

Zsákfalvi Riporter



Tanulunk vigyázni egymásra

Bár Pilisborosjenő a rendőrségi statisztikák szerint közlekedésbiztonság szempontjából is átlagon felüli hely, mi a Zsákfalvinál sok rizikós helyzetet tapasztalunk nap mint nap. Körbejártuk a falut Apáti Szabolcs körzeti megbízott rendőrrel és olvasóinkat is bevontuk annak érdekében, hogy összegyűjtsük a balesetveszélyes helyszíneket faluszerte. Hisszük, hogy lassan menni menő! És, hogy tartozunk annyival egymásnak, hogy 10 másodperc előnyért nem veszélyeztetjük a szomszéd gyerek életét. Arról nem is beszélve, hogy lassan hajtva számtalan lehetőségünk kínálkozik rá, hogy ne csak magunkra, de másokra is figyeljünk. Elsőbbséget adhatunk a jobbkezes utcából érkezőknek, megóvhatjuk a szűk járdán (vagy annak hiányában az úttesten) közlekedő gyalogosokat, figyelhetünk a biciklisekre, és előzékenyek lehetünk egymással.

Futás az erdőbe!

Kamarás Marcell útja a pár perces kocogástól az 56 km-es, 1800 m szintemelkedéses terepfutásig – 10. old.

Egy pince mind felett

Induló helytörténeti rovatunkban Stampf Ferenc 1896-ban vásárolt borpincéjét mutatjuk be – 16. old.

Hogyan tovább MEDITOP?

Egy évvel interjúkat követően ismét rákérdeztünk, hogyan haladnak terveikkel, mi történt az elmúlt hónapokban – 9. old.

Táboroz(tat)ni jó!

Igy segítenek az ifik a táboroztatásban, ha a táborozást már kinőtték – 7. old.

A művésznév kötelez

A falunkbeli kiváló blues muzsikuss, K. C. Brown portréja – 12. old

Üzenet a pizzás dobozon

Éttermi körképünkben ezúttal a tavaly nyílt Funny Burger & Pizza mutatjuk be – 8. old.

Ámokfutó gyorshajtók vagy hazaérve lelassuló sofőrök uralják a borosjenői utakat?

Ki más tudna objektív adatokkal segíteni a fenti kérdés tisztázásában, mint rendőrünk, Apáti Szabolcs rendőr zászlós körzeti megbízott, ezért hozzá fordultunk, abban bízva, hogy információkon kívül jótanácsokkal is ellát majd minket. Augusztus 21-én, az egészségház parkolójában találkoztunk, társa Gál Krisztián rendőr zászlós is velünk tartott.

Szabolcs a rendőrségi rendszerből kigyűjtötte 2020. január 1-től azokat a baleseteket, amelyekben történt rendőri intézkedés. Másfél év alatt mindössze három ilyen volt: egy a Fő úton, egy Budai úton és egy a 11-esen. Az egyéb esetekről, például egyszerű „betétlappal” elintézt koccanásokról sajnos nincs is információjuk.

A balesetek alacsony száma azonban nem csak az égieknek köszönhető, nyilvánvalóan a járvány miatti „csökkentett üzemmód” is hatással volt a kedvező adatokra.

Mondhatjuk, hogy a külső Budai út veszélyes hely, vagy a faluban sok a gyorshajtó, de mindez – szerencsére – a rendőrségi statisztikákból néz-

ve nem látszik. Szabolcs személyes megítélése szerint Pilisborosjenő a környező településekhez képest kifejezetten jó helyzetben van. „Van persze néhány ember, akinek változtatni kellene a közlekedés kultúráján.” – mondja, aztán kifejti: rossz beidegződéseinket leginkább azért nehéz megváltoztatni, mert a legtöbben ösztönösen közlekedünk, és

„Van néhány ember, akinek változtatni kellene a közlekedés kultúráján.

ez igaz a parkolásra is. A hegyvidéki településekre ráadásul jellemző, hogy a szűk utcák miatt mindenki úgy parkol, ahogy tud. Így viszonylag alacsony a szabályosan várakozó gépjárművek aránya.

Rendőrautóból nézve

Arra kérjük Szabolcsot, mutasson minket egy körre, hogy sorra vegyünk néhány konkrét helyzetet és forgalmi szituációt. Pár perc múlva már a rendőrségi Suzuki hátsó ülésén ülünk és a Rózsa utcán hajtunk felfelé. Jelentős forgalmához képest helyenként igencsak szűk utca ez, ahol gyakorta ráparkolnak a járdára, tovább szűkítve azt. Bár a lekerekített útpadka is erre csábít, Szabolcs felhívja rá figyelmünket, hogy járdán csak olyan helyen szabad parkolni, ahol ezt tábla engedi meg. A Rózsa utca felhajtást segítő padkája éppen a szűkületekben való ellenkező irányú forgalom áthaladását hivatott segíteni, nem pedig a parkolást, ami csak tovább nehezíti azt. Bár hozzá kell tennünk, az autósoknak kölcsönadott járda a gyalogosok szempontjából teszi veszélyessé ezt az útszakaszt, de minimum diszkomfortossá.

Tovább haladunk, a Temető utca Rózsa utca sarkán állunk meg egy pillanatra. Ezt a kereszteződést Szabolcs kifejezetten balesetveszélyesnek tartja. Ehhez a korábban rendszeres szabálytalan parkolás is hozzájárult, amelyet Szabolcs – többszöri figyelmeztetés után –, végül csak büntetéssel tudott be- szüntetni.

Nem büntet, ha nem muszáj

Bár minden szabálysértés esetén intézkednie kellene, rendőrünk igyekszik mérlegelni, figyelembe venni a helyi adottságokat, az önkormányzattal is rendszeres kapcsolatban áll, és ha egy helyzet mindenképpen beavatkozást igényel, elsőre akkor is inkább csak figyelmeztet.



írta:
Kádár Viktor
kadarviktor@2097.hu

Lassan menni menő!

Hova sietnél, amikor otthon vagy, a saját faludban?

A Pilisborosjenő tábla és a Kevélyhegyi út sorompója között is mindössze 5 perc az út! Hát van értelme a kellemes 35-40 helyett 50-60-nal, ne adj' isten 70-nel zúzni?

Lassulj le, hogy észrevehesd a kiszaladó cicát, meg tudj állni a kiguruló labda előtt, köszönhess egy kedves falubeli ismerősnek, vagy kiszűrhasd, ha valami megváltozott a környéken!

Mégis mennyit nyersz a tempón? 15 másodpercet? Vagy húszat? Minek? Hova? Miért? Vedd észre, hogy csak a stressz nyomatja befelé veled a pedált! Végy egy mély levegőt, fújd ki és próbáld ki 30-cal, végig a falun! Akár reggel 7:35-kor is, igen. Elsőre furcsa érzés, zavar majd, hogy lesz, aki le akar tolni, mert ő még nem érzi azt, hogy mit jelent falun élni. Ahogy állítólag Bessenyei Ferenc csinálta: letekert ablakkal 15-20-szal – amibe fékezés nélkül fért bele, hogy megkérdezze Józsi bácsitól, hogy van a lába, és még a választ is meghallotta!

– kv –





Igyekszik jó kapcsolatot ápolni a lakossággal és mindenkit arra biztat, hogy ha problémát észlel, jelezze neki.

Mire ezt megbeszéljük, már a Szent Donáth utcán tartunk fölfelé. Lassan a lovas fennsíkhöz közeledünk, de szabályosan parkoló autót még nem láttunk, igaz, hogy erre a „luxusra” túlnyomó részt a lehetőség sem adott. Ahogy némileg szélesedik az út, úgy válik jellemzővé az adott szakaszon a relatív gyorsajtás. Ez azt jelenti, hogy ha a megengedett sebességet nem is lépi túl az autós, járda híján, közvetlenül a gyalogos – akár kisgyerekes család – mellett elhaladva a 35 km/órás tempó is száguldásnak hathat.

A meg nem adott jobbkezes

A Lucerna utcán lefordulunk a Szilva utcára, majd az Agyagbánya utcára. Ahogy legurulunk a Falóhoz, éppen nem jön senki, pedig kíváncsi lennék, vajon a rendőrautónak se adják-e meg itt a jobbkezet, mert nekem tizből kilencszer nem

szokták. Mondjuk nem csoda, az autós, aki a Fő utcát követve végighajt a falun, itt találkozik először jobbkezes utcával. A Falónál jobbra fordulunk a Teve-szíkla irányába, hogy bekukkantsunk, mennyi kocsi áll most szombaton az ideiglenes parkolóban. Alig néhány autót találunk, miközben a foci pálya mellett, a játszótér környékén rengetegen parkolnak kesze-kusza alakzatban az út szélén. Sokszor áthaladni is kihívás közöttük. Ennek sem nehéz meglátni az okát: hiányzik egy jól látható nagy tábla, amely a parkolóhoz irányítana.

Csorgunk vissza a faluba a Fő utcán, ahogy a víz szokott, amelynek most minden korábbinál átgondoltabb elvezetést készítettek a buszforduló előtti részen. Ott jártunkkor még nem volt kész az építkezés, az emiatt kialakult útszűkületbe való behajtást csak tovább nehezíti egy autós szabálytalan parkolása. Szabolcs figyelmeztetést helyez rá, ami nekem jó alkalom a fotózásra. (A figyelmeztetésnek azonban sok foganatja ez esetben sem volt, az autó a következő hétvégén és a rá-

következőn is ugyanott parkolt.) A buszfordulónál jobbra fordulunk a Budai út elejére-végére, attól függ, honnan nézzük.

Célszerű egyirányúsítás

Szabolcs szerint is jó ötlet lenne egyirányúsítani ezt a különösen szűk részt a régi iskola és a buszforduló között. „Hogy melyik irányból, azt ki kellene tapasztalni télen, csúszós úton.” Elhagyjuk a postát és a Híd utcát, amelyet Szabolcs szerint a helyiek – bármilyen veszélyes is – megtanultak használni.

„Közvetlenül a gyalogos – akár kisgyerekes család – mellett elhaladva a 35 km/órás tempó is száguldásnak hathat.

Savanyúan ugrik be, mennyire igaz van, az én autót is egy turista törte itt össze. „A Budai út egyes mellékutcaira érdemes lenne tükröt kérni a köztől, mert némelyik kifejezetten nehezen belátható.”

Kiérünk a falu szélére, ahonnan már rálátunk a Budai út külső szakaszára, itt tervez Szabolcs sebességet mérni. „Sokan panaszkodnak ezen a szakaszon sebességtúllépésre. Itt 90 km/óra a megengedett, de ez nem azt jelenti, hogy muszáj is annyival menni.”

