék és tiszteljék a környék természeti kincseit. Egyszer egy évben egy barlangtúra is kell, ahogy ez idén márciusban meg is történt.



A Solymári Ördöglyuk-barlang községünk egyik olyan nevezetessége, amit legalább egyszer az életben látni kell. A barlangot a solymáriak már jó ideje ismerték, mielőtt Koch Antal geológus 1871-ben a Földtani Közlönyben ismertette. Mind a Budai-, mind a Pilisi-hegység telis-tele van barlangokkal: a Batori-barlang, a Mackó-barlang, a Pilis-barlang, a Kevély-nyergi zomboly. A legismertebbek természetesen a Pálvölgyi- és a Mátyás-hegyi barlang. Számtalan még fel nem fedezett barlang van a környéken, viszont ezek a barlangok, például

a cseppkő-képződményeikkel, részben regenerálódott flóra és faunájukkal, továbbra is nagy veszélyben vannak.

Egy a Pilisi- vagy Budai-hegységen is áterőltetett autópálya mellékterméke talán újabb barlangok felfedezése lenne, de azoknak azonnali pusztulását is jelenthetné. Nekünk, akik itt élünk, kötelességünk hegyeink, völgyeink, barlangjaink természetes elővilágát megvédenünk. Minnek? – kérdezhetné valaki. Túl kevés ideje foglalkozik az ember tudományosan a természeti összefüggésekkel ahhoz, hogy

átlásson mindent, de egy valamit biztosan tudunk már: ha kiértjük a minket körülvevő természetet, vele együtt mi is el fogunk pusztulni.

Solymáron a fenntartható fejlődés érdekében meg kell húznunk a vészféket. Sokan felismerték ezt, és csatlakoztak környezet- és természetvédő mozgalmunkhoz. Sok sikert elértünk, de még többet elérhetünk, ha a község minél több lakója összefog, közös hazánk, Solymár és az egész Pilisi-medence természet közeliségének megőrzéséért.

Teuflich gute Höhlentouren in die Schaumarer Teufelsloch-Höhle

Im übervölkerten, sehr geschäftigen Schaumar, werden oft die uns umgebenden wertvollen Naturschätze vergessen. Aus diesem Grund organisiert der Falken Umwelt- und Naturschutz Klub Touren im Pilis-Becken und dessen Umgebung, damit die hier lebenden, oder die Region besuchenden Menschen, die Naturschätze der Region kennen und respektieren lernen. Einmal im Jahr muss auch eine Höhlentour stattfinden, wie dies auch im März geschah. Die Schaumarer Teufelsloch-Höhle ist eine der vielen Attraktionen unserer Gemeinde, die mindestens einmal im Leben gesehen werden muss.

Die Höhle war den Schaumarern lange bekannt, bevor der Geologe Antal Koch sie im Geologischen Bulletin, 1871 bekannt gab. Sowohl das Budaer- als auch das Pilis-Gebirge sind voller Höhlen: zB. die Batori-Höhle, die Mackó-Höhle, die Pilis-Höhle, die Kevély Bergsattel-Höhle etc. Am bekanntesten sind natürlich die Pálvölgy und Mátyás-Höhle. Es gibt wahrscheinlich unzählige noch nicht entdeckte Höhlen in der Region. Diese Höhlen sind allerdings immer noch in großer Gefahr: mit ihren Tropfsteinen und der teilweise regenerierten Flora und Fauna.

Ein Nebenprodukt einer Autobahn, welche durch das Pilis- oder Budaer Gebirge gedrängt würde, könnte die Entdeckung neuer Höhlen sein, aber auch dessen sofortige Zerstörung bedeuten. Wir, die wir hier leben, haben die Pflicht, die Natur, unsere Berge, Täler und Höhlen zu schützen. Wofür? – könnte jemand fragen. Der Mensch hat sich noch nicht lange genug mit den Zusammenhängen in der Natur beschäftigt, um alles zu verstehen, aber wir wissen eins mit Sicherheit: wenn wir die Natur, die uns umgibt zerstören, vernichten wir uns selber.

In Schaumar müssen wir im Interesse der nachhaltigen Entwicklung die Notbremse ziehen. Viele haben dies erkannt und sich unserer Umwelt- und Naturschutzbewegung angeschlossen. Wir haben bereits viele Erfolge erzielt, aber es kann noch mehr erreicht werden, wenn sich so viele Gemeindebewohner wie möglich zusammenfinden, um unsere naturnahe gemeinsame Heimat, Schaumar und des gesamten Pilis-Becken zu bewahren.

René Konkoly, Solyom Környezet-
és Természetvédelmi Klub
<https://www.facebook.com/SKTKlub/>

A cselekedetek fontosabbak az érzelmeinknél

Az elmúlt évtizedekben teret hódított a népszerű-tudományos pszichológia – főleg a tömegmédián keresztül – és azóta a társadalmunkban túlhangsúlyozzuk az érzelmek jelentőségét. A dalokban, filmekben tetten érhető ez a felfogás: „Ha jólesik, tedd meg!”, „Mutasd ki valódi érzelmeidet!” stb. Úgy érezzük, az életünk akkor hiteles, ha hűek vagyunk érzelmeinkhez, még akkor is, ha negatív viselkedésre készítetnek minket, amivel tovább rontjuk állapotunkat és másokét is.



Egy megromlott kapcsolat esetében ez azt jelenti, ha már nem táplálsz szerelmes érzéseket a férjed/feleséged iránt, akkor ezt ismerd el, és szállj ki a kapcsolatból. Ez az életfilozófia azonban nem vesz tudomást arról, hogy az ember sokkal több, mint az érzelmei. Fontosak az érzelmek, de érzelmeinknél fontosabbak a cselekedetek.

Képzeld el, hogy rossz hangulatban vagy, és nyomaszt egy-két nehézség az életedben, egy barátod épp ekkor telefonál és elhív, mert találkozni szeretne veled. Borzasztóan érzed magad, és egyetlen vágyad, hogy leroskadj a kanapéra, és ne gondolj semmire, senkire, ám mégis úgy döntesz, hogy elmész a találkozóra. Két órával később mintha kicserélték volna az érzelmedet, és az egész világ barátságosabbnak tűnik.

Annyi történt itt, hogy a viselkedésed befolyásolta az érzelmedet. Ez életed minden területére igaz: egyéni viszonylatban és társas kapcsolataidban is.

Nagyon fontos azt is tudnod, hogy cselekedeteid hatással vannak mások érzelme-

ire. Ha kedvesen szólsz valakihez vagy szíveséget teszel neki, több mint valószínű, hogy pozitív érzelmet váltasz ki belőle.

Tehát a kapcsolatokban a cselekedetek sokkal fontosabbak, mint az érzelmek. Javíthatsz kapcsolatodon, ha úgy döntesz, hogy a negatív érzelmek ellenére olyasmit teszel, ami párod javát szolgálja. Az duplán jótékony, hiszen a fent említettek miatt ez az adott cselekedeted párodra is jó hatással lesz, és a te érzelmed is pozitív irányba fog változni.

Van, aki úgy gondolja, hogy képmutatás lenne a negatív érzésekkel a lelkében pozitív módon cselekedni. Aki így gondolkodik, az abból a feltételezésből indul ki, hogy az érzelmek határozzák meg az ember igazi énjét.

Az élet egyéb területein gyakran szembeszállunk az érzelmeinkkel. Ha reggelente csak akkor kelnél fel az ágyból, amikor úgy érzed, hogy kedved van hozzá, akkor már felfekvéseid lennének. Valójában sokan vannak, akik minden reggel az érzéseik ellenére kelnek fel és látnak munkához,

mégis sikeresek, boldogok. Mert ezek az emberek aztán a nap folyamán már később örülnek, hogy rászánták magukat, és időben elkezdték a napot! Különbözik nem sokra mennének vele. Ugyanez az elv működik a párkapcsolatokban is.

Úgy lehet helyes cselekedetekkel boldogabbá tenni a kapcsolatunkat, hogy átvesszük az irányítást érzelmeink felett! Nem elfojtjuk, hanem – sokkal hasznosabb, ha – elfogadjuk a negatív érzéseket, de nem követjük őket.

Nem tagadjuk, hogy csalódottak vagyunk, mégsem engedjük, hogy ez az érzés irányítsa a cselekedeteinket. Ezzel lehetővé tesszük, hogy ezek a nemes gondolatok irányítsák tetteinket, a helyes cselekedetek magukban hordozzák a kapcsolat helyreállításának lehetőségét, és a partnerekben újra felébreszti a pozitív érzéseket.

Sulya Zsuzsanna
boldogság mentor
nőként-boldogan.hu

SOKFÉLEKÉPPEN LEHETSZ JÓ ANYA!

Könyvek, blogok és újságcikkek tömege foglalkozik a gyermeknevelés, az anyaság témájával. Érdeklődő szülő – vagy leendő szülő – mindent megtudhat a gyermek „működéséről”, a hogyanokról és miértokről, olykor szinte használati útmutatót is kínál egy-egy szerző. A tökéletes gyermeknevelés természetesen tökéletes szülőt feltételez, aki minden pillanatban tudatosan követi a szakirodalmi ajánlásokat, míg a tökéletességre törekvő anya végül tökéletesen bizonytalanná válik önmagában, anyaságában!

Az alábbi idézetek – a felismerhetőség elkerülése érdekében kissé módosított, de tartalmilag azonos formában – édesanyáktól származnak:

„Nincs türelmem leülni a gyermekkel kisautót tologatni. Gyakran megyünk játszótérre, sokat olvasok neki, rengeteg időt töltünk együtt, főleg aktív programokkal, de vannak játékok, amikre egyszerűen nem tudom rávenni magam. Tudom, hogy ez borzasztó. Látom, a férjem milyen türelmesen játszik a gyerekkel. Nekem miért nem megy?”

„A kislányom egyke. Mondták is az oviban, hogy kellene neki egy testvér. Biztos nem tud majd beilleszkedni a közösségbe, mert nem szokta meg, hogy alkalmazkodnia kell más gyerekekhez. Borzasztó büntudatom van, de büntudatból nem vállalhatok még egy babát?!”

„Szorongó alkat vagyok, mindig is az voltam. Biztos a gyermekem is azért küzd ennyi szorongással, mert én nem tudok elég magabiztos lenni.”

„Lehet, hogy elkényeztettem? De hát otthon vagyok – gyesen –, az a legfontosabb dolgom, hogy vele foglalkozzak, nem igaz? Persze estére nagyon elfáradok, és akkor türelmetlenebb vagyok néha. Talán az én hibám, hogy nem játszik szívesen egyedül, a szüleim szerint nem lesz ennek jó vége...”

