

PÁRBESZÉD  
AZ APOSTOLOK  
ASZTALÁN  
3. OLDAL

MINDENT ELSŐPRŐ  
RENDSZERVÁLTÁS,  
TÍZ EMBERREL  
4. OLDAL



# ARANY AGANCS

## POLGÁRI HAVILAP

NEMZETEK  
HANGJA  
5. OLDAL

A TAVASZ SZÍNEI  
- FESZTIVÁL  
BUDAÖRSÖN  
8. OLDAL

SZEZONVÁRÓ BESZÉLGETÉS SZÉKELY BULCSÚVAL, A NEMZET EGYIK ARANYÁVAL

# EGY RENDHAGYÓ TÉL UTÁN

„Megértésüket köszönjük, bízunk benne, hogy együtt átvészeljük ezt a nehéz időszakot is, és hamarosan találkozhatunk Önökkel!” Ezekkel a sorokkal zárult az a közlemény, amelyben tavaly ősz végén a Budaörs Városi Uszoda, Sportcsarnok és Strand vezetősége bejelentette, hogy télre bezárják az intézményt, legalább is annak az uszodai részét. A lépést ugyanakkor nemcsak a megemelkedett rezi okozta nehézségekkel indokolták, hanem azzal is, hogy így lesz mód és idő a már régóta tervezett energetikai korszerűsítésekre. Nos, a tél elmúlt, lassan itt a strandidő, így úgy gondoltuk időszerű megkérdeznünk az intézmény igazgatóját, az olimpiai bajnok vízilabdást, Székely Bulcsút, hogyan értékeli az elmúlt hónapokat és hogyan várja a közelgő szezont.

**Gondolom, meglehetősen lassan telt az idő számodra ezen a télen. Mennyire sikerült kivitelezni a tervezett munkákat?**

Érdekes módon nem telt lassan, sőt szinte elröppent ez a néhány hónap. Meglehetősen mozgalmasnak nevezhetem, hiszen rengeteg olyan feladatot kellett megoldanunk, amelyekre a korábbi években nem volt példa, nem tudtunk tapasztalatot szerezni benne. Azt szoktam mondani, hogy egy családi háznál is jöhetnek váratlan dolgok, de az ember ott azért nagyjából tudja, egy adott évben milyen költségekkel kell számolni. Egy ilyen létesítmény azonban a sokszorosa ennek. Mind a felmerülő feladatok, mind az azok orvoslására szükséges költségek tekintetében. Gondolok például itt egy gépészeti berendezésre, amely éjjel-nappal folyamatosan megy gyakorlatilag egy évtizede. Ennek leállítása, felújítása okozhat kérdőjeleket, előre nem látható problémákat. Szóval, eseménydús hónapokon vagyunk túl, de nem tétlenkedtünk.

**Áprilisban a tervek szerint ki is nyitott az uszoda. Ez azt jelenti, hogy jelenleg már újra teljes gőzzel működik?**

Azt nem mondanám, hogy teljes gőzzel, hiszen a strand még nincs nyitva, igaz ilyenkor még nem is szokott. Az uszodai élet viszont kezd visszatérni a megszokott medrébe. A holtidő alatt igyekeztünk itt tartani, munkát találni mindenkinek, akiknek a feladatköre megszűnt a bezárás alatt. Ez sokak esetében sikerült is, bár voltak olyanok is, akik inkább a távozás mellett döntöttek. Hasonlóan a magyar gazdaság egészéhez, ez az iparág is komoly munkaerő problémákkal küzd. Nagyon nehéz komoly szaktudással rendelkező edzőket, oktatókat találni. Gyakorlatilag napi szintű harc szükséges ahhoz, hogy zökkenőmentesen tudjuk működtetni ezeket a programokat. Szerencsére, egyelőre tudjuk tartani a



menetrendet úgy, hogy a létesítményt látogatók, használók ebből a harcból csak keveset érzékelnek, és azt gondolom, hogy ez az igazi fokmérője a munkánknak.