Az Ilona utcán áttérünk a Fő útra, kihajtunk a faluból, hogy ránézzünk a sulis előtti zebrára. Rendőrünk úgy látja, a sofőrök mára megszokták a zebrát, de nyáron, amikor megszűnik rajta a gyalogos forgalom, gyorsan el is szoknak tőle. Szeptembertől ezért reggelente kiemelt figyelmet fordít a gyermekek biztonságára.

Amikor a szülő hajt át a zebrán

„A legtöbb probléma meglepő módon éppen azokkal a szülőkkel van, akik késésben vannak.”

A Rákóczi utca lakói is a rendszeres túl nagy tempóra hívták fel Szabolcs figyelmét. Esetleg kikerülni való, a lassítást célzó virágáldák szolgálhatnának megoldással, amelyek Vörösváron és több pilisi településen beváltak – vetjük fel. „Nálunk a lejtős utcákon megvan a veszélye, hogy télen esetleg nekicsúsznak” – és a víz lefolyását is megnehezítenék, ezzel be is fejezzük a közös ötletelést.

Bár a külső településrészt nem látogatjuk meg, legalább szóba kerül. Szabolcs a Kövesbérce útról való kikanyarodáskor is óvatosságra int. Bizony, jó szolgálatot tenne itt egy besoroló sáv.

Nem is olyan rossz a helyzet?

Rendőrünkkel és társával töltött délelőttünk konklúziója, hogy Pilisborosjenő egyáltalán nincs olyan rossz helyzetben közlekedésbiztonság tekintetében, mint ahogy azt a Zsákfalvi szerkesztőségében gondoltuk. Gál Krisztián, aki Pilisjászfa-



Sajnos gyakori jelenség, hogy már bőven a falu lakott területén hajt egy sofőr, járművének tempóját mégsem akarózik csökkenteni

lun teljesít rendszeres szolgálatot, úgy látja, nálunk alig van probléma. Arrafelé hetente történik komoly baleset, mivel a 10-es út ottani szakaszán sokkal nagyobb és gyorsabb a forgalom, így sokkal gyakoribb az ütközés, de például a vadgázolás is. Krisztián szerint a zsákfalvi jelleg azon túl, hogy ide csak az jön, akinek itt van dolga, azt is eredményezi, hogy az ide hazaérkezők már a Budai úton kezdenek megnyugodni, lelassulni. Bízunk benne, hogy ők látják jól, és nem csak a Szentlélek jelenléte mentette meg falunkat az elmúlt években a személyi sérüléssel járó balesettől. Mi mindenesetre úgy gondoljuk, van még hová fejlődnie a falubeli lelassulásban.

Vigyázzunk egymásra!

közreműködött: Lévay Ákos



A hídon elsőként a Fő utca felől érkező jármű haladhat át, amelynek azonban egyből meg kell állnia, elzárva a hidat a szemből érkezőtől. A bal oldali sövényről nehéz balra kilátni.

Rázós közlekedési helyzetek, helyszínek

Hol érdemes elővigyázatosan közlekednünk a faluban – olvasóink beszámolóí, tippjei alapján

A Budai út keskeny kiépítése miatt számos kritikát kap. Az útpadka hiányosságai többször teremtettek veszélyhelyzetet, különösen latyakban, esőben tud veszélyes lenni a véletlen lehajtás. Ilyenkor visszakormányzás esetén a padka megütheti a kereket, amittől az autó befordulhat a szembe-sávba. Ugyanitt a kerékpárosok kerülésekor nehéz vigyázni a megfelelő oldaltávolság megtartására, gyalogosként vagy kerékpárosként viszont a láthatóságunk biztosítása életbevágó.

szélessége vagy akár csak a történelmi szerepe miatt is, mégis, ha külön tábla nem jelzi, akkor a szilárd burkolattal ellátott utak találkozása egyenrangú kereszteződés. A leggyakrabban felhozott példa a Rózsa utca, melyen ha elindulunk lefelé, rögtön az induláskor a Temető utcai kereszteződés két ága is egyenrangú, tehát jobbkezes. Fentről a Temető utca felé haladva elsőbbséget kell adnunk a Rózsa utcán felfelé közlekedőnek, akik közül sokan – feladatunkat nehezítve – a kanyart általában levágják. Ugyanitt lefelé hajtva



Ezt a faluvégi jobbkezes utcát tízből kilencen nem ismerik



Igyekezzünk lassan, a gyalogosokkal is előzőkenyen közlekedni a Rózsa utca szűkebbjeiben

zőknek. A Hunyadi utcán lefelé hajtva pedig arra kell figyelnünk, hogy a csekély forgalom és a lejtő ellenére nem száguldhatunk kedvünkre, hiszen nem csak a rossz állapotú járda miatt az út szélén közlekedő gyalogosokra kell vigyáznunk, hanem a két becsatlakozó utcán érkezőknek is elsőbbséget kell adnunk.

Van jó pár nehezen belátható kereszteződés a faluban. Van, ahol az elhelyezett tükrök próbálnak segíteni nekünk, de van, ahonnan hiányoznak, például a Hunyadi utca és a Fő út találkozásánál. Olvasóink kifejezetten nehéz kereszteződésnek írták le a Híd utca mindkét végét, ahonnan már számos koccanásról hallottunk. A Budai útra a Fő út felől felfutó utcák esetében a csekély be-



írta:
Lévay Ákos
ujtag@2097.hu

láthatóság mellett az utcák keskeny és meredek mivolta teszi nehezzé a közlekedésünket. Olvasóink szintén beláthatatlan kereszteződésnek írták le a Kántor utca és a Temető utca kereszteződését. Vigyázzunk, jobbkezes ez is, éppúgy, mint a közeli Iskola utca kereszteződése.

A keskeny utcák – még parkoló autók nélkül is – számos további helyen okoznak nehézséget. Egyik olvasóknak a Budai úton a Bodza utcánál volt balesete, ahol is a – feltehetően gyorsraajtó – szembejövő

” Sokan hajtának úgy, mintha ott kellene behozni a korábban a kátyúk és a többi közlekedő kerülgetésével elvesztegetett időt.

Beszámolókat kaptunk a jobbkezes kereszteződések által okozott nehéz helyzetekről. Ahol az egyenrangú kereszteződésben az autós számára – tévesen! – „adja magát”, hogy az egyik út fontosabb út, mint a másik, nos, ott igazán rázós helyzetek tudnak kialakulni. Bár fontosabbnak tűnhet egy út forgalma,

a nemrég felújított Patak utcán érkezőknek kell elsőbbséget adni, legyen az autós vagy kerékpáros. A fenti (új) óvodánál is – időszakosan – forgalmas kereszteződés alakult ki. Itt arra kell figyelnünk, hogy a játszótér irányából közelítve meg kell adnunk az elsőbbséget a foci-pálya mögül az Agyagbánya úton érke-



Egyes útszűkeleteknél csak az előzőkenység segít, és ha olykor magunkra vállalunk egy kis toleranciát, akkor is, ha egyébként úgy gondoljuk, nekünk járna az előny

elkerülésére már nem volt biztonságos lehetősége, így az autóját az út szélén a villanyoszlopon zúzta össze. Szerencsére nem sérült meg.

A Rózsa utca is híresen keskeny, két szakaszon is lehetetlen a szembejövők biztonságos és gyors elhaladása. A templom melletti kanyarban a parkoló autók és az út íve teremt nehéz helyzeteket, míg a Patak utcai kereszteződés alatt az utca olyan keskeny, hogy a kellően gyors autók gyakran csak a gyalogosok kárára tudnak egymás elkerülésére helyet találni. Paradox mó-

don van, ahol az út szélessége okoz problémát. A Szent Donát utcán felfelé, a kiszélesedése után sokan hajtanak úgy, mintha ott kellene behozni a korábban a kátyúk és a többi közlekedő kerülgetésével elvesztegetett időt.

A külső településrészen a 10-es útra történő autós felhajtás, illetve gyalogosan a buszmegálló megközelítése teremt nehezen teljesíthető kihívást. A megvalósítás alatt álló közlekedésbiztonsági VEKOP projekt nagy előrelépés lesz ezen a területen. Szintén a külső településrészen a

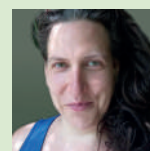
csúcsforgalomban a rossz minőségű utcákon rövidítő autósok nehezítik meg a többi közlekedő és ott lakó életét.

Érdekes, hogy a Határ úton is megnövekedett és felgyorsult az utóbbi időben az autós forgalom, nehézségeket teremtve ezzel a földúton a többi közlekedő számára. Hasonlóan, a lekövezett Erdő és Vár utcán is a megnövekedett forgalom által okozottakra érkezett panasz. Szintén a megnövekedett forgalomra és a relatív gyorsrajtásra érkezett több észrevétel az Ilona utca kapcsán.

Miként kezeljük egy balesetet?

Hogyan ne legyen nagyobb a baj?

A balesetek lélektana igen szerteágazó, a következő tanácsok a kisebb balesetekre koncentrálnak és mindkét fél (okozó – elszenvedő) számára hasznosak lehetnek.



írta:
Suskó Nikolett
ujzag@2097.hu

A balesetek lélektana igen szerteágazó, a következő tanácsok a kisebb balesetekre koncentrálnak és mindkét fél (okozó – elszenvedő) számára hasznosak lehetnek.

Ne essünk pánikba!

Az, hogy egy balesetben hogyan reagálunk, nem feltétlenül függ attól, hogy mióta vezetünk. Egy kisebb koccanásos élmény is nagyon ijesztő tud lenni, ha olyan a temperamentumunk, vagy ha még sosem éltünk át balesetet. Az ismeretlen, adrenalinus helyzetekben pedig az emberi viselkedés nehezen bejósolható. Ilyenkor ugyanis az érzelmek veszik át az irányítást. Egészen egyszerűen kiszorul a racionalitás, a logika és az észrvek. Ez a felfokozott állapot percekig eltarthat, de az élmény intenzitásától függően el is húzódhat. Minél gyorsabban nyerjük vissza az érzelmeink felett a kontrollt, annál erősebb a lélekjelenlétünk. Erre lehet készülni, de valójában csak éles helyzetben derül ki, hogy mennyire vagyunk jók ebben.

Ne a bizalomra építsünk!

Tudom, nem hangzik túl jól, de érdemes belegondolni, hogy a bizalom mekkora csapda lehet. Több erő is munkálkodik ebben a folyamatban, és ki tudja, hogy végül melyik nyer? Az egyik, hogy egészen kicsi korunktól tanuljuk azt, hogy megbízhatunk-e a világban vagy sem. Felnőtt korunkra többségünk eljut oda, szeretne hinni abban, hogy a világ jó és igazságos. De persze ez sem ilyen egyszerű, hiszen ott van egy másik jelentős erő, mely társadalmi szinten jelen van: több európai ország összehasonlító vizsgálatából kiderült, hogy mi, magyarok igen könnyen eltérünk a normák követésétől, a szabályok betartásától. S ha nincsenek megbízható keretek, akkor adódik a kérdés: vajon ki, milyen szabályokat követ és tart



Elsőbbségünk birtokában sem árt résen lennünk, hogy elkerüljünk egy ütközést.

be? Ha a norma ennyire instabil, sajnos megvan rá az esély, hogy a másik fél egészen más szabályok szerint játszik.

Ne magunkból induljunk ki!

Ez a tanács különösen azoknak megszívlelendő, akik már fogadkoztak maguknak, hogy „Többé nem leszek ilyen naiv!” Egyszerűen tudomásul kell vennünk, hogy ahány ember, annyi értékrend és gondolkodás. Még barátok között is megesis, hogy nem pont ugyanazt jelenti az 1x1. Miért is működne ez automatikusan egy idegennel? Amikor valaki azt mondja egy koccanás után, hogy „Köszönöm, hamarosan jelentkezem!” – ez vajon kinek mit jelent? Órák, napok, hetek? És ahogy csendesül az adrenalin, múlik a feszültség, egészen más meglátásba kerülhet a helyzet. Vannak olyan társadalmak, ahol az adott szónak, a kézfogásnak tényleg olyan ereje van, akár egy szerződésnek. A magyar társadalom nem ilyen beren-

dezkedésű. Ismerős valakinek a „kiskapu” vagy „próbétes rész” kifejezés?

Adjunk időt a helyzetnek!

Az eddigieket végiggondolva talán már ki-rajzolódott, hogy egy ilyen érzelmileg terhelt helyzetben (akár dühítően, akár ijesztően hat ránk) ne hozzunk hirtelen döntéseket. Az esetek 99%-ában igenis van idő arra, hogy úgy cselekedjünk, ahogyan az nekünk biztonságos. Ha nem vagyunk a helyzet kezelésében jártasak, fel is hívhatunk valakit. Nem kell engedni a sürgetésnek, nyomásnak. Attól nem leszünk rossz arcok, hogy szabályosan járunk el, hogy nyoma van a megállapodásoknak. Különösen ne engedjünk a burkolt, vagy akár nyílt megszegényítő megjegyzéseknek. Úgy tűnhet, hogy a helyzet tisztázásával csak az idő telik, de hosszútávon valószínűleg többet nyerünk vele, mint azzal, hogy rövidtávon „spóroltunk” 15 perccel.

„Mintha újra elmernénk hinni, hogy Borosjenőn is lehet szórakozni”

Peltzer Ferenc gitárművész, zenetanár portréja



A XX. század elején több rezesbanda is zenélt a faluban, aztán a beatkorszakban szintén nagy volt a zenei élet. Peltzer Ferenc gitárművész szerint az lenne a jó, ha egy ilyen faluban két-három helyi amatőr zenekar tudná szórakoztatni a helybelieket szombat esténként. A pilisborosjenői születésű gitártanárral beszélgettünk a gyerekkoráról, családról, a zenetanításról.



írta:
Demény Rózsa
ujzag@2097.hu

Egész nap csatangolt a barátaival a falu körüli erdőkben, olykor fel kellett másznia a Nagy-Kevély oldalába, a Szőlő utcába, ahol a falubeliek gyümölcsösei és földjei voltak, mert a gyerekeknek is be kellett szállni a kapálásba. Vasárnaponként végigjárták a sváb rokonokat, és utána betértek egy könnyű, finom gyümölcsös kockára a Meczler cukrászdába, amely a mai Bárdi Ödön sétányon állt. Egy ajtó jelzi a házon, hol volt a pékség-cukrászda bejárata. Azóta sem evett olyan jó orosz krémtortát nagy Budapesten, mint ott – mondja Peltzer Ferenc gitártanár, amikor arra kérem, meséljen a hatvanas évekről, a gyerekkoráról. Édesapja mérnök volt, édesanyja a falu óvónője, aki egyébként nemrég ünnepelte 92. születésnapját.

Amikor gyerek volt, mozi is működött Borosjenőn, és akkoriban több zenekart is ki tudott állítani a falu lakossága. Otthon is szólt a sramlizene, a bátyjával mindketten tanultak zenélni, Ferenc zongorázott, testvére harmonikázott. Felmenői között volt kántor-tanító és több amatőr zenész is.

„1968 nagy esemény volt a falu életében – meséli gyerekkori emlékeit felidézve –, akkor forgatták az Egri csillagokat, amit hosszú építkezés előzött meg. A díszlet felépítéséhez a faluban szedték össze az építőanyagot. Ha volt egy kőkupac valahol, azt megvették a filmesek. Így már az építkezésbe is belefolytak a helyiek. Sok falubeli statisztaként is bekerült a filmbe. Én szőke gyerek voltam, úgyhogy nem válogattak be, pedig az osztályom fele szerepelt benne. Két forintért körbevezették az érdeklődőket a díszletben, és a forgatást is nézhettük a domboldalról.”

Ferenc az általános iskola után elkerült Borosjenőről, a Petőfi Gimnázium tanulója lett, ahol az iskola kórusvezetője énekesi karriert jósolt neki, amitől nagy önbizalmat kapott. Ehhez jött

egy gitárkoncertélmény, amely annyira nagy hatással volt rá tizenévesen, hogy végül gitártanár-gitárművész lett egy vargabetű után. Szülei ugyanis szerették volna, ha van rendes polgári foglalkozása, ezért előbb elvégezte a Kereskedelmi Főiskolát. Ott ismerte meg feleségét, akinek ez az időszak szintén kitérő volt az életében, hiszen ő végül pszichológus lett, most a helyi iskolában dolgozik. Két lányuk született, a nagyobbik biomérnök, és emellett gyönyörűen énekel, a kisebbik logopédusnak tanul, ő sokáig csellózott. A zene fontos az egész család életében. Ferenc azt vallja: „A zene a lélek legfőbb támasza, és többet el lehet vele mondani minden szónál.” Tanárként gyakran találkozik a tehetség és szorgalom kérdéskörével. „Nehéz elengedni egy tanítványt, aki tehetséges, de mégsem akar zenész lenni. Az igazán tehetséges gyerek azonban nem bír ellenállni annak, hogy gyakoroljon, ezért valóban csak az tud zenész lenni, akiben mindkettő megvan.” A belvárosi Szabolcsi Benke Zeneiskola igazgatójaként úgy látja, hogy Kodálynak köszönhetően olyan jó zeneiskolai

„A zeneszerető ember zeneszeretővé fogja a gyermekét is nevelni, és ez így megy tovább generációról generációra.

hálózat épült ki Magyarországon, amilyen sehol máshol nincs a világon. Tanárként azt vallja, hogy egy gyermeket kamaszkoráig igenis a szüleinek kell motiválni, olykor nógatni, hogy tanuljon zenét. Aztán jön a fordulat az öntudatra ébredéssel, amikor kialakul a belső igény, és komolyra fordul a zenetanulás. Vagy nem jön a fordulat,

és akkor sok gyermek abbahagyja a zenélést. Ferenc próbálja a szülőkkel megértetni, hogy azt természetesnek veszik, hogy a gyerek 6-tól 7-ig uszodában van és úszik, azt viszont nem veszik természetesnek, hogy 3-tól 4-ig meg otthon gyakorol a választott hangszeren. „De nem is az a cél, hogy mindenki zenész legyen – mondja –, hanem, hogy zeneszerető emberek hagyják el a zeneiskolákat, és a zeneszerető ember zeneszeretővé fogja a gyermekét is nevelni, és ez így megy tovább generációról generációra. Az lenne a cél, hogy legyen két-három helyi amatőr zenekar Borosjenőn, mint régen, akik szombat esténként játszanak a Hajnali sörfőzőknél.”

„Régen a beatkorszakban a Reitter pince felett álló épületből kialakított, akkori művelődési házban sok amatőr zenekar fellépett, de aztán a város beszippantotta a fiatalokat, megszűntek a koncertek, a mozi, a cukrászda. De most mintha újra el mernénk hinni, hogy itt helyben is lehet szórakozni, és el lehet tölteni egy szombat estét” – mondja Peltzer Ferenc.

Bár a sváb gyökereitől némileg eltávolodott, nagyon büszke arra, hogy sváb családba született. Tisztelet a svábok szorgalmát, akik mindig a feladatot látják. Rendkívül hazaszerető, összetartó nép, hagyománytisztelők. Ferenc a testvérével együtt egy hatalmas munkán van túl, a szájhagyomány útján terjedő sváb dalokat kottázták le, ami egy történelmi utazás volt számukra.

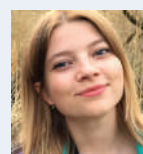
Ferenc a kilencvenes évek második felében költözött vissza a családjával a faluba. Panorámás telket kínáltak neki. Rögtön visszajött a kucorikapalás emléke, és arra gondolt, dehogyis akar ő minden nap felmászni a Nagy-Kevély oldalába. Ám meglepetésére a Budai úton kapta meg a gyönyörű panorámát, és mégis a központban tudtak építkezni. Ferenc 2002 és 2006 között a

helyi önkormányzat kulturális bizottságának tagjaként sokat tett azért, hogy falunkban is legyen zeneiskola. Az előző önkormányzati ciklusban pedig független képviselőként dolgozott a falu ügyeinek előreviteléért.

A 2000-es években létrejött a faluban a NobilArt Egyesület, amelyet helyi zeneszerzők, zenészek alapítottak. Több koncertet is adtak az elmúlt években. Ferenc a tanítás mellett soha nem volt annyira aktív zenész, mint ma-

napság. Kővári Eszter Sára énekes duóban járják az országot, szeptember elején a pilisborosjenői templomban is adtak koncertet az Ars Sacra fesztivál keretében.

Nyári táborok a segítő ifjúság szemével



írta:
Mogoróssy Lili
ujtag@2097.hu

Az embereknek általában több dolog jut eszükbe a nyárról: a pihenés, a szórakozás, nyaralások és persze a kihagyhatatlan nyári táborok! Egészen kicsi korom óta minden nyaramban benne volt minimum egy tábor. Voltam lovas táborokban, angoltáborokban és még sok más táborban is.

Am egy idő után, ahogy teltek az évek, már minden táborban a legidősebbek közé kerültem, és eljött az az idő, amikor már nem lehettem táborozó a gyerektáborokban, ezért „átálltam a másik oldalra”, és táboroztató, segítő lett belőlem.

Idén nyáron valami nagyon új dologba csöppentem, mivel Medvecki Réka felkért, hogy segítsék neki a MaNNA drámatábor szervezésében és lebonyolításában. Az idei évben a tábor itt, Pilisborosjenőn, a Mesevölgy óvodában rendezték meg, és bátran állíthatom, hogy minden résztvevőnek hatalmas élmény volt.

Számomra nagyon izgalmas volt betekinteni a táborszervezés világába, de a legszebb dolog mégis az volt, amikor megérkeztek a táborozók, és láttam, hogyan működik az, amit mi heteken át terveztünk előtte.

Feladatom volt a gyerekek fogadása reggelente és első nap a regisztrálásuk is. Utána pedig én voltam a mindenese ember. Segítettem, ha valakinek fáj valami, ha veszekedés volt, ha ebédelték, megkerestem az elhagyott táskákat, kulacsokat.

A faluban egyébként több tábor is zajlott a nyár folyamán, és a legtöbben dolgoztak hozzám hasonló fiatalok. Néhányukkal egy rövid interjú keretében beszélgettem arról, hogy mit is jelent számukra táboroztatni.

Valde Marcell a focitáborban volt segítő. Jó érzés volt számára, hogy a saját környezetében tudott sok, már korábban megismert emberrel együtt dolgozni. „Változatos feladataim voltak, segítettem és koordináltam a gyerekeket, vagy éppen csak figyeltem, nehogy bármi baj legyen. Mindenhova mentem én is a gyerekekkel, akár színházról volt szó az Egri váránál, akár egy jó kis fociról a játszótér mellett” – mesélte nekem. A napja reggel 9-től délután 4-ig tartott. „Így, segí-



forrás: Pilisborosjenő USC fb-oldal

tőként is nagyon sokat adott nekem ez a tábor, és biztos vagyok benne, hogy ha még lesz lehetőségem, ismét menni fogok.”

A Becsengő táborból Pavluska Lénával és Pavluska Lőrincel beszélgettem. Nekik az volt a feladatuk, hogy segítsenek a gyerekeknek tornázni, kézműveskedni. Ott voltak az étkezéseknél is, ahol szintén segítettek mindenkinek. „Idén voltunk először segítő szerepben és nagyon élveztük, hogy ezt a részét is megismerhettük a táborok világának. A tábor reggel 8-tól 4-ig tartott

” Hatalmas tapasztalat és egy kisajtó, amin át betekintést lehet nyerni a dolgozó felnőttek világába

és nagyon jó hangulatban telt, élveztük a társaságot, amiben voltunk. Biztosak vagyunk benne, hogy fogunk még táboroztatni akár a Becsengő táborban, akár más helyen kipróbálva magunkat” – mondták nekem. Lőrinc és Léna szerint nagyon tanulságos mindenki számára egy ilyen tábor, mivel érdekes a szervezés, jó a társaság és motivációt ad a munkához, hiszen itt a munka és a szórakozás szinte egybeolvad.

Balázs Noémivel a Bayarda lovas táborról beszélgettem, amelyhez én is sok jó nyári élményt köthetek, mivel pár éve dolgoztam ott segítőként.

Noémi feladata a gyerekek felügyelete, szórakoztatása és lovagoltatása volt. „Nagyon jól éreztem magam, sok gyermekkel ismerkedtem meg és én is mindenkitől tanultam valami újat. Számomra az egyik legszebb érzés, amikor látom, hogy egy hét alatt milyen változáson mennek át egy ilyen közegben a gyerekek. Nagyon sokat tudnak fejlődni, mind a közösségi élet, mind a lovaglás terén. Büszke is voltam, amikor láttam, hogy mennyit számít a befektetett munka!” – mesélte nekem. A táborok reggel 8-tól délután 4-ig tartottak. Noémi biztosan állítja, hogy fog még menni táboroztatni, mivel nagyon sokat ad neki egy ilyen tábor. Türelemre és együttmű-

ködére tanítja, hogy csapatban tudjon dolgozni a hozzá hasonló segítőkkal. És miért ajánlanád más fiataloknak, hogy menjenek dolgozni a nyári táborokba? – kérdeztem tőle. „Nagyon sok okot tudnék mondani, de kettőt emelnék most ki. Az egyik, hogy szerintem egy fiatal életében ez a tapasztalat fontos állomás lehet a személyisége fejlődésében. A másik ok, hogy ez egy hatalmas tapasztalat és egy kisajtó, amin át betekintést lehet nyerni a dolgozó felnőttek világába.”

Kőhegyi Anni az angol művészeti alkotótáborban volt segítő. Neki az volt a fő feladata, hogy angolul kommunikáljon a gyerekekkel, ezzel segítve őket a nyelv tanulásában. Ezen kívül játszott és kézműveskedett velük. „Szuper hét volt! Szeretek másoknak segíteni, emberek között lenni és használni az angol nyelvet. Aranyos kis barátokat szereztem, és mivel nekem már volt tapasztalatom a táboroztatásban, gyorsan megtaláltam a közös hangot a gyerekekkel. Sok-sok nevetésben, vidám pillanatban volt részünk” – mondta Anni. Számára hatalmas élmény volt a tábor, úgy érezte, hogy ő is nagyon sokat tanult a napok folyamán és mindenképpen menne jövőre is. „Azoknak a kortársaimnak ajánlom a táboroztatást, akik szeretnek gyerekekkel lenni, családi környezetben időt eltölteni. Szerintem aki ezt szereti, és van rá lehetősége, hogy segítő legyen, annak mindenképpen érdemes élnie vele. Hiszen csupa csodás kalanddal és élménnyel lehetnek gazdagabbak.”

Üzenet a pizzás dobozon

Közel egy éve nyílt meg a Funny Burger & Pizza piros ajtaja Külső-Pilisborosjenőn

De csak átvitt értelemben. Hiszen Csizmazia Adrienn a pandémia kellős közepén, 2020 végén vágott bele párjával egy álom megvalósításába. Úgy gondolta, ha azt túléljük, akkor már nagy baj nem lehet. Túlélték. Sőt!



írta és fotózta:

Viszkocsil Veronika

viszkocsil.veronika@2097.hu



CSA: Nem, nagyon siettem, úgyhogy nem maradtam le az első rendelésről. (nevet) Fél 12-kor csörrent meg először.

ZSR: Pilisborosjenőiek vagytok?

CSA: Nem, Budakeszin élünk. De nagyon szeretjük ezt a környéket, járunk kirándulni Solymárra, a Rózsika-forráshoz és a Teve-sziklához is. Én szívesen ide is költöznék, de a páromat egyelőre nem sikerült meggyőzőm.

ZSR: A csapat a kezdetektől ugyanaz?

CSA: A futároknál volt változás, de a szakácsok ugyanazok. Van külön burgeres és pizzás séfünk. Fejben már megvoltak az emberek, akikkel el tudtam volna képzelni a közös munkát, felhívtam őket, és jöttek. Megkérdezték, mi az elképzelésem, mondtam, hogy a prémium minőség. Ők meg elkezdtek sorolni, hogy ahhoz milyen lisztre, olajra, sóra stb. van szükségük, mi meg beszereztük. Nem akarok gagyit adni csak azért, mert úgy pár száz forinttal alacsonyabb árat tudok írni az étlapra. Az alapanyagok soha, de soha nem spórolunk. A buci kézműves, a hús sosem fagyasztott, és a szószainkat is házilag készítjük. A pizzáknak minden alkotóeleme Olaszországból érkezik. És ugyanígy nem kicsinyeskedem, ha valami hiba csúszik a gépezetbe. Akkor küldök egy másik pizzát ingyen, vagy adok ajándék deszertet, üdítőt. Sokkal fontosabb, hogy a vendég elégedett legyen és újra rendeljen. Mindig jót kell adni! Ha este 11-kor rendelnek, és fáradt vagy és mennél haza, akkor sem szabad összecsapni. Ezért is gondolkodom el mindig azon, hogy alkalmazzak-e egy üzletvezetőt. Heti 1-2 napra jó lenne, mert nagy a pörgés, csak a hétfő a szünnap. De félek, hogy más nem fogja felvenni a rendelést egy perccel zárás előtt. Én felveszem.

ZSR: Hogy érzed, bejötték a számításaitok?

CSA: Nyolc hónap távlatából nézve elégedett vagyok. Főleg úgy, hogy egy nagyon kemény időszakban kezdtük. Jók a visszajelzések, a neten csupa 5 csillagos véleményt kapunk, és sokan telefonon is felhívnak, hogy megköszönjék, megdicsérik az ételeket. Én sosem hívnék fel emiatt egy éttermet, ezért különösen jólesik. Sokan már barátként tekintenek rám, pedig igazából sosem találkoztunk, csak felveszem a rendelésüket. Megismerem a hangjukat a telefonban, fejből tudom a címüket, és ezt értékeli a vendégek. Meg azt is, hogy állatbarát hely vagyunk, jöhetnek a cicusok, kutyusok, unikornisok is.

ZSR: Házhozszállításnál mindig vicces üzeneteket írtok kézzel a dobozra. Ez az ötlet honnan jött?

CSA: Szeretem az üzeneteket. Anyukámnak mindig a tükörre írtam. A páromnak a zsebébe meg ide-oda rejtegetem. Az emberek szeretnek

üzeneteket kapni, szerintem még a legszívtelegebb ember is örül neki. Először csak úgy ráírtam a dobozokra, hogy „Nyami!” és hasonlók. Aztán már számítottak rá a vendégek. Szóval spontán alakult, de most már marad. Az utóbbi időben több helyről jött a kérdés, hogy miért nem nyomtatjuk az üzeneteket a dobozokra? Nem fogjuk! Ha már napi 2000 pizzát kell kiszállítanunk, lehet, hogy majd lesz erre egy ember, de akkor is kézzel lesznek ráírva az üzenetek, mert a kézírás az más, személyesebb.

ZSR: Még azt árul el nekem, hogy miért piros minden ajtó?

CSA: A párom szerette volna, mondván, hogy az emberek akkor majd azt tudják mondani, hogy „álljunk meg a piros ajtós helyen”.

ZSR: És az a piros bábu odakinn?

CSA: A párom apukájának szintén van egy étterme, ez a bábu ott volt. El akartuk kérni, de nem adta, úgyhogy elkezdtünk keresni egyet megvételre, és akkor meggondolta magát. Mindig az alkalomnak megfelelően felöltöztetjük, már előre kitaláltam, mikor mit fog viselni. Kicsit valóban félelmetes, olyan bárgyú mosolya van, de nem baj, mert sokan fényképezkednek vele, megosztják, és az jó nekünk.

ZSR: És ha újra be kell zárnotok a járvány miatt, akkor majd maszkot kap?

CSA: Nem gondoltam rá, de lopom az ötletet!

Aztán felpattan, hogy kivigyen egy burgert. Bár közben is többször elszaladt felvenni a helyben és telefonon érkező rendeléseket. Nem igazán



főnök, inkább csapattag. Adrienn ízig-vérig vendéglátós, a szó legjobb értelmében. Megnyugtató tudat, hogy vannak még olyan étteremtulajdonosok, akik úgy állnak a vendégekhez, mint ő. Még jobb, hogy csupán pár perc távolságra vagy egy telefonhívásra van tőlünk.

Jó ritmusban érkezem a 10-es út mellett található street food étterembe, mert egy autó sem jön éppen. Átfutok az úton és elmegyek a kissé ijesztő piros bábu mellett, amelynek most épp magyar zászló lóg a nyakában. Pont dél van, odakint az asztaloknál páran már az ebédüket várják. A bejáraton belépve, Adrienn keresem, mert még sosem találkoztunk. Gyorsan megtalálom, ő fogad ugyanis a pult mögött állva. Felvesz még gyorsan egy rendelést, aztán letelepszik velem szemben egy asztalhoz. Nem csak a beszéde, de a mozgása is gyors. Valahogy sejtem, hogy nem ma kezdte a szakmát.

CSA: Nagyon izgulok – mondja.

ZSR: Nem kell, nem vagyok én újságíró, csak dumálunk egy jót! – válaszolom, és nekiszegezem az első kérdést, ami adja magát azok után, amit pár perc alatt megtapasztaltam belőle. – Korábban is vendéglátóztál vagy honnan az ötlet?

CSA: Igen, több helyen is dolgoztam olasz étteremtől a cukrászdáig. Mindig álmom volt egy saját étterem. Mikor a páromat megismertem, kiderült, hogy neki is ez a vágya. Mindketten nagy burgeresek vagyunk, szerettünk volna egy jó burgerezőt csinálni. Elkezdtünk üzlethelyiségeket keresni és egy hirdetésben ráakadtunk erre a helyre. Eljöttünk kocsival, kukucskáltunk be az ablakon és tetszett, amit láttunk. Amikor mentünk aláírni a szerződést, a torkomban dobogott a szívem. Azért ez egy nagy lépés, tudod? Felújítottuk, berendeztük, a saját ízlésünkre formáltuk és tavaly december 11-én megnyitottunk. Közösségi média oldalakon már korábban elkezdtem posztolni, úgyhogy az első napon izgalommal vártam a rendeléseket. Csak a telefonom maradt otthon...

ZSR: És mit csináltál?

CSA: Hazaszaladtam érte.

ZSR: Volt már rajta nem fogadott hívás?

MEDITOP: Boldogulnak az átkötő út nélkül is?

Közel egy éve közzétünk interjút a helyi gyógyszeripari vállalat tulajdonosaival. Most ismét rákérdeztünk, hogyan haladnak terveikkel, mi történt az elmúlt hónapokban?



Írta:
Lévay Ákos
ujzag@2097.hu

Az önkormányzat áprilisban adta ki közleményét, amelyből kiderült, hogy ők a Nemzeti Infrastruktúra Fejlesztő Zrt. felé a Téglagyári út közepét (egészen pontosan a 3099 hrsz.-t) adták meg az ipartelepi átkötő út végpontjaként. Ezzel várhatóan lekerül a napirendről az állami beruházásban esetlegesen megépülő, jelentős teherforgalomra alkalmas, a Budai utat a Téglagyári úttal összekötő, Kövesbérc alatti nyomvonalú út megépítése. Mivel az április óta eltelt idő alatt az államigazgatástól nem érkezett híradás az ipartelepi út projekt változásairól, a MEDITOP Gyógyszeripari Kft. vezetőitől kértünk tájékoztatást arról, hogy a vállalat tervei a fentiekkel párhuzamosan miképpen változtak.

Dr. Ács Zoltán és Dr. Greskovits Dániel a társaság tulajdonosai és ügyvezetői tájékoztatásunkra elmondták, hogy folyamatban vannak a tárgyalások arról, pontosan milyen feltételekkel tud a MEDITOP Kft. a Téglagyári úti telephelyen, az új végpontú ipartelepi átkötő út melletti területen tulajdonosi pozícióba kerülni, hogy új logisztikai központ célú beruházásukat megkezdhesék. A tárgyalásokon a MEDITOP mellett a terület jelenlegi tulajdonosai vesznek részt, a telek egy része ugyanis a közelmúltban gazdát cserélt. Olyan sokszereplős megoldást igyekeznek találni,

amely valamennyi érdekelt fél számára tartalmaz biztosítékot a projekt, illetve a végpont megvalósulásának esetére.

Kérdésünkre elmondták, a Téglagyári úti helyszínnel ők korábban, a terület tulajdonviszonyainak kuszasága és kiépíttelensége okán nem számoltak, azonban az önkormányzat aktív részvételével sikerült olyan helyzetet teremteni, hogy az reális alternatíva legyen a beruházás számára. A közben eltelt idő alatt sikerült arról kellőképpen megbizonyosodniuk, hogy – bár költségekkel és kockázatokkal terhelt – a helyszíni beruházásra műszakilag alkalmassá tehető. Így továbbra is opcionálisan három hely-



színen terveznek. Az általuk leginkább preferált helyszín a Téglagyári út, itt a felek megállapodása mellett számítanak az önkormányzat segítő közreműködésére (mint az érintett terület tulajdonosa és úgy is mint szabályozó hatóság). Amennyiben a Téglagyári úti helyszín nem tud megvalósulni, akkor a második opció a Budai úti helyszín, itt a szerződéseik továbbra is lehetővé teszik a tulajdonba kerülésüket. Ezen helyszínen a teherforgalmi megközelítést a Budai útról tervezik, látva az átkötő út megépítésének praktikus lehetetlenségét mind beruházási költség, mind az önkormányzati támogatás hiányának okán. Amennyiben a Budai úti helyszín sem lesz megoldható, akkor úgy látják, csak a falun kívül, más településen tudnak bővíteni. A beruházásra az igény továbbra is jelentős, szerződésállományuk szépen gyarapszik, a vállalaik teljesítésére hamarosan szükségük lesz a logisztikai beruházás elindítására. Jelenleg is zajlik egy technológiaigényes, nemzetközi szintű termelési beruházás a pilisborosjenői telephelyükön, melyre a szükséges helyet már csak igen nehezen tudták biztosítani. A beruházásról annak elkészülte után tudósítunk.

közreműködött: Madaras Zoltán

ÓBUDÁNTÚL
INGATLANIRODA

INGATLANKÖZVETÍTÉS

2097 PILISBOROSJENŐ, TEMPLOM ÚT 2.
(SZÁM ALATTI 150 ÉVES KÖHÁZBAN)

+36-30-696-66-96

WWW.PILISBOROSJENOI.HU
WWW.UROMI.HU WWW.OBUDANTUL.HU

Horkol? Van megoldás
NightLase® lézeres
horkolásgátló terápia

Műtét nélkül, gyorsan, fájdalommentesen
szünteti meg a horkolást, 3x30 perces kezelés

horkolasgatlas-centrum.hu

Istenhegyi
Magánklinika
Horkolásgátlás
Centrum

Bejelentkezés: +36 30 480 2455

GABALA
PILATES & JÓGA
STÚDIO

ingyen alkalom
KUPON

Újra nyitás után várunk szeretettel egy
ingyenes csoportos órára ezzel a kuponnal!
Falubéli pilates oktató, Gabala Bogi

Tel.: 06 70 391 9820
www.gabala-egeszseg.hu
1037 Budapest, Bécsi út 314/C
(egy fő egy kupont használhat fel)

„Nem szeretek futni...”

...én csak terepfutni szeretek!"

Nem árulok zsákbamacskát, az interjúalanyom ezúttal a férjem, Kamarás Marcell. Berkiné Fehér Éva „A mozgás öröme” című cikke (jobb oldalon) olvastán kíváncsi lettem azokra a falunkbeliekre, akik a nulláról kezdtek valamilyen sportot és azóta is kitartóan űzik. Kézenfekvő volt elsőként a saját páromat diktafonvégre kapni, aki 3 év alatt a 2 perces vízszintes kocogástól az 56 km-es, 1800 m szintemelkedésű futásig jutott. Engedjék meg, hogy egy picit most büszkélkedjek vele.



írta:
Viszkocsil Veronika
viszkocsil.veronika@
2097.hu



fotó: Kamarás Marcell

Este 10 óra van, a gyerekeink már alszanak. Sosem készítettem még interjút a saját házunkban. Mint ahogy sosem beszélgettem úgy senkivel, hogy nagyjából minden kérdésemre ismertem a választ. De egyszer mindent ki kell próbálni. Marci a futással volt így.

ZSR: Miért pont a futást választottad?

KM: Nem a futást, a terepfutást! Nem szeretek futni, én csak terepfutni szeretek. (nevet) Kevés volt az időm, viszont le kellett vezetnem az energiáimat. Olyan mozgást kerestem, amivel kiválthatom a sokkal időigényesebb túrázást, viszont továbbra is az erdőben lehetek.

ZSR: Emlékszel még, hogyan vágta bele?

KM: Mérnökember vagyok, úgyhogy először utánaolvastam, ezt követően kezdtem csinálni. Aztán viszonylag hamar rájöttem, hogy hiába gyalogoltam le korábban napi 60-70 km-t, ez most egy teljesen más mozgásforma.

fotó: Kamarás Marcell



ZSR: Legelső alkalommal mennyit futottál?

KM: Az idő sokkal fontosabb, mint a táv. Azt olvastam, hogy az anyagcsere-folyamatok beindításához minimum 40 percet kell mozogni. 2 perc kocogás és 3 perc séta váltogatásával kezdtem. Persze nehezen ment, nem kaptam levegőt, izomlábam volt, fájt a talpam, minden bajom volt. Ha elfáradtam, sétáltam. Később ezt az időarányt próbáltam javítani és 3-4 hónap alatt eljutottam oda, hogy lassú, nyugodt tempóban a 40 percet végig tudtam kocogni. Idő kellett a szerveztemnek, hogy megszokja ezt az újfajta mozgást. Próbáltam olyan sík útvonalakat keresni, amelyek technikailag is könnyűek, például a szántóföld mellett vagy a murvabánya felé futottam.

ZSR: Milyen felszereléssel kezdted?

KM: Csak cipőt vettem, mert a láb az fontos, a futáshoz is, az élethez is, arra vigyázni kell. Elmentem, megnéztem mi van leárazva, de kifejezetten terepfutó cipőket gyártó márkát kerestem. Az elején például simán melegítőruhában futottam.

ZSR: Mi segített kitartani a kezdetekkor annak ellenére, hogy érezted, nem megy?

KM: Egy kicsit mazochistának kell lenni. (nevet) Volt egy elhatározásom, sportolni, mozogni akartam, tetszett az erdei futás és csináltam. Próbáltam fejlődni, ami nem volt egyszerű már az elején sem, aztán volt egy hirtelen felívelés, de kb. egy év után megtorpantam.

ZSR: Ekkor fogadtál edzést?

KM: Igen, mert azt éreztem, hogy megállt a fejlődés. Egy ismerősöm elkezdett azzal heccelni, hogy a 40. születésnapomra legalább 40 km-t le kéne futni, úgyhogy az lett a cél, hogy aznap elfussak Pilis-tetőre és vissza. Ezt még sikerült megcsinálnom edző nélkül, de utána pár napig használhatatlan voltam. Rá kellett jönnöm, hogy egyedül nem megy tovább és kell egy szakember. Most ott tartok, hogy le tudok futni 56 km-t 1800 m szintemelkedéssel, és utána még bírok biciklizni vagy szaladgálni a gyerekekkel.

ZSR: De miért akartál mindenáron továbbfejlődni?

KM: Mert ráéreztem az ízére és elkezdtem célokat keresni, például lefussak egyben 20 km-t, hogy átfussak a Hármashatár-hegyre stb. A legújabb cél az osztrák Grossglockner Trail 57 km-es távja, 3500 m szintemelkedéssel (ez síkra levetítve kb. 92 km – a szerk.), technikás, köves terepen, két hómező keresztezésével. Változatos, kemény verseny a kedvenc hegyemen.



forrás: Runaway - WTF Szentendre fb-oldal

”Megtanított arra, hogy mindig legyenek céljaim és azokat tudatos munkával el is érjem.

ZSR: Mit köszönhetsz a futásnak?

KM: Azt az érzést, hogy erdőben vagyok, hogy megy és bírom. Meg, hogy megtanított arra, hogy mindig legyenek céljaim és azokat tudatos munkával el is érjem.

ZSR: Kezdeként mi a legnehezebb szerinted, amin túl kell lendülni?

KM: Hogy megérted, hogy a szervezetednek időre van szüksége ahhoz, hogy ezt a mozgásformát elsajátítsa, megszokja, és ne add fel az elején. Hogy nem gond, nem ciki belesétálni, hiszen csak saját magaddal versenyzel, nem mással.

ZSR: Melyik a kedvenc futóútvonalad a környéken?

KM: Hát a Kevélyek, nyilván! Megunhatatlan.

A mozgás öröme

Vannak, akik éppen a koronavírus-járvány hatására kezdtek rendszeres sportolásba, de sokaknál pont az ellenkezője történt. Mert ugyan nagyon kényelmes, ha az irodához csupán a másik szobáig kell menni, de a szervezetünk egy idő után sóvárogni fog a mozgás után.

A mozgás a fogantatástól kezdve jelen van az ember életében, hiszen kezdetben mozgás hatására jönnek létre és aktiválódnak a szervezet különböző területei, szervei. Az izomszöveteknek nem csak a mozgásban, hanem a szervezet működésében is fontos szerepük van, hiszen kölcsönhatásban állnak a hormonrendszerünkkel, anyagcserénkkel. Épp ezért a mozgásszegény életmód nem pusztán az izomtömeg csökkenésével, hanem a szervezet teljes működési egyensúlyának felborulásával is járhat.

A rendszeres testmozgás, a test edzése a szervezet energiaforgalmát szabályozza és nagyobb tápanyag- és oxigénellátást biztosít. A jól végzett testmozgás nemcsak az izmokat, hanem a szívet, tüdőt is edzi és a belső szerveink működésére, a szervezetben zajló anyagcsere-folyamatokra is kedvező hatást gyakorol. A mozgásról, végtagjaink helyzetéről, izmaink működéséről az idegpályák nagyon gazdag információkat közvetítenek az agy és a központi idegrendszer felé. A mozgással karbantartott izomszövetek, -rostok, kötőszövetes elemek valójában hozzájárulnak az egész szervezetünk egyensúlyának fenntartásához.

Az ember hatalmas mozgásigénnyel jön a világra. A mozgás örömet okoz, ezért önmagában is arra ösztönöz, hogy gyakoroljuk, szolgáljuk ki ezt a velünk született elemi szükségletünket (ez a gyermekek mozgásfejlődésénél jól megfigyelhető). Ha ebben valamilyen körülmény tartósan akadályoz bennünket, akkor azt nem csak az izomzatunk, hanem egész szervezetünk, idegrendszerünk, a kedélyállapotunk is megsínyli.

A modern agykutatások bizonyítják, hogy a testtudatot fejlesztő mozgások elsajátításának, a mozgás adta örömetnek meghatározó szerepe van az egyén személyiségfejlődésében, a testi, lelki, mentális egészség kiteljesedésében és megőrzésében. Nemtől, kortól függetlenül, mindenki képes ezt az állapotot megtapasztalni, ha részán naponta legalább fél órát a mozgásra. Ilyenkor a test olyan örömet nyújtó, hívóvó anyagokat és hormonokat termel, amelyek segítenek a jó közérzet kialakításában.

Érdemes megfigyelni a gyermekek mozgását, teherbírását, meghallgatni az igényeiket és a személyiségük alapján terelgetni, több mozgásformával, eszközzel megismertetni (de nem túlterhelni). A helyes mozgásforma kiválasztásával már korán megszerethetjük a mozgást, megtehermenthetjük rá az igényt, növelhetjük gyermekünk kitarását és erősíthetjük az egészségmegőrzésre való törekvését.

Az intenzív mozgás megtervezésénél lényeges szempont a bemelegítés és levezetés, lazítás (és a helyes légzés megléte), mely nem csak a ráhangolódásban segít, hanem a sérülés csökkentésében, elkerülésében is. A kivitelezésnél figyeljünk a pontosságra (pl. testtartás), fokozatosságra, hiszen a túlterhelésből adódó panaszok statikai elváltozásokat okozhatnak és csökkenthetik a motivációt, ami nehezíti a kitarást. Rendszeresség esetén figyeljünk az ásványianyag (magnézium, kálium, kalcium), a folyadék, a kollagén pótlásra és szánjunk kellő időt a lazításra, nyújtásra.

Az elmúlt 1-2 év bezártsága és a sportolók-nál is bizonyítottan kialakult inaktívabb időszak



írta:
Berkiné Fehér Éva
ujtag@2097.hu

után ajánlom akár kiegészítésként is a szabadidő sportokat (szerencsére Pilisborosjenő adottságai ebben sokat segítenek), melyeket nem kell fix időponthoz kötni, viszonylag kevés költséggel járnak (futócipő, hulahopp karika, jógamatrac, ugrálókötél, ugróiskolához kréta, nordic walking bot stb.), és az erdő, mező színei, illatai is sokat segíthetnek a relaxációs hatás növelésében, a gyulladás- és ráksökkentő fehérjék növelésében, a kikapcsolódásban, az immunrendszer erősítésében, a boldogsághormonok termelődésében.

Tudományosan igazolt, hogy már napi 30 perc, rendszeresen végzett tempós gyaloglás is (pl. munkahelyre, iskolába) kedvezően befolyásolja a vérnyomást, a test zsírtartalmát, a koleszterinszintet és a hangulatot, így jelentősen csökken a szív- és érrendszeri problémákból eredő betegségek esélye. A kutatások arra is rávilágítottak, hogy súlyfelesleg esetén a rendszeres mozgással megszerzett fittség akkor is védő hatású a szív- és érrendszeri betegségek ellen, ha fogyás nem társul hozzá.

Kiadós edzés után nagy segítség lehet a környezetünkben is megtalálható cickafarkból készített alkoholos tinktúra vagy a levendulaolaj, melyek házilag könnyen elkészíthetők és falunkban is fellelhetők.

Kis Kevély
SÖRÖZŐ

Pilisborosjenő Templom utca 3.

**NAPI MENÜ,
FRISSENSÜLTEK**

Igény szerint hétvégére is
veszünk fel rendelést

0626-369-252

Ingyenes kiszállítás Üröm és
Pilisborosjenő területén!

NAPFORGÓ

Berkiné Fehér Éva

Gyógytornász-fizioterapeuta,
Schroth-, Dorn gerincterapeuta,
FDM manualterapeuta, trigger és
tenderpont terapeuta

Egészségmegőrző kezelések,
mágnesterápia, fiziko- és lézertérápia,
gerinc- és manuálterápia, rehabilitáció,
tanácsadás, Bach virágterápia,
trigger-, tenderpont- és fasciaterápia,
tartásjavítás, csoportos órák gyerekek
és felnőttek számára,
cranosacralis lazítások
és online szolgáltatások

www.napforgo-gyogy-torna.hu
+36-20/228-5560

Symbiose
Finom ételek, természetesen!

adalékmentes, természetes ételek
helyi és környékbeli, valamint
oszlák minőségi alapanyagokból

f Symbiose – finom ételek
Pilisborosjenő

jelenleg elvitelre,
vagy házhozszállítással:
06-30-448-09-33
06-30-540-89-48
symbiosefood@gmail.com

„Valahogy jól irányítódik a sorsom”

Portré K. C. Brown,
falunkbeli blues-zenésről

A mikor készültem a beszélgetésre K. C. Brownnal, azaz Czigány Attilával, rábukkantam egy fekete-fehér videóra, amelyben egy öltönyös, szemüveges srác a szájharmonika típusait mutatja be. Holott száraznak tűnhet egy egyszerű hangszerbemutató, ráadásul a szájharmonika igazán nem tartozik a körülrajongott hangszerek közé, mégis lekötött az előadás. Őszinte volt és fanatikus, a szó legnemesebb értelmében.

„És akkor egy nap csörgött a telefon”

Beszélgetésünket ezzel a videóval kezdjük, gyorsan kiderül, hogy a két fő érdeklődési kör milyen jól kapcsolódik egymáshoz, és igazam volt. „Két dolog érdekelt nagyon egész életemben: az egyik a számítógép, a másik a zene, azon belül pedig a szájharmonika és a gitár. A barátokkal és a bátyámmal sokat játszottunk együtt az akkor fellelhető számítógépes játékokkal, ezt aztán elég hamar abahagytam. Akkoriban még nem volt otthon betárcsázós internet-előfizetésünk, így a suliba jártunk internetszakkörre. Bármit csináltam is a számítógépen, többnyire kapcsolódott a zenéléshez, zenészekhez. Felfedeztem például, hogy nincs szájharmonikával foglalkozó magyar honlap, úgyhogy csináltam egyet. Persze ez egy elég speciális hangszer, nincs a köztudatban, zeneakadémiai képzés sincs belőle, erősen a blues-jazz műfajra kor-

látozódik.” Annál érdekesebb, hogy miért pont ez a hangszer lett az élete meghatározó része. „Nagypapámnak volt egy nem sok mindenre alkalmas kis szájharmonikája, kisgyerekként gyakran fújkodtam, de végül a fiókban kötött ki. Aztán belecsöppentem az együtt zenélés örömeibe mint külső szemlélő. Hetedik osztályosként az osztálytársak zenekara körül serteptéltem. Majd az akkori osztálykirándulásra kaptam ezer forintot, és 900 forintért vettem egy szájharmonikát. Utána sajnos koplalni kellett, meg fagyi sem volt, de hosszútávon megérte, mert eztán akadtam össze olyan emberekkel, akik segítettek a hangszer és a hozzá kapcsolódó zenék megismerésében”. Végül 1999-ben saját zenekart alapított. Aztán 2000-

” Elég speciális hangszer, nincs a köztudatban, zeneakadémiai képzés sincs belőle, erősen a blues-jazz műfajra korlátozódik

ben gondolt egyet és elküldött Oláh Andornak, a Dr. Valter & the Lawbreakers alapítójának egy maga által vágott kazettát. „És akkor egy nap csörgött Tiszaújvárosban a telefon, anyukám vette fel, Oláh Andor volt a vonalban. Nekem ez olyan volt, mintha Michael Jackson hívott volna. Beleszólt érdes hangján, hogy el kellene jönnöd a Full Of Mojo fesztivál tehetségkutatójára. Ezt ugyan elmosta az eső, de zenész barátságok születtek, melyek folyamatosan inspirálták. „Oláh Andor ott mutatott be Long Tall Sollynak. Ismered? Szerintem csinálnotok kéne valamit.”



írtá:
Máté Krisztina
ujtag@2097.hu

A szájharmonikával a zsebben aztán jöttek a veszprémi évek. Mivel vegyész szülei és a család összes tagja a Veszprémi Egyetemen tanult, ő is oda került műszaki informatikus szakra, nehogy elkallódjon a gyerek a nagyvárosban. Egyik meghatározó élménye épp a huszadik születésnapján történt, mikor Pribojszki Mátyás zenekarával pár dal erejéig a profik világába invitálta/kalauzolta.

A cél ezután persze Budapest volt, ahol szoftverfejlesztőként dolgozik a mai napig, mostanában home office-ban.

„KisCzigányból K. C. Brown”

Végül ahogy Andor megjósolta, 2006-tól a Sonny & his Wild Cows tagjaként bejárta Európát, ebben az időben lesz Czigány Attilából K. C. Brown. „A zenekarban mindkinek van/volt művész neve. Az ötvenes évek Amerikájának zenéjét játszva, angol nyelvű dalokkal jobban hangzik az angol művésznév. Előtte sokat voltam Kisczigány, egyszer Sonny barátom előállt két változattal, én meg ezt választottam. Ebben benne van a KisCzigány is, és volt ebben a műfajban egy Brownie McGhee nevű gitáros. 2009 és 2012 között sokat jártunk külföldre, volt, hogy 3000 km-t is mentünk egy hétvége alatt. Ott is fontos volt az érthető, kimondható név. 2012 elejére elfáradtam a sok menésben, kiléptem a zenekarból, és inkább a családalapítás körül forogtak a gondolataim. Ugyan kiszálltam, de úgy gondoltam, hogy ha már ennyire építettem a magam brandjét, a nevem megtartom, bízva, hogy idővel lesz ennek folytatása.”

Lett is, nem is akármilyen. Az évek során ven-



dégeskedett több zenekarban, formációban, játszott Redbreast Wilson & the Juke Joint Revivallel, Gál Csaba Boogie-val és Little G Weevillel, 2020-ban Hobo lemezén vendégeskedett. 2018 őszén indult el a Little G Weevil Acoustic Band, amelynek tagjaként szintén jól jön az angol művésznev. „Most lesz hamarosan a tavaly elmaradt Little G Weevil lemezbemutató koncert a MÜPA-ban, ez számomra óriási dolog, hogy Little G Weevillel dolgozom együtt. Nekem ő hazahozta Amerikát, hiszen még nem jártam a jazz/blues fellegvárában. Ő maga pedig igazán figyelemre méltó utat járt be, hiszen mosogatófiúként kezdve, pár év ottlét után megnyerte a világ legrangosabb bluesfesztiválját, magyar zenészként.”

Mindez igazi kihívás három pici gyermek mellett. A felesége, Gazdag Judit egyetemi szerelem, aki eleinte nehezen volt rávehető a budapesti életre. De a kapcsolat túlélte az olykor hétvégéket is elraboló, éjszakába nyúló szórakozást/szórakoztatást.

„Valahonnan jól irányítódik a sorsom”

Kérdésemre, hogyan tudta menedzselni magát, szükséges volt-e ez egyáltalán, meghatódik: „Valahogy jól irányítódik a sorsom, onnan főnről vagy valahonnan”. Még egyszer érezzük mindketten, hogy kicsit megáll az idő, elmeséli, amikor Oláh Andor halála után hívja a Dr. Valter & the Lawbreakers zenekar, hogy játsszon velük. Az egykori énekesnő a koncert után azt mondja, olyan volt, mintha Andor is a színpadon lett volna kicsit. És megállapítjuk, hogy a zene egy másik dimenzióban van, életérő, táplálék, lélekből, szívből vagy mélyebből jövő csoda. Én pont rálátok a templom keresztjére, felette az ég csodaszép, ahogy szél idején lenni szokott (mert a Mandelbrot kertjében, ahol beszélgetünk, éppen fúj a szél, a végén



már dideregve ücsörgünk – eltűnődöm, hogy nézne ki ez a látkép templom nélkül). Valami van, ami rajtunk kívül létezik, mindegy, minek nevezzük, mindegy, mely vallás köntösét veszi fel, de van, az biztos. És a zene is az, egy másik univerzum. Visszatérünk az időrendhez.

„Apa miért megy fel a színpadra?”

Beszélgetünk még kicsit arról, hogy milyenek a mai zenehallgatási szokások, könnyebb-e ma zenészként lenni, hiszen jobbnak tűnik az elérhetőség. „Az emberek pár másodperc után továbbtekernek, ha a képanyag nem ragadja meg a figyelmüket, a zene másodlagos. Én nem hallgatok spotify-t, a mai zenehallgatási szokások nagyon nem a zenéről szólnak. A színvonal vagy inkább igényesség meg hát... hagyjuk is.” Informatikus létére minél kevesebb kutyúval veszi körbe magát, minden nap belefúj a harmonikába, pengeti a gitárt.

Már amennyire a gyerekek hagyják. A 8 éves Bendegúz, az 5 éves Sára előszeretettel kunyerálják el a kezéből a hangszert, legyen az gitár vagy bármi más, bár a zene művelése még várat magára részükről, és nem tudják még hova tenni, ha az apjukat a színpadon

látják. Olyankor gyakran elhangzik a kérdés „Apa miért megy fel a színpadra?” A 3 hónapos Luca ebből még mit sem ért, csak örül, ha zenét hall otthon.

Szeptember 29-én K. C. Brownként áll majd a Little G Weevil Acoustic band tagjaival és sok vendégével a MÜPA színpadán, egy igazi blues örömnövényen. Little G Weevil élettörténete, szenvedélye a blues iránt, kitartása és hite is megérne egy cikket, de ő sajnos nem Pilisborosjenőn lakik. Persze ami késik, nem múlik. Találkozunk a koncerten!

(Lapzárta után tudtuk meg, hogy Attila Pilisborosjenőn is fellép, méghozzá szóló műsorral, szeptember 18-án a Mandelbrot Pékség udvarán – a szerk.)



XADO
MOTOROLAJOK ÉS ADALÉKOK
MINDEN GÉPKOCSIHOZ
WWW.XADO.HU

Mandelbrot
PÉKSÉG

PILISBOROSJENŐ, BUDAI ÚT 52.

KOVÁSZOS KENYEREK,
MINŐSÉGI ALAPANYAGOKBÓL
KÉSZÜLT PÉKSÜTEMÉNYEK,
HELYI KÉZMŰVES TERMÉKEK, KÁVÉ

INGATLANT VENNE, ELADNA? SEGÍTEK!

- Kitűnő ügyvédi háttér, kedvező díjakkal
- Szakmailag profi, összetartó csapat
- Ügyfélközpontú szemlélet
- Díjmentes hitelügyintézés
- Ingatlanértékbecslés



SPEKTRUM
ingatlaniroda

Révész Ildikó
+36 70 777 6339

revesz.ildiko@spektrumingatlaniroda.hu

www.spektrumingatlaniroda.hu
f spektrumingatlaniroda

GYORSSZERVÍZ AKCIÓ!

15% KEDVEZMÉNY
az anyagból és a munkadíjból
pilisborosjenői lakcímkártyával!
(A kedvezmény motorolajra nem vonatkozik.)



GUMI-PROFI

+36 1 430 6767
1037 Budapest,
Csillaghegyi út 22.
www.gumiprofi.hu

SZOLGÁLTATÁSAINK:

- esedékes revíziók,
- karbantartások
- fék, futómű javítás
- átvizsgálás,
- akkumulátor ellenőrzés
- műszaki vizsgára való felkészítés

Két szent kút

Ha a Pilis belseje felé vesszük az irányt, két szentkútként emlegetett helyre is találunk. Az egyik itt van mindjárt Csobánka után, a Hosszú-hegy alján bújik meg, a másik távolabb, Pilisszentkereszt fölött, már a Visegrádi-hegység lábainál.

logos zárandoklatot –, a forrás mellett épített kápolnában pedig jeles ünnepeken szentmiséket tartanak, adott alkalommal esküvőt is.

A csobánkai szentkút tisztelete, úgy tartják, még az ortodox szerbekkel kezdődött (keresztjük ma is ott áll a lourdes-i barlang mellett).

látogatása Erzsébetnél, hagyományosan az aratás kezdetének ünnepe, július 2-án tartják, ekkor van a kegyhely fő búcsúja. Az Országos Kéktúra útvonala érinti a kápolnát, a kúthoz egy kőfalakkal kiépített mélyedésbe kell leereszkedni, ahol a karos kútból tudunk csapolni a frissítő, hús vízből.

A pilisszentkereszt szentkút a Pomázról Dobogókő felé vezető út egyik veszélyes kanyarulatából érhető el legrövidebb úton, de ezen a ponton csak egy-két autó tud megállni, ezért érdemes Pilisszent-



írta és fotózta:
Nevelős Zoltán
ujzag@2097.hu

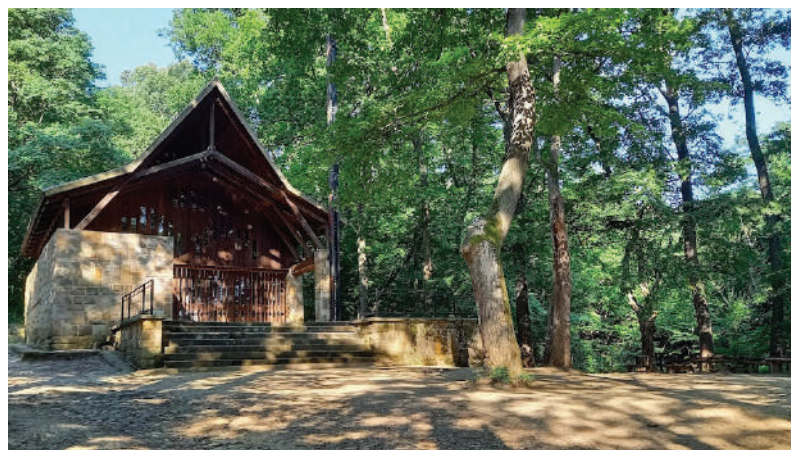
pedig egyszerű, szabadtéri kápolnácska ad helyet a szertartásoknak, amelyeket a vidék különböző nemzetiségei egyformán látogattak.

Bálint Sándor néprajzkutató egy csobánkai szentkúti búcsú után, látva a magyar, német és szlovák

”Vannak, akik kannákban hordják haza a vizet, mások zárandokcsoporttal látogatnak e helyekre

A hegyből fakadó forrásvíz gyógyulást hozott, újabb és újabb alkalommal. Ennek megtapasztalása indította az embereket, hogy vizszatérjenek, igyanak, hálát adjanak, és a helyek a vallásos tisztelettel és legendás történetekkel összekapcsolódva híressé váltak messze a környező települések határain túl is. Vannak, akik kannákban hordják haza a vizet, mások zárandokcsoporttal látogatnak e helyekre – a csobánkai szentkúthoz Pilisborosjenőről is gyakran szerveztek gya-

Katolikusok az 1840-es évektől kezdtek a forráshoz járni, amikor egy járványszerű, lázas betegség ellen bizonyult gyógyítóknak a vize. Kutat és kápolnát építettek föléje, ez utóbbit később felújították, bővítették, így ma egy modern jellegű épület veszi körül a Szűzanya kegyképét. Szűz Mária többeknek megjelent itt látomásban, ezért már az eredeti kápolnát is Sárlos Boldogasszony tiszteletére szentelték fel – a katolikus naptárban ennek az ünnepnek a hivatalos neve: Mária



kereszt központjából elindulni a Magyar Zárandokút jelzésén végig a Szőlő utcán, amely nevében őrzi, hogy valamikor szőlők voltak ezen a hegyoldalon. Ennek a kegyhelynek a tisztelete is hasonló korban, az 1860-as években kezdődött, miután az itteni forrásvíznek gyógyulások révén csodálatos erőt tulajdonítottak, és itt is megemlékeznek a krónika Mária-jelenésekről. A forrás alatt kis medencét köveztek ki, mögötte

parasztközösségét, így fogalmazott: „a nemzetiségi kérdés talált itt pillanatra megoldást a közös szülőföldhöz való ragaszkodás és az egyező istenélmény boldog igézetében.”

Most is sok különféle ember fordul meg ezeken a helyeken, akár túrázók, akár zárandokok, akár a forrásvíz kedvelői. Közös élményben őket tudja ma összehozni e különleges zugok varázsa.



Húsos som



méretesek, mint egy nagyobb köröm, de jó somtermés idején pirosnak a bokrok.

A húsos som szinte minden kultúrában kiemelt szerepet töltött be, magas C-vitamin tartalma miatt fogyasztása egészséges, könnyen aszalható, így kiváló téli táplálék. A gyakran 6-7 méteres bokrokról persze nem egyszerű kézzel gyűjteni a bogyókat, egészséges nehezítésül ráadásul a termések nem is egyszerre érnek be, és az erdő alja sem kínál egyszerű ponyva elhelyezési lehetőséget, de néhány jóbaráttal, akik kifeszítik a ponyvát a bokor alatt, a rázás a leghatékonyabb gyűjtési eljárás.

Az érett som mélybíbör színű, kicsit ráncos bőrű, az íze aromás, kicsit fanyar. A gyümölcs belsőjében egyetlen nagy mag van. És a som nem

” Fogasztása egészséges, könnyen aszalható, így kiváló téli táplálék

A gyűjtőgető életmód talán egyedül a gombászatban maradt fenn mint széles körben elfogadott tevékenység, pedig az erdő sok mindent kínál. Aki próbált már erdei bogyós gyümölcsöt szedni, az tudja, hogy a boltokban kapható szeder ízében meg sem közelíti az erdőszélén szedhetőt, és az ösvény szélén növő szamáca egyszerűen izbomba a tetsző csomagolásban, februárban kapható bolti eperhez képest.

Az erdőt járó, mai ember a késő estig nyitva tartó boltok biztos tudatában gyakran elgondolkodik, hogy vajh kibírná-e azzal, amit az erdőn talál. Valószínűleg a többségünk erősen megsoványodna, ha csak az erdő kínálta táplálékon kellene megélnie, de a kora őszi hetek az erdőn is gazdag időszakot hoznak. A meleg hegyoldalakon, így a Kevélyeken is, szeptember elején érik a som, piros bogyói jelentik az erdőlakók számára a legnagyobb tömegű erdei gyümölcsöt. Nem kell nagy méretekre gondolni, a sombogyók ritkán

igazán magvaváló. A somlekvár főzése emiatt annak a problémának a megoldásával indul, hogy hogyan lehetne a nem túl vastag gyümölcsbűst kinyerni a mag mellől. Hasonlóan a hecsdilekvár készítéshez, az érett somot is kis vízben kell főzni, majd amikor lefőtt a magról, átpasszírozni. Ehhez a művelethez nagyon hasznos a nagymától maradt NDK konyhai turmixgép, amit még



írta és fotózta:
Erdélyi Ferenc
ujtag@2097.hu

passzírozó fejjel együtt árultak. 35 dkg sommaszszához 20 dkg barna cukrot kell adni és 10 percig főzni (igen, a som saját cukortartalma nem nagyon sok), esetleg még kis vizet lehet hozzá adni.

Ahogy a mennyiségekből is látszik, a somlekvár főzéséhez nem kell a nagy fazekat elővenni, de az eredményül kapott mélyvörös lekvár különlegesen aromás, telt ízű. A reggeli vajis kiflihez is jó választás, de felhasználható a marha- és vadhúsok mártásaihoz is.

Somot szedni persze nem csak az erdőben lehet. A sombokor egy igazán ehhez a tájhoz illő, itt jól növekedő és termő, bármely kertben elültethető cserje. Akár sövénynek is nyírható, és szemben a tujával, amellyel, hogy ápol és eltakar, ősszel a terméseivel is megörvendeztet.

G É N D I A G N O S Z T I K A

30 napos komplex meddőségi kivizsgálás
Az összes vizsgálat egy helyen

Kivizsgálás több szakorvos
összehangolt munkájával 1 hónap alatt
Modern genetikai vizsgálatok,
tapasztalt szakemberek

Istenhegyi
Géndiagnosztika
Meddőségi
Centrum

Bejelentkezés:
+36 1 580 8600

gendiagnosztika.hu

TRUNK

ÉPÍTŐANYAG KERESKEDÉS

+36-26-336-066
+36-30-934-2838
+36-30-581-4960
WWW.TRUNKEPITOANYAG.HU

SÓDER | HOMOK | CEMENT
MÉSZ | ZSALUKÓ | TÉGLA
HŐSZIGETELŐ RENDSZEREK
GÉPI FÖLDMUNKA
HULLADÉK ÁTVÉTEL
KONTÉNER RENDELÉS
TERMŐFÖLD KISZÁLLÍTÁSSAL
KALODÁS TŰZIFA

Maxi
klíma

HŰTŐ-FŰTŐ GÉPEK

Értékesítés, telepítés,
karbantartás, villanszerelés

+36 70 / 600-90-24
maxiklima2000@gmail.com
Bukta Nándor



A közel százéves képen kiemelve Stampf Ferenc. Jobb oldalon, a háttérben jól látszik az épület mára lebontott bal szárnya (a kép az udvarból készült). Hátul, középen a Budai út túloldalán jelenleg is álló épület, Ede bácsi háza látható.

A falu legértékesebb pincéje

Stampf Ferenc hentes-mészáros és kocsmáros egyéni gazdálkodó üzemé a mai számozás szerint a Budai út 62-64. szám alatt állt. Az egykori U-alakú épület bal oldali szárnyában vágóhíd működött, ezt a részét (ma Budai út 62.) már lebontották. Jobb szárnya azonban ma is áll (ma Budai út 64.), bár lakatlan. Ebben működött Stamp Ferenc kocsmája, aki az ingatlant József főhercegtől vásárolta 1896-ban. A ház mögötti terméskő támfalba vágott nyílás 25 méter hosszú pincét rejt (képünkön), amelyben egykoron 200 hektoliter bor állt, ezen kívül jégverem is működött benne, amely a hús tárolásához volt elengedhetetlenül szükséges.

Stampf akkoriban a falu leggazdagabb embere volt, egész szüreteket vásárolt meg Bicske térségében. A szőlőt még a helyszínen préselték, onnan került a Budai úti pince hordóiba, onnét pedig a ház jobb szárnyában üzemelő kocsmá poharaiba. A 20 ezer literes mennyiség egy évre elegendő volt a kocsmá üzemeltetéséhez.

Hogy miért ezt gondoljuk a falu legértékesebb pincéjének?

Mert 6 méter mélyen vájták a domboldalba, így télen-nyáron 10-12 fok az állandó hőmérséklete, és jelenleg is tökéletesen száraz. Nem mindennapi hosszával pedig az egyik legnagyobb térfogatú pince, amit ismerünk településünkön.



írta:
Kádár Viktor
kadarviktor@2097.hu

Stampf Ferenc vállalkozásait később unokaöccse, Stampf Ede (született 1909-ben) vitte tovább. Ő az általunk is ismert Stampf bácsik (Ferenc, Ede és József) édesapja volt.

A pince lefényképezésében való közreműködéséért Stampf Józsi bácsinak, a fenti információk átadásáért és az archív fotók rendelkezésre bocsátásáért Stampf Feri bácsinak tartozom hálával.



A Budai út 64. szám alatti egykori kocsmá épülete az udvarról fényképezve. Jobbra ugyanez az épület napjainkban.



Impresszum ISSN 2676-8577

Kiadó: 2097 Csoport Egyesület
Székhelye: 2097 Pilisborosjenő, Fő út 91.
Kiadásért felelős: Wittmann Imre
Lapszerkesztők: Kádár Viktor, Lévay Ákos,
Viszokcsil Veronika

ujsag@2097.hu 2097.hu/zsakfalvi

Tördelés, fotók (ahol nincs más jelölve): Kádár Viktor
Korrekter: Nevelős Zoltán
Nyomda: B32 Nyomda Kft. Felelős vezető: Deák Kinga
Munkatársak: Berkiné Fehér Éva, Demény Rózsa,
Erdélyi Ferenc, Madaras Zoltán, Máté Krisztina,
Mogyoróssy Lili, Nevelős Zoltán, Suskó Nikolett

Facebook: 2097 Falufórum

Kérjük, ha teheti, támogassa lapunkat. Banki átutalást a 2097 Csoport Egyesület nevére, a 73612102-10212408 számlaszámra tud küldeni „Zsákfalvi” közleménnyel. A 2097.hu/zsakfalvi oldalon található űrlapon keresztül bankkártyával is tud támogatást küldeni. Köszönjük!