A fenti édesanyák bár különböző problémákkal küzdenek, mégis van, ami összeköti őket. Hibásnak, rossznak érzik magukat. Úgy érzik, nem tudnak megfelelni az elvárásoknak, ami másoknak könnyen és egyszerűen megy, az számukra megoldhatatlan feladat. Ennek az érzésnek pedig egyenes következménye a szorongás és a büntudat. De miért kerül egyre több édesanya egy ilyen negatív spirálba? A teljes-



ség igénye nélkül összegyűjtöttem néhány gyakori okot:

- Túl sok és sokszor egymásnak ellentmondó információval találkozunk az édesanyák az interneten. Gyakran halom, hogy rengeteg időt töltenek gyermekneveléssel kapcsolatos blogok és fórumok olvasgatásával, ami jellemzően komoly frusztráció forrása.
- Az elérhető információk egy része szakmailag nem hiteles és helytálló, vagy bár az alapjai helyesek, de túlzó és félelmekeltő módon fogalmaznak, vagy felszínes, részgazságokat mutatnak be.
- Torzított „statisztikák” alapján is egyre nagyobb szorongások generálódnak a szülőknél. Könnyen meglátják, hogy „más gyereke bezzeg...”, de bele sem gondolnak abba, hogy más édesanyák talán más nehézségekkel küzdenek.
- Az elvárásoknak való megfelelés részeként sokan titkolják a nehézségeiket, félelmeiket, fáradtságukat, és kifelé egy rózsaszínre hazudott képet mutatnak – ezzel ők maguk is fenntartják a torzított statisztika nyomasztó hatását. Úgy érzik, ha megosztanák nehézségeiket, akkor rossz anyának tartanák őket, így magukra maradnak a félelmeikkel.
- Túlzottan erős a tökéletességre törekvés vágya. Az anyaság azonban nem a tökéletességről szól. Nincs egy olyan mindenkire érvényes szabály vagy viselkedési kódex, amit be kellene tartani. A gyermekeknek, még a testvéreknek sem azonos a fejlődési üteme, a tempe-

ramentuma, az igényei. Ami tökéletesen működik az egyik gyereknél, az talán a legkevésbé sem jön be a másiknál. Természetesen vannak alapok, amelyekre minden gyermeknek szüksége van, de egyetlen gyermeknek sincs szüksége tökéletes anyára, Bettelheim szavaival élve, elég „csupán” jó szülőnek lenni.

Miért is írtam le mindezt?

- Mert azt látom, hogy gyakran a megoldási kísérletek (és azok kudarca) tartanak fenn olyan problémákat, amelyek talán nem is problémák.
- Mert egy anyaságban elbizonytalanított anya egyre nehezebben és egyre több energia befektetéssel tud működni, és így sokszor pont az anyaság örömteli pillanatainak megélésére nem marad már lehetőség, energiája.
- Mert bár időről időre érdemes átgondolnunk, hogyan és mit csinálunk, de nem lehet minden pillanatban tépelődni azon, hogy vajon hibáztunk-e.
- Mert bármennyit tépelődünk is, úgysem fogunk tudni mindig, minden elvárásnak megfelelni (szerencsére), hitelesen csak azt adhatjuk át, ami bennünk van, akik mi vagyunk!
- Mert azt gondolom, hogy nagyon sokféle módon lehetünk jó anyák!

*Kovács Szilvia
tanácsadó szakpszichológus*

A kudarc a legnagyobb tanítómester

Cikinek számít beszámolni arról, ha megbuktunk egy vizsgán, vagy ha nem váltunk be egy munkahelyen, netán nem hozta meg a nagy áttörést a legutóbbi üzleti ötletünk. Az ilyesmikről inkább hallgatunk – mert még azt hiszik, hogy kudarcot vallottunk. Pedig életünk eme epizódjai nem katasztrófák, hanem – leckék.

Elégtelen?

Alighanem a kedves olvasó is kapott már sajnálkozóan együttérző, ám valójában szárnakozó arkifejezést másoktól, ha kénytelen volt beszámolni egy olyan esetről, amikor nem sikerült valami. Legyünk őszinték: magunktól nem meséljük el ezeket, csak ha nyíltan rákérdeznek. És erre jó okunk van: mert ezek a kisebb és nagyobb csetlések-botlások azt sugallják, hogy társadalmi mércével mérve elégtelenek vagyunk.

Ha a kudarcainkról kell beszámolnunk, sokan ahhoz a taktikához folyamodunk, amihez az a bizonyos rossz tanuló, aki „magyarázza a bizonyítványát”, és akinnek már-már archetipikus figuráját Karinthy ironikus könyörtelenséggel örökítette meg. Vagyis beleszőjük a beszámolóba a magyarázatainkat és a kifogásainkat, hogy miért szűrtük el, miért nem a mi hibánk (mert a tanár, a HR-es pikkelt ránk...). Ám ez nagyon rossz taktika.

A megfelelő mindset aranyat ér

Kudarcaink se nem szégyellni való, se nem titkolni való esetek. Az élet természetes velejárói; mindenkivel megesnek; és mint ilyen, univerzálisak. Valójában igen hasznos epizódok, amikből kihozhatunk valami jót is.

Hogy a kudarcaink a gátjainkká válnak, a végtelenségig magyarázatra szoruló, elfelejtendő kínos emlékekké, vagy pedig előrevisznek, az a mindsetünkől függ. A mindset kifejezést szemléletmódként vagy gondolkodási beállítódásként fordítják magyarra, és azoknak a fontos alaphiedelmeknek a gyűjtőneve, amelyek meghatározzák, hogyan döntünk életünk fordulópontjain, vagy hogyan reagálunk egy kritikus helyzetben.

Carol Dweck pszichológus kutató szerint vannak, akik rögzült beállítódással rendelkeznek, és vannak, akik növekedési beállítódással. Az előbbi csoportba tartozók úgy vélik, az ember azzal az IQ-val, azokkal a képességekkel sáfárkodhat, amiket örökölt (ha okos, akkor tudja a dolgokat, és kész, ha pedig valamit nem tud, akkor biztosan nem elég okos). Ezzel elmentetben az utóbbi csoportba tartozók úgy vélik, az ember az élete során folyamatosan fejlődik és tanul. És ez utóbbi mindset az aduász a konstruktív kudarckezeléshez.

Mit rontottam el, és mit tanulhatok ebből?

A növekedési szemléletű emberek nem ijednek meg a kudarcoktól, mert nem annak jeleként értékelik azokat, hogy ők elégtelenek. Hanem, ha valami nem sikerül, azt mondják: „Ezt még nem tudom.” És

természetesen ebből következik, hogy azt gondolják: a jövőben *majd* megtanulják.

Ennek első lépése az, hogy elég bátrak szembesülni azzal, hogy mi az, amit nem tudnak. Vagyis nekiülnek, átgondolják, és megkeresik, mit rontottak el! A „bizonyítványát magyarázó” ember sajnos eddig a pontig sem jut el...

Persze a neheze, vagyis az újrapróblás, a korrigálás, a tanulás, az újbóli, izasztó nekigyürkőzés csak ez után a felismerés után következik. A sikeres emberek ismérve, hogy nem hátat fordítanak a kudarcaiknak (pontosabban azoknak a helyzeteknek, amelyekben kudarcot vallottak), hanem a keblükre ölelik őket. Mert éppen ezekből az esetekből jöhetnek rá, mik a hiányosságaik, amikben fejlődniük kell.

Ha sikerül túllépnünk a szégyenérzeten, amivel a társadalom felcímkézi azokat a helyzeteket, amikor nem megy valami elsőre, akkor hiteles képet kapunk arról, hányadán állunk, hol tartunk a célunk felé vezető úton. Majd visszanezve jövőnk csak rá – higgyétek el, kedves Olvasók –, hogy a kudarcaink voltak a mérföldkövek a fejlődési folyamatunkban.

Szabó Elvira pszichológus

A szerző további írásait (szépirodalmi szövegeit és utazási cikkeit) az ElviraSzabo.com weboldalon találod.

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

Védőnői Szolgálati Rendelő
2083 Solymár, Rákóczi utca 2.

E-mail: vedono@solymar.hu

A körzetek jegyzéke a solymarirendelo.hu oldalon tekinthető meg.

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. Wirtz Ferenc Tel.: 361-479

hétfő: 14.00–18.00
kedd: 8.30–11.30
szerda: 8.00–11.00
csütörtök: 12.30–16.00
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.: 737-747

hétfő, kedd: 13.00–17.00
szerda: 7.30–11.00
(csak receptírás 11.00–12.00)
csütörtök: 15.00–18.30
(csak receptírás 14.00–15.00)
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,
FOGSZÁBÁLYOZÁS-SZAKRENDELÉS
IMPLANTÁCIÓ, panoráma- és Cephalo rönt-
gen. 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-gégészet:

Dr. Taller Gabriella

hétfő: 7.30–10.00
Bejelentkezés alapján! Tel.: (26) 737-747
(A doktornő összes rendelési idejében!)

Szemészet:

Dr. Kálmán Kinga

kedd: 14.00–18.00
Időpont-egyeztetés: (26) 360-290

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

Ifj. Dr. Molnár Attila

Telefon: (30) 964-2160
(26) 360-919

2083 Solymár, Tersztyánszky u. 23. – Pilisvörösvári u. 17. (saroképület)

hétfő: 16.00–19.00
kedd, csütörtök: 14.00–19.00
szerda, péntek: 17.00–19.00
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

KÖZÉRDEKŰ BEJELENTÉSEK

Solymár területéről ingyenesen
hívható zöldszám:
(80) 204-100

TÜZOLTÓSÁG 105 SOLYMÁRI ÖNKÉNTESEK

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

Lakatos Béla
Tel.: (30) 871-0543

SOLYMÁRI POLGÁRŐRSÉG

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

Solymár Nagyközség Önkormányzata Képviselő-testületének határozatai

7/2019. (I. 30.)

F. T. A. ingatlan vételi kérelme

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete F. T. A. részére az önkormányzati tulajdonú Solymár, Avar u. 2870 hrsz. alatt felvett kivett beépítetlen terület megnevezésű, 500 m² területű ingatlan 8 000 000 Ft + áfa áron értékesíti. Az ingatlan önállóan nem építhető be, ezért az áfa mértéke 0%, de amennyiben az adásvételi szerződés megkötéséig ez az érték változik, vagy az adóhatóság másként bírálja el, az áfa fizetés kötelezettsége vevőt terheli.

8/2019. (I. 30.)

G. A. L. közterület nyomvonalának megváltoztatására irányuló kérelme

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete G. A. L. kérelmét támogatja. Az önkormányzat tulajdonában lévő Solymár, 3 hrsz. alatti közterület nyomvo-

nalát a Szabályozási Terv felülvizsgálata során – a közterület teljes vonalában a patakmederhez igazítva – módosítja. A nyomvonal módosításából keletkező természetbeni munkákat és költségeit a kérelmezőnek kell viselnie.

9/2019. (I. 30.)

Felhasználási szerződés a Hunyadi Mátyás Általános Iskola átépítésére vonatkozóan – határozat módosítása

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete úgy dönt, hogy a 8/2017. (II.15.) sz. határozatban vállalt összeget fenntartja, a 125/2018. (X.31.) sz. határozatát módosítja, és hozzájárul a határozat mellékletét képező felhasználási szerződés aláírásához. Felhatalmazza a polgármestert a szerződés aláírására.

10/2019. (I. 30.)

Intézményi munkamegosztási és együttműködési megállapodások felülvizsgálata

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete hozzájárul ahhoz, hogy a Solymári Polgármesteri Hivatal a Solymári Óvoda-Bölcsődével együttműködési megállapodást írjon alá a Solymári Óvoda-Bölcsőde gazdasági feladatainak ellátására.

11/2019. (I. 30.)

Intézményi munkamegosztási és együttműködési megállapodások felülvizsgálata – Apáczai Csere János Művelődési Ház Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete hozzájárul ahhoz, hogy a Solymári Polgármesteri Hivatal az Apáczai Csere János Művelődési Házal együttműködési megállapodást írjon alá az Apáczai Csere János Művelődési Ház gazdasági feladatainak ellátására.

12/2019. (I. 30.)

Intézményi munkamegosztási és együttműködési megállapodások felülvizsgálata

– Ezüstkor Szociális Gondozó Központ Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete hozzájárul ahhoz, hogy a Solymári Polgármesteri Hivatal az Ezüstkor Szociális Gondozó Központtal együttműködési megállapodást írjon alá az Ezüstkor Szociális Gondozó Központ gazdasági feladatainak ellátására.

13/2019. (I. 30.)

Intézményi munkamegosztási és együttműködési megállapodások felülvizsgálata – Lustige Zwerge Német Nemzetiségi Óvoda

Solymár Nagyközség Önkormányzatának Képviselő-testülete hozzájárul ahhoz, hogy a Solymári Polgármesteri Hivatal a Lustige Zwerge Német Nemzetiségi Óvodával együttműködési megállapodást írjon alá a Lustige Zwerge Német Nemzetiségi Óvoda gazdasági feladatainak ellátására.

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) 947-5667-es
telefonszámon**

Patay Nikolett gyógytornász

Solymár, Törökkút u. 24.

**Bejelentkezés:
(30) 495-9506**

www.gyogytorna-centrum.hu

Ezúton szeretnénk köszönetet mondani
mindazoknak, akik részt vettek

Dezsényi Bernátné
temetésén

Drága emlékét szívünkben őrizzük.
A gyászoló család



**GYÓGYÁSZATI ÉS
EGÉSZSÉG BOLT**

Solymár
70-3399322

www.gyogyszatiszakbolt.hu

Temetkezési szolgáltatások

Consolor Bt. / NURSE 2000 Bt.

Iroda:

2083 Solymár, József A. u. 2/A

Tel.: (30) 982-5113

Ügyelet: éjjel-nappal

(30) 986-5639

(30) 442-1385

Dr. Vajda Adrienne

bőrgyógyász – kozmetológus
klinikai onkológus,
patológus szakorvos

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

Rendelés minden szerdán
17–19 óráig

Cím:

**Solymár, Tersztyánszky út 48.
Bejelentkezés: (20) 981-8647**

KOZMETIKUS

Tel.: (30) 549-1536



Balogh Ildikó kozmetikus

- Belico bőrpépítő kozmetikum
- Tű nélküli mezoterápia
- Rádiófrekvenciás
bőrreszesítés
- Anti-aging kezelések
- Savas hámlasztások
- Szempillalifting



**GYÓGYÁSZATI ÉS
EGÉSZSÉG BOLT**

**Lúdtalpbetét
készítése egyedi
méretek alapján
számítógépes
talpívizsgálattal**



Cím: Solymár, Vasút u. 62.
Tel: 70-3399322
www.gyogyszatiszakbolt.hu

FOGORVOSI magánrendelés SPORT DENTAL Kft.

**Dr. Csekeő Marianne
Dr. Schneeberger Csaba**

2083 Solymár, Sport utca 67.

- Teljes körű fogorvosi ellátás
- Implantációs háttér
- PANORAMA RÖNTGEN

sportdental.hu

**Bejelentkezés:
(26) 361-091, (30) 230-9090**

KÁRPITOS, BÚTORASZTALOS



**Kárpitozás, bútorasztalos munkák,
díjtalan felméréssel!**

Modern és régi bútorok kárpitozása, felújítása, Konyhabútor, beépített szekrény, szobabútor és bármilyen bútor készítése, amire egy lakásban, irodában rendelődően szükség lehet.



Beke Balázs
asztalos,
kárpitos

**Bútorszövetek most
nagykereskedelmi
áron!**

Tel: 06-30/934-8458
www.butorcons.hu

GERINCTORNA LAZÍTÁSSAL

Az egész testet átmozgató, egyszerű gyakorlatok erősítik, nyújtják, ellazítják a hátizmait és a gerinc melletti területet.

Apáczai Csere János Műv.Ház.

Solymár Templom tér 25.

Kedden 9.00–10.30-ig

Érdeklődni: Bolla Magdolna

Tel.: 06 (30) 402-4657

ÉRSEBÉSZETI RENDELÉS

Visszér- és érszűkület
szűrővizsgálat és kezelés

Dr. MOGÁN ISTVÁN
érsebész főorvos

MÁRIA MEDICAL
magánrendelő,

1028 Budapest, Hidegkúti út 82.

Hétfő: 15.00–18.00

Előjegyzés: (20) 396-8855

„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:

permetszerek, lemosó permetek, vetőmagok,
bojler alkatrészek, elemek nagy választékban kaphatók,
viaszos vásznak, impregnált vászon terítők,
ajándék tasakok.

Szolgáltatásaink:

óralemcseré (óraban, távszabályzóban, kapunyitóban, stb.), óraszíjcsere,
láncfűrész-láncélezés, szerszám nyelvezése, élezése, tintapátron és toner
töltése, bélyegző készítése. Házhoz szállítást megbeszélés alapján vállalunk.

Speedfitness

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

Nyitva tartás: bejelentkezésre

Fitlife Stúdió

Solymár, József Attila u. 16.

Tel.: (30) 915-9390

Jóga

A kortalan test titka

Lehetőség van privát- és választott időpontú kiscsoportos órákra is!

Helyszín:

Fitlife Stúdió

Solymár, József Attila u. 16.

Időpontok:

kedd: 18.30

csüt.: 9.00 és 18.30

További információk:

(30) 915-9390

DUGULÁSELHÁRÍTÁS

Ne bontson, hívjon!

WC-k, mosogatók,
padlóösszefolyók,
mosdók, csatornák
szakszerű tisztítása,
javítása.
Mindennap garanciával,
nyugdíjaskedvezményel.
**Kamerás
hibamegállapítás!**

TÓTH LÁSZLÓ

Tel.: (20) 342-9064

FAVÁGÁS ALPINISTA TECHNIKÁVAL



Veszélyes fák
kivágása,
lombkorona-
alakítás.

Solymári
vállalkozó,
sok éves
tapasztalattal,
garancia
vállalással

(20) 234 18 28



KÖNYVKÖTÉSZET
SOLYMÁRON

Megtalálható:

a Rákóczi utca végén, a
Mercedes-szervíz bejáratával
szemben.

Tel.: (26) 361-739

Mobil: (30) 251-9288

Solymári

ÁCS, BÁDOGOS TETŐFEDŐ

Javítástól az új tetőig!

www.tetoking.hu

Kőművesmunkát és
szerkezetépítést is vállalunk.

Tel.: (30) 924-2690

Hirmondó

Hirdessen a Solymári Hirmondóban!

Hirdetésfelvétel:

(26) 631-895, (30) 199-0879

E-mail: solymarert@gmail.com

HŰTŐ- ÉS FAGYASZTÓGÉP JAVÍTÁS

Hűtőjavítás GARANCIÁVAL,
hétvégén is!

Nyugdíjasoknak kedvezmény.

Klímaszerelés, karbantartás.

Tel.: 06 (20) 348-6218

VILLANSZERELÉS AUTOMATIZÁLÁS OKOS HÁZ

ELMŰ-ÉMÁSZ
ajánlott szerelő

Sokéves tapasztalatunkkal, ingyenes felméréssel
segítünk a tervezésben és megvalósítjuk
elképzeléseit. Keressen minket bizalommal!

Dénes Szabolcs: 06 20 771 3128

Tobai László: 06 70 535 4358

Kertépítés

teljes kivitelezése

az alaptól a befejezésig!

Öntözőrendszerek,
gyepszórókezelés, fűmagvetés,
sziklakertek, támfalak, kerti utak,
kerti tavak, patakok építése,
dísznövények telepítése.

Ingyenes felmérés és árajánlat!
10 éve Solymáron és környékén.

Tel.: (20) 374-9442

Szócs Miklós

Referenciák:

<https://facebook.com/szuperkertek>

DUGULÁSELHÁRÍTÁS

Lakásban
lefolyók, vezetékek
tisztítása

Víz-, fűtés- és gázvezeték-
SZERELÉS

Csatornabekötést
is vállalok.

Telefon:

(26) 360-539

(30) 931-2051



Íny sorvadása van? Megoldjuk a problémáját!

Szeretettel várom Önöket 400m² es Budai Magánrendelőmben a Déli Pályaudvarnál. Ultramodern fogászatunkon egyéni kezelési terv alapján megoldást nyújtunk minden fogászati problémára.

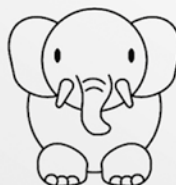
Cím: 1013 Budapest, Krisztina körút 39/b **Telefon:** 061 225 00 55
E-mail: info@imperialdental.hu **Web:** www.imperialdental.hu



ÚJ HELYEN

Szemészet

**Gyerek és felnőtt
szemészeti magánrendelés kórházi és műtéti háttérrel**



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

Nagykovácsi, Kossuth L. u. 33.

BEJELENTKEZÉS:

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

www.szemfenzemeszet.hu

Solymári Gyógyszertár

2083 Solymár, Rákóczi utca 2.

Tel.: (26) 360-160, Bejelentkezés: (30) 494-7316

NYITVA TARTÁS: HÉTFŐ-PÉNTEK: 7.45 – 18.30
SZOMBAT: 7.45 – 12.30
VASÁRNAP: ZÁRVA

INGYENES HÁZHOZSZÁLLÍTÁS!
HAVONTA MEGÚJULÓ AKCIÓS ÚJSÁG!

A MORA® állapotfelmérés és terápia

A MORA® állapotfelmérés és terápia 30 éve világszerte sikeresen alkalmazott biofizikai módszer.

Állapotfelméréssel a szervezetünket terhelő tényezők (geopátia, kórokozók, környezeti mérgek, élelmiszerek, stb.) szűrhetők ki, akár még az előtt, hogy azok funkcionális vagy szervi elváltozást okoznának – tehát kiváló prevenciósi lehetőség. Ezzel párhuzamosan szervezetünk energetikai egyensúlya is tesztelhető (szervek működése, hormonrendszer, anyagcsere, stb.).

A MORA® terápia nemcsak felismeri testünk kóros rezgéseit, hanem azokat ellentétükre fordítva semlegesíti is azokat, így segítve testünk öngyógyító képességét. Főleg a következő betegségecsoportok esetén fordulnak hozzáink: légúti és táplálék allergiák/intoleranciák, akut és krónikus fájdalom, akut és krónikus fertőzések, anyagcserezavarok. A módszer fájdalom- és mellékhatás mentes. Kiválóan kombinálható klinikai vagy egyéb természetgyógyászati módszerekkel.

Szeretettel várjuk a gyógyulni vágyókat!
Bejelentkezés: (26) 360-160

§ 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

DUGULÁSELHÁRÍTÁS

facebook:

Gabó duguláselhárítás

0-24, hétfőtől vasárnapig

Mosogatók, WC-k, csatornák
duguláselhárítása, takarítása
bontás nélkül

Hívjon bizalommal!

Telefon:
+36 (70) 624-2081

KLÍMA

Klíma szerelése, telepítése,
inverteres klíma forgalmazása,
(hűtő-fűtő típus),
klíma karbantartás, tisztítás,
fertőtlenítés, javítás

ELÉRHETŐSÉG:
06-30-262-66-18

RENDKÍVÜLI AJÁNLAT A REZSNÁK OPTIKÁBAN!

Második szemüveg AJÁNDÉKBA

akár Önnek,
rokonának,
ismerősének
látásvizsgálattal!

Az akció 2019 február 1-től
visszavonásig tart.
Komplett szemüveg
vásárlása esetén érvényes.
Részletek az üzletben.



REZSNÁK OPTIKA SOLYMÁR: 26/330-314

Nyitva tartás: hétfő - péntek: 10-18 óráig • www.rezsnakoptika.hu
Terstyánszky és Széles utca sarok

Egy tökéletes ajándék!

Lepje meg családtagjait, barátait vagy
kollégáit THAI masszázsalvával!

2083 Solymár, Mátyás király út 22
06 30 855 7576



AJÁNDÉKUTALVÁNY

Nálunk már megjött a nyuszi!



A nyúlfarknyi árak mellé friss, finom húsvéti foszlós kalácsot hozott!

Vegye-vigye, április 11.-17. között!

A hirdetés felmutatója 23. és 27. között is!

Kellemes húsvéti ünnepeket kívánunk!

Cím: Solymár, Mátyás király út 11. VÁRHEGY ÜZLETHÁZ
Nyitva: K.-P. 10.00-17.30
Szo.: 9.30-12.30
Tel.: 0626363488
06202184844

Kisebb víz és Villanszerelés

Otthoni szervízmunkák



vizvi.webnode.hu

Tel:06703365615

Góliát Gumiklinika
ÚJ ÉS HASZNÁLT ABRONCSOK
EXTREM MÉRTEKBEK IS!

Nyitva:
H-P: 8⁰⁰-17⁰⁰
Szo: 8⁰⁰-12³⁰
V: zárva

2085 Pilisvörösvár, Budai út 18/A
(Toyota kereskedés mellett)
Tel.: (+36) 30/606-5921, (06) 26/331-897
Szerelés: - lemezfelni 1750 Ft/db-tól,
- alufelni 2150 Ft/db-tól.
Szervízünkben a raktárról vásárolt új abroncsok szerelése díjmentes.
Áraink az Áfa-t tartalmazzák.
www.goliatgumi.hu

Solymári
Hírmondó
Hirdessen a Solymári Hírmondóban!
Hirdetésfelvétel:
(26) 631-895, (30) 199-0879
E-mail: solymarert@gmail.com

UNIX
AUTÓALKATRÉSZEK
„AZ ÉV MAGYAR VÁLLALATA”
KÖSZÖNJÜK PARTNEREINKNEK! www.unixauto.hu

Az UNIX AUTÓ Kft.
SOLYMÁRI TELEPHELYE
„B” kategóriás jogosítvánnyal
és 2-3 év tapasztalattal

ALKATRÉS Z KISZÁLLÍTÓKAT KERES

- Kiemelkedő jövedelem, rendszeres bérfejlesztés, kiszámítható munkaidő
- Munkaruha, mobil, fejlődési lehetőség

CSATLAKOZZ HOZZÁNK!
Jelentkezni e-mailben vagy telefonon:
hr@unixauto.hu
+36-30/8622774

MIT ÉRDEMES TUDNI A LEGGYAKORIBB FOGÁSZATI BEAVATKOZÁSOKRÓL?

Szuvas fog kezelése fogtöméssel

Mit érdemes tudnom?

- Ha nem kezeljük időben, a felszíni apró lyukas rész alatt jóval nagyobb területű szuvasodás is kialakulhat, akár az íny alatt is
- Eleinte tünetmentes, de áruklódó jelei lehetnek az érzékenysé vált fogak, vagy a fogfelszín kisebb elszíneződése, kifehéredése, fájdalom vagy kellemetlen lehelet
- Kialakulása megelőzhető és kiszűrhető fogászati ellenőrzéssel
- Kezelés során a suvas részt eltávolítjuk, így azonnal megakadályozzuk a további romlást és fogfájást, végül magas minőségű esztétikus, fehér fényre kötő tömést készítünk
- A régi amalgám tömések cseréje esztétikus fehér tömésre egészségügyi szempontból is javasolt
- Az esztétikus fehér fogtömés élethű és tartós
- Korszerű Inlay-Onlay betéttel is megoldható a fog felépítése

Fogagybetegségek, fogíny gyógyítása parodontológiai kezeléssel

Mit érdemes tudnom?

- Alattomos népbetegség, mert legtöbbször érinti mégsem ismerjük fel időben
- Sokan nem tudják, hogy ez a betegség a fő oka fogaink elvesztésének, pedig elkerülhető lenne
- Fogínyvérzés fogmosáskor egy kezdeti áruklódó jel lehet
- Érzékenysé vált fogak, rossz lehelet, duzzadt vörös íny, mozgó fogak egyre komolyabb tünetek
- Csontfelszívódást okoz, az íny felszíne alatt fejt ki igazán káros hatását, ezért később csontpótlás lehet szükséges
- Fogaink elvesztése igenis megállítható parodontológiai kezeléssel
- A visszahúzódt íny kisműtéssel korrigálható parodontológus fogszakorvos által

Elszíneződött, letöredezett vagy szabálytalan fogak esztétikai megoldásai

Milyen megoldások vannak?

- Elszíneződések esetén rendelői fogfehérítéssel azonnal látható eredményeket érünk el
- Letöredezett, lekopott fogaknál a legjobb megoldás cirkon vagy kerámia korona lehet akár a teljes fogazatra
- Kisebb tökéletlenségek esetén esztétikai héjak ideális megoldást nyújtanak a szembetűnő frontfogaknál
- Esztétikus koronával az egyes fogak megjelenése és funkciója újra tökéletes lesz
- Fogszabályozással, bármilyen életkorban feltűnő eredményt érhetünk el, rövid idő alatt

Szabálytalan fogazat tökéletesítése fogszabályozással

Mit érdemes tudnom?

- A fogszabályozás több mint esztétikai megoldás, hiszen az állkapocsizületet, harapási rendellenességeket és fogaink egészségét is érinti
- A torlódott fogak könnyebben romlanak, mert azokat nehezebb tisztán tartani
- Fogszabályozó viselete nem jár fájdalommal
- Nem károsítja a fogzománcot
- Nem jár feltétlenül foghúzással
- Esztétikus, divatos megjelenésű vagy láthatatlan, rögzített és kivehető is lehet
- Felnőtt korban is tökéletesen lehet szabályozni fogainkat
- Már egy éven belül látványos eredményeket érhetünk el

Fogeltávolítás fájdalommentes, szájsebészeti úton

Mit érdemes tudnom?

- A szájsebészet lehet teljesen fájdalommentes
- Menthetetlen fog esetén szükséges lehet annak eltávolítása
- Gyakran a rendellenes bölcsességfog a gond, ami a többi fogunk torlódását okozza
- Akár a szomszédos egészséges fog észrevétlen szuvasodását eredményezheti
- Egy részben előbújt bölcsességfog könnyen el is fertőződhet, az pedig fájdalommal jár
- A bölcsességfog eltávolítás nélkül okozhat helyi gyulladást, szájjárat, lázat
- Fogeltávolítás lehet szükséges súlyos ínybetegségnél, vagy kiterjedt fogszuvasodásnál
- Egyes fogszabályozási eljárások sikere érdekében szükséges lehet a fogeltávolítás
- A legkorszerűbb érzéstelenítővel semmilyen fájdalmat nem érezhet

A kellemetlen lehelet megszüntethető fogköeltávolítással

Mit érdemes tudnom?

- A fogkö eltávolításával egy csapásra megszűnhet a kellemetlen lehelet
- A fogínygyulladásról is megszabadulhatunk, amit a fogkö irritáló hatása okozhat
- Világosabbak lesznek fogaink a káros lerakódás nélkül
- Utána a baktériumok még nehezebben tapadnak meg a polírozás hatására
- Az ultrahangos fogköeltávolítás fájdalommentes és gyors
- A javuló szájhigiéné az önbizalmunkat is növeli
- Egyben fogászati ellenőrzést és szájjápolási tanácsadást is végzünk

Gyulladt, elhalt fog megmentése gyökérkezeléssel

Mit érdemes tudnom?

- Gyökérkezelés akkor szükséges amikor fogunk elhal
- A fog koronája sérült vagy hiányzik
- Gyulladás van a fog belsejében amit fájdalom kísér
- Háttérben a fog sérülése vagy elmélyült fogszuvasodás állhat
- Gyökércsúcs tályogot, csontfelszívódást is okozhat
- Jellemző az érintett fog elszíneződése, sötétedése, túlzott érzékenysége, vagy teljes érzéketlensége
- Kezeléssel először a gyulladást csökkentjük így a fájdalom megszűnik, a fertőzött részt eltávolítjuk, fertőtlenítő gyógyszerrel kezeljük.
- A gyökértömést elvégezzük, a fog felszínét esztétikus tömással vagy koronával látjuk el.
- Régi gyökértömések néha cseréje szorulnak
- Már az első kezeléssel minimalizálható a fájdalom
- Maga a gyökérkezelés fájdalommentesen végezhető

Foghiány és annak esztétikus pótlási lehetőségei

Mit érdemes tudnom?

- Esztétikus koronával célszerű ellátni a súlyosan károsodott fogakat
- Hidakkal és ráépülő koronákkal kisebb foghiányok lesznek újra tökéletesek
- Körhidakkal a teljes fogív fixen pótolható
- A korszerűen készített műfogorv élethűbb, időtállóbb és kényelmesebb megoldást nyújt
- Implantátumokkal egyes foghiányoktól kezdve akár a teljes fogazat pótolható
- Már 2 implantátummal tökéletesen fixálható a kivehető fogorv

Világosabb fogak fogfehérítéssel

Mit érdemes tudnom?

- A rendelői fogfehérítés már egyetlen alkalommal szemmel láthatóan világosítja a fogakat
- A LED-lámpás eljárás biztonságosan alkalmazható
- A fehérítés eredménye tartós
- A kezelés megismétlése a táplálkozás és életmód függvényében egyénenként eltérő lehet
- A tökéletes hatásért előtte el kell távolítani a fogkövet
- Egyben fogászati ellenőrzést és szájjápolási tanácsadást is végzünk
- Teljesen fájdalommentes és nagyon hatékony módszer



Nem mindegy kihez fordul: szakorvosaink és dentálhigiénikusaink készséggel segítenek a felmerülő kérdéseiben.

Hildent®

Hildent Fogorvosi Rendelő
WWW.HILDENT.HU
INFO@HILDENT.HU
2083 Solymár
Törökkút utca 22.

TELJES KÖRŰ FOGÁSZAT SOLYMÁRON

BÍZZA RÁ MAGÁT TÖBB ÉVTIZEDES SZAKMAI TAPASZTALATUKRA,
DR. TAMÁS HILDA FOGSZAKORVOS VEZETÉSÉVEL!

Bejelentkezés ingyenes konzultációra:
+36 26 360 058 +36 70 539 7215

ESZTÉTIKAI FOGÁSZAT • IMPLANTOLÓGIA • FOGSZABÁLYOZÁS • FOGPÓTLÁSOK • SZÁJSEBÉSZET • PARODONTOLÓGIA