**Ez akkor azt is jelenti, hogy alapvetően sikeresnek tartod ezt az elmúlt néhány hónapot. Minden a terveknek megfelelően alakult?**

Összességében igen, bár ezt így azért óvatosan jelenteném ki. Egy ilyen intézmény életében ugyanis az a legrosszabb, ha zárva van, ez egyértelmű. De ha a körülményeket nézzük, a tél elején megfogalmazott céljainkat, terveinket, akkor azokat azt gondolom, sikerült megfelelően megoldanunk. Voltak olyan fejlesztések, ame-



lyeket sikerült önerőből megoldani. Ilyen például a wellness-tér, ahol a kollégák saját kétkezi munkájukat is hozzáadték, olyan lelkesedéssel és intenzitással, mintha a saját házukon dolgoznának. Sikerült ugyanakkor megvalósítanunk, illetve jelenleg is zajlanak az önkormányzat által finanszírozott energetikai felújítások, fejlesztések. Ezek kialakítása lehetővé teszi azt, hogy az intézményünk minél kevésbé legyen kiszolgáltatva a piaci viszonyoknak. Szeretném hangsúlyozni, hogy önkormányzat rendkívül pozitívan állt a kérdéshez, egy pillanatig sem kellett arra gondolnunk, hogy ez a bezárás esetleg nem időszakos lesz, sőt gyakorlatilag már a holtidő nulladik órájától kezdve arról tárgyaltunk, egyeztetünk, hogy mik azok a fejlesztések, amelyeket végre kell hajtunk, hogy az újranyitás után ez a „kevésbé függőség” létrejöhesse.

#### Lassan itt a nyár, lassan nyit a strand. Ezen a téren is minden zökkenőmentesen alakul? Mikorra tervezitek a nyitást?

Ha minden jól megy, az iskola utolsó napján, azaz június 17-én ki tudjuk nyitni a strandot. Jelenleg még komoly munkálatok folynak a kinti medencéknél is. Mégpedig itt is olyanok, amelyeket már évek óta tervezgettünk. Korábban azonban nem volt meg rá a megfelelő anyagi forrás. Most már szerencsére folynak a munkálatok, egyedül az időjárás az, ami esetleg késleltetheti ezek befejezését, de én nagyon bizakodom abban, hogy tartani tudjuk a terveinket és június 17-étől várhatjuk a strandolni vágyókat.

#### Ezek szerint optimistán várod a nyarat, a közelgő szezont?

Én nagyon bízom abban, hogy az időjárás a tavalyihoz hasonló lesz, azaz száraz és meleg. Az nyilvánvaló, hogy egy ilyen létesítmény életében, az éves költségvetése alakulása tekintetében kulcsfontosságú, hogy a nyári strandszezont milyen számokat, bevételeket tud

produkálni. Szóval szorítunk, hogy a körülmények kegyesek legyenek hozzánk, de én ebben a kérdésben is optimista vagyok. Bár az intézmény alapvetően önkormányzati fenntartású, a szemlélet az, hogy piaci alapon, minél önállóbb lábakon állva működjön, tehát ilyen szempontból is nagyon izgalmas időszak elé nézünk.

#### Tervezgettek-e már a nyár utáni időszakra? Vannak-e esetleg még olyan fejlesztések, elképzelések, amelyet a szezon utánra időzítenétek?

Azt gondolom, a jelen helyzetben szeptember utánra tervezgetni meglehetősen komolytalan dolog lenne. Amikor én elkezdtem a létesítményvezetői pályafutásomat, azaz úgy tíz éve, még teljesen egyértelmű volt, hogy az ember igyekszik hosszabb léptékekben, időszakokban gondolkodni. Mára azonban teljesen megváltozott a világ. A Covid első hulláma óta gyakorlatilag nem volt egy olyan összefüggő félévünk, amikor előre láthattuk, hogy mit hoz a jövő, rengeteg az a változó szám, amely nem rajtunk múlik, nem a mi munkánk eredményességétől, színvonalától függ.

#### Végezetül egy személyes kérdés. Néhány hete mutatták be a moziban a Nemzet Aranyai című filmet, amely a 2000-es évek környékén három olimpiai aranyérmes nyerő vízilabda-csapat diadalmenetét idézi fel. Te Sydney-ben tagja voltál a győztes csapatnak. Szereplőként hogy tetszett a film?

Azt gondolom, egy szép alkotás lett és a számok alapján úgy tűnik, a nézőknek is tetszik, a visszhangok legalább is igen pozitívak. És ami személy szerint nekem nagyon komoly erénye az alkotásnak, hogy méltó emléket állít e korszak egyik legkiemelkedőbb személyének, a tragikusan fiatalon elhunyt, Benedek Tibornak is.

-fela-



# APOSTOLOK ASZTALA - KEREKASZTAL BESZÉLGETÉS KAMARAERDŐN

„Széthúzást teremteni nem nehéz, békességet teremteni, megőrizni inkább kihívás, küldetés” Ez volt a motója annak a rendezvénynek, amelyet a Budaörsi Székely Kör szervezett a kamaraerdei szabadidőparkba. A hagyományteremtőnek szánt tavaszi piknikre budaörsi szervezetek képviselői kaptak meghívást.

A szervezők már a helyszín kiválasztását is szimbolikusnak szánták, hiszen a kamaraerdei szabadidőparkban kialakított Apostolok Asztalához invitálták vendégeiket. Utalva ezzel is a különböző érdekű csoportosulások egymás közötti párbeszédének fontosságára. Hogy bármekkora különbség is van az indíttatások között, kell, hogy legyen olyan pont, amiért megéri egyesíteni az erőket és közösen harcolni. Mint, ahogy Jézus különböző helyről érkezett apostolai tették egykoron tanítójukért, a Megváltóért.

Szilágyi András főszerző elmondta, büszke arra, hogy több szervezet képviselője is elfogadta meghívásukat. Ugyanakkor, mint mondta, szomorú, hogy bár a Budaörs Fejlesztésért Egyesület három tagját is meghívták, közülük végül egyikük sem jött el a rendezvényre. A főszerző hangsúlyozta, azokkal, akik elfogadták a meghívást kifejezetten hasznos beszélgetésen vannak túl. Mint mondta, a főszerepet ebben a közösség építés lehetőségei kapták. Az eszmecsere minden résztvevője egyetértett abban, hogy jelenleg ez meglehetősen kényes és nehéz téma. Maga a világ is egyre jobban elidegeníti az embereket, itt Budaörsön pedig még talán az átlagnál is kilátástalanabbnak tűnik a helyzet. Hiszen az itt élők többsége egyfajta alvó városként tekint Budaörsre, ahová tulajdonképpen csak aludni tér haza, a közösségi szórakozást számára itt helyben legfeljebb egy bevásárlás jelenti valamelyik üzletközpontban. E téren némi kritika érte a jelenlegi városvezetést, amely több felszólaló véleménye szerint is tudatosan formálja ilyenné a várost. Gyá-



korlatilag alig van közösségi program, kevés a közösségi tér, és ami van, sajnos az sem túl magas színvonalú. Mozink nincs, színházunk kicsi, a könyvtárunk pedig egy volt kocsmá – hangzott el a megbeszélésen. Szintén kritikaként hangzott el az is, hogy a városban működő szervezetek gyakorlatilag alig tudnak egymás programjairól. Sokszor csak utólag értesülnek egy-egy rendezvényről, pedig azon szívesen részt vettek volna. Szilágyi András ezzel kapcsolatban kiemelte, e mostani kerekasztal beszélgetést pontosan ezzel a szándékkal hozták létre. Egy olyan csatornát biztosítani a civil és egyéb szervezeteknek, ahol meg tudják vitatni egymással a város ügyes-bajos dolgait, ahol megismerhetik egymás ezzel kapcsolatos véleményét, álláspontját, szándékait. Mint mondta, terveik szerint évente legalább egy alkalommal, Szent György napja környékén megrendezik majd ezt a találkozót, a székely-magyar testvérnapi jegyében.

A kerekasztal beszélgetés végeztével a szervezők némi szilvóriummal, bográcásban készült pityókás pincepörkölttel és helyben sült kürtöskaláccsal vendégelték meg a résztvevőket, majd az Űsztűrő zenekar szórakoztatta az egybegyűlteket.

-fela-



A budaörsi FIDESZ és KDNP, együttműködve a helyi civil szervezetekkel közösen szervezi a **2023. június 4-i Nemzeti Összetartozás Napja** rendezvényt. A korábbi évek hagyományát megőrizve, a történelmi egyházak közösségeivel és civilek bevonásával, egyetlen nagy koszorút helyezünk el közösen az összetartozásunkat jelképezve a budaörsi Trianon emlékműnél. Szalagot a Feldhoffer Virágboltban előzetesen rendelhetnek a csatlakozni szándékozó közösségek. A megemlékezés időpontja 2023. június 4., szombat 16:00-tól. Helyszíne: Budaörs, Templom tér - Trianon emlékmű.





# MINDENT ELSŐPRŐ RENDSZERVÁLTÁS, TÍZ EMBERREL - TOVÁBB SÜLLYED A MAGYARORSZÁGI BALOLDAL

A baloldal mindig híres volt arról, hogy nagyokat mond, és arról is, hogy eközben keveset tesz. A tej-jel-mézzel folyó Kánaán, a világbéke, a hatalmas, mindenki között létrejövő teljes egyenlőség utópiája most már több mint száz éve szennyezi a világot, hiszen nincsen mögötte semmi, csak hagymázás gondolatok és önző kapzsiság. A magyarországi baloldal ebben a nemzetközi nihilista brigádban is előkelő helyet foglal el, hiszen akkor a lehangosabbak, amikor a saját hazájuknak lehet ártani, nem létezik számukra semmilyen nemzeti minimum.

Ahogy telik az idő, ezt egyre többen veszik észre, és hiába hátrált ki mögülük a támogatóik nagy része, még most is a többség nevében beszélnek, egy olyan többség nevében, mely nem létezik. Ezt teszik a híres kordonbontók is, a Momentum levitézlett, semmihez sem értő általános kontárjai. Rettentés csapdába csalta magát a Momentum és a hozzájuk sodródó hivatásos büdösbogár, Hadházy Ákos, aki hanyatt veti magát, amikor csak lehetősége van rá. Mivel a párt népszerűsége öt százalék környékén mozog, gondoltak egyet és emeltek egy nagyot a tétlen, de ez inkább ártott, mint használt. Azt ugyanis elfelejtették megmondani, hogy mi a céljuk a rendbontással, hiszen a hőbörgésre eddig sem voltak vevők a magyar emberek, a céltalan károkozást pedig még kevésbé szeretik, ezen kívül nincs olyan hely a világban, ahol ezt politikai alternatívának mernék nevezni. A szimbolika nagymesterének azonban ez cseppet sem számít, nem tudnak leállni, bár belül tudják, hogy megint lukra futottak. Vélhetően úgy érzik, hogy ha most ezt bevallják, akkor még rosszabbul jönnek ki a nagy kordonbontásból. Ennél is rosszabbul? Először mintegy tíz ember gyűlt össze, ekkor Hadházy nyíltan ki is mondta, hogy ezzel még ugyan nem tudnak rendszert váltani, de talán majd legközelebb, akkor biztos összejön a kritikus tömeg. A második alkalomnál már húszan voltak, végül eljutottak oda, hogy felhergelték néhány száz embert, akikkel újra elmentek a Karmelitához könyörögni a pofonért, hátha ez megmenti őket a teljes csódtól. Nem sikerült.

Ami még nagyobb baj, hogy belekeverték száználmas vergődésükbe a tanárokat és a diákokat is, nekik ártva a legtöbbet cirkuszi mutatványukkal. Közben a szabadságharcosok lassan el is hiszik maguknak, hogy hősök, 2006-al példálózhatnak, amikor valóban egy országnak volt elege



Gyurcsányból, nem néhány hőbörgő balhézott unalmában, amikor valóban ok nélkül verték agyba-főbe az embereket és lőtték ki szemeket gumilövedékkel. Akkor összeomlott a népszerűsége a Gyurcsány-kormányának, most 50 százalék felett vannak a kormánypártok. Soroljuk még? Ezek az apró tények azonban nem zavarják a momentumosokat, akik azt igyekeznek közölni a magyar emberekkel, hogy a tanárok, a diákok és persze a társadalom nagy része mögöttük áll. Kisajátítanak valamit, ami nem az övék, amihez közük sincs és sosem lesz. A néhány ott lézengő, balhét akaró diák pedig jobb, ha inkább a tanulással foglalkozik, azzal többet érnek el, és évekkel később nagyon szégyellni fogják, hogy részt vettek ebben a céltalan balhéban.

Az azonban leszűrhető, hogy Gyurcsány és a DK ilyen múlttal és sötét demagógiával is lekörözte a többi baloldali pártot és jót nevetnek a kordonkirályokon, akiknek csak dollárt osztottak, észt nem. Ha ez így megy tovább, a momentumosok is eljut-



nak a Párbeszéd évek óta tartó konstans fél százalékos népszerűségéhez, és vélhetően akkor még bátrabban és harsányabban üvöltik majd azt, hogy mögöttük állnak a magyar emberek. Mert már nem lesz mit veszteniük. A baloldalnál ugyanis jelenleg ez a szokás és ez a trend. Munka? Gondolatok? Erőfeszítés? Jobbító szándék? Főlősleges!

Szabó Gergő,  
a PestiSrácok főszerkesztő-helyettese

Arany Agancs Polgári Havilap  
Felelős kiadó: Aranyagancs Alapítvány  
2040 Budaörs, Vig köz 4/D  
ISSN 2786-250X

A kuratórium elnöke: Szilágyi András  
Főszerkesztő: Fejes Lajos  
fejes.lajos@aranyagancs.hu  
aranyagancs.hu

Megjelenik minden hónap utolsó hétvégéjén





# JOBBITÓ SZÁNDÉKKAL – CÉL A BUDAÖRSI TURIZMUS FEJLESZTÉSE

Rendhagyó témával folytatjuk Vis Civilis rovatunkat. Ahogy azt megszokhatták, ezen az oldalon olyan budaörsieket mutatunk be, akik vállalkozóként tevékenykednek hosszú-hosszú ideje városunkban. Most azonban egy kifejezetten fiatal, csak néhány hónapja megalakult egyesület kerül terítékre. A szakma, amelyben a szervezet tevékenykedik azonban régi és patinás, igaz itt Budaörsön talán nem olyan jelentős, mint az ország több más pontján. Persze, ennek is megvan a speciális helyi oka, de erről kicsit később.

Életminőség Jobbitók Turizmus és Településfejlesztési Egyesület - ezen a néven jegyezték be tavaly késő ősszel egy budaörsi egyesületet. Hogy a szervezetnek mi a szakterülete, az már a nevéből egyértelműen kiderül, de hogy mik a pontos céljai, arról az elnököt, a civilben turisztikai szakértőként tevékenykedő Luntz Pétert kérdeztük.

**Először is tisztázzuk az egyesület nevét. Ez így első hallásra inkább valamiféle egészségügyi, természetgyógyász szervezetnek tűnik, szóval hogy jön a turizmushoz az életminőség jobbítása?**

A válasz egészen egyszerű. 2016-ban elindult az NTS2030, azaz a kormány turizmus fejlesztési programja, amely igen komoly eredményeket hozott a több száz milliárdos beruházásoknak köszönhetően. A turizmus növekedése komolyabb bővülést mutatott az országos GDP-átlagnál. 2019-ben készült egy ASZ-felmérés, amely kimondta, hogy azokban a térségekben, ahol a turizmus jelentős fejlesztésen esett át, komoly javulás mutatható ki a helyiek életminőségében. Azaz, a turisták megemelkedett száma, az ebből eredő bevételbővülés, munkalehetőségek, a helyi adóbevételek növekedése és a létrejött turisztikai infrastruktúra helyiek általi használata komoly pozitív változásokat hozott. Ezt ismerve számunkra gyakorlatilag egyértelmű volt az egyesület neve.

**Az említett kormányprogramnak köszönhetően rengeteg projekt indult, a fürdők fejlesztésétől kezdve a kastély felújításokig. Mégis, itt Budaörsön gyakorlatilag semmit sem látunk ebből. Mi ennek az oka?**

Sajnos, erre a kérdésre is igen egyértelmű a válasz, mégpedig Wittinghoff Tamás polgármester politikája. Ő ugyanis már a kezdetektől érzékeltette, hogy Budaörs vezetése nem kíván együttműködni e témá-



ban sem az Orbán-kormányval. Sőt, az akkoriban készült városfejlesztési stratégia ki is mondja, hogy elutasítja a turisztikai fejlesztéseket. Ezt a döntést a helyiek megkérdése nélkül hozták. Pedig azt gondolom és ebben nem vagyok egyedül, hogy Budaörs természeti és épített adottságai révén kifejezetten vonzó úticélja lehetne a hazai turizmusnak, főként, ha hozzáteszük a fővároshoz való közelségét. És persze, ha némi anyagi ráfordítással egy kis gondoskodást is kapnának Budaörs érintett területei.

**Melyek ezek a területek? Készült-e valamilyen terv, koncepció ezek fejlesztésére?**

Igen, néhány éve már készítettünk egy átfogó turisztikai fejlesztési koncepciót. Ez két fő vonalra oszlik, egyrészt a különlegességeket felsorakoztató Helyi Értékek Tárára, másrészt a földrajzi, természeti adottságokra épít. Az érintett területek, vagy, ahogy a turisztikai szaknyelv nevezi, élménypontok pedig egyértelműek. Gondolok itt többek között Budaörs belvárosára, a Kőhegyre, a Kálváriára, a vasútállomásra, illetve a város környéki hegyek turistaútvonalaira. De nézzük nagy vonalakban egyenként. Azt gondolom, nem vagyok egyedül abban, hogy Budaörs jelen-

legi városközpontja nem kifejezetten egy barátságos, nyugalmas hely. Szinte egész napos dugók, kosz, zaj, parkolási nehézségek okoznak gondot. Jó lenne ezt a helyet egy igazi kellemes városközponttá fejleszteni. Hangulatos üzletekkel, sétálóutcával. Aztán ott van a Kőhegy, amely igazi szakrális jelképe Budaörsnek. Itt egy igazi turistaközpontot lehetne létrehozni, figyelembe véve a hely múltját is. Tehát például nagy hangsúlyt kapnának a Passiójátékok, amelyekre sajnos az utóbbi időkben nem került sor, pedig rendkívül sikeres volt, amikor a 2000-es évek elején is néhányszor megrendezték. A Kőhegyen esetleg újra készülhetne egy színpad, akár állandó díszlettel is, amely az eredeti állapot helyreállítása lenne. De tervezzük a Wendler-ház helyreállítását is. De menjünk tovább. Komoly történelmi múltja van a vasútállomásnak, hiszen innen indult az első vagon 1946-ban, amely a kitelepített svábokat szállította Németországban. Ahogy azonban most kinéz az állomás, az méltatlan ehhez a történelmi múlthoz. Érintőleges nagyjából ezek lennének, mi itt az egyesületben pedig megkezdjük a munkát, hogy ezek közül minél többet sikerüljön megvalósítanunk remélhetőleg minél több budaörsi meglepedésére.

-fela-



# NEMZETEK HANGJA – A BUDAÖRSI NEMZETISÉGI ÖNKORMÁNYZATOK OLDALA

Vox Gentium – azaz nemzetek hangja. Ezzel a címmel indítjuk útnak új rovatunkat itt az Arany Agancs oldalain. Ennek célja, lehetőséget biztosítani a várunkban működő nemzetiségeknek, hogy bemutathassák saját kis közösségeiket. Beszámolhassanak ünnepeikről, programjaikról, különlegesként értékelt percekéről, vagy akár gasztronómiai specialitásairól.



## NÉMET

- A „Szív nyelve 2.0 - az ifjúság szemével” rendez konferenciát 2023. június 8-án a budaörsi Jakob Bleyer Heimatmuseum. A rendezvényen többek között láthatók lesznek a Szív nyelve címmel meghirdetett pályázatra beérkezett alkotások, fotók, videók, műalkotások, sőt a legkiemelkedőbb munkák alkotói értékes díjakat vehetnek át. Ezt követően érdekes előadások, műhelymunka lehetőségek várnak az érdeklődőkre, akiket a szervezők ebédre is vendégül látnak. A részvételhez regisztráció szükséges, amelyet az [sz.balczer@heimatmuseum.hu](mailto:sz.balczer@heimatmuseum.hu) címre kell elküldeni.



## GÖRÖG

- A Budaörsi Görög Nemzetiségi Önkormányzat értesíti az orthodox hívőket, hogy minden hónapban egy alkalommal, szombaton napon fél 11-kor orthodox misét tartanak a Budaörsi Római Katolikus templomban. Mindenkit szeretettel várunk ide és azt követő kávézásra, beszélgetésre az Olympos panzióban. Időpontról érdeklődni Agárdi Szpirosz Bendegúztól lehet. Tel.: 06 30 720 3071

A görög nyelvű óvoda és a görög nyelvi oktatás gyerekeknek, külön a felnőtteknek továbbra is működik. Mindenkit szeretettel várunk.

### Recept – a legismertebb görög – a tzatziki, 6 adagra

Hozzávalók:

- 2 db 1/2 literes zsíros joghurt
- 1 db kígyóuborka
- 4 gerezd fokhagyma
- 2 e.kanál olívaolaj
- só
- ízlés szerint lehet kaporral is



Előző este a joghurtot egy szűrőbe beletesszük, amit egy konyharuhával kibélelünk. Reggelre kicsepeg a savó. Az uborkát jól megmossuk, héjastól lereszeljük a nagy lyukú reszelőn. Besózzuk kb 1 teáskanál sóval. Majd ha levét eresztett, az uborkát lé nélkül belekeverjük a lecsepegtetett joghurtba. Fokhagymát icipici darabkákra vágjuk, nem reszeljük. Ezt és az olíva olajat, 1 teáskanál sót összekeverjük a joghurttal készre. Ha valaki szereti a kaprot, egy evőkanállal, apróra vágva lehet beletenni



## SZERB

### ■ GIBANICA-RECEPT



Hozzávalók:

- 1 kisebb csomag krémsajt (1 csésze), lágyítva
- 8 nagy tojás
- 1/2 kiló túró
- 1/2 csésze feta sajt, morzsolva
- 18 db. réteslap, utasítások szerint
- (1 csésze) olvasztott vaj, (vagy olívaolaj)
- 1-2 teáskanál sót
- 1 teáskanál sütőpor

Keverjük össze a tojást, a túró, a vaját és a sajtot, adjunk hozzá egy kis tejet vagy kefir, hogy finom masszát kapjunk, amivel minden harmadik réteslapot megtölthetünk.

Kenje meg a tepsit és minden héjat olajozott ecsettel - kivéve a tölteléseket.

A tetejére szezámmagot és lenmagot szórunk. 180 fokon kb 40 percig sütjük. Jó étvágyat!



# MEDDŐSÉG ÉS A GMO – MESTER KÁROLY TERMÉSZETGYÓGYÁSZ ÍRÁSA

A meddőség minden negyedik házaspárt érint Magyarországon. Az elmúlt 10 évben Magyarországon háromszorosára nőtt a meddőségi problémák miatt orvoshoz forduló nők aránya, mintegy 300 ezer pár küzd meddőségi problémákkal. Az Egészségügyi Világszervezet 2020-as statisztikái szerint világszerte körülbelül 186 millió ember szembesül meddőséggel kapcsolatos problémákkal.

A meddőség növekvő elterjedése számos tényezőnek tulajdonítható, többek között policisztás petefészkek-szindrómának (PCOS).

27 éves a GMO növénytermesztés, amely nem a fogyasztók érdekét, hanem a GMO fajtákelőállítóinak és a GMO fajták termesztése során használt gyomirtószer előállítóinak érdekét szolgálja. A legnagyobb mennyiségben használt, a természetben elő nem forduló idegen anyag (xenobiotikum) egy hormon moduláns gyomirtószer a glyphosate. Ez az idegen anyag egyre növekvő mennyiségben kerülnek a takarmány- és az élelmiszer növényeken keresztül az állatokban és az emberekben. A szója és egyéb Roundup (glyphosate) rezisztens GMO-os növények glyphosate tartalma 1996-ban 0,1 mg/kg volt, ennek a határértéke 2020-ban Európában 20 mg/kg az USA-ban 40 mg/kg.

A glyphosate gyomirtószernek (herbicide) hormon moduláns hatása van azáltal, hogy blokkolja az androgénből ösztrogént előállító aromatáz enzimet, az aromatáz enzim aktivitása a női szervezetben lényegesen magasabb. Azok a nők, akiknek policisztás petefészkek (PCOS) problémával küzdenek magas a tesztoszteron szintje. Az alacsony ösztrogén (ösztrodion) miatt akadályoztatott a pete érési folyamata.

A Magyarországra importált GMO takarmány alapanyag és élelmiszer növények hatása a sertést és az embert ugyanúgy érinti.

Alan Archibald, az Edinburgh-i Egyetem Orvosi és Állatorvosi kar professzorának, véleménye szerint a házisertés (Sus scrofa) orvosi biológiai modellként a legfontosabb állat, mivel patológiájában leginkább hasonló az emberhez.

A fejlett sertéstartással rendelkező országokban a termékenyítésre váró fiatal nőivarú állatokat 30 %-ban érinti az anesztus, ezek a nőivarú állatokban nem működik az ivari ciklus. Hasonlóan az emberekhez policisztásak a petefészkek.

A glyphosate akadályozza az aromatáz enzim működését, ami a női szervezetben a tesztoszteront ösztrogénné alakítja. A női szervezetben a kromoszómák által meghatározottan magas az aromatáz enzim aktivitása, ezt írja felül a glyphosate, és blokkolja a tesztoszteron ösztrogénné való átalakítást.

A „kocalányoknál” a problémát meg lehet oldani, ha a GMO szóját kivesszük a takarmány recepturából, akkor elmúlik a PCOS a nőivarú állatoknál.

A Magyarországra importált GMO takarmány alapanyag és élelmiszer növények hatása a sertést és az embert ugyanúgy érinti. Az ipari takarmányokba, az ipari takarmányokon előállított húskba és a feldolgozott élelmiszerekbe bekerül a GMO szója glyphosate hatása. Az állatoknál is a tesztoszteron túlsúlyának szerepe van a policisztás ovárium (PCOs) kialakulásában. A glyphosate hormon moduláns gyomirtószer aromatáz enzim gátló hatását a USC-INCRA, Caen Egyetem Biochimie és Biologie Moleculaire laboratórium tanulmányozták és írták le:



Amikor természetgyógyász vagy orvosi körökben beszélek a sertéseken és emberekben tapasztalt kedvezőtlen hatásokról, akkor valamilyen áltudományos vagy az emberi felsőbbrendűségi komplexus miatt a következő kéréssel fordulnak hozzám.

Ez az írás nagyon jó, sok mindenre rávilágít, új oki magyarázatot ad sok embert érintő problémákra! De a sertéseket hagyjam ki!

Ezt nehezen tudom megérteni, hiszen ugyanazok a hatások érnék mindannyiunkat. Ugyanazon a talajon termeljük a növényeket, ugyanazzal a technológiával.

A Magyarországra importált GMO takarmány alapanyag és élelmiszer növények hatása a sertést és az embert ugyanúgy érinti Albert Einstein gondolata kíváncsok ide:

„Az örökség nem más, mint ugyanazt tenni újra és újra, és várni, hogy az eredmény más legyen.”

1. Ha nem változtatunk a táplálkozási szokásainkon, akkor ne várjuk, hogy kevesebb egészségügyi problémánk legyen.
2. Tudnunk kell, hogy mit tegyünk másként, így érhetünk el pozitív eredményt.

Kerüld a GMO-s szójahatását! Kerüld az ipari takarmányon nevelt sertés és baromfi húst.

A vegetáriánusokat is érinti a glyphosate hatás a szóján keresztül, mégpedig direkt módon. Világ szója termelésének 97 %-a már GMO-s.

A policisztás petefészkek szindrómát kísérő társ tünete az inzulin rezisztencia.

A kiváltó ok a magas fruktóz bevitel glyphosate-al kombinálva, a kettő együtt képes kiváltani a 2-es típusú cukorbetegség állapotát.

A kettőt együtt kapják „menüben” a gyorsétteremben a nem tudatosan táplálkozó fiatalok.

Miért egy agrármérnök természetgyógyász foglalkozik a PCOS-sal, Mert a megoldás nem a medicinában van, hanem az agráriumban kell keresni a kiváltó okot!



## EGY FESZTIVÁL PILLANATAI - REGŐCZY LÁSZLÓ KÉPRIPORTJA A BUDAÖRS FESZTIVÁLRA

