



Fotó: Mohácsi Klaudia

Közérdekű információk

Bicskei Járási Hivatal – ügyfélfogadás:

Bicske, Kossuth tér 14.

Minden hónap első hétfőjén, 13.00–16.00

Tessely Zoltán országgyűlési képviselő fogadóórája:

Bicske, Szent István út 1.

Páros héten: szerda, 16.00–18.00

Páratlan héten: csütörtök, 10.00–12.00

Önkormányzati Hivatal – ügyfélfogadás:

Tel.: 22/594-036

Hétfő: 8.00–16.00

Szerda: 8.00–16.00

Péntek: 8.00–12.00

Polgármesteri fogadóórák:

Tel.: 22/594-036

Hétfőn 8 órától,
előzetes időpontfoglalás alapján, amíg van érdeklődő.

Orvosi rendelő, Faluház:

Fő u. 137., tel.: 30/876-8145

Hétfő és szerda: 12.00–14.00

(szerdán 9 és 11 óra között tanácsadás),

kedd és csütörtök: 13.00–15.00,

péntek: 8.00–12.00

Gyógyszertár, Faluház:

Fő u. 137., tel.: 22/252-550

Az orvosi rendelő rendelési idejében tart nyitva.

Fogászat, Faluház:

Fő u. 137., tel.: 22/353-250 (dr. Hargitai László)

Szerdán 11 és 16 óra között (előjegyzés alapján)

Gyermekorvos, Tamássy–Margalit-kúria:

Fő u. 68., tel.: 20/395-5555 (dr. Varga László)

Kedd: bejelentkezés 12 és 15 óra között,

rendelés 13 és 15 óra között

Csütörtök: bejelentkezés 13 és 15 óra között,

rendelés 14 és 16 óra között

Orvosi ügyelet:

Az orvosi ügyeleket a bicskei központi ügyelet látja el.

Tel.: 70/370-3104 és a 104-es központi hívószám

Hétköznap délután 4 órától másnap reggel 8-ig,

hétfőjét és ünnepnapokat megelőző utolsó munkanap

16 órától az azt követő első munkanap 8 óráig.

Védőnői szolgálat, Faluház:

Fő u. 137., tel.: 30/970-8517 (Makai Kinga védőnő)

Tanácsadás szerdánként 9 és 13 óra között

(előzetes bejelentkezés minden esetben szükséges)

Faluház:

Tel.: 22/594-368, Szarvas Józsefné: 70/450-8704

Posta:

Fő utca 73., tel.: 22/594-049

Hétfőtől péntekig 8-tól 16 óráig

Könyvtár:

Fő u. 68., tel.: 70/338 4814

Hétfőtől péntekig: 8.00–12.30, 13.30–16.00

Közzétett megbízott:

Fő u. 191., tel.: 20/526-8664 (Gáfor János)

Esély Gyermekjóléti Alapítvány:

Fő u. 68., tel.: 22/999-424, 70/450-8733

Felcsúti Hírlap

A Felcsúti Önkormányzat hivatalos, ingyenes hírlevele, megjelenik havonta huszonegy oldalon, **800 példányban**. Nyilvántartásba véve a Kulturális Örökségvédelmi Hivatal által 163/2233/3/2011. számon.

Felelős kiadó: dr. Sisa András jegyző

Kiadja: Felcsút Község Önkormányzata

Hirdetésfelvétel: penztar@felcsut.hu

Kéziratleadás: 20/336-2680; hirlap@felcsut.hu

Terjesztési észrevételek: muszak@felcsut.hu

Felcsúti Hírlap

2021. július
X. évf., 7. szám (107.)

Hímeseink Baskíriában

Fekete Ildikó képviselte
hazánkat a népművészetek
olimpiáján

Tudomány az életért

Beszélgetés Goda Márton Áron
info-bionikus mérnökkel

„Az a legnagyobb, ha benne gyönyörködhetek”

Látogatás Noll Miklós bicskei konyhakertjében

Kereskedőből természetgyógyász

Döme Kata története az illatokról, a virágokról és a kristályokról



Címlapfotó:
Döme László Balázs

Felcsúti Hírlap

3 Hímeseink Baskíriában

Fekete Ildikó képviselte hazánkat a népművészetek olimpiáján

6 Tudomány az életért

Beszélgetés Goda Márton Áron info-bionikus mérnökkel

Egykori háziorvosunk, Goda Lajos fia – tizenegy gyermek között a kilencedik, nem mellesleg az első, aki Felcsútra született – édesapja nyomdokaiba lépve több testvérehez hasonlóan olyan hivatást választott magának, amellyel mások szolgálatára lehet. Info-bionikus mérnökként, a PPKE ITK Roska Tamás Műszaki és Természettudományi Doktori Iskolájának hallgatójaként, „Magzati légzőmozgás meghatározása fonokardiográfiás eljárással” című értekezésével nemrégiben szerzett doktori fokozatot. Szabadalmát a WIPO, azaz a Szellemi Tulajdon Világszervezete száz százalékban újdonságnak találta. Goda Márton Áronnal kutatómunkájának legfőbb eredményeiről, jelentőségéről beszélgettünk, bepillantva az emberi test, az élet legnagyobb csodájába.

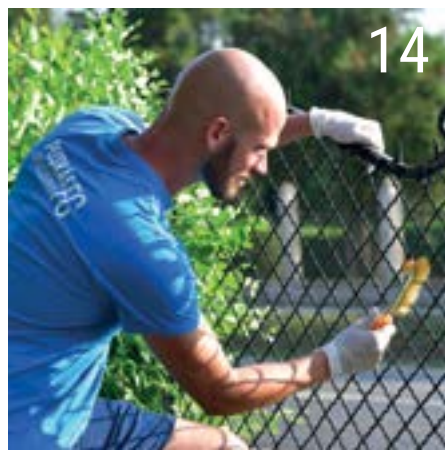
8 Kereskedőből természetgyógyász

Döme Kata története az illatokról, a virágokról és a kristályokról

Bicskei műhelyében találkozunk. Beszűrődő nyári napsütésben, levendulaillatban, készülő favi- és kompozíciók között fogad Döme Kata. Ametiszt, hegyikristály, rózsakvarc, pirit, rodokrozit – az alkotóteremben itt-ott különféle kristályok kaptak helyet. Úgynevezett life coachként, azaz életvezetési tanácsadóként – az illóolajok mellett – ezeket is segítségül hívja foglalkozásai során. Hosszút út vezetett számára a természetgyógyászatig. Egy súlyos betegséggel is meg kellett küzdenie, hogy rádőbbenjen: a gyógyuláshoz szükséges erőt saját magában találja meg. Attól kezdve fordulatot vett az élete, s most már hivatásának tekinti, hogy útmutatásaival és a természet „medicináival” másoknak segítsen. Annak apropóján, hogy tapasztalatait nemrég közösségünkkel is megosztotta, életútjának bejárásakor illatokról, virágokról, ásványokról beszélgettünk.



8



14



16

10 „Az a legnagyobb, ha benne gyönyörködhetek”

Látogatás Noll Miklós bicskei konyhakertjében

A paprikát és a paradicsomot locsolja éppen, alig néhány napja lakik új otthonában, a holmija még szanaszét hever, ám a kertje már szinte teljes pompájában tündököl. Ideköltözésekor a legelső dolga volt, hogy féltő gonddal nevelgetett palántáit kiültesse. A 85 esztendősen Noll Miklós nem is olyan régen – családi „örökségként” – még virágzó kertet működtetett Felcsúton, művét messze földön ismerték. Mindene volt a kert, a szíve, a lelke benne volt. Ám felesége elvesztését követően fel kellett ismernie: nem győzi már úgy a földdel való munkát és a hatalmas ház karbantartását. Nehéz döntésre szánta hát el magát. Hátrahagyta két kezével felépített felcsúti otthonát, s lányával, Mártával egy bicskei kis házba költözött, csupán egyetlen kikötése volt: hadd legyen kertje ott is!

12 Mesesarok

A szépséges darázspók

14 Egymásért

Rendhagyó csapatösszetartás
Felcsútnak van szíve!

16 Életben a múlt

Újabb ereklyékkel gazdagodott Tájházunk gyűjteménye

18 Kert

Növényeink nyári védelme

19 Konyha

Cukkinis lecsó

20 Harangszó

Mi a templom?

22 Mozaik

Hímeseink Baskíriában

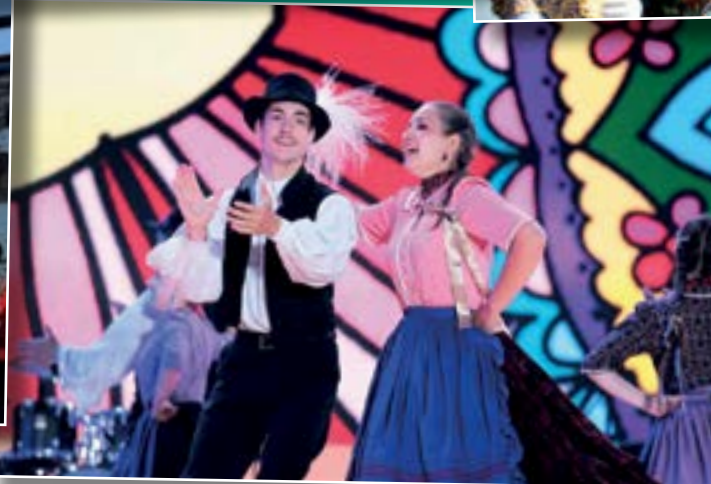
Fekete Ildikó képviselte hazánkat a népművészetek olimpiáján



Nagy Enikő

Fotó: Fekete Ildikó,
folkloriada2021.com

Július első napjaiban Baskíria fővárosa, Ufa adott otthont a Folkloriádának, avagy a népművészetek olimpiájának, amelyet négyévente, a sportolók olimpiájával mindig egy esztendőben rendez meg az UNESCO partnerszervezete, a nemzetközi folklórfesztiválokat összefogó CIOFF. Hazánkat a Népművészeti Egyesületek Szövetségének ajánlásával – a Kecskemét Táncegyüttes és Gajdics Krisztián nádudvari bőrműves mellett – az alcsútdobozai tojásművész, Fekete Ildikó képviselte, akinek a beszámolójából többek között megtudhatjuk, miként fogadták őt a magyarok őshazájában a baskírok, hogyan tanultak meg tojástartást írni a hawaii lányok, s miként kerülhetett az ormánsági tojástartás mintázata a chilei sámándobra.



É

pp huszonöt éve találkoztak először a népi kultúra legjelesebb képviselői szerte a nagyvilágból. 1996-ban Hollandia szolgált a legelső Folkloriáda színteréül, ám házigazdája lehetett a népművészetek olimpiájának Japán, Dél-Korea és Mexikó is; Magyarország 2004-ben láthatta vendégül a néptánc, a népzene, a népi iparművészet mestereit. Idén Oroszország európai részének keleti peremére, a Déli-Ural vidékére, Baskíriára esett a választás, hogy július 3-a és 10-e között felvonultassa a nemzetek néprajzos tehetségét. Csaknem negyven ország képviseltette magát a Folkloriádán, amelynek küldetése, hogy a világ hagyományos népi kulturális örökségét bemutassa, ezáltal életben tartsa. Középpontjában az egyes nemzetek táncai állnak, ám a néptáncsoportok mellett egy-egy kézműves is megmutathatja tudását a világnak. Magyarország delegáltjaként a hajdúsági bőrműves és a Vál-völgyi tojásró kapta meg a lehetőséget, hogy Baskíriába vigye művészetét: míg Gajdics Krisztián a magyar pásztorkultúrát, addig Fekete Ildikó hazánk, illetve a Kárpát-medence hímesztójs-kultúráját volt hivatott bemutatni Ufában.

Noha munkásságával szinte az egész világot beutazta, a mi Ildikónk Baskíriában ezelőtt még sohasem járt. „Turistaként az embernek aligha jutna eszébe éppen Baskíriába menni, ám a népművészetek világtalálkozója kiváló lehetőség volt arra, hogy ellátogassunk ebbe a különleges országba – mond-

ja Ildikó. – Míg a sportolók olimpiáján a versenyen van a hangsúly, addig itt a kultúrán. Az egyes nemzetek korántsem legyőzni szeretnék a másikat, hanem egyszerűen találkozni, s megmutatják egymásnak a hagyományait. Nagy megtiszteltetés volt számomra, hogy a két kézműves közül én lehettem az egyik, aki Magyarországot képviselheti a Folkloriádán. Egybő-röndnyi tojást vittem magammal, s azt tapasztaltam, rendkívül érdeklődők az emberek – nem csupán a helyiek, de más nemzetek is. Kíváncsiak voltak, miért is készülnek a hímesek, milyen minták léteznek, mi a festés sorrendje. Többen szegődtek oda hozzám, először csak figyelték, ahogyan festek, majd maguk is nekiálltak tojást írni. A hawaii lányok kifejezetten lelkesek voltak, olyannyira, hogy a végén már ők mutatták másoknak, hogyan kell hímeszt készíteni. Én is igyekeztem mások kézművességét szemügyre venni, rendkívüli élmény volt a különféle nemzetek kultúrájába bepillantani.”

Az Orosz Föderációhoz tartozó Baskiria a mieink számára azért is különleges úti cél, mert a régészeti leletek tanúsága szerint a honfoglaló magyarok ősei elsősorban innen indultak el nyugat felé. A magyar krónikás hagyomány számára is ismert volt a Volga és az Urál vidékén fekvő őshaza, amelyet Magna Hungariának neveztek el. Eleink úgy tartották, hogy a magyarok egy része itt maradt. Nyolcszáz évvel ezelőtt Julianus barát a keleti magyarok felkutatására indult, s meg is találta őket a Volga partján, mi több,

még magyarul, de legalábbis a Kárpát-medencei magyarok számára érthető nyelven tudott kommunikálni velük – négyszáz évvel a honfoglalók őseinek nyugatra vándorlását követően! A baskírok valószínűleg csak azután érkeztek a Urál-vidékre, hogy a honfoglaló magyarok elődei eljöttek onnan, most mintegy kétfélmillióan vannak, az iszlám vallást követik, nyelvük a szomszédos volgai tatárokéval együtt – a ma már kihalt kun nyelvhez hasonlóan – a török kipszak ágához tartozik. Oroszokkal és más nemzetiségekkel élnek együtt négymillió lélekszámú országukban. A magyarok pedig nagy tiszteletnek örvendenek náluk.

„Azzal a tudattal indultam útnak, hogy a magyar őshazába megyek, s meglepő volt számomra, hogy milyen szeretettel beszélnek a helyiek a magyarokról – meséli Ildikó. – Tudják, kik vagyunk, sőt, vallják: rokonok vagyunk. Sokakkal volt alkalmam beszélgetni a baskírok közül, megtudhatam, hogyan élnek azon a vidéken az emberek. Sokan jöttek oda hozzám, amikor megtudták, hogy magyar vagyok, mondván: boldogok, hogy magyar szót hallhatnak. Történelemórán persze tanultam, hogy az Urálon át jöttek a honfoglalók ősei, de a mai kor emberével sohasem foglalkoztunk. Örülök, hogy beleláthattam a »rokonok« életébe. De emellett azért is volt számomra hasznos tapasztalat az Ufában tett látogatás, mert kiléphettem a komfortzónámból. Idehaza minden elérhető távolságra van, ha csak szük-

ségünk van valamire, azonnal beszerezhetjük. Kényelemben élünk. Ám ott a nagyvároson kívül korántsem ilyen az élet. Többórányi gyalogútra fekszenek egymástól az egyes települések, a főtéren ott áll a Lenin-szobor – az egyetlen találkozási hely. Olyan volt számomra ez az utazás, mintha visszamentem volna az időben, s rádöbbentem: milyen jó dolgunk van itt nekünk! Ugyanakkor példásnak tartom azt, ahogyan az ottani emberek őrzik a hagyományait. Az asszonyok egytől egyig népviseletben köszöntöttek, dalra fakadtak, táncra perdültek. Büszkéek a gyökereikre.”

Tojásróink azonban nem csupán a baskírokkal, de még a chileiekkel is különös kapcsolódási pontra lert: „Megláttam egy lányt egy hatalmas sámándobbal a kezében, rögtön odamentem hozzá, mert feltűnt, hogy a dobjának éppen olyan mintája van, mint az ormánsági tojásoznak. Kértem, hogy mesélje el, mint jelent a dob motívuma, s csodák csodájára megtudtam, hogy éppen ugyanazt, amit a magyar hímeseké is. Rendkívül egyszerű mintáról van szó, amely voltaképp a világot szimbolizálja, a földet, a napot, a csillagokat. S ahogyan az ezzel a mintával díszített tojás, úgy a chilei sámándob is a gyógyításra szolgál. Van hát valami nagyon régi, nagyon ősi, amely összeköti a két népet, azonos a hiedelemvilágunk. Már önmagában ez az epizód – és egészében az olimpia is – megmutatta: bár a kultúránk különféle, valahol mind összetartozunk.”



Tudomány az életért

Beszélgetés Goda Márton Áron info-bionikus mérnökkel

Nagy Enikő, fotó: Döme László Balázs

A cserkészlet és a zene szerelmese

Kutatómunkája mellett Goda Márton másik nagy szenvedélye a cserkészlet. Jelenleg egy krisztinavárosi órs és a gimnazista korosztály vezetője, csapatának tagjai – az ő gondviselésében – kisiskolás kölykökből időközben kamaszfiúkká cseperedtek. „Amíg kicsik voltak, sokat játszottunk, ahogy nőttek, egyre többet portyáztunk, s beszélgetéseink során előkerülnek már a komolyabb témák is – mondja Marci. – Fontos számunkra a család, a közösség, a természet védelme, a mások szolgálata, az istenhit, a keresztény értékrend. Igyekszünk eszerint élni az életünket, s vezetőként szeretnénk példát mutatni a ránk bízott gyerekeknek. Hálás vagyok a családomért, mert sok jó példát láthattam magam előtt, nemrég elhunyt édesapám különösen közel állt hozzám, neki sokat köszönhetek, mindig kellő türelemmel és megértéssel fordult felém, hivatástudatával örök példa lesz előttem. Édesanyámnak ugyancsak köszönettel tartozom, mert kedvességével és bátorításával mindig utat mutatott. Örülök, hogy olyan családban nőhettem fel, amely stabil alapokat adott. Ugyanakkor ez felelősség is. Így próbálok cserkészként is jelen lenni. A cserkészlet mellett fontos számomra a zene is. A gimnáziumban elkezdtem zongorázni, de idővel átpártoltam a kórusénekléshez. Tagja voltam az egyetemi énekarnak, s most is éneklek egy budapesti kórusban. Korántsem vagyok profi, de ezen a területen is igyekszem magam folyamatosan fejleszteni. A műszaki tudás megszerzése mellett a művészetek megismerése az egyetem ars poeticájának is a része volt. A zene a feltöltődésem egyik legfőbb forrása, általa érzem magam igazán teljesnek.”

Hogyan találtál rá a hivatásodra? Egyáltalán: mi is az a bionika?

– A felcsúti általános iskolát követően a miskolci nyolcosztályos Fényi Gyula Jezsuita Gimnáziumba jártam, s már akkor nyitott voltam az újdonságokra. Leginkább a fizika és a matek érdekelt, így az egyik bátyám javaslatára jelentkeztem a Pázmány Péter Katolikus Egyetem Információs Technológiai és Bionikai Karának akkoriban induló szakjára, s molekuláris bionikusként szereztem meg az alapszakos mérnöki diplomámat. A jelentkezésekor még magam sem igazán tudtam, mi a bionika, ám tettszett mindaz, amit tanultunk. Ez voltaképp egy új, kibontakozóban lévő tudományterület, valahol a biológia és az informatika határán. Célja, hogy mindazokat a megoldásokat, amelyeket a természet kidolgozott, az ember átültesse a műszaki gyakorlatba, vagyis az élővilág módszereinek ihletésében hozzon létre olyan mesterséges rendszereket, amelyekkel mások segítésére lehet. Az alapképzés során az agyi hullámok feldolgozásával foglalkoztam, majd a mesterképzés részeként Erasmus-ösztöndíjjal Belgiumban, Leuvenben tanultam, ahol a szívdiagnosztika került kutatómunkám középpontjába. Így mesterdiplomámat a Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinikával együttműködésben a szívedzettség meghatározásáról írtam. Az emberi szív edzettségét rendszerint EKG-val vizsgálják, ám felmerült a pulzoximetria alkalmazása. A szív izomzata minden dobbanásnál összehúzóódik, és elektromos jeleket bocsát ki, az EKG erről a szív működést kísérő elektromos tevékenységről ad képet, a pulzoximetria pedig egy rendkívül egyszerű, újra csíptethető diagnosztikai eszköz formájában a periférián nézi a szív működését és a vér oxigéntelítettségét. Ezt alapul véve – a pulzoximétert továbbgondolva – kifejlesztettem egy olyan eszközt, amellyel sportolók esetében a szívedzettség ténylegesen sportolás közben, a pályán is mérhetővé válik. Kajakosok mellett átlagembereket és infarktuson átesetteket vizsgáltam, s azt tapasztaltam, hogy a szív variabilitása a sportolók esetén a legmagasabb, az infarktuson átesetteknél a legalacsonyabb, az átlagembereké pedig a kettő között van. Méréseimben a dohányzók szívedzettsége közel olyan alacsony volt, mint az infarktust megélt embereké, azoknál pedig,

kórházi körülmények között végezhető, s bár valóban képet ad a magzat hogylétéről, de ez a kép lehetne sokkal árnyaltabb is. Szükség van olyan vizsgálati módszerekre, amelyekkel nyomon követhető a magzat aktivitása – hosszabb ideig és akár otthoni körülmények között is, így ugyanis sokkal inkább kiszűrhetők az esetleges rendellenességek. Kutatásom célja az volt, hogy olyan eljárásmodot fejlesszek ki, amely mindezt lehetővé teszi. Ehhez a magzati fonokardiográfia volt segítségemre. Méréseimet a budapesti Szent Margit Kórházban végeztem, egy 3D-s ultrahangkészülék és egy magzati fonokardiográfás műszer együttes alkalmazásával több mint ötven kismamát vizsgáltam meg. A magzati légzőmozgás fontos mutatója a magzat jóllétének, így célom az volt, hogy – más magzati és anyai aktivitástól, a különféle zavaró tényezőktől, mint például a csuklástól, a törzsforgatástól vagy épp az anyai szív- és bél működés zajától elkülönítve – egyértelműen meghatározzam a fonokardiografikus jelben a magzati légzőmozgást. Ilyen formában ezt korábban még senki nem írta le előttem. A magzat egyébként nem lélegzik, csupán a rekeszizma mozog, összehúzóódik és elernyed, ezzel folyamatosan gyakorol, s mint minden mozgásmintázatnak, ennek is nagy jelentősége van, hogy amikor megszületik, képes legyen levegőt venni, fel tudjon sírni. A légzőmozgás már a 12. héten megjelenik, de ultrahangon csak jóval később, a harmadik trimeszterben válik kimutathatóvá.

Melyek voltak a kutatásod legfőbb tanulságai?

– Kimutattam, hogy a légzőmozgások nem folyamatosak, hanem sorozatokra bonthatók, amelyek a magzat fejlődésével párhuzamosan egyre gyakoribbak és egyre hosszabbak lesznek. Látszott, hogy a fiúknál sokkal erőteljesebb a légzőmozgás, mint a lányoknál, hiszen más az izomzatuk. Az is kitűnt, hogy a dohányzás nagy hatással van a magzat szív működésére, a fejlődéshez szükséges metabolikus folyamatok lelassulnak, elöregedik a placenta, a magzat nem tud a megfelelő mennyiségű oxigénhez hozzájutni. A magzati légzőmozgás feltérképezése még időben felhívhat

Egykori házi orvosunk, Goda Lajos fia – tizenegy gyermek között a kilencedik, nem mellesleg az első, aki Felcsútra született – édesapja nyomdokaiba lépve több testvéréhez hasonlóan olyan hivatást választott magának, amellyel mások szolgálatára lehet. Info-bionikus mérnökként, a PPKE ITK Roska Tamás Műszaki és Természettudományi Doktori Iskolájának hallgatójaként, „Magzati légzőmozgás meghatározása fonokardiográfás eljárással” című értekezésével nemrégiben szerzett doktori fokozatot. Szabadalmát a WIPO, azaz a Szellemi Tulajdon Világszervezete száz százalékban újdonságnak találta. Az általa kifejlesztett új diagnosztikai eljárás forradalmasíthatja az orvostudományt, s a hosszú idejű magzati monitorozás lehetővé tételével nem csupán az orvosok, de a kismamák is pontosabb képet kaphatnak magzatuk jóllétéről. Goda Márton Áronnal kutatómunkájának legfőbb eredményeiről, jelentőségéről beszélgettünk, bepillantva az emberi test, az élet legnagyobb csodájába.

akik nem versenyszerűen, de heti rendszerességgel intenzíven sportolnak, nemritkán az élsportolókéhoz közelített ez az érték.

„Nem lehet nagyobb szeretet, szüntelenebb szorgalomosság, fáradtságosabb munka, éjjeli és nappali nyughatatlanság, mint az anyáknak magzatuk körül való dajkálkodásában” – Pázmány Péter gondolataival veszi kezdetét a doktori értekezésed. A miért világos, de hogyan fordult az érdeklődésed a magzatok felé PhD-tanulmányaid során?

– Igazából a témavezetőm, Professor Dr. Kovács Ferenc ösztönzésére kezdtem el foglalkozni a magzati szívdiagnosztikával, illetve a magzati aktivitás vizsgálatával. A '80-as évek óta az ultrahangos képalkotás a legelterjedtebb vizsgálati módszer a magzati monitorozásban. Ám ez a mérés csak orvosi felügyelet mellett, korlátozott ideig és leginkább

ja a figyelmet számos súlyos esetre. Az általam kidolgozott eljárásmod lehetőséget teremthet veszélyeztetett terhesség esetén az otthoni magzati monitorozáshoz, folyamatosan nyomon követve, megfelelően fejlődik-e a magzat, koraszülöttek esetén a légzésfejltséget is jelezheti, ahogyan az esetleges növekedésbeli eltéréseket, s magyarázatot adhat a hirtelen csecsemőhalál pontos okaira, de egyáltalán: a magzati fejlődés utolsó szakaszának megfigyelése nem csupán az orvosok, de az édesanyák számára is izgalmas kaland lehet. Ma még csak korlátozottan érhető el a magzati aktivitás otthoni monitorozása, de hiszem, hogy a technológia fejlődésével ez is egyre inkább az életünk részévé fog válni, s a cél is éppen ez: hogy ez a módszer minél szélesebb körben elérhető legyen, hogy megmenthessük a veszélyeztetett magzatok életét és biztosíthassuk egészség fejlődésüket. Sok még a kihívás és a feladat, de számos potenciált rejt magában ez a terület.

Kereskedőből természetgyógyász

Döme Kata története az illatokról, a virágokról és a kristályokról

Nagy Enikő
Fotó: Döme László Balázs

A kezdetek

„Budán nőttem fel, gyermekként nagy szabadságban éltünk akkor – fog bele történetébe Döme Kata. – Tornászlány voltam, s mindig hittem a testmozgás, a sport áldásos hatásában. Igazából már kislányként találkoztam a természetgyógyászattal, noha akkor még korántsem így hívtuk, a természet gyógyító erejének használata ugyanis a mindennapok része volt. Az egyik nagymamám Erdélyből származott, s emlékszem, paradicsomot kötöztünk a sebekre. Mélyen bennem él ez az emlék. A másik nagymamám dunántúli parasztasszony volt, tőle tanultam meg a szezonális étkezés alapjait, vagyis mindig azt ettük, ami éppen termett a kertben. Édesanyám rendkívül szorgalmas asszony volt, amit csak elgondolt, meg is valósította – ő azt tanította meg nekem, hogyan kell boldogulni az életben. Tizenhét évesen aztán kereskedő lettem, s vallottam is magamról: én kereskedőnek születtem. Az első saját boltomat, a Kata butikot a nyolcvanas évek elején nyitottam meg Bicskén. Izgalmas kihívás volt nőkkel foglalkozni, az ő igényeiket kiszolgálni. Egyedi és minőségi termékeket kínáltam, olyasmit, ami máshol nincs. Idővel azonban megjelent a konkurencia, egyre több hasonló divatáruüzlet nyílt, nehéz volt jó minőségben, megfizethető áron olyan terméket kínálni, amire van igény, így aztán váltottam. És azóta is: nem tartok a változástól, akkor váltok, amikor látom, hogy sokan akarják ugyanazt csinálni, amit én, alapvetően ugyanis, hogy nem versengek másokkal, számomra az a legfontosabb, hogy amivel foglalkozom, egyedi, különleges legyen, értéket képviseljen.

Persze nem akarok túl nagyot álmodni, csak amekkorát a lehetőségeim megengednek. Koncentrálok a realitásra, ugyanakkor azt, amibe belefogok, szeretem a lehető legjobban csinálni – úgy, hogy azzal mások szolgálatára is legyek.”

Favirágok a thaiok ihletésében

A butik után Kata delikáteszboltot nyitott a városban, s voltaképpen ekkor vette kezdetét az útja a természetgyógyászat felé. „Az volt a célom, hogy a táplálék, amit adok, a vásárló épülését, egészségét szolgálja. Minthogy egyre többen kerestek meg különféle egészségügyi problémákkal, például diabétesszel, elkezdtem a minőségi alapanyagokkal, az egészséges táplálkozással foglalkozni, s már ekkor elkezdtem főzőtanfolyamokat tartani. Ám a nagy bevásárlóközpontok térnyerésével nem tudtam a boltot életben tartani, újból váltanom kellett – meséli. – Mivel eléggé beleástam magam a gasztronómiába, étkezdet nyitottam, s a főzőtanfolyamokat is folytattam, abból kiindulva, ahogyan odahaza anyáink-nagyananyáink tanították. Időközben beleszerettem a különleges fűszerekbe, s egyszerűen magával ragadott a thai konyha – a távol-keleti ízvilágot is belecsempészttem hát a fogásaimba. S mindeközben megismerkedtem a délkelet-ázsiai ország egy jellegzetességével, az örök virággal, amely voltaképpen soha nem hervad el. Látni akartam, hogyan készítik, elutaztam Thaiföldre. Ez az út olyan meghatározó tapasztalatot hozott számomra, hogy nekiláttam idehaza

Bicskei műhelyében találkozunk. Beszűrődő nyári napsütésben, levendulaillatban, készülő favirág-kompozíciók között fogad Döme Kata. Ametiszt, hegyikristály, rózsakvarc, pirit, rodokrozit – az alkotóteremben itt-ott különféle kristályok kaptak helyet. Úgynevezett life coachként, azaz életvezetési tanácsadóként – az illóolajok mellett – ezeket is segítségül hívja foglalkozásai során. Hosszút út vezetett számára a természetgyógyászatig. Egy súlyos betegséggel is meg kellett küzdenie, hogy rádöbbenjen: a gyógyuláshoz szükséges erőt saját magában találja meg. Attól kezdve fordulatot vett az élete, s most már hivatásának tekinti, hogy útmutatásaival és a természet „medicináival” másoknak segítsen. Annak apropóján, hogy tapasztalatait nemrég közösségünkkel is megosztotta, életútjának bejárásakor illatokról, virágokról, ásványokról beszélgettünk.



thai technológiával készült, egyedi tervezésű örök virágokat forgalmazni. Ekkor fedeztem fel a favirágokat is, s egyedi virágtervezéssel, virágkötéssel kezdtem foglalkozni. Minden egyes alkotásban – a thai energiák mellett – már én magam is benne voltam. Egy egyszerű mocsári fűféle a virágaim alapanyaga, amelyből egy kis kreativitással igazi kézműves különlegességek készíthetők. Természetgyógyásként ezek is a segítőim, sőt, műhelyfoglalkozásaim során, amelyeken a gyermekektől a nagymamáig-nagypapáig bárki részt vehet, ugyancsak sokan megtapasztalták ezek jótékony hatását, s hogy az alkotás valóban gyógyító lehet.”

A szeptária és a gyógyulás

Kata életének legnagyobb fordulata 2012-ben következett be, ekkor kötelezte el magát végérvényesen a természetgyógyászat, illetve mások segítése mellett. „Abban az évben teljesen váratlanul tüdőrákot diagnosztizáltak nálam – mondja. – Az első néhány hét azzal telt, hogy megbirkózzam a tudattal: egy életveszélyes betegséggel állok szemben. Megkezdődtek a kezelések, amelyek igencsak megviseltek, a munkámat, a kézművesvásárlást is abba kellett hagynom. Ekkor még magam sem gondoltam, hogy egy kő lesz majd segítségemre. Korábban is érdekelték az ásványok, akkor kezdtem el tanulmányozni őket, amikor ötvöscsereket árultam, s megtudtam, hogy a gránát az a kő, amely a tragédiák idején kerül elő – például a II. világháború után számított divatosnak.

Ám a betegségem közepette eszembe sem jutott, hogy az ásványokhoz forduljak, egészen addig, amíg egy régi ismerős nem javasolta, hogy szerezsek be egy szeptáriát. Ez volt az a kő, amely mentálisan, lelkileg és testben is segített megvívnom a betegséggel szembeni harcot. Belekapaszkodtam, s energiát adott. Amíg a daganat bennem volt, folyamatosan forrósodott, ám azóta, hogy meggyógyultam, nem melegszik a kezemben. Hiszem, hogy ez az ásvány segített a felépülemben. S ez volt az a tapasztalat, amelynek hatására elkezdtem képezni magam, s hivatásszerűen természetgyógyász lettem. Holisztikus életvezetési tanácsadóként a teljes embert nézem, a testet és a lelket, ugyanakkor nagyon fontos, hogy munkámat nem a hagyományos orvoslás helyett, hanem annak kiegészítéseként végzem. Tudom, meddig tart a kompetenciám: a természetgyógyászat mellett mikor van szükség az orvostudományra, és fordítva. Meggyőződésem, hogy test és lélek csak együtt gyógyulhat meg. Utólag magamnak is megfektettem, miért alakulhatott ki a betegségem, milyen lelki okok vezettek el odáig. Ezekkel is dolgoznom kellett magamban. Úgy hiszem, olyan tudásra tettem szert, amely másoknak is hasznára válhat. Talán az életemben minden azért volt, hogy oda, ahol most vagyok, eljussak. Szeretnék az embereknek segíteni, s ehhez a természet kincseit, a kristályokat és az olajokat, na és persze a virágokat együtt használok. Általuk visszatérhetünk abba az alkotó-teremtő állapotba, amelyben megkezdődhet a gyógyulás is.”



A paprikát és a paradicsomot locsolja éppen, alig néhány napja lakik új otthonában, a holmija még szanaszét hever, ám a kertje már szinte teljes pompájában tündököl. Ideköltözésekor a legelső dolga volt, hogy féltő gonddal nevelgetett palántáit kiültesse. A 85 esztendő Noll Miklós nem is olyan régen – családi „örökségként” – még virágzó kertet működtetett Felcsúton, művét messze földön ismerték. Mindene volt a kert, a szíve, a lelke benne volt. Ám felesége elvesztését követően fel kellett ismernie: nem győzi már úgy a földdel való munkát és a hatalmas ház karbantartását. Nehéz döntésre szánta hát el magát. Hátrahagyta két kezével felépített felcsúti otthonát, s lányával, Mártával egy bicskei kis házba költözött, csupán egyetlen kikötése volt: hadd legyen kertje ott is!

Nagy Enikő, fotó: Döme László Balázs

„Az a legnagyobb, ha benne gyönyörködhetek”

Látogatás Noll Miklós bicskei konyhakertjében

Szinte észre sem veszi, hogy megérkezünk, annyira belefeledkezik kertje öntözésébe. „Milyen szépek a növényei!” – mondom neki, s ő elmosolyodik. „Késve voltam tíz nappal, elvettem őket cserépbe, aztán kiültettem. De fel kellett előbb törni az udvart, párszor át kellett járni, hogy lehessen ide ültetni – avat be Noll Miklós a kertművelés rejtélyeibe. – Azért szépek, mert megkapták a táperőt. Egész nap a kerttel foglalkozom. Szeretek itt lenni. Napközben is megöntöm a növényeket, ilyenkor már lehet, amikor kemény a levelük, hozzáadódtek a nap sugaraihoz. Muszáj is frissítő öntözést végezni, annyira meg tud szorulni a levegő, nem győzik a gyökerekükön felvenni a nedvességet. Kicsit megpriccentem őket.” Dolga végeztével aztán leülünk a kert tövében, s beszélgetni kezdünk. „Ebbe születtem bele – fog bele történetébe. – Édesapám, Noll Márton annak idején kiment Amerikába, tíz évig élt ott, 1920-ban jött haza édesanyámmal, s felépítették öregapánk telkén a tanyát Felcsút határában. Akkor volt a válság, a sok dollárért alig kaptak valamit. Kertészetbe kezdett, a család együtt volt, s elég nagyba vittük, ’47-ben első díjat nyertünk a kertészetünkkel. Tizen voltunk testvérek, öt fiú és öt lány, én voltam közöttük a legkisebb. Mindegyikünk be volt fogva, emlékszem, az első üvegrámát kilencévesen kaptam, volt néhány palántám, s ellestem, mit hogyan kell csinálni. Ott, a tanyán éltük meg a frontot. Nyolcéves voltam akkor. Két bátyám is harcolt, de mindkettő megjött, együtt lehettünk. De jött a térszerítés, a kertészet pedig elpusztult”

Ám a legkisebb fiú, Miklós, miután leszerelt, folytatta a családi hagyományt. Tíz éven át a bátyjával együtt három üvegházzal és hatezer ablakkal Vértessacsán működtette kétszázholdas birodalmát, majd Kállóra kerültek, ahol ugyancsak kertészkedni kezdtek: „Öt-hat húszméteres fóliánk voltak, palántát is termeltünk, paprikát, paradicsomot, uborkát. Ástunk egy nagy kutat is. Magam készítettem a másfél méter átmérőjű gyűrűket, negyvenet. Mikor megjelent a víz, olyan boldogok voltunk. Finom víz volt, bő forrás. Avval öntöztem az egész kertet. Így kertészkedtem évről évre. ’72-ben pedig belefogtam odahaza, Felcsúton a házépítésbe. Akkor még mind a tizen éltünk, s mivel kölcsönt nem kaptam, egyik testvér is, másik is adott valamennyit, hogy majd megadom, ha lesz pénz

zem a palántából. Sokat kellett dolgoznom, a házzal és a kerttel is. Jártam a piacot a palántákkal, közben meg építettem a házat. És olyan jó ember volt a tűzépes, mondom neki, mennyi gerenda meg téglá kell, mondja, rendben, de mondom, csak májusban tudok fizetni, azt mondja: nézze, megbízok magában, s odahordta nekem a gerendát, a téglát – emlékszik vissza Noll Miklós a házépítés idejére. – Nem kaptam sehol olyan téglát, amilyen kellett, csak Érden. De nem volt kocsise. Kaptam aztán Acsán egy pótkocsit IFA-t, mondták, de reggel 8-ra itt legyen ám. Hatezer téglát fért fel rá, Pisti barátommal odaálltunk, s feldobáltuk. Egész éjjel pakoltuk. Az építkezést tavasszal kezdtük el. Április 4-én ástuk ki az egy méter mély, ötven centi széles alapot, a két kezemmel építettem fel a házat. Nehéz volt. De sikerült. November 7-én költöztünk be, pár nappal később megszületett Mártika. Ő otthon jött a világra. Több mint hatvan éve vezetek, vettem egy csónakos motort, szolt a párocskám, jön a baba, mentem a motorral a doktorért meg a bábáért, hajnalra meg is született a lányka” – idézi fel Noll Miklós életének legmeghatározóbb pillanatait.

„Kertészkedtem mindig, négyezer négyzetméter, három üvegház volt a felcsúti kertészet, péntekente mentem a piacra, jöttek, vásároltak az emberek. Szerették a palántáimat. Így ment az élet, egészen idáig – mondja. – Tavaly még jól bírtam magam, beültettem az egészet egymagam, most már fáj a térdem és a derekam, nem bírom úgy, de nem akarom elhagyni magam. Mondom, olyan helyre költözzünk, ahol tudok egy kicsit kertészkedni is, legalább annyit, amennyi nekünk kell. Szeretnék még a gyerekek, az unokák, a dédunokák segítségére lenni. Szeretem csinálni a kertet. Reggel, amikor felkelek, az első, hogy végigmegyek az ágyások között, olyan jó látni, ahogy nőnek a növények. S mikor bemelegyek reggelizni, leveszek pár szem paradicsomot meg paprikát, s tudom, hogy az enyém, én magam termeltem. Hol van a szép mintakert? – kérdezik sokan. Mondom, sajnos már nincsen. Nehéz volt elhagyni az otthonomat, hiszen rengeteget dolgoztam a házon és a kerten. De így döntöttem. Boldogit, hogy szép a kert. Az a legnagyobb, ha benne gyönyörködhetek.”



A szépséges darázspók

Írta: Feketéné Schneider Mária

A szépséges darázspók nyár végére igencsak méretes példánnyá nőhet. Igazából én is ilyenkor veszem csupán észre. A kertben itt-ott lehet vele találkozni. Először csak véletlenül találtam rá, amint a hálójában fejjel lefelé csüngött. Így vadászott, várt az áldozatra. Mindegy volt, hogy bogár, légy vagy darázs, sőt, jó neki a szöcske is, nem finnyás. Elkapja a méheket is, zsákmányát gyorsan körbehálózza. Egyszer leültem a pók hálójára mellé, és figyeltem, mit csinál. A kert végében találtam rá, egy félig elszáradt krumplibokrot font körbe a hálójával. Azon töprengtem, mitévő legyek, mert ez a hely nem igazán jó nekem, túl messze van a háztól. Különben is a sok krumplibokor között nehéz megtalálni azt, amelyiken tanyázik. Mindenféle gondolat járt a fejemben, közben ránéztem a szomszéd házra, ahova most költöztek be az új lakók. „Megvan!” – kiáltottam fel. Költözködünk! Át kell telepítenem a pókot, méghozzá oda, ahol könnyedén meg tudom figyelni. Igen, de hol lehet a megfelelő hely? A házba mégsem vihetem be, anya alighanem mérges lenne, de ha kint tartanám a pókomat, biztosan nem zavarná. Ilyen gondolatok cikáztak a fejemben. Végül eldöntöttem, hogy a bejárati ajtóhoz költöztetem.

Gyorsan neki is fogtam tervem megvalósításának. Kihúztam az elszáradt krump-liszárakat, amelyen rajta volt a pók a hálójával együtt. Új kiskedvencem kissé ideges lett, nem értette, mi történik. Siettem vele a ház bejáratához, nemsokára oda is értem a lépcsőhöz, ahol nagy cserepekben különféle virágok voltak. Úgy akartam helyezni a krump-liszárakat, hogy a pók hálójára kifeszüljön, de nem sikerült. A szárak leestek a virágokról. Ám szerencsére a pók fennakadt az egyik levélen. Bosszúsán be is mászott alá. A hálójára viszont a szárakkal együtt leesett a földre, és elszakadt. Nem így képzeltem el a pókköltöztetést, de akkor már mindegy volt. Mérges voltam magamra, milyen ügyetlen vagyok. A krump-liszárakat a kukába vittem, nehogy kikapjak, hogy már megint szemetelek. Másnap, amikor kimentem az udvarra, egyenesem a pókomhoz mentem. Kíváncsi voltam, megvan-e még? És vajon mit csinált tegnap óta? Nem hittem a szememnek. A pók egy hatalmas hálót szőtt az éjjel, de olyan nagyot, hogy még a lépcső korlátjához is kifeszítette. A szüleimnek is megmutattam a pókhálót. „Itt jól megfigyelheted, ahogy vadászik” – mondták. Így is volt. Tényleg jól meg tudtam figyelni ezen a helyen. Később az uzsonnámmal együtt kimentem, leültem a lépcsőre, s míg falatoztam, figyeltem a pókot. Gyönyörű szép nagy pók volt, sárga és fekete csíkos, tényleg a darazsakra emlékeztetett. Kitaláltam, hogy megetetem. Fogtam neki legyet, és beletettem a hálójába. Ahogy a légy kapálózott, megrezdült a pókháló. A pókom máris ott termett, és körbefonta a legyet. Egészen jól érezte magát az új helyén. Sokáig ott volt.

Egyszer ellátogatott hozzám a barátnőm. Amikor be akartunk menni az ajtón, rögtön észrevette a hatalmas pókhálót. Megijedt. Nem mert bemenni a házba. Anya bátorította, hogy csak menjen nyugodtan. Elmeséltem neki, hogyan került oda a pók, és azt is elmondtam, hogyan szoktam etetni. „Etetni szoktad a pókot?” – ámult el. „Igen. Szoktam neki legyet fogni. Megmutassam?” – kérdeztem. Először furán nézett rám, miért is akarok a póknak legyet fogni, hiszen ott van a hálójára, tud fogni magának, ha akar. Amikor elmagyaráztam neki, hogy meg lehet figyelni, mit csinál, hogyan mozog, hogyan táplálkozik, akkor ő is elkezdett érdeklődni a pókok iránt. Elmeséltem neki, hogyan telepítettem ide. Aztán közösen fogtunk neki legyet, és beletettük a pókhálóbába. Mondta, hogy ő is szeretne ilyen pókot otthonra. Elmentünk hát a kert végébe a krump-liföldre pókot keresni, de nem találtunk másikat, ezért megbeszéltük, hogy amikor ideje engedi, eljön hozzánk ismét, és akkor együtt figyeljük majd a pókot. Így is történt, majd' mindennap ott volt nálunk, és attól kezdve időnk java részében a pókunkkal foglalkoztunk.



Rendhagyó csapatösszetartás

Kerítést festett megye II-es csapatunk



Nem először vágott már bele olyan karitatív akcióba megye II-es futballcsapatunk, amellyel Felcsút közösségét szolgálták. Első rendhagyó „csapat-építőjükkre” 2019 nyarán került sor, akkor szemeteszsákot ragadtak, és traktorra szálltak, hogy megtisztítsák falunk környezetét, ám emellett, hogy többszáznyi szemetet összeszedtek, szépen kitakarították az árkokat is. 2020-ban labdarúgóink újabb közösségi szolgálatot eszeltek ki: ezúttal festékesvödörrel és ecsetekkel szállták meg a Tamássy–Margalit-kúria kertjét, hogy újjávarázsolják a kissé már megkopott padokat. Idén ismét a közösségi programoknak helyet adó parkot vették célba, s újra „mázolókká” lettek: egy edzésmentes napon, mielőtt a rozsa megehetne volna, lefestették a parkot körbevevő kerítést, hogy augusztusban még szebb környezetben ülhessük meg a 'Csúti Vigasságokat. A Puskás Akadémia harmadik számú csapatának edzője, Szabó Dániel vallja: a játékosok az efféle projekteket nem csupán közösségi szolgálatnak tekintik, de a csapatösszetartás remek lehetőségeként is. Köszönet a munkáért!

Nagy Enikő
Fotó: Döme László Balázs



Felcsútnak van szíve!

Kupakkal a kis Pannáért

Felcsúton, a Tamássy–Margalit-kúria bejáratánál is helyet kapott egy kupakgyűjtő szív, amelybe bárki bedobhatja a különféle flakonok kupakjait, s ezzel a lapunkban korábban bemutatott, felcsúti kötődésű Utasi-Tóth Pannának segíthet. Községünk már hónapokkal ezelőtt összefogott a kislányért, s csatlakozva a kupakgyűjtő kezdeményezéshez a könyvtárban alakítottuk ki saját gyűjtőpontunkat, az összegyűjtött kupakok árát pedig Panna gyógykezelésére ajánlottuk fel. A bicskei Vivber Kft. jóvoltából a székelő kapunál felállított kupakgyűjtő szívnek hála mostantól jöttünkben-mentünkben bármikor elhelyezhetjük „adományunkat” a szív belsejében. A kupakgyűjtő szívecskek Dániából indultak el világhódító útjukra, ma már számos magyarországi településen is megtalálhatók. Az ásványvizek és a különféle üdítőitalok flakonjainak kupakjai mellett a dobozos gyümölcslevek és a tejek csavaros fedőit is „elfogadják”, sőt, akár a flakonos mosószerek, öblítők, tisztítószer, samponok, tusfürdők kupakjai is jól megférnek bennük. A felvásárlók kilogrammonként fizetnek értük, no persze nem túl sokat, de tudjuk jól: sok kicsi sokra megy – a befolyt összeg rendszerint karitatív célokat szolgál, vagyis néhány, számunkra teljesen értéktelen kupak akár életmentő is lehet. S miután a műanyag-felvásárlók becsákmányolták őket, a kupakok megkezdik „új” életüket: az újrahasznosítási folyamat végén ládák, kukák, keverőedények, spatulák, öntözőkannák, lapátok, rekeszek készülnek. Azzal tehát, hogy összegyűjtjük, s a szívecsékben elhelyezzük őket, nem csupán a kis Pannát segítjük, de bolygónk megóvásáért is teszünk egy keveset.





Életben a múlt
Újabb ereklyékkel gazdagodott
Tájházunk gyűjteménye



Nagy Enikő
Fotó: Döme László Balázs

Nemrég időszaki helytörténeti kiállítás nyílt a felcsúti Tájházban. Július első napjaiban bárki betérhetett a Fő utcán található falumúzeumunkba, hogy megtekintse azokat a kincseket, amelyek településünk és a hajdani felcsútiak történetéről mesélnek. „A helyi identitás és kohézió erősítése a bicskei kistérségben” elnevezésű projekt keretében megvalósult tárlat során nemcsak a Tájház belső terében barangolhattak a látogatók, de a közelmúltban elkészült, az ereklyék számára védelmet nyújtó feltetők alatt elhelyezett mezőgazdasági „masinákat” is szemügyre vehették a régmúlt után érdeklődők. Mindeközben újabb adományozóval gyarapodott a Tájház ritkaságait összegyűjtők sora: ezúttal Flier Éva ajánlott fel néhány családi relikviát falunk számára. „Ide került az a bölcso, amely tíz gyermeket ringatott, nagyapám ugyanis, bár a háborúból hazatért, már nem sokáig élt, tíz árvát hagyott maga után – meséli közösségünk kulturális tanácsnoka. – Szeretnék másokat is arra ösztönözni, hogy őrizzék meg az egykori használati tárgyakat, ismerjék fel azok jelentőségét, s még ha számukra nem is értékesek, a Tájház számára azok lehetnek, itt méltó helyre lelhetnek.” A padlásokról, sublótókból, kamrákból igazi kincsek kerülhetnek elő – a helyben megőrzött és összegyűjtött örökségek- emlékek jelentik a falumúzeum különleges néprajzi gyűjteményét darabjait is, amelyek – a Tájház 2016-os létrejötté óta – folyamatosan gyarapodnak, bemutatva Felcsút és a helyi közösség hagyományait.

Csúti Vigasságok 2021. augusztus 15. Helyszín: Tamássy–Margalit-kúria, Felcsút

FELCSÚT KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATA SZERETETTEL MEGHÍVJA ÖNT ÉS KEDVES CSALÁDJÁT FALUNAPI RENDEZVÉNYÉRE!

08:00 Főzőverseny
10:00 Kapunyitás, utcai természetfotókiállítás-megnyitó
10:15 A Kastély Óvoda és Bölcsőde műsora
10:30 TÁNCOLJ VELEM! zenés-táncos, interaktív gyermekműsor
buborékpattival és ajándékkal – „sztárvendégünk”: Bobó, a sárkánybébi
11:30 Miért szeretek focizni? – beszélgetés Herczeg Kittivel
12:00 A főzőverseny eredményhirdetése
12:15 Faluebéd
14:00 DALLAMOK SZÁRNYÁN örökzöld, retro táncdalválogatás GREGUS ANIKÓ és DOBROZEMSZKY GÁBOR előadásában
15:00 A „Felcsút legfinomabb süteménye” verseny eredményhirdetése
15:15 A Gyöngyvirág Nyugdíjasklub dalkörének előadása
15:30-17:30 A Német Nemzetiségi Táncsoport és a Schwowischi Buam zenekar fellépése
17:45 Dánél Katica énekel
18:00 A Füttyölös Táncsoport fellépése
18:30 SIHELL FERRY koncertje

Folyamatos kísérőprogramok:

- történelmi íjászat
- rendőrségi kitelepülés
- kerékpárügyességi játékok kicsiknek
- a Vértessoglári Önkéntes Tűzoltóegylet bemutatója
- arcfestés, kézművesfoglalkozás
- kirakodóvásár, körhinták, ügyességi játékok, légvár

A műsorváltozás jogát fenntartjuk!



Növényeink nyári védelme

A kertet szerető ember egyik legnagyobb kihívása, hogy a kánikulában is megvédje növényeit a napgyilkos sugaraitól. Az időjárás sajátosságai miatt az éjszakai átlaghőmérséklet jóval 10 Celsius-fok felett marad, sokkal erősebb a föld párologtatása, így az öntözés és a víz pótlása a legfontosabb feladat.

Kertészeli Áruda

Kiskertünkben fontos a talaj állandó lazítása és a gyomnövények eltávolítása. Lazított talajban nem annyira intenzív a párologtatás, ez esetben az esőt mélyebben tudja bevezetni a talaj, így tartósabb a növények vízutánpótlása. A gazos fertőzött talaj pedig a nyári vízszegénységben korántsem a legjobb a haszonnövényeinknek. Ne várjuk meg a növényi kártevők elburjánzását, mert sokkal nehezebb egy erősen fertőzött terület megtisztítása, mint egy „könnyed” kapálás. A magszórásba engedett kártevő erősebben fertőzi a területet, mivel utódokat hagyhat maga után.

Vizsgáljuk meg a pázsitunkat, mennyire erős a filcesedés, hiszen a nedvesség nem igazán képes beszivárogni a gyökérszónába. Szükség esetén gereblyével távolítsuk el öntözés után a szerves maradványokat. Vigyázzunk a fűre, mert ha nincs lehetőségünk rendszeres öntözésre, melegebb időszakban könnyen sérülnek a szárazabb részek. Fontos a nyári kondicionáló tápanyagpótlás: négyzetméterenként 5 dkg erősebb nitrogéntartalmú tápanyag felvitele javasolt.

Néhány alapszabály betartásával az esetleges átültetéseket, kertmódosításokat is elvégezhetjük nyáron:

- ✿ kánikulában nem végzünk semmilyen átültetést,
- ✿ lehetőleg hajnalban vagy késő este, vagyis napsugármentes időszakban végezzük el a szükséges munkákat,
- ✿ átültetéskor minden esetben legkevesebb 70 százalékból vágjuk vissza a növényünket,
- ✿ csökkentsük a zöldtömeget, hogy a növényt gyökeresedésre készítsük.

Ha van lehetőségünk, szórjunk mulcsot vagy aprítókat a növények tövéhez a nedvesség megtartása érdekében, ez a gázosodás csökkentése is kiváló.

A rózsáink első körben elvirágoztak, metszőollóval távolítsuk el a virágtorzókat, hogy enyhébb másodvirágzásra ösztönözzük kedvenceinket.

Ne feledkezzünk meg a madarokról sem! A téli etetés után biztosítsuk számukra a nyári folyamatos vízellátást. Igyekezzük tisztán tartani az ivóedényüket. Nagyon fontos a rendszeresség, hiszen a madaraknak is át kell vészelnükhöz a kánikulát, és számítanak a rendszeres vízfelvevőhelyekre. Az itatót úgy alakítsuk ki, hogy a kis állatok zavar-talanul használhassák, lehetőleg olyan vízfelülettel, melyben akár meg is tudnak mártózni.

Kertész Róbert vegán Ironman rovata Cukkinis lecsó

Egy rendkívül egyszerű és gyorsan elkészíthető fogást, a nyár slágerének vegán változatát hozta el júliusi konyhaművésznőnk. A lecsó – az egyik hozzávalójának, a hungarikumok közé sorolt őrölt pirospaprikának köszönhetően – igazi kuriózum a magyaros ételek között (noha alig százesztendőcsupán), létezik belőle szalonnás, tojásos, kolbászos – na és persze zöldséges is. Ezúttal egy szezonális kedvenc lesz segítségünkre az elkészítésében. Minthogy 95 százaléka víz, a cukkini kiváló hidratáló, de nem csupán a szükséges folyadékot pótolja, hanem vitamin- és ásványianyag-tartalmának köszönhetően számos nélkülözhetetlen elemmel tölti fel a szervezetet. Jó hatással van az emésztésre, csökkenti a vércukorszintet, javítja a vérkeringést, s enyhíti a reumatikus panaszokat is.

Hozzávalók:

- 5 db nagyobb paradicsom
- 3 db nagyobb fej vöröshagyma
- 7 db lecsőpaprika
- 1 kisebb cukkini
- 2 csipet só
- 1 csipet őrölt fekete bors
- 1 ek. fűszerpaprika
- 1 csipet őrölt kömény
- 2 ek. növényi olaj

alternatív:

növényi virsli, barna rizs, vörös lencse

Névjegy Nagyné Bakai Tünde

„Egy dokumentumfilm hatására az egyik napról a másikra hagytam el a húst. Férjem a jóga miatt már korábban váltott, mindketten éreztük az új étrend pozitív hatásait. Két kisgyermek édesanyjaként fokozatosan és tudatosan tértünk át a teljes értékű növényi étrendre – ennek már egy éve. Azóta nagyon sok, számomra új, hasznos növényi alapanyaggal ismerkedtem meg, és szívesen kísérletezek új receptekkel. A férjem idén a hosszú távú triatlonra, vagyis az Ironmanre készül. Tapasztalatunk, hogy a vegán életmód hozzájárul a sportolás utáni regenerációhoz és a mindennapi egészséges életvitelünkhöz.

Elkészítés:

A zöldségeket hasonló méretűre felkockázzuk. A hagymát az olajon aransárgára pirítjuk, majd hozzáadjuk a paprikát. Amikor a paprika összeesett, hozzáadjuk a cukkinit és a paradicsomot is, majd sózzuk, borsozzuk, és egy pillanatra lehúzzuk a tűzről, hogy hozzáadhassuk a pirospaprikát. Jól átkeverjük, majd lefedve közepes lángon addig pároljuk, amíg a zöldségek puhára főnek. Ha virslivel készítjük: a felkarikázott virsli (4 szál) az utolsó 10 percben adjuk a lecsóhoz. Tálalhatjuk önmagában barna kenyérrel, vagy gazdagítva barna rizzsel, illetve színben hozzá illő vörös lencsével is (ezeket én külön főztem meg, és utólag kevertem a lecsóhoz).

Mi a templom?

Hős Csaba

Az 5. zsoltárt kibontva világosan kiderül: a templom válaszfal, híd, találkozási pont, kilátó, végvár.

Válaszfal a templom. Így magasodik kint és bent lévők közé. Azok közé, akiknek otthonuk, és akiknek nem az. Azok közé, akik a zsoltáros-sal életük urának és királyának vallják Istent, és akik nem. Azok közé, akiknek egy hét is sok templom nélkül, s akiknek hónapok sem tűnnek fel. Válaszfal a templom. Ám van egy hír, ami egyszerre tragikus és egyszerre örömdetes – lévén, hogy ezen a válaszfalon van egy ajtó. Azaz nem determinálva vagyunk templomtalanságra vagy templomosságra. Van ezen a válaszfalon egy ajtó. Így tragikus, hogy bizony ki lehet sétálni az Isten szeretetéből, a keresztyén gyülekezetből. Ugyanakkor örömdetes, hogy ezen az ajtón be lehet lépni, sőt: meg lehet érkezni Isten világába, szeretetébe, népének közösségébe.

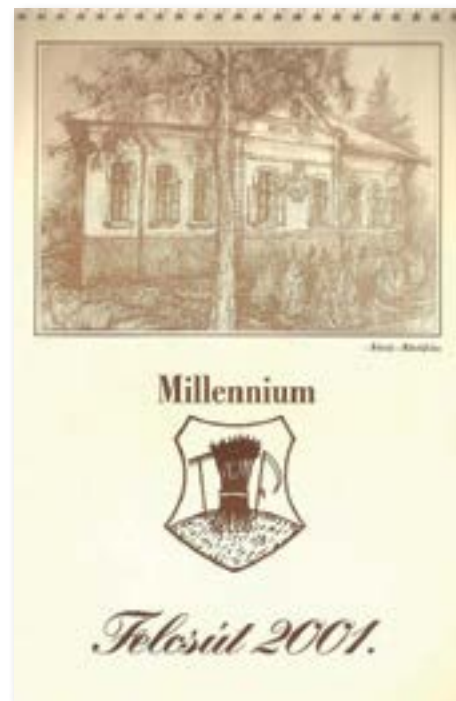
Híd a templom. Bemehetek házádba, hozzád imádkozom, Istenem – mondja a zsoltáros. Híd, mely összeköt az Isten világával, személyével, és bekapcsol az egyházba, a gyülekezetbe, mely Krisztus teste. Hídként hely a templom, melyet arra választott ki az Isten, hogy rátalálhasunk, pontosabban: ránk találhasson. Hídként lehetőség a templom a Krisztussal való sorsdöntő, életet kicserélő találkozásra, s ennek újra és újra megélésére. Persze, mindenütt lehet Istennel találkozni, hisz nem kézzel csinált templomokban lakik az Úr. De mégis egy speciális hely a templom, s abban a gyülekezet közössége, ahová az Ige és a Lélek által Krisztus adja magát. Egyszer egy természettudós kérdezte a teológust: Isten mindenütt jelenvaló, hát minek a templom? Mire a teológus: víz a levegőben is van, inni mégis a forráshoz megyünk. A templom híd menny és föld között.

A templom találkozási pont. Az a hely, ahol szent és profán, mennyei és földi, odafent való és idelent való találkozik. Sőt nemcsak találkozik, hanem egyesülhet, szintetizálódhat, integrálódhat is. Én, a bűnös ember a Krisztusba oltatom, hogy Krisztus éljen bennem. Mit mond a zsoltáros? Nem leled, Isten, örömd a bűnben (az enyémben sem), ugyanakkor bemehetek szent házádba szeretetéből (más fordításban kegyelmed sokaságából). Találkozási helye a templom a kegyelemre szorulóknak és a kegyelmet nyújtóknak. Bűneit hozónak és az irgalmasan amnesztiát hirdető szent Úrnak.

A templom kilátó is. Felmegy a zsoltáros a templomba reggel. S imádságában onnan mondja el Istennek, hogy mi veszi őt körül a mindennapjaiban. De a templomból mégis mintegy kilátóból tekint saját hétköznapijaira, életére. Ahogyan a túrázó a kilátóból néz a mögötte és az előtte lévő útra. A templomban imádkozva és Istenre figyelve eltávolodik a saját életétől, hogy igazán közel kerüljön önmagához, életéhez, belső egzisztenciájához. S a templomból nézve egészen más perspektívából látja mindennapjait. Az Isten szeretete felől nézve egészen más-ként értékeli életének hétköznapi eseményeit. Rászorulunk, hogy a templomi „isten-közelségből” és „világ-távolságból” lássuk és értékeljük életünket, viszonyainkat, kapcsolatainkat, sorsunkat.

Végvár is a templom. Azt mondja a zsoltáros, hogy: oltalmadba menekülök. Biztos hely a templom, a gyülekezet, az Isten népe és családja. Ebben az itteni időnkben, ahol minden bizonytalan és viszonylagos, az egészség, a jólét, a kapcsolataink, minden-minden, no, pont ott lehet biztos ponttá a templom. Valamikor a reformáció századában történt, hogy egy portyázó csapat akart kifosztani és kardélre hányni egy falut. Ám a felderítők vészjósoló csendet találtak a kiürültnek látszó faluban. A templom körüli kőfalon átnézve pedig döbbenet látták, hogy a templomfalnak kapák, kaszák vannak támasztva tömegével. Jelentették is vezérüknek, hogy nem érdemes fosztogatni, mert a falu népe a templomban gyülekezve várja a támadást láthatóan felfegyverkezve. Így továbbálltak. Mindössze annyi történt, hogy a falusiak a nap kezdetén reggeli könyörgésre gyűltek össze a mezei munka előtt. Megvédte őket a templom. Nem az épület, hanem mindaz, ami abban történt.

Válaszfal, híd, találkozási pont, kilátó, végvár a templom. S már hónapok óta nyitva van!



Tudta-e, hogy... húsz évvel ezelőtt

Felcsút Község Önkormányzata a millennium alkalmából naptárt adott ki, mely Felcsút tizenhárom ikonikus épületét mutatta be. A grafikákat Csabdi díszpolgára, Kisvári Gyula festő- és grafikusművész készítette. Az épületek: a községháza, a református templom, a vasútállomás, a volt orvosi rendelő (a községház melletti épület), a Lethenyi-kereszt (Szalánka), a Kozma-kastély, a Hessky-villa, a Margaret-villa, a volt jegyzői lakás, a Szóke-kastély, a Mäger fogadó, a Kenessey-kripta és a katolikus templom.

Noll Zoltán

Isten éltesse!

Mészáros László polgármester július hónap legalább 70 esztendő megélt születésnapait is köszöntötte.

Papp Istvánné a 81., **Schmidt Istvánné** a 72., **Héring Terézia** a 71., **Marácz Lászlóné** a 81., **dr. Györgyi Viktor István** a 75., **Smidné Mógor Erzsébet** a 74., **Szeccsödi István** a 72., **Uri Hajnalka** a 72., **Németh Józsefné** a 82., **Palotás Kálmán** a 84., **Litter Lászlóné** a 80., **Müllner Ferencné** a 71., **Polyák Jánosné** a 71., **Vörös József** a 71., **Kelemen Mihályné** a 80., **Varga Lajosné** a 74. születésnapját ünnepelte.



Ezúton tájékoztatunk minden Invitel kábelszolgáltatást igénybe vevő tv-nézőt, hogy a Puskás TV 2021. július 15-től a 944-es csatornán HD minőségben nézhető. Kérjük Önöket, hogy készülékeiket hangolják újra.

A hónap eseménye Égre írt üzenet



Fotó: Fortepan/Heinzely Béla

Kilencven éve annak, hogy iskolánk névadója, Endresz György társával, Magyar Sándorral a fedélzeten magyarként először repülte át az Atlanti-óceánt. „Justice for Hungary!”, avagy „Igazságot Magyarországnak!” névre keresztelt repülőgépük 1931 júliusában landolt Felcsút határában, egy kukoricatáblán. A kényszerleszállás ellenére útjuk világrekordokat döntött: az óránként 210-230 km-es átlagsebességgel haladó gép az 5770 km-es utat 25 óra 20 perc alatt tette meg – gyorsabban, mint előttük bárki más. S ők voltak az elsők, akik ilyen messzire hatoltak kontinensünk belsejébe. Üzenetük kétségkívül még ma – Trianon után száz évvel is – aktuális.

A Felcsút SE története



Önök is vannak régi történeteik? Netán a Felcsút SE valamely korszakából származó ereklyéi? Ha Ön is őríz olyan történet, emléket, relikviát, amely hajdanai sportegyesületünkhöz kötődik, kérjük, ossza meg velünk!

Egy nagyszabású kötet készül éppen, amely a régi idők felcsúti fociját hivatott bemutatni. Ön is ennek a kiadványnak lehet „társ szerzője” emlékeivel.

Várjuk mindazok jelentkezését, akik szívesen mesélnének a Felcsút SE történetéről, amikor a szurkolók a labdarúgók gázsijaként maguk dobták össze a Bambira válót, s amikor a csapat még ponyvás IFA-val járt idegenbe játszani.

Aki elmondaná történetét, vagy megmutatná ereklyéit, Oláh Jánost a 06 20 425 2417-es telefonszámon vagy Szabó Pétert a 06 20 558 1110-s telefonszámon keresheti.

Köszönjük, hogy mesél nekünk!

Hirdetésméreteket

1/10 fekvő:	90x50 mm
2/10 álló:	90x105 mm
2/10 fekvő:	184x50 mm
1/4 álló:	90x131 mm
1/4 fekvő:	184x63 mm
1/2 fekvő:	184x131 mm
1/2 álló:	90x 268 mm
1/1 tükör:	184x 268 mm
1/1 kifutó:	210x297mm + 5-5 mm kifutó



Vasúti biztosítóberendezés, távközlés és erősáram tervezése, kivitelezése

Hungaro Petrol Kft.

Üzemanyagok, kenőanyagok, autófelszerelések, kávé, üdítő széles választékával várja Önt **mindennap 5.30-tól 20.30-ig a felcsúti benzinkút!**
8086 Felcsút, Fő u. 220.
Tel.: 22-594-064

VÁL-VÖLGYE PÉKSÉG ÉS HENTESÜZLET

Kínálatunk:
• sertéshús • baromfi • húskészítmények
• pékáru • tejtermék • üdítő • szárazáru

Nyitvatartás:
H-P: 05.30-18.00
Szombat: 05.30-14.00
Vasárnap: Zárva

8087 Alcsútdoboz, Béke utca 1.
Tel.: 06-20/535-0503
facebook.com/valvolgyepeksseg

SZERETETTEL VÁRJUK KEDVES VÁSÁRLÓINKAT!

Friss tojást, roppanós almát és édes almalét egy helyről a termelőtől, Felcsút Szűnyogpusztán a tojóháznál.

PÁK-TO Kft.
Tel.: +36 22 701 966
www.jotojas.hu

Kedves Kalandor!
Szeretettel várunk az Alcsútdoboz Kalandparkba!

Ha ezt a kupont kivágod és magaddal hozod, **50% kedvezményt** adunk a belépőd árából!

Ez a kupon más kedvezménnyel nem összevonható!
A nyitástól 2021.07.18-ig érvényes!

alcsutikalandpark www.alcsutikalandpark.hu +36 20 387 4613

Műszaki kereskedés nyílt az Agro-Felcsút Kft.-nél

A környék legnagyobb raktárkészletével várjuk kedves vásárlóinkat!

Agro-Felcsút Kft.
Telefon: 06 20 284 9076
Cím: 8086 Felcsút, Fő u. 1.
E-mail: kozpont@agro-felcsut.hu

Konferenciák, rendezvények, lakodalmak kiváló helyszíne, a festői Alcsúti Arborétum mellett.
Keresse fel éttermünket is!
www.puskashotel.hu
info@puskashotel.hu
foglalas@puskashotel.hu
Telefon: 22-701-017

GONDOS TŰZÉP
Alcsútdoboz, Petőfi S. u. 7.

Nyitva tartás:
Hétfőtől péntekig 8.00–16.00
Szombaton 8.00–12.00

Rendelést telefonon is felveszünk!
Telefon: 22-252-106
20-972-7750