

OLAJÁG

2018/3. szám

Magazin

Nemcsák Károly és a Titkok évada a József Attila Színházban

„Nem mondhatom el
senkinek, elmondom
hát mindenkinek”

Cservenkay Mariann

„Akkor megfogja
valaki a kezéd,
Akkor átölel és
szeret.”

**BEKÖSZÖNTÖTT
AZ ŐSZ**

Nefelejcs Dalkör Csepel – Kollár Laci bácsi:

„Sok örömet és erőt ad
a zene és az ének, de főleg
az, hogy együtt vagyunk,
és együtt csináljuk hétről
hétre.”

Tartalomjegyzék

Kedves Olvasó!..... **3**

Nemcsák Károly - interjú..... **4**



„Ketten az úton” Cservenkay Mariann kiállítása
a Zuglói Civil Házban..... **8**



Varázslatos délelőtt **11**

Vár-, múzeum- és templomlátogatások
a zuglói lakókkal **12**



Kirándulások és hangversenylátogatások
a zuglói otthon lakóival **14**

Családi nap a Kézenfoglak
Ápolási és Gondozási részlegen **18**



Nyári emlékek Csepelről **20**

Kertmozi a csepeli Olajág Otthonban **21**

Nefelejcs Dalkör **22**

Grillparti **24**

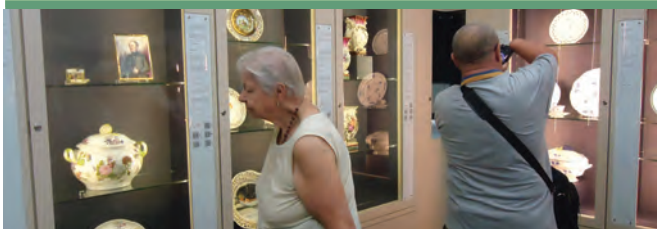
Nyári kirándulások a Mátyás tér lakóival **25**

Nyárzáró zenés rendezvény..... **26**

Augusztus 20-i ünnepség
a törökbálinti otthonban **28**

Tápiószentmártonon jártunk
a Kincsem Lovasparkban **30**

Emlékezetes útjaink az újpalotai lakókkal .. **31**



MÁV Szimfonikusok
az újpalotai otthonban **32**

Szomszédünnep
az újpalotai Olajág Otthonban **33**

Hárshegyi Randevú **34**

NYOSZ-kedvezménykártya **35**

Nyári gyerektáborok..... **36**

Tisztelt lakóink!..... **39**

Kedves Olvasó!



Szeretettel köszöntöm Önt az Olajág Magazin 2018. évi harmadik, őszi megjelenése alkalmából.

*„Párisba tegnap beszökött az Ősz.
Szent Mihály útján suhant nesztelen,
Kánikulában, halkombok alatt
S találkozott velem.”*

Ady Endre: Párizsban járt az ősz

Az ősz nem csupán Párizst látogatta meg, intézményeink udvarain is megjelentek az első sárgás-barnás falevelek, bár a nap töretlen erővel ontja ránk sugarait.

Jelen kiadványunkkal a nyár hangulatát, eseményeit szeretnénk visszaidézni Önökkel, hiszen számtalan kirándulás, koncert, rendezvény van mögöttünk az utolsó magazin megjelenése óta.

Lapunkban szót ejtünk a Senior Mozgásprogram jelenlegi állásáról, mesélünk arról, hogy teltek a gyerekek napjai az Olajág Otthonok Gyermektáborában, sőt közösen ellátogatunk Cservenkay Mariann törökbálinti lakónk kiállításmegnyitójára is.

Az ősz beköszöntével indul az új színházi évad, természetesen nemcsak a József Attila Színház számára – ahogy arról cikkünkben olvashatnak –; igyekszünk minél több színházi élményt biztosítani lakóinknak, több színházzal ápolva a kapcsolatot.

A tanév is beköszöntött hozzánk, hiszen Törökbálinton szeptember 25-én már Monspart Sarolta előadásával indul a Senior Akadémia szezonja, s az óvodai projekt keretében is ismét közös programokra jönnek az óvodások intézményeinkbe.

Az Olajág Magazin e számába a nyári nap utolsó sugarait csempésztük be, hogy legyen muníció a közelgő téli időszakra. Forgassák lapjait jókedvvel, egészséggel, és ne felejtsek el, úgy tudnak élményeket gyűjteni, ha részt vesznek programjainkon, amelyeket sok szeretettel, szenvedéllyel szervezünk Önöknek.

dr. Szirmai Viktor

főigazgató

Nemcsák Károly -interjú

a Titkok évada a József Attila Színházban

Mióta igazgatja a József Attila Színházat, és mit kell tudnunk a színházról?

Színházunk több, mint hatvan éves múltra tekint vissza, mely idő alatt nagyon sok olyan művész játszott nálunk, akiket az idősebb generáció ismer, szeret. Jómagam is ezeken nőttem fel. A mai napig játszik a színházunkban Galambos Erzi, Bodrogi Gyula, Ujréti László, illetve Láng József, akinek a hangját mindenki ismeri és a játékát is nagyon szereti. Nagyon gazdag múltra tekint vissza a József Attila Színház élete.

2011 augusztusában kaptam megbízást a színház vezetésére, amely fővárosi fenntartás alatt működik,

és állami támogatás nélkül nem tudna létezni. Szép örökséget vehettem át, nagyon szép múlttal. Az elmúlt hét évben sok olyan előadást tartottunk repertoáron, amelyet a korábbi időszakban mutattak be.

Régen úgy is hívták a József Attila Színházat: egy „vidéki színház Budapesten”, többek között az elhelyezkedése miatt, hiszen kicsit távolabb esik a belvárostól. Ez a határ mára már kitolódott, ezért nyugodtan mondhatjuk, hogy a kulturális centrumhoz tartozunk. Színházunk nem „rétegszínház”. Repertoárunk sokszínű, ezzel is egy jó értelemben vett vidéki színházat modellizálunk. Adott esetben operettet, ugyanakkor fajsúlyosabb műveket is játszunk. A mai világban nagy küzdelem a Karenina, Annát, vagy Molnár Ferenctől Az üvegcipőt bemutatni. Sajnos a világ elment a bulvár felé, amelyben ugyan vannak értékes dolgok – de ha folyamatosan húsleveset eszünk, egy idő után megcsömörülünk tőle. A menünek változatosnak kell lennie, és mi erre törekszünk. Több olyan darabot is műsorra tűzünk, amely kimondottan szórakoztató – bár én úgy gondolom, hogy egy kellemes drámai mű nagyobb kikapcsolódást jelenthet. A mindennapokban egyre felületesebbek vagyunk, sokszor nem akarunk szembesülni a világ eseményeivel, a színháznak az is feladata, hogy rávilágítson a lényegre. Hangsúlyozom, mi nem „rétegszínház” vagyunk, tehát nem egyfajta stílust képviselünk. A színházi előadásokon kívül számos egyéb programot, eseményt kínálunk nézőinknek: utcabál, Színházak éjszakája, Pozsonyi Piknik, és még sorolhatnánk. Ezek a rendezvények olyan irányba mutatnak, amelyben fontos szerepet játszik a közönséggel való közvetlenebb kapcsolat építése.

Feladatunk még a fiatalok színházi nevelése. Rengeteg olyan programunk van, amely kimondot-



tan az ő igényeiket szolgálja. Gyermekdarabjainkra az idősebb generációt ugyan úgy várjuk a gyerekeikkel, unokáikkal. Óvodásoknak, alsó tagozatos tanulóknak szól például a Nyakigláb, Csupaháj, Málészáj, a Babszem Jankó vagy a Füttyös kalandjai, a Micimackó, a Pinokkió, illetve a Nyuszi ül a hóban.

Lesz egy új, kicsiknek szóló bemutatónk – a Sárkányölő Krisztián –, amely közvetlen kapcsolatot teremt, a gyerekek részvétele fontos az előadás során. Kiemelkedő szerepet tölt be színházunkban a középiskolások színházi nevelése is, erre épül Beavató színházi programunk, amelyben a világirodalom remekeit állítjuk színpadra. Nem csupán bemutatjuk a drámát, hanem a konfliktust kiemelve érthetővé, szerethetővé tesszük. Tisztelet a kivételnek, de manapság egyre kevesebb fiatal szeret olvasni, többek között ezért is tartjuk fontosnak a Beavató programot. Már repertoáron van a Rómeó és Júlia, Szophoklész Oidipusza, a János vitéz, az idei premier pedig októberben a Tartuffe lesz. Az egyik legizgalmasabb előadás a Bánk bán az esküdszék előtt. Előadásunkban a történet ott kezdődik, amikor Gertrúdot megölik, és megérkezik Endre. A történet visszaforgatva jeleníti meg a tragédia részleteit: miért történt, mi volt az oka, ki a bűnös, ki a gyilkos, ki miért ölt, volt-e erkölcsi joga. Mint minden előadásban, itt is játékosársak a fiatalok, igyekszünk minél interaktívabbá tenni ezeket a találkozásokat. Ehhez a programsorozathoz tartozik még az Ádámok és

Évák Ünnepe. Immáron ötödik éve invitáljuk közös játékra az általános, illetve középiskolás diákokat. Minden évben felvetünk egy témát, amelyet színészeink mentorálásával feldolgoznak, és egy ünnepi előadás keretében színpadra állítják itt, a József Attila Színházban. 14-15 iskola színjátszó csoportja lép föl ennek keretében, az általunk teremtett profi körülmények között. A színjátszó diákokon kívül a nézők soraiban ülő gyerekek és hozzátartozók is nagyon élvezik ezeket az előadásokat. Először Madách Az ember tragédiája című darabját dolgoztuk fel; a 15 színt 15 iskola állította színpadra, amelyből nagyon érdekes előadás született. A tapsrendben több mint háromszáz gyerek volt a színpadon.

Repertoáron lévő előadásaink mindegyikét szívesen ajánlom a fiataloknak és idősebbeknek is, például a Légy jó mindhalálig igazi családi kikapcsolódás.

Az idei évad neve: Titkok évada. Miért kapta ezt az érdekes címet?

Mindenkinek vannak titkai. Kisebbek, nagyobbak, hétköznapiak és egész életünkben a szívünk mélyén rejlők. A titok lehet mulatságos és lehet szomorú, lehet jó és rossz, lehet a miénk és őrizhetjük másokét. A színház is titok, minden történet az.

„Nem mondhatom el senkinek, elmondom hát mindenkinek” – csendülnek fel bennem Karinthy jól ismert szavai. Az elmúlt napokban, hetekben azon gondolkoztam, hogyan meséljünk valamiről,





amiről még nem szeretnénk. Hogyan titkoljunk el valamit, amiről mindenkinek tudnia kellene? Hogyan okozunk meglepetést, ha eláruljuk, mit rejt az ajándékdoboz? Szeretünk örömet okozni, még ha ez néha titkolózással jár is: gondoljunk csak a karácsonyi készülődésre, egy ünnepség megszervezésére vagy – hogy színházi példát is hozzak – a premierkosár átadására.

Nézőként titkokat lesünk ki, bekukucskálunk mások életébe, mások sorsába, vágyaiba, hogy aztán megtalálhassuk benne a magunk pici igazságát.

Történetalkotóként – legyen szó színésről, rendezőről vagy akár íróról – az a feladatunk, hogy minél izgalmasabb módon vázoljuk azokat a sorsfordító kérdéseket, amelyek foglalkoztatják vagy motiválják figuráinkat, azaz voltaképpen minket, mindannyiunkat. Akkor dolgoztunk jól, ha a nézők – Önök, kedves Barátaink – magukkal tudnak vinni bennünket, ha miattunk, a karaktereink, a meséink miatt tudnak más szemmel nézni a világra.

A 2018/19-es évad főhősei egytől egyig rejtegetnek valamit. Történeteinkben az eltitkolt gyermek (A pápanő), a be nem vallott betegség (Vesztégzár a Grand Hotelben), a ki nem mondott szerelem (Naplemente előtt), a félreértelmezett kérdések (Lila ákác) és az évtizedekig eltemetett bűnök és sérelmek (A gyertyák csonkig égnek) mozgatója a szálakat. Olyan darabokkal készülünk, amelyekben megtalálhatjuk a bennünket foglalkoztató kérdéseket és talán azok válaszait is. Izgalmas évad elé nézünk – kukucskáljunk, és lessük ki együtt a titkokat!

Legutóbb a *Feketeszárú cseresznye* című darabban látták Önt lakóink, amely nagy sikert aratott körükben, de az idősebb generációnak Nemcsák Károly nevééről legelőször talán

a *Szomszédok* című telenovella ugrik be. Van-e kedvenc színházi szerepe vagy szerepálma, amelyet még nem játszott el?

Abban a szerencsés helyzetben vagyok, hogy több mint százötven szerepet játszottam. 1981-ben végeztem, és 37. évada vagyok a pályán. A színésznek különböző korszakai vannak, nem lehet egy darabot kiemelni. Huszonévesen Rómeókat játszottam, és hasonló karaktereket. Az is nagyon izgalmas része volt az életemnek és nem hiszem, hogy van értelme összehasonlítani egy negyvenéves korban eljátszott szereppel, de rengeteg jó feladattal találkoztam. Sokat játszottam mindig. Másrészt realista ember vagyok, nem akarom az életemet megnehezíteni szerepálmokkal, amelyeket ha nem kapok meg, akkor úgy érezhetem, rosszul ítélt meg magamat vagy nem jött el az idő.

Ha egy rendező azt mondja, hogy nekem ezt vagy azt a szerepet el kellene játszanom, akkor elgondolkodom rajta, de magamnak nem szeretnék szerepet osztani – bár abban a pozícióban vagyok, hogy osztogathatnám –, igazából nem erről szól az életem, és nem nehezítettem ezzel soha. Ugyanakkor mindig megtaláltak a szerepek. Volt olyan pillanat, amikor azt gondoltam egy karakterről, hogy nekem azt el kellene játszanom, de más kapta meg; – akkor az élet hozott egy másik lehetőséget – én ezt így élem meg.

A József Attila Színház teret ad vendégjátékoknak is. Miért tartja ezt fontosnak?

Attól a pillanattól fogva, ahogy a kinevezésem megkaptam, nagyon fontosnak tartom, hogy a határon túli magyar színházak jelen legyenek a budapesti színházi életben. A Nemzetpolitikai Államtitkárságnak köszönhetően meg is teremtdött annak a gazdasági háttere, hogy minden hónap-

ban fogadni tudjunk egy határon túli magyar színházat: Kassa, Komárom, Beregszász stb. Erdélyből és a Délvidékről is nagyon sok színház jön hozzánk.

Hála istennek vannak olyan lehetőségeink, hogy mi is kimenjünk egy-egy előadással, sőt az előző évadunk végén, júniusban egyhetes turnén vehettünk részt. Felújítottuk a Feketeszáru cseresznyét, és ezzel játszottunk öt előadást Nagybányán, Szatmárnémetiben, Zilahon, Nagyváradon és Nagykárolyon.

Fontos a vidéki színházakkal való kapcsolattartás is, hisz jómagam is vidéken kezdtem a pályámat, és tudom, milyen jó érzés volt kimozdulni otthonról, főleg Budapestre eljönni.

Úgy tudom, szereti a focit, és a színészválogatott tagja. Ennyi munka mellett hogyan tudja megőrizni a vitalitását a hétköznapiakban, van-e lehetősége kikapcsolódásra?

1981 óta tagja vagyok a színészlabdarúgó-válogatottnak, és 24. éve én vagyok a csapat kapitánya, ami egyúttal menedzseri feladatokat is jelent. Elő kell teremteni pár milliót ahhoz, hogy működni tudjunk, és ennek a felkutatása, a partnerek keresése és megtalálása az egyik feladatom. Nagyon sok helyre járunk futballozni, évente harminc alkalommal lépünk pályára meghívásos rendezvényeken, falunapokon, jótekonysági rendezvényeken. Több olyan helyszín is van, ahová visszajárunk. Ezek általában karitatív rendezvények. Az Aszódi Fiúnevelő Intézetben már több mint húsz éve minden évben egyszer megjelenünk. Komoly kapcsolat alakult ki a Büntetés-végrehajtási Intézettel, ennek köszönhető, hogy második alkalommal adtunk helyet a Börtön Színházi Fesztiválnak.

Tizenharmadik éve állunk baráti kapcsolatban a szentpétervári színészekkel, majdnem minden évben kétszer találkozunk. Jövőre mi megyünk hozzájuk. Ennek megszervezése is elég költséges dolog, mert a megállapodásunk értelmében mindenki állja az

utazási költségét, a fogadó fél pedig a programokat biztosítja.

Abban a szerencsés helyzetben vagyok, hogy hetente kedden és csütörtökön futballozhatok a Vassas Sportcsarnokban. Lehetőségünk van reggel 8-9:30 között játszani, ami azért is jó, mert a színházi próbák 10 órakor kezdődnek. Ezenkívül vidéken születtem, kertés házban élek, és a kertészkedés képes kiszakítani a mindennapi mókuserékből.

A gasztronómia milyen szerepet játszik az életében, szokott-e főzni?

Ritkán főzök, de nagyon szeretem a jó ételeket, és ez látszik is rajtam. Finom csirkehúslevest tudok csinálni, illetve csirkepörköltet nokedlivel. Ez utóbbit mindig én készítem, ez amolyan „állandó feladatom”. Jól csinálom a lecsót és a paprikás krumplit is, de a konyha nem az én felségterületem, inkább a kertben vagyok otthon.

Mit üzen az Olajág Otthonok lakóinak?

Hatvanévesen már én is az idős generációhoz tartozom. Úgy gondolom, a nyugdíjas időszakra az embernek készülnie kell: le kell lassítani, fontos feladat, hogy az ember rendbe rakja az életét. Biztos vagyok abban, hogy a szépkort is aktívvá és élménydússá lehet tenni: olyan programokat csinálni, amelyekben boldog és jól érzi magát az ember. Ahogy érzékelem, az alkalmazottak nagyon sok idősellátó intézményben fontos feladatuknak tekintik, hogy színesebbé tegyék az ott élők számára a hétköznapiakat. Javaslom, többet túrazzanak, járjanak színházba, maradjanak nyitottak a lehetőségekre, hasonlóan az aktív évekhez, és akkor – azt hiszem – igazán szép öregkort élhetnek meg. Jöjjenek színházba, legyenek velünk! Akár olyan, nem hétköznapi lehetőségeket is tudunk kínálni, mint a „kulisszajárás”. Előadás előtt megmutatjuk a színpadot, elmondjuk, hogyan készülünk egy-egy előadásra. Ezek olyan pluszprogramok, amelyek mindig tetszenek a nézőknek, mi pedig annak örülünk, ha utána meg is nézik az előadást, hiszen a kulisszatitkok ismeretében más szemmel látják azt.

Baráth Emma



Ketten az úton

kiállítás a Zuglói Civil Házban



*Színekkal, szavakkal, dallamokkal,
álmodva alkotni – gondolattal,
a megfoghatatlant
bilincsbe zárni egy pillanatra...
S az áhítat nyugalmát
ráerőltetni a lázongó akaratra!
Fájdalmak kútjának mélyére hullani,
vagy egy hintáról elrugaszkodva szállni, repülni,
oda, ahol nem ér el a fájdalom,
nincs keserűség, borzalom!
Csak az alkotás, az oltalom!
A végtelenbe feszített időben
bánatpillanatok gyöngysora lebben,
és mégis alkotni kell,
hogy életünknek értelme legyen!
S akkor megérezzük,
hogy kézen fog az Isten!*
(Pánti Anna: A szépség szerelmese)

Ezekkel a saját költésű sorokkal köszöntötte Cservenkay Mariann festőművészt 2018. szeptember 7-én a Zuglói Civil Házban megnyíló önálló kiállítása alkalmából Pánti Anna operaénekesnő. Mariann a törökbálinti otthonunk lakója, s bár korábban több kiállításon láthatták az érdeklődők szebbnél szebb képeit, régi vágya volt egy új, önálló kiállítás. Magazinunk hasábjain, Bozsán Eta tollából már olvashattak a művésznőről, most azonban a kiállítás alkalmat adott arra, hogy többet tudjunk meg a festészettel való kapcsolatáról. Mariann számomra példaértékű, és nemcsak gyönyörű képei, hanem mosolya, a körülötte lévő pozitív erőter, a mindig adni akarás okán is. Szeretetet és hitet.





Hogyan alakult az életutad?

A művészettel már kiskoromban kapcsolatba kerültem. Minden érdekelt már akkor is, a virág, a bogarak, a felhő, minden, amit a környezetemben láttam. Fogtam egy ceruzát, és úgy rajzoltam le, ahogy én láttam, ahogy az én emlékezetemben megmaradt. A látottakat gyurmába öntöttem, lerajzoltam vagy fába véstem, esetleg rongyra festettem. Határtalan boldogság fogott el, ha alkothattam. A művészettel való közös lét a családomban is megjelent, hiszen nagypapai ágon primadonna is volt a családomban, de a nagypám maga is festett, illetve zongorázott, dalokat szerzett. Nagynénémnek gyönyörű hangja volt, templomban énekelt. Az apai ágot, az éneklést az ikertestvérem viszi tovább, ő több kórusban is énekel. A bátyám színjában játszott, tehát a családban több művészlélek élt/él. Sajnos a betegségemből, mozgáskorlátozottságomból kifolyólag nem tudtam soha igazán bekerülni a művészvilág körforgásába, hiszen egy festőnek folyamatosan jelen kell lenni kiállításokkal, rendezvényekre kell járnia, pályázatokon kell részt vennie. Volt számos kiállításom, de mivel nem tudtam napi szinten jelen lenni, nem tudatosult a létem a művészvilágban. Kevés alkotótáborba jutottam el, de ott sokat tanultunk egymástól, többek között a mű-

vészet, az alkotás iránti alázatot. E mellett sokat segített a hitem eddigi utamon. Vallásos családban nőttem fel, erős a hitem, ami sokat segít az élet nehézségeiben. A családi kapcsolatok az anyai ágon rendkívül erősek voltak, ami szintén meghatározó volt az életemben. A kibontakozásomban fontos volt a férjem, aki csodálatos mérnökember volt, és a realitások talaján állt, jól kiegészítettük egymást. Fontos volt, hogy anyává válhassak, a három gyermek felnevelése, jelenléte az életemben.

Gyermekeként, fiatalként jómagam Budapesten éltem, igazi városi lány voltam. A férjem betegsége miatt költöztünk ki a fővárosból, de nehezen illeszkedtem be, mert hiányoztak az utcák, az üzletek, a színházak, a zsivaj. Az egészségügyi problémáim nagyon sok területen korlátoztak és korlátoznak, még a festészetben is, mert nem





Ketten az úton...

*Amikor már összecsaptak
a fejed fölött a hullámok,
amikor már nem érdekelt semmi,
amikor már nem érzel semmit,
akkor megfogja valaki a kezed,
akkor átölel és szeret.
Akkor nem hagy egyedül, mert
veled van Ő, aki soha el nem hagy.
S akkor felderül az ég, szívedbe
fény derül,
megfagyott tested újra felmelegszik,
mert Ő tudja a Te utad, tudja,
merre vezessen, embereket ad, hogy
szeressen, távlatot ad, amit
el se tudtál képzelni, van jövőd, mert segítenek neked.
S köszönöm nektek, kik ezt most megteremtették nekem.*

Cservenkay Mariann

festhetek olajjal, marad az akvarell, a pasztell. Nem sok eszközöm maradt, hogy kifejezzem magam, de azt a szeretetet, ami bennem van, és amit át szeretnék adni, ezekkel is ki tudom fejezni - művészként és emberként egyaránt.

Jómagam három beteg emberről gondoskodtam életemben, ezért biztos voltam benne, hogy nem szeretnék terhet jelenteni a gyermekeimnek. Az utam ide vezetett, a törökbálinti

Olajág Otthonba. Az elmúlt időszakban visszaigazolódt a döntés helyessége. A lakótársaknak is tudok adni magamból, a hitemből, hiszen megértem őket, mert a különbség ellenére az én testem is sok betegséggel küzd. Korábban, a családom életében is mindig „segítő” voltam. Itt, az otthonban is szeretnék adni abból a szeretetből, amit érzek, akár a képeimen keresztül is.

Mesélj a terveidről, kérlek.

Szeretnék itt, az apartmanomban egy „minimálműhelyt” létrehozni, ahol tovább tudok alkotni, mert még rengeteg mondanivalóm van.

Szász Krisztina

Zugló

Varázslatos délelőtt

*„Csak kétféleképpen élheted az életed.
Vagy abban hiszel, hogy a világon
semmi sem varázslat. Vagy pedig abban,
hogy a világon minden varázslat.”*

(Albert Einstein)

Sokszor halljuk, hogy régen a generációk tagjai egymást segítve éltek együtt. A mai öt-hat éves gyerekekre nem jellemző, hogy találkoznának az idősebb, nyolcvan-kilencven éves korosztállyal. Az évek előrehaladtával átalakult az emberek életstílusa, hiszen a világ és vele együtt a szokások is folyton változtak.

Én szeretem az időseket, aranyosak és érdekes dolgokat mesélnek, jól főznek, kedvesek, gondoskodók, és legtöbbször valódi életbölcsségekkel vannak tele. A gyerekek pedig önzetlenek, őszinték és viccesek. Szerintem tökéletes párosítás a program létrejötté mindkét fél számára, mely során egy csupa szeretet kapcsolat alakul ki.

A nyári szünet után újrakezdtük a Generációk együtt című projektet, ami hónapok múltán is mindkét korosztálynak rengeteg derűs pillanatot okozott.

Ez alkalommal bűvészshow-val szereztünk varázslatos élményt a résztvevőknek. Az interaktív programban a gyerekek kezükbe vehették az eszközöket, így segítettek Magic Hajnalka bű-

vészőnek a színpadra teremteni a csodát. Lakóink sem maradtak ki ám az abrakadabra helyes használatából: ide kopp, oda kopp, egy fújás, és a piros kendőből már ki is repült egy csodaszép fehér galamb. „Elsősorban a gyerekek jelenléte miatt mentem el a programra, és nagyon jól éreztem magam, a figyelmem teljesen lekötötte a műsor és az élmények” – mesél lelkesen Tóth Gáborné Julika.

Töltsenek velünk több időt, nevéssünk együtt még sokat!

Csécsi Zsófi



Vár-, múzeum- és templomlátogatások a zuglói lakókkal

Általában így jön létre az ötlet: „Hova menjünk kirándulni?” Látok egy képet vagy olvasok egy cikket, vagy kedves lakóink jártak már ott, és kellemes élményeket mesélve inspirálnak, és abban a pillanatban eldöntöm, hogy ide minél hamarabb el kell mennünk.



Júliusban Tatára esett a választás. Elragadó-
nak találtam a romantikus tatái várat, amelyet Lu-
xemburgi Zsigmond építtetett a XIV-XV. század
fordulóján, aztán persze rengeteg gazdája volt
az idők során, és hol a törökök robbantották fel,
hol a Habsburgok akarták lerombolni, mígnem
1727-ben az Esterházyak kezébe került. Ők fa-

ragtak belőle romantikus várkastélyt neogóti-
kus ablakokkal, emeleti terasszal, zárt erkéllyel.
Bemelegítésképp besétáltunk a várba, amely
a Kuny Domokos Múzeumnak ad otthont. Meg-
néztük az állandó helytörténeti kiállítást, amely-
ben korszakok és témakörök szerint mutatják be
a gyűjteményt. A legnagyobb a római és a kö-
zépkori kőtár volt, amelyet tárlatvezetővel jártunk
végig. Délben a Mahagóni étteremben ebédel-
tünk, ahol széles a választék és finomak a menük,
gyors tálakkal kényeztettük magunkat. „Nagyon
jól éreztem magam. Ami megragadott, az a szép
kilátás a várból az Öreg-tóra. Az idegenvezetése-
ket szeretem, mert több olyan információt tud-
tam meg, amiről még a könyvekben sem lehet
olvasni” – meséli Dr. Steimann Henrikné. Jó han-
gulatban térünk haza.

A Dunakanyar ékszerdobozának nevezett
városkába, Szentendrére gyakran járunk, mert
szeretjük. Jókedvűen útra keltünk. Látogatásunk
célja a Szerb Egyházi Múzeum volt. A múzeum





története össze-
fonódik a ma-
gyarországi szerb
egyháztörténet-
tel. A gyűjtemény
alapja a szent-
endrei püspöki
kincstár, amely az
idők során újabb

és újabb értékekkel bővült, így fokozatosan a leg-
jelentősebb hazai ortodox gyűjteménnyé nőtte ki
magát. Egy kis sétával odébb a Belgrád-székes-
egyházba is benéztünk. Belépve a templomba
a szemünk elé tárult a monumentális ikon, amely
meghatározza a teret. Elgondolkodva álltunk és
fürkészve néztük e gyönyörű munkát. „Közel áll
hozzám ez a templom, a dédunokáimat itt ke-
resztelték meg. Akkor nem lehettem ott, és most

nagyon örültem,
hogy pont ide szer-
vezték a kirándu-
lást” – beszél meg-
hatódva Kujbus
Györgyné. A város
szerb templomai
közül már csak itt
tartanak rendsze-
res istentiszteletet.
A délelőtti progra-
mot fagyizással és
egy csésze presszókávéval zártuk.

Egyik délután a Szent Anna-plébániatemp-
lomban ingyenes koncerten vettünk részt. Egy
angol ifjúsági kórus lépett fel – a kép magáért be-
szél. Mennyeien éreztük magunkat.

Csécsi Zsófia



Júniusi és júliusi kirándulások és hangversenylátogatások a zuglói otthon lakóival

Június 24-én a MOM Művelődési Házban az Egyesült Államok egyik legrangosabb zenekarának, a Greater Twin Cities Ifjúsági Szimfonikus Zenekarnak a hangversenyét hallgathattuk meg. A zenekart 1972-ben alapították fiatal tehetséges



zenészek felkarolása és támogatása céljából. Megalakulásuk óta számtalan híres zenészt neveltek ki. Évente több koncertet adnak Amerikában, és számos nemzetközi koncertturnén vettek már részt. A zenekar művészeti igazgatója és egyben karmestere Mark Russel Smith, aki 2013 óta irányítja a munkát. Kiváló karmester, számos rangos, nagy sikerű hangversenyen vezényelt már.

Színes programjukban ezen a délutánon lakóink legnagyobb meglepedésére Strauss-, Abels-, Bernstein-darabok, Barber csodálatos Adagiója és Dvořák VIII. szimfóniája csendültek fel. Ez a délután mindenki számára maradandó zenei élményt nyújtott.



A dobogókői kirándulás már klasszikusnak mondható a kínálatunkban. Pomázon felkerestük Vujicsics Tihamér zeneszerző szülőházát, és azt a régi szerb kereskedőházat is, amelynek falán emléktábla jelzi, hogy a tudománytörténet egyik legnagyobb feltalálója, a szerb származású Nikola



Tesla lakott ott magyarországi tartózkodása idején. A Wattay-Teleki-kastélyt is felkerestük, amely ma Kóruskastélyként rendezvények otthona. Dobogókőn az ország első turistaházán emléktábla őrzi a turistamozgalom alapítóinak, Eötvös Lorándnak, Téry Ödönnek és Thirring Gusztávnak az emlékét. Megcsodáltuk a Dunakanyarra és a Börzsönyre nyíló páratlanul szép kilátást. A Makovecz Imre által tervezett Zsindelyes kávézóban ezúttal is szívesen fogadtak minket. Egy fekete cica társaságában finom rétest és a helyi specialitásnak számító gyömbérszörpöt fogyaszthattunk.

A pátyi-zsámbéki kirándulásunk - a dobogókőihez hasonlóan - szintén klasszikusnak számít. Pátyon megnéztük a Magyar Máltai Szeretetszol-



gálat alapítójának, Csilla von Boeselagernek szobrát, amely az általa létrehozott gondozóház előtt áll. A pátyi műemlék pincesor a helyszíne a híres Pincenapoknak. Az 1825-ben épült klasszicista Splényi-Váradi-kastély kerítését '48-as puskacsövekből kovácsolták. Látványos a 2005-ben Gutowski Róbert által tervezett modern Szent II. János Pál pápa katolikus templom. A nevezetes Cafe Trevi cukrászdában finom tortákat – köztük az év tortáját – és különleges kávéfogyaszthattunk. Utána átmentünk Zsámbékra, ahol a XIII. századi premontrei templom híres romjait néztük meg.



Gyöngyösi kirándulásunk alkalmával először a híres egyházi gyűjteményt, a Szent Bertalan-templom kincstárát kerestük fel. Vezetőnk kiemelte a XV. századi különleges bőrtűs technikával készült kelyhek értékét, amelyekhez hasonlókat azóta sem sikerült alkotniuk az ötvösművészeknek. A hangulatos, régi gőzmalomból kialakított Malomudvar étteremben ebédeltünk, majd utána a Mátrea Múzeum gyűjteményét néztük meg a felújított klasszicista Orczy-kastélyban. Itt látható a hazánkban

egyetlen, épségben előkerült mamutcsontváz. A múzeum 2009-ben új, minden szempontból XXI. századi pavilonnal bővült. Ebben a Mátrea és a Mát-



ra-környéki növény- és állatvilágot mutatják be, emellett élő trópusi állatok és növényeket bemutató pálmaház és modern oktatólabor is található az épületben. Lakóinknak nagyon tetszett a nagy gonddal megrendezett, gazdag kiállítás, főleg a paleobotanikai szempontból jelentős őskövület-gyűjtemény, amely nem kis részben a mátrai bányákból került elő.



Minden évben szervezünk kirándulást a Zuglói Mozgáskorlátozottak Egyesületével közösen. Az idei júniusi kirándulásunk a kilencedik a sorban. Voltunk már együtt Szentendrén, Vácrátóton, Hóllókön, Esztergomban, Lillafüreden, Kalocsán, Tatán és Balassagyarmaton. Idén Kecskemétre esett a választás. A Lechner Ödön-féle Városháza díszterme, a harangjáték, a Cifra Palota mind gyönyörű látványosság. Felkerestük a híres Bozsó-gyűjteményt,



amelyben különleges láttnivaló Hanga János órásmester óragyűjteménye. A Sasfészek étteremben ebéd közben cigányzenekar szólt.



Mozgáskorlátozott lakóinkkal júniusban a szépen felújított és rendben tartott Margitszigeten sétáltunk végig. Megnéztük az vadaskertetet, a rózsalugast, és fagyraltozás közben a híres zenélő szökőkút műsorát is meghallgattuk. Ez a kirándulás mindannyiunk örömére szolgált.

Júliusban az Egyesült Államokból érkezett ének- és zenekarnak, a The Metropolitan Orchestra And Choir Of New Yorknak hangversenyét hallgattuk meg. A kórus karnagya Shoshana Hershkowitz



volt. Műsorukon leginkább amerikai szerzők művei szerepeltek. A zenekar művészeti igazgatója



és egyben karmestere Scott Stickley. Kiváló dirigens, számos rangos, nagy sikerű hangversenyen vezényelt. Színes programjukban ezen a délutánon Gershwin-, Bernstein-, Dvořák-, Borogyin- és Strauss-melódiák csendültek fel. Nívós előadás volt, mindenki örült, hogy ott lehetett.

Nagyon szép hangversenyen, patinás környezetben vettünk részt a budai várban, a Zenetudományi Intézetben. A dél-angliai Portsmouth High School lányiskola tanulói jöttek Magyarországra koncertezni. A 12-13 éves leányok a zene szere-



tete miatt önszorgalomból járnak próbálni és tanulni. Repertoárjukban szakrális és klasszikus, világibb tételek is találhatók, mint Enya vagy Leonard Bernstein dallamai. Nagyon szép helyen gyönyörű dallamokat hallhattunk, minden résztvevőnek nagy élmény volt.

Júliusban Fótra is ellátogattunk, az ékszerdoboznak nevezett templomot néztük meg vezetéssel. A templom Ybl Miklós tervei alapján, romantikus stílusban épült 1845 és 1855 között. A budapesti Vigadó mel-





lett a magyar romantikus építészet legjelentősebb alkotása. Láthattuk annak az orgonának a játszóasztalát, amelyen még Liszt Ferenc muzsikált. A kastélyparkból, amely régen a híres gyermekvárosnak adott otthont, vetettünk egy pillantást magára

a Károlyi-kastélyra is, amelynek korábbi klasszicista jellegét Ybl Miklós változtatta a kor ízlésének megfelelően romantikus stílusúvá. A szakszerű ismertetéssel szép élmény volt mindannyiunk számára.

Másik júliusi kirándulásunk során Ócsát kerestük fel, ahol a református templomot néztük meg szakszerű, részletes vezetéssel. A XIII. századi, román stílusú, háromhajós, kereszthajós bazilika, amely a premontrei rend számára épült, a román kor legértékesebb fennmaradt magyarországi alkotása.



Nyolcszáz év történelmének nyomait fedezhettük fel falai között. Középkori kövek és fennmaradt festmények éreztették velünk az évszázadok áhítátát, amellyel katolikusok és reformátusok, sőt a török időkben muszlimok is imádkoztak itt. A szépen karbantartott falusi tájházegyüttest is meg tudtuk nézni, vezetőnk a Babamúzeum érdekességeit is elmagyarázta. Mindannyiunknak szép élmény volt ez a kirándulás.



Mozgáskorlátozottainkkal júliusban Belső-Budapest egyik legnagyobb zöldfelületét, az Orczy parkot kerestük fel. A Klinikák és a Nagyvárad téri metrómegálló közötti terep az 1780-as években még vadászterület volt, majd a város egyik legszebb angolkertje lett, de katonai gyakorlótérként is működött, sőt még cirkusz is tanyázott itt.



2017 tavaszán – a Ludo-vika Nemzeti Közzolgálati Egyetem campusának kialakításával együtt – elkezdtek felújítani. A frissen átadott parkban 850 új fát ültettek, kicserélték a teljes közmű-

rendszert, kitisztították a tó medrét, és a parti védműveket is újraépítették, valamint öntözőberendezéssel és térkivilágítással is ellátták a területet. Új közösségi tereket alakítottak ki, például a tóparti Csónakdát, és ivóutak is létesültek. Modernizált környezetbe jöhetünk futni és sportolni. Az itt létesült Ludovika Huszár Lovarda Magyarországon egyedülálló, európai viszonylatban is kivételes, amely honvédtiszt, rendvédelmi és civil hallgatók lovas képzését szolgálja. Mindezt különleges élmény volt lakóinknak végignézni és körbesétálni.

Balogh Péter

Csepel

Családi nap a Kézenfoglak Ápolási és Gondozási részlegen

Részlegünkön immáron harmadik éve állandó programunk a családi nap, amely során a hozzátartozóknak nemcsak arra van módjuk, hogy bepillantsanak a lakók mindennapjaiba, hanem maguk is aktívan részt vehetnek a programokon. A cél nemcsak az, hogy biztosítsa a kapcsolatteremtés lehetőségét, hanem az is, hogy közös élményt adjon.

Az esemény létrehozását az a szomorú tapasztalat ihlette, hogy a családban fellépő demencia megváltoztatja a családi kapcsolatokat; az esetek többségében a beteg családtagjai értetlenül állnak a helyzet előtt. Miért nem ismer fel? Miért nem tudja, hogy az unokája áll mellette, hiszen nemrég még ő vitte óvodába? Miért nem tudja anyuka, apuka, hogy már rég- rég nem lakunk Szegeden, hiszen húsz éve elköltöztünk? Miért téved el a piacról hazajövet, amikor évekig járt ezen az útvonalon?

A tünetegyüttes előrehaladtával az egész család életvitele felborul, a demens beteg eléri a 24 órás felügyeleti igényt, szó szerint egy percre sem hagyhatják magára, mert előfordulhat, hogy cserépkályhának nézi a gáztűzhelyet, és tüzet rak benne a felszedett parkettából, vagy összetéveszti az ajtót az ablakkal. Végző megoldásként nem marad más a családok számára, mint a bentlakásos otthonban való elhelyezés.

De mi történik a demens beteg beköltözése után? A családtagokban akaratlanul megjelenik egyfajta félelem, vajon jó helyre került-e a szeretett hozzátartozó. Hogy fogja megszokni? Lelkiismeret-furdalás is

lappang bennük, hogy miért kellett ezt a megoldást választani, és az idős, beteg hozzátartozót kimozdítani az életteréből. Nem véletlenül tartja a mondás, hogy öreg fát már nem lehet átültetni. Megkezdődik az eltávolodás is a demens beteg



és családtagjai között. A család megnyugszik, hogy a hozzátartozó jó helyen van, jól döntöttek, jól választottak, az intézményben mindent megkap, amire szüksége van, és ezután igen nehéz újra megtalálni a demens beteggel azokat a tevékenységeket, amelyeket együtt tudnak végezni.

Ezért támadt az a gondolatunk, hogy létrehozuk a családi napot, ahol közösen, együtt játszva töltjük el a délutánt, és a családtagok megtapasztalják, hogy az ő szerepük nem csökkent a gondozott életében, és hogy az együtt töltött minőségi idő mennyire fontos. Igyekszünk eloszlatni a félelmeket és megnyugtatni a családot, hogy jól döntöttek, és hozzátartozójuk jól érzi magát a hétköznapiakban is.

Juhász Gábort, a részleg mentálhigiénés munkatársát kértük, hogy meséljen arról, hogy kell elképzelni egy ilyen délutánt, és milyen tapasztalatai vannak ezzel kapcsolatban.

Legutóbbi családi napunk augusztus 15-én volt. Lufidobó játékkal kezdtünk. A feladat lényege az volt, hogy minél több lufit kellett keresztüldobni egy hullahoppkarikán. A mozgalmas programot azok is élvezték, akik fizikai állapotuk miatt csak szemlélőként csatlakoztak. A hozzátartozók is nagy lelkesedéssel vettek részt a játékban. Ezt zenés multság követte, amelynek az volt a különlegessége, hogy bakelitlemezekről szólt a muzsika. Néhány gondozottunk minket megszégyenítő szakértelemmel állt a nekünk, fiataloknak ismeretlen szerkezethez. A dallamok szinte mindenkinek ismerősek voltak, többen táncoltak, vagy a kezükkel-lábukkal ütötték a ritmust. Levezetésként mesemondás volt. Csipkerózska történetét meséltük el a lakóknak, szemléltetés-



ként pedig a korábban kiszínezett illusztrációkat használtuk. Az eseményt közös sütizéssel és szörpivással zártuk.

A családi napot általában hétköznapi délután tartjuk, de igyekszünk hétvégi alkalmakat is beilleszteni, hogy még több érdeklődő részt tudjon venni rajtuk. A program bevezetését pozitív változások követték:

- Megszaporodtak a hozzátartozók látogatásai.
- Míg korábban csak a szűk család látogatta a lakót, előfordult, hogy más rokonok, korábbi barátok is megjelentek.
- Volt olyan hozzátartozó, aki, bár addig is napi szinten látogatta a családtagját, kapcsolatuk a családi napok után oldottabb és elmélyültebb lett, mert ezek az alkalmak segítik a demenciával való megbarátkozást is.
- A zaklatott lakók lelkiállapota pozitív irányba változott.
- Az új arcok és a közös programok azokra a lakókra is jó hatással voltak, akiket csak ritkán látogatnak.

A visszajelzésekből azt vontuk le, hogy az irány jó. Tovább dolgozunk azon, hogy a programokat minél tovább színesítsük a résztvevők igényeihez igazodva.

Barkó Anikó

Nyári emlékek Csepelről

A nyári hónapokban a meleg és a jó idő elkísért bennünket kirándulásainkon. Két igazán nevezetes utunk volt, amelynek keretében eljutottunk Vádra és a csepeli tájházba.



ság! (1. kép) Ezután a váci dómot néztük meg, amelynek impozáns kupolája szinte uralja a környezetét. Ebédünket egy hangulatos étteremben fogyasztottuk el, utána pedig fagyizással zártuk a napot.

A csepeli tájház sok lakónk számára kedves emlékeket idézett, hiszen többen is itt születtek, itt nőttek fel vagy ide költöztek munkás éveik alatt. Ami különösen jólesett, hogy nagy szeretettel fogadtak minket, és nagyon részletes és személyes tárlatvezetést kaptunk. A legtöbb kiállított tárgy lakóink háztartásának és mindennapi környezetének kelléke volt. Erre a kirándulásra eljuthattak rollátoros és súlyos demens lakóink is.

Vácott nem először jártunk, mivel olyan sokféle látnivalót tartogat. Idén a cél a főtér és környéke volt. Két helyszín hívogatott, a piac és a templomok. Sikerült közvetlenül a váci piac mellett parkolóhelyet találnunk, onnan indult sétánk. Hogy ne csak a szemünket legeltesük, vettünk egy jó adag málnát, amiből mindenki kedvére szemezgethetett. A friss zöltségek és gyümölcsök illata kísérté sétánkat, akinek kedve volt, vásárolhatott is. Természetesen nem maradhatott ki a programból a lángosozás sem, mivel a váci piaci lángosnak országos a híre. Mi utánajártunk, és nem hazug-

Sztanev Zsolt



Kertmozi

a csepeli Olajág Otthonban

Csepeli otthonunkban minden nyáron vannak kertmozi-előadások. Havonta egy alkalommal kint töltjük a langyos estét a szabadban, és élvezzük a régi idők emlékeit.

Visszaemlékszünk arra, amikor még nagyon sok helyen volt kertmozi. Augusztus 21-én is volt egy alkalmunk, közvetlenül az ünnep után. Kellemes, nyári este keretében hívogatott mindenkit a mozi. A melegre való tekintettel finom alkoholmentes gyümölcsös sörökkel és mexikói

ropogtatnivalóval, valamint burgonyaszirommal és pattogatott kukoricával kedveskedtünk a látogatóknak.

Sztanev Zsolt



Nefelejcs Dalkör

interjú Kollár Laci bácsival

Intézményünk egyik legrégebbi klubja Csepelen a Nefelejcs Dalkör. Szinte nincs olyan nagyobb rendezvény, ahol ne lépnének fel, beleértve a többi otthon is. Ha szerdánként délután két órakor Csepelre téved az ember, és betér az Olajág Otthonokba, vidám nótaszó és zongoramuzsika deríti jókedvre.



A dalkör tagjainak száma már húsz fölött van, az új lakók közül is többen csatlakoztak. A közösség motorja már több éve Kollár Laci bácsi, aki nemcsak összefogja, szervezi, kíséri a dalkört, de kutató munkájával újabb és újabb dalokat hoz a repertóárba.

Laci bácsi nemcsak itt, de a csepeli egyházi alkalmakon is ad hangszeres kíséretet, és ha kell, feltűnik mint mikulás. Vele beszélgettem a dalkörről és az eltelt évekről.

Laci bácsi, kérem, meséljen: hogyan kapcsolódott össze a neve a csepeli dalkörrel?

2001-ben költöztünk be a feleségemmel a csepeli otthonba, az első lakók között voltunk, de sajnos az első években sok betegséggel és nehézséggel kellett megküzdenem, így a dalkör alapításánál nem lehettem jelen. 2003-ban kapcsolódtam be, Patai Júlia dolgozó alapította a lakókkal. Mivel tudok zongorázni, felajánlottam, hogy szívesen kísér-

ném az énekeseket zongorán és szintetizátoron.

Ezek szerint már tizenöt éve közös a történetük.

Igen, és nagyon örülök annak, hogy sokat segíthettem a dalkört. Nótacsokrokat gyűjtöttem össze és kottákat is kerestem, Julika pedig megszervezte, hogy a dalkör a többi otthonunkba is eljusson. Egy alkalommal még egy Tisza melletti idősothtonba is elmentünk vendégszerepelni. A kották másolásában és sokszorosításában is kaptam segítséget a mentálhigiénés munkatársaktól.

Az elmúlt két évben pedig többször kaptunk finom bort és süteményt, amivel gazdagítottuk a próbáinkat.

Laci bácsi, tudna valamit mondani a Nefelejcs Dalkör névadásáról?

Már egy ideje jártam a dalkörbe, amikor eszembe jutott, hogy egy jó névvel sokkal jobban mutatnánk a fellépéseken. Felvettem a témát, és az akkori dalkörtársakkal közösen találtuk ki, hogy legyen a nevünk Nefelejcs Dalkör. Azóta büszkén viseljük a nevet.

Az intézmény életéből szinte kihagyhatatlanok már.

Igen, és nagy öröm számunkra,





ha hívnak minket, és igyekszünk helytállni. Szívesen éneklünk a születésnapokon, a nagyobb rendezvényeken, másik otthonokban, egyházi alkalmon, vagy, ha kell,

karácsonykor. Természetesen nőnapon férfikkal készülünk a hölgyeknek, nagyobb rendezvényekre pedig szépen felöltözünk, és úgy szerepelünk. Van úgy, hogy a munkatársak is együtt zenélnek velünk.

Vannak nehézségek is ebben a munkában?

Igen, vannak, például nehéz jó férfihangot találni, és nagy fájdalom, ha egy-egy jó hangú tagtól kell búcsúzunk. De az újonnan érkezők mindig hoznak meglepetést és vigasztalást. És öregszünk is, nem leszünk fiatalabbak.

Úgy tudom, hogy nem csak a dalkörben tevékenykedik.

Igen, szívesen kísérem hangszerrel mind a katolikus, mind a református egyházi alkalmakat, amit a hallgatóság is szívesen fogad. Az évek során

mindkét közösség énekeit megtanultam kíséreni és játszani.

Úgy tudom, különleges küldetése is van, ami nem kapcsolódik szorosan a hangszerhez és a dalkörhöz, de ugyanolyan fontos.

Valóban. Pár éve felkérést kaptam, hogy a csepeli dolgozói Mikulás-ünnepségen én legyek a Mikulás. Köszönöm ezt a bizalmat, minden évben igyekszem jó Mikulás lenni, és megdicsérem a gyerekeket, nem csak ajándékot adok.

Zenei munkássága nem múlhat el nyomtalanul, azt tervezzük, hogy a közeljövőben hanganyagként rögzítenénk eddigi kiséreteit.

Köszönöm szépen, hogy gondoltak erre. Mivel az ebédlőben egy nagyszerű hangszer van, amin játszom is, az lenne a legjobb, ha ezen vennénk fel az anyagot.

Hogyan alakul a jövő?

Nem tudhatjuk, mit hoz a jövő, de amíg lehet, szeretném csinálni. Sok örömet és erőt ad a zene és az ének, de főleg az, hogy együtt vagyunk, és együtt csináljuk hétről hétre.

Köszönöm a beszélgetést, sok erőt és sikert kívánok a jövőben is!

Köszönöm szépen a magam és dalkörös társaim nevében is.

Sztanev Zsolt



Programok az Olajág Otthonokban

Mátyás tér

Grillparti

Mátyás téri otthonunkban minden nyáron megrendezzük a grillezéssel egybekötött kerti partit. Idén július közepére hirdettük meg rendezvényünket, amelyet lakóink izgatottan vártak, mi pedig örömmel kezdtük meg a szervezést. Szerencsére a közeli piacon mindig be tudjuk szerezni a hozzávalókat, így lakóinkat friss zöld- és pékáruval, grillkolbásszal örvendeztethetjük meg.



Kora délutánra elkészült a tűzrakóhely, így megkezdhattuk a tűzrakást, hiszen a sütögetéshez jó parázsra volt szükségünk. Szerencsére az időjárás is pártunkat fogta, így szép napsütésben, kellemes, szellős időben mulatozhattunk. Amint elkezdtük a sütögetést, a jó illatok kicsalogatták lakóinkat az udvarra, és érdeklődve gyűltek körénk, hogy meglessék, mi készül. Természetesen egy jó kerti partihoz zene is dukál, így meghívtuk Seres József muzsikust. Szokásához híven a legvidámabb dallamokkal készült, hogy igazán jó hangulatot teremtsen. Megkezdődött hát a multság, táncba hívtuk a lakókat, akik nagyon jól érezték magukat a nyári melegben az árnyas udvaron. A táncolás természetesen mindenki étvágyát meghozta, így elkezdhetük felszolgálni a közben elkészült ételt. A kétféle ízesítésű finom grillkolbászt friss zöldekkel és kenyérral tálaltuk, húsítónek pedig üdítőt kínáltunk. Mindenkinek nagyon ízlett a lakoma, amit az is bizonyít, hogy az utolsó falatig minden elfogyott. Természetesen ezúttal is gondoltunk azokra a la-

kókra, akiknek állapota nem engedi meg, hogy együtt mulassanak velünk, így csak a szobájukban tudták elfogyasztani a finomságokat.



Idei grillpartink is nagyon jól sikerült, a sok résztvevőnek köszönhetően igazán jó hangulatban töltöttük a délutánt. Az ilyen rendezvények mindig sok régi emléket ébresztenek lakóinkban, felelevenedik, amikor még otthon vagy baráti nyaralások alatt tartottak hasonlóan jó hangulatú kerti partikat, grillezéseket.

Sütő-Nagy Kinga



Nyári kirándulások a Mátyás tér lakóival

A nyári melegben nincs jobb, mint egy hosszú séta a tóparton vagy egy árnyas parkban, elbújva a tűző nap elől. Lakóinknak igyekszünk olyan kirándulásokat szervezni, amelyek során kiélvezhetik a nyári időt, és a természetben tölthetik szabadidejüket.

Bár általában rövidebb sétákat tervezünk, hogy senki se merüljön ki a természetjárás alkalmával, júliusban egy kicsit messzebbre merészkedtünk,

és egy egész napos kiruccanást szerveztünk a Velencei-tóhoz. Szép számmal jöttek az érdeklődők, akikkel nagyon jól sétáltunk a tóparton, és megebédtünk egy közeli étkezdében. A me-

leg h-
m o k b a n
mezítláb
mentünk
a vízig,
amibe Ju-
lika néni
még a lá-
bujját is

beledugta, hogy meg-
nézze, milyen meleg.
Többen mesélték, hogy
régén sokat jártak a Ve-
lencei-tóhoz nyaralni,
és jólesett viszontlátni
az ismerős tájat.

A nyár során a tűző
nap elől többször búj-
tunk el az árnyas fák
között más helyszíneken is. Jártunk a kö-
zeli Orczy-parkban, ahol megnéztük a Kos-
suth-emlékművet és a tavat. Erzsi néni el-
mesélte, hogy régebben ebben a tóban
pecázott, de ma már sajnos nem lehet.
Nagyot sétáltunk kedvelt kirándulóhelyün-
kön, a Normafán is, ami minden évszakban

szép, és remek a kilátás a városra. Ellátogattunk
a csodás Rózsakertbe, ahol gyönyörködhettünk
a szebbnél szebb rózsafajok virágzó bokraiban.

A nyár utolsó ki-
rándulását Óbudára
szerveztük, ahol egy
mezítlábás ösvényt
alakítottak ki. Lakó-
ink nagyon élvezték

a sok különféle
felületen való
sétálást, igaz,
egyszer-egy-
szer elsőre kicsit
kényelmetlen-
nek tűnt. Miután
azonban talpuk
megszokta az

anyagok változatosságát, már
egészen kellemes volt a séta
a farönkökön, téglán, folyami
kavicson vagy faháncson. Séta
közben azt is megvitattuk, hogy
milyen hasznos a szervezetün-
nek a mezítláb járás, mi minde-
nen segíthet ez a természetes
talpmasszázs.

Igen tartalmas és változatos
kirándulásokon vehettek részt
lakóink a nyáron, szép helye-
ken jártunk, és jó hangulatban
telt az együtt töltött idő.

Sütő-Nagy Kinga



Nyárzáró zenés rendezvény

A nyár, amilyen gyorsan jött, olyan gyorsan el is telt, ezért úgy gondoltuk, hogy a maradék jó időben mulatunk egyet az udvaron. Ebéd után lakóink szép számmal összegyűltek a kertben kialakított kis „nézőtéren”, és várták, hogy megkezdődjék a nyárbúcsúztatás.



Ahogy mindig, most is meghívtuk Seres József zenészt, hogy biztosítsa a jó hangulat alapjául szolgáló talpalávalót. Lakóink nagyon szeretik, amikor eljön hozzánk, hiszen számukra ismerős, régi slágereket játszik, amelyekre még most is szívesen táncolnak, amikor a dallamok felcsendülnek, és együtt éneklük az ismerős

melódiákat. Ilus néni mindig elmondja, hogy amikor fiatal volt, egész éjjel táncolt ezekre a zenékre, testvére és barátai felkérték egy-egy fordulóra. Most is szívesen táncol, és alig várja a zenés rendezvényeket, hogy hallhassa kedvenc dalait.

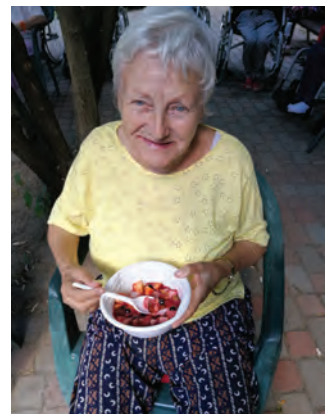
A vigasságra, mint mindig, most is egy kis finomsággal készültünk, mivel pedig a nyár egyik legjobb része, hogy rengeteg gyümölcs terem, így hatalmas adag gyümölcssalátával kedveskedtünk a résztvevőknek, amit mindenki nagy örömmel fogyasztott, csakúgy, mint a hűsítő üdítőt, ami különösen jólesett a táncban elfáradt lakóknak.

Ezek a délutáni zenés rendezvényeken rendszerint részt vesznek az éppen látogatóban lévő hozzátartozók is, akik szintén jól szokták érezni magukat, és örülnek annak, hogy látják, ahogy szüleik, nagyszüleik lakótársaikkal együtt mulatnak, táncolnak, és hétköznapijaik vidáman telnek.

Ismét egy tartalmas és vidám délutánt töltöttünk el lakóinkkal, zenével, táncsal, finom falatokkal.

Sütő-Nagy Kinga





Törökbálint

Augusztus 20-i ünnepség a törökbálinti otthonban

Szerettük volna emlékezetessé tenni az augusztus 20-i államalapítási ünnepet, ezért egy kedves lakónk segítségével elhívtuk az otthonba Jankovits József előadóművészt. (Jankovits József táncdalénekesként kezdte, majd a Fővárosi Operett Színházban folytatta pályáját. Több híres előadásban láthatta a közönség. Csak néhány példa: Lehár Ferenc: Víg özvegy, Kálmán Imre: Marica grófnő, Csárdáskirálynő.)

*Mint száműzött, ki vándorol
A sűrű éjen át,
S vad fürgetegben nem lelé
Vezérlő csillagát,
Az emberszív is úgy bolyong,
Oly egyes-egyedül,
Úgy tépi künn az orkán,
Mint az önvád itt belül.*

*Csak egy nagy érzés éltetett
Sok gond és gyász alatt,
Hogy szent hazám és hős nevem
Szeplőtlen megmarad.
Most mind a kettő orvosra vár,
S míg itt töprenkedem,
Hazám borítja szemfödél
S elvész becsületem!*

*Hazám, hazám, te mindenem!
Tudom, hogy életem neked köszönhetem.
Arany mezők, ezüst folyók,
Hős vértől ázóttak, könnytől áradók.*

*Sajgó sebét felejtí Bánk,
Zokog, de szolgálja népe szent javát.*

*Magyar hazám, te mindenem!
Te érted bátran meghalok,
Te szent magyar hazám!
(Erkel Ferenc: Bánk bán)*

A tenor hangú művész nem egyedül érkezett, művészkollégája zongorán kísérte az előadást. Lakóink örömeire ismert melódiák és dallamok közepette ünnepeltünk. Záró akkordként felcsendült a Hazám, hazám, Erkel Ferenc Bánk bán című operájának leghíresebb áriája, amelynek szívszorító dallamai tovaszálltak az intézmény folyosóján. Minden arra járó megállt, és áhítattal hallgatta a dalt. Természetesen a lakók hatalmas tapssal köszönték meg a művész úr előadását.

Ezután a mentálhigiénés csoport felvágta a nemzetiszínű szalaggal átkötött kenyeret. Az új kenyér ünnepére emlékezve közösen fogyasztották el a friss kóstolót.

Cziráki Nóra





Tápiószentmártonon jártunk a Kincsem Lovasparkban

Augusztus 10-én, egy forró nyári reggel nagy izgalommal indultunk útnak lakóinkkal. Megérkezésünkkel kedves fogadtatásban volt részünk, üdvözlő itallal és hűvös étteremmel vártak, ahol kinyújtóztattuk lábainkat. Kevés pihenés után „pusztabuszszal” utaztunk tovább, - ez egy két gyönyörű ló által húzott szekér; mindenki kényelmesen elfért.



Óriási élmény volt ez a lakóknak, mert lovakat, frissen bálázott szénát láttak, vagyis vidéki hangulat tárult a szemünk elé. Csend, béke és nyugalom jellemezte a tájat. A résztvevőknek nagyon kellett figyelniük, mert a látottakról kvízzátékon keresztül számolhattak be.

Kétfogásos ebédként pusztai gulyáslevest és palacsintát szolgáltak fel. Ebéd után szabadfoglalkozás volt, lehetett sétálni, nézni állatokat, meglátogatni az Attila-dombot. A kellemes időtöltés után mindenki fáradtan, de élményekkel telve szállt vissza a buszba, hogy indulhasson haza...

Cziráki Nóra



Újpalota

Emlékezetes útjaink az újpalotai lakókkal

Élményeket gyűjteni sohasem késő. Az se tántorítson el senkit, ha kicsit messzebbre kell menni érte.



Így gondoltuk ezt mi is. Egyik célpontunk a nyáron Herend volt. A Porcelánmanufaktúrában gyönyörű környezetben mutatják be a porcelánkészítés fázisait, a gyártás érdekességeit. A filmvetítés után a látogatók közelről, „élőben” nézhetik meg az ügyes kezű mestereket munka közben. Csatatunkat is elbűvölte az a sok-sok, türelmet igénylő, aprólékos mozdulat, aminek a végeredménye egy gazdagon díszített csésze, egy csodás mintájú váza vagy akár egy élethűen megfestett lepke. A látogatás végén a múzeumban megnéztük a gyár híres darabjait, különleges alkotásokat a múltból és a jelenből. Majd a hangu-

latos kávézóban pihentünk egy kicsit. Itt teljesen természetes, hogy a kávé és a teát herendi porcelánban szolgálják fel. Mégpedig abból a mintájából, amelyik nekünk tetszik. Nálunk a híres Viktória-mintás volt a nyerő, ami az angol királynő által rendelt teljes készletet díszítette. Innen ered a minta neve is. Ezekkel a csészékkel nekünk csak egy bajunk akadt: hogy nem hozhattuk haza magunkkal. Azért nem sokáig szomorkodtunk emiatt, a közeli település hangulatos éttermében próbáltuk megvigasztalni magunkat. És sikerült!

Rácsné Leskó Ildikó



MÁV Szimfonikusok az újpalotai otthonban

Nyár derekán a MÁV Szimfonikus Zenekar két kvintettje látogatott el hozzánk.

Ez a méltán világhírű zenekar 1945-ben alakult, az akkori Magyar Államvasutak zeneszerető vezérigazgatójának, Varga Lászlónak köszönhetően. Az eleinte amatőr zenészekből és a MÁV Fúvósze-

kar Örökös Tagja címet. Megszervezte, hogy a zenekar többször is ellátogasson hozzánk, az egyik ilyen alkalommal még ő is beült a dobok mögé. Mi több, fejből végigjátszotta a darabot, mert a kotta-



karából verbuválódott csapat csakhamar hívatásos nagyzenekarrá vált. Ma már évente legalább száz-százhusz koncertet adnak itthon és szerte a világban.

Az egyik érdekesség róluk: tiszteletbeli karmesterük Kobajasi Kenicsiró, az első, Budapesten megrendezett Nemzetközi Karmesterverseny győztese.

A másik: 2002-től 2013-ig otthonunk lakója volt egyik kiváló ütősrünk, Pusztai Ferenc. Feri bácsi (nálunk mindenki így ismerte) a kezdetektől jelen volt a zenekar életében, 32 évig muzsikált velük. Részesen volt a Gördülő Opera sorozatának, ahol a vidéki kis- és nagyvárosok lakói is részesei lehettek egy-egy csodás operaelőadásnak. Nyugdíjba vonulása után még sok éven keresztül tanította az új generáció ütőseit. 2010-ben megkapta a zene-

kar Örökös Tagja címet. Mondhatjuk, akkoriban csak nekünk játszott az egész fúvószenekar.

Feri bácsi égi zenekarba való átigazolása után is megmaradt a jó kapcsolat. Júliusban így került sor egy újabb zenei élményre. Olaszországi koncertjük előtt nekünk játszották el a teljes műsort, amit sok-sok lakónk élvezhetett. Vastappsal köszöntük meg ezt a nem mindennapi élményt. Egészen biztos, hogy a zeneszerető olaszokat is elvarázsolta zenéjük.

Köszönjük, MÁV Szimfonikusok! És neked is, Feri bácsi. Tudjuk, hogy Te is hallgattad...

Rácsné Leskó Ildikó

Szomszédünnep az újpalotai Olajág Otthonban

Jó idő, jó zene, jó szomszédok...

Szeptember 13-án mindez összejött a Bánkút utcai otthonunkban. Az időjárás igazi nyarat idézett. Parkunk hatalmas, zöld fái között hamar megteltek a sörpadok.

Hagyományos nyárbúcsúztató ünnepségünket a „hazai pályás” táncosaink nyitották meg.

Az Olajág Táncsoport vidám zenére mozgó hölgyei megmutatták, hogy 85 éves átlagéletkoruk ellenére is bírják szusszal. Nagy tapsot kaptak nemcsak tőlünk, hanem vendégeinktől is.

Ez után Némédi-Varga Tímea színésznő örvendtetett meg minket ismert operettdalokkal, régi

látni a beszélgető, daloló (még táncoló is akadt!), vidám sokaságot.

A terület nyugdíjasainak, az itt élő lakóknak jó lehetőség ez az alkalom arra, hogy egymással hosszabban elbeszélgessenek. Hogy ne csak egy rövid „Jó napot!” legyen a kapcsolatunk egymással, hogy ne csak szóttanul üljünk egymás mellett egy padon, hogy ne csak az étkezések idején le-



slágerekkel. Kedvességével, megjelenésével, szép hangjával levett minket a lábunkról. Pedig akkor még hol volt a sör! A közönség is bátran bekapcsolódott a nótázásba, ahogy kell. Később Bakacsi Béla, az 1968-as Táncdalfesztivál nyertese hozott örökzöld dalokat. Bársonyos hangját sokan ismerik, régi táncdalokkal tűzdelt műsorán remekül nosztalgiáztunk. Közben igazi kertiparti-hangulat alakult ki, a finom sült debreceni a friss kenyérrel és sörrel csak fokozta ezt.

Ahogy Németh Angéla megbízott polgármester asszony mondta, jó volt

gyünk közösségben, hogy érezzük azt, egy mo-
sollyal, pár kedves szóval, közös élménnyel ma-

gunknak és másoknak is örömet szerezhetünk.

Köszönet mindenkinek, aki a szervezésben, megvalósításban bármilyen módon segített és segít, és köszönet mindenkinek, aki ott volt!

Rácsné Leskó Ildikó



Hárshegyi Randevű

a Nyugdíjasok Országos Szövetségével

A sport szó hallatán sokaknak a küzdelem, a kitartás, a fegyelem, a vasakarat jut eszébe, olyan cselekvés, amelyhez eszközökre van szükség, illetve hogy a szervezetünket órákon keresztül nagy igénybevételnek tesszük ki. Pedig létezik egy olyan mozgásfajta, ami szórakoztató és nagyon közkedvelt: a tánc. Észre sem vesszük, hogy milyen sok energiát használunk fel tánc közben, szinte minden testrészünket megmozgatja, még az agytekevényeinket is, mire megtanuljuk az egyes tánclépéseket.



Előző szá-
munkban be-
számo ltunk
arról a kez-
deményezés-
ről, amelyet
a Nyugdíjasok
Országos Szö-

vetsége (NYOSZ) indított ez év májusában. Természetesen a NYOSZ tagjaként mi is folyamatosan részt veszünk lakóinkkal a programokon az Olajág Otthonokat képviselve, gyűjtve a „lépéseket”.

A háromnapos rendezvény utolsó napján, 2018. augusztus 31-én a Hárshegyre kirándultunk. A szervezők a táncot mint sporttevékenysé-

get akarták bemutatni a résztvevőknek. Idén az ifjúságunk „szépidejét” idéző Csillebérc romantikus, retróhangulatú helyszíne helyett a modern Europa Congress Center adott otthont az eseménynek. Az Olajág Otthonok zuglói és újjpalotai otthonából tízen vállalkoztak a részvételre, amire kíváncsian indultak el, hiszen már a rendezvény elnevezése – Hárshegyi Randevű – is izgalomra adott okot.

A NYOSZ elnök asszonya, Némethné Jankovics Györgyi, illetve Németh Lajos meteorológus és Várkonyi András színész (Barátok közt) mint a program nagykövetei köszöntötték a „senior sportolókat”, táncosokat. Mielőtt mélyebben belemerülhettünk volna a sport rejtelmeibe, be-
melegítésként mindenki részt vett a meridiántor-



nán. Ezután volt, aki labdajátékban, asztaliteniszben, minigolfban próbálta ki ügyességét, majd ők is csatlakoztak a táncolókhoz. A közös tánc nem csak testrészeinket tornáztatta meg. Amíg figyeltünk magunkra, egymásra, a táncra, nem jutott idő a gondjainkkal, bajainkkal, betegségeinkkel foglalkozni, sőt a külvilágtól is elszakított minket. Természetesen pontokat is gyűjtöttünk, és ajándékokkal tértünk haza.

Táncosaink, sportolóink nagyon élvezték a programot. Egyesek már profi táncosként érkeztek, mások csak most vették a bátorságot megtanulni a lépéseket, de mindenkinek szórazótató volt. Öröm volt látni, ahogy a nyugdíjas-klubok tagjai akár ismeretlen partnerrel is jól tudtak együttműködni, hiszen a csoportos táncban sokszor cserélődtek a táncpartnerek. Lakóink kellemesen elfáradtak, és megállapítottuk, hogy



a tánchoz nagyon sok energia, kitartás és tanulás kell. A tánc olyan, mint a biciklizés, nem lehet elfelejteni, és soha nem késő megtanulni. Aki a táncot választja sportnak, biztos lehet abban, hogy elejét veszi az öregedésnek, és tartós baráti kapcsolatokra is szert tehet.

A NYOSZ Senior Mozgásprogramjában való részvételünk szintén támogatja lakóink egészségét, illetve a kapcsolatok építésében is segít.

Somkutasné Purthál Éva

NYOSZ-kedvezménykártya

Kedves Lakóink!

Az Olajág Magazin korábbi számában tájékoztattuk Önöket, hogy a NYOSZ tagszervezeteként lakóink számára kedvezménykártyát tudunk biztosítani, amely több szolgáltatónál kedvezmény igénybevételeire jogosítja a kártyatulajdonosokat. A jelen Olajág Magazin mellett eljuttatjuk Önöknek a NYOSZ friss kiadványát a kártya-elfogadóhelyekről, amelyek száma az indulás óta megtöbbszöröződött. Könyvesboltok, szállodák, gyógyszertárak, gyógyászatisegédeszköz-üzletek

és még számos egyéb elfogadóhely található a kiadványban. Azok a kedves lakók, akik már igényelték kártyát, még több helyen tudják használni, akik még nem kértek, azoknak most is lehetőségük van rá. A kártyák sorszámozottak, névre szólnak. Kérjük, hogy igény esetén az adott intézmény programszervezőjénél szíveskedjenek jelezni a nevet, intézményszámot és apartmanszámot megadva.



Szász Krisztina

Nyári gyerektáborok

„Én azt hiszem, gyereket csak úgy lehet nevelni, ha az ember megtiszteli azzal, hogy komolyan veszi.” Szabó Magda

Intézményeinkben már hagyomány a nyári gyerektáborok szervezése. Idén is változatos, érdekes, a gyerekek korosztályának és érdeklődési körének megfelelő programokat állítottak össze a programszervező kollégák. Három intézményben összesen negyven gyerek táborozott. Többek között buszos kirándulásokat szerveztek a Mátrába, a Parádsasvári Üvegmanufaktúrába, ahol ki lehetett próbálni az üvegfúvást.



Veresegyházon a medvéké volt a főszerep a Medveparkban tett látogatás során.

Tápiószentmártonban a Kincsem Lovaspark nyújtott élményeket, hiszen nemcsak a lovakat szemlélhették meg, hanem különböző háziállatokat - ma-



lacokat, szarvasmarhákat és egy baromfiudvart - is. Sor került az elmaradhatatlan pusztai lovas kocsikázásra.





A Dunán tett hajókirándulás során a gyerekek megcsodálták a Budai Várat, a Parlamentet, a Duna Arénát és a hidakat.

Maradandó élmény volt a gyerekek számára a Parlament meglátogatása. A kupolateremben megnézhatték a Szent Koronát, és az Országgyűlés üléstermében is jártak. Az Országház látogatása az új, föld alatti fogadóközpontban kezdődik, ahonnan az Országgyűlés Múzeuma is nyílik. Itt a gyerekek számára érdekes, interaktív módon mutatják be a magyar alkotmányosság történetét.



A Bánkúton táborozó gyerekek egy napot a Fővárosi Állatkerben töltöttek. Szinte mindennapos program volt a délutáni uszodai fürdőzés, amit szintén nagyon szerettek.



A zuglói és az újpalotai táborozók meglátogatták a Tűzoltómúzeumot, ahol a vezető főleg azokra a tárgyakra hívta fel a figyelmüket, amelyek leginkább számot tarthattak az érdeklődésükre. Így például megszólaltathatták a szirénát, jelezhettek a haranggal és felpróbálhatták a tűzoltósisakokat. Nagy sikere volt az udvaron felsorakoztatott régi tűzoltóautóknak is.



A zuglói tábor résztvevői ellátogattak a Semes Kóser Pékségbe. Ez a műhely látja el az összes zsidó intézmény kóser konyháját (kórház, iskolák) és éttermeket, valamint a mintaboltot. Megmutatták a sütés különböző fázisait, a dagasztógép működését, és különböző süteményeket, brióst, kakaós csigát formázhattak. Ezeket, miután kisültek, jóízűen elfogyasztották.





Az idei tábor nagyon sikeres volt, rengeteg élménnyel lettek gazdagabbak a gyerekek, és izgalommal várják a következő nyarat, amikor otthonaik újabb kikapcsolódást nyújtanak számukra.

Ezúton szeretnénk megköszönni minden kedves kollégának és külső segítőnek a szervezést, amivel segítettek felejthetetlenné tenni a gyermekek számára ezt a pár napot.

Baráth Emma

1		JOULE KONYHA- KERTI NÖVÉNY	EGYIP- TOMI NAP- ISTEN	KELETI MÁRTON FILMJE	ADY ENDRE KÖLTE- MÉNYE	KATO- LIKUS ÁLLAM	PAPÍRRA VET	HANGRENDI ...; A MA- GYAR NYELV EGYIK BŐRIPARI MUNKÁS	FOGAL- MA	ÉTEL- ÍZESTŐ	Anyuka levelezik a fiával számítógépen. – Kisfiam, mi jól vagyunk! ... (folytatás a rejtvényben)				
IDŐMÉRŐ REPARÁ- LÁSA											HA, ANGOL NYELVEN	BALTI NÉP TAGJA	KEZDET- BEN	2	
PADLÁST SEPRŐ															
KEMÉNY- GUMI							RÓMAI 1100-AS			...-DE- FRANCE; FRANCIA TÁJ				KÖTŐSZÓ	
EGYHAN- GÚSÁG							TÁRGY- RAG			VÁLASZOL				FOGADÁ- SÁRA	
										SZLÁV FŐ- NEMES					
NUMERO, RÖVIDEN			HOGY, OROSZ NYELVEN				TESZ			SZÍN- ÜLTIG					
							SZAÚD- ARÁBIA FŐV.-A			SZILÍCIUM VEGYJELE					
HÁZÓRZÓ ÁLLAT			VADÁSZ- KUTYA				BABITS M. VERSE								
			FELÜL- ÍGÉR				R. COOK REGÉNYE								
VÍZI- ÁLLAT				BELLA I. HŐSE								NORVÉG AUTÓJEL		FÉL ÖT!	
				GÖDRÖT KÉSZÍT								KÉRDŐ SZÓCSKA		A SZAJNA MELLÉK- FOLYÓJA	
LATIN EREDETŰ FÉRFINÉV						... CAR- RERAS				ANGOL ISKOLA- VÁROS					
						TÖRVÉ- NYES				ÉGTÁJ					
KASTÉLY FOROG RAJTA!								KIEJTETT BETŰ			EGY, NÉMETŰL				
								RENDEZŐ (MÁRTON)			FÉRFI É- NEKHANG				
OLASZ GÉPKO- CSIK JELZÉSE		RÓMAI EGYES		IGE- KÉPZŐ					AZ ESTE KÖZEPE!				D.TÚLI HELYSÉG		
		NAPSZAK		PÁLINKA					SÁL- VÉGEK!				ADVENTI MISE		
FENN- TARTÁS							OBSITOL								
							SZÉLES CSÍK								
ÁPRILY LAJOS KÖLTE- MÉNYE								DÉL- AMERIKAI FÁTLAN SÍKSÁG						VOLT	
														SPANYOL EX KI- RÁLYNÉ	
PARKOLÓ		SKÁLA- HANG			ÉNEKLŐ SZÓCSKA			AMELY SZEMÉLY- NEK		ÁZSIAI ÁLLAM					
TETŐ- FEDŐ MESTER		NULLA			OLLÓS ÁLLAT					UGARITI ISTENNŐ					
			BABITS MIHÁLY VERSE								REDŐ				
											JAPÁN FŐVÁRO- SA VOLT				
SZINTÉN NE			VÍZPARTI NÖVÉNY				A SZA- BADBAN					ŐSVEZÉR			
			... REMO; VÁROS				FR. ÍRÓ VOLT					EGYIK HELYEN SEM			
OROSZ VÁROS						INDONÉZ AUTÓJEL			... ANYÓ					ORIENS	
						A MÉLYBE TUD NÉZNI			KONGÓI KÉRŐDZŐ					NAGYON RITKA NŐI NÉV	
				A SZÉN VEGY- JELE	... DAME; TEMPLOM									IRKA FELE!	
					BAL- KEZES									ADY ÁLNEVE	
NEM LÉTEZ- NEK										AMELY HELYRE					
										ÉNEK					
A HÁZ KÖZEPE!		LÁNGOL	CITROM- BÓL FACSAR- JÁK	MEG- REKED							HALASZT				
				... TO DATE							UGYAN- AZ,RÖV.				
								... GAUGUIN; FRANCIA FESTŐ V.						AZONOS BETŰK	
KOSZTO- LÁNYI DEZSŐ VERSE	A						KEVERT SZÍN					E NAPI			