DÉLUTÁN magazin

Voyage

Vízhatlan

Ajándék a bőrnek

Északi fények

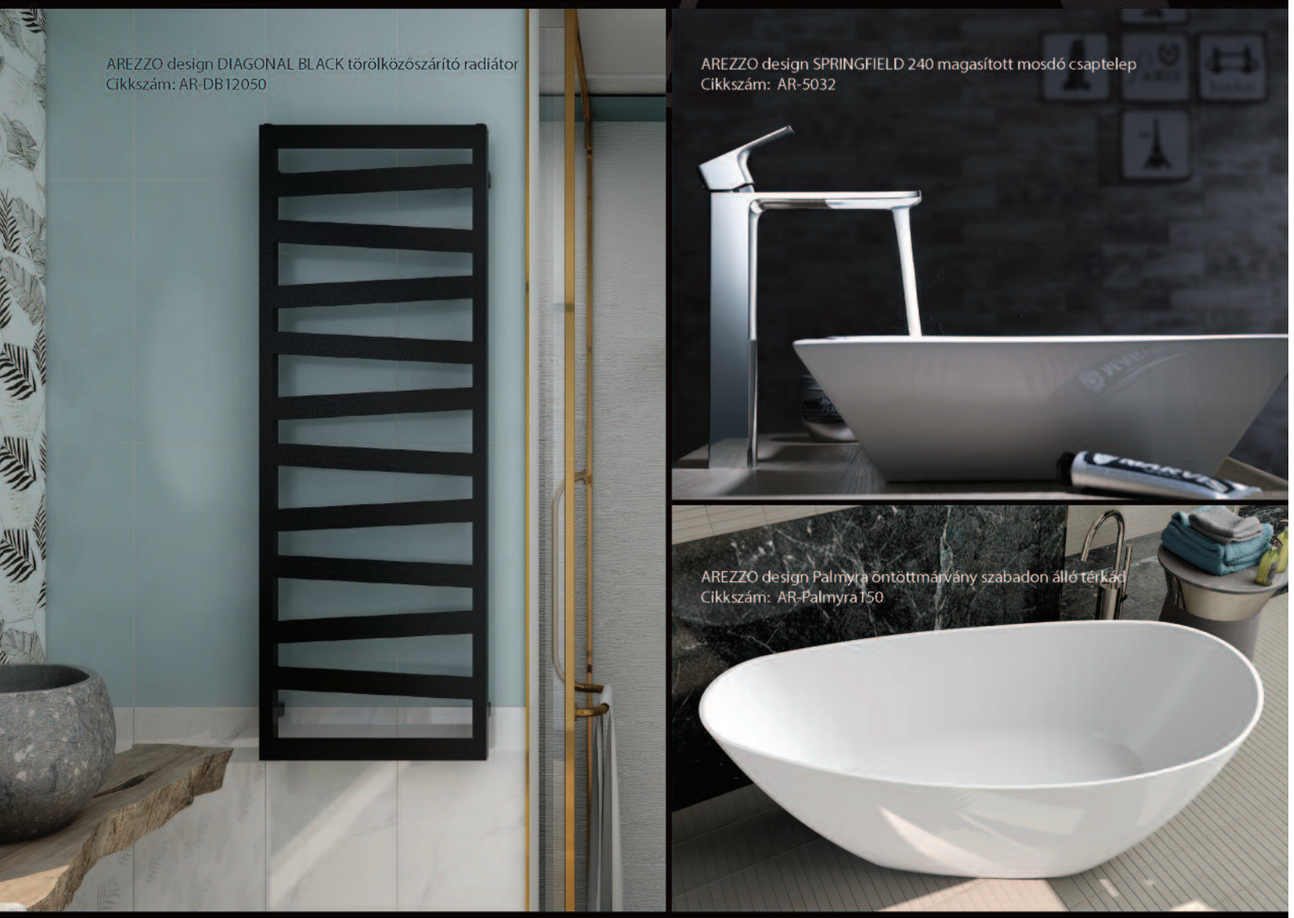
XX. évfolyam
2022. ősz
Ára: 695.-Ft

www.delutan.com
www.facebook.com/delutan

22003
9 771785 405939

AREZZO
DESIGN

Fürdőszoba,
kompromisszumok nélkül!



Bemutatótermünk elérhetősége:
1094 Budapest, Bokréta utca 21.

arezzodesign.hu

Meggyes pite

Bevallom, számomra a négy évszak közül az ősz a legkevésbé kedves. Nekem a tél a gyerekek szánkózásáról, a hógolyó csatákról, a forralt bor illatáról, a Karácsonyról szól, no meg arról, hogy a szó szoros értelmében átélhetem, milyen is az otthon melege. A tavasz maga a kezdet, az ébredés, a rügyfakadás, a hóolvadás, a szerelem évszaka, a nyárról pedig az öröm, a kiteljesedés, az utazás és az aratás jut eszembe első sorban.

Hogy az őszt eddig miért nem szerettem, az egyszerű, hiszen valahol az elmúlás kezdetét jelzi, a zord idők eljövetelének előszelét fújja felém. Mert ugyan „még nyílnak a völgyben a kerti virágok”, de azok a szirmok sem olyan üdék, életet sugárzók már, mint amelyek májusi reggeleken kínálják a friss harmatot a méheknek. Persze lehet, hogy mélyen tudat alatt szerepet játszik az ősztől való idegenkedésemben az a 16-18 szeptember is, amely az iskolakezdést jelentette, de tény, hogy ezt az évszakot bármelyik másikra szívesen elcserélném.

Az idei őszt meg aztán különösen vegyes érzelmekkel vártam, hiszen, amikor ezeket a sorokat írom, még fogalmam sincs, mit is hoznak az elkövetkező hónapok. Talán az is közrejátszik a tanácstalanságomban, hogy húsz éves ismeretségünk alatt először láttam félelmet, bizonytalanságot Marika néni szemében.

Marika néni a szomszédom. Kedves idős hölgy, aki régóta megözvegyülten egyedül él kis házában, frissen vasalt kötényében egész nap tesz-vesz valamit, de leginkább a rózsatöveit ápolgatja, és mindenkinek büszkén mutatja hatalmas meggyfáját, amely nyaranta az egész utcát ellátja friss gyümölccsel. Gyakran beszélgetünk, és állíthatom, hogy nála optimistább emberrel még nemigen találkoztam. Ha valami gond, nehéz helyzet adódik, mindig azt mondja: „én túléltem a háborút, Szálasit, Rákosit, annál rosszabb már nem jöhet”. És ennek megfelelően éli is az életét. Gondosan beosztja a nyugdíját, csak addig nyújtózkodik, míg a takaró ér, igaz, sok nem marad a pénztárcájában, amíg ismét csönget a postás, de ez őt egyáltalán nem zavarja. Azt vallja, hogy amíg van fedél a feje felett és van étel a tányérban, addig lehet gondolkodni a holnapon. Innen a nagy optimizmusa is. Gyakran előfordul, hogy segítek neki bevásárlásnál, vagy, ha a ház körül olyan munka akad, ami férfikezet kíván, és ő ilyenkor egy-egy üveg saját készítésű befőttel vagy egy tál isteni meggyes pitével honorálja fáradozásaimat.

A minap aztán, amikor rákköszöntem, már nyomát sem láttam rajta a bizakodásnak. Nem szólt, csak felém nyújtott egy papírt, a gázszámláját. Csak annyit mondott: „és a konvektorok még nincsenek is bekapcsolva!”, aztán lemondóan legyintett egyet és bement a házba. Én meg arra gondoltam, hogy egy dolog a gázszámla, de mennyibe kerül majd a liszt, a cukor, a tojás, és csendben kezdtem elbúcsúzni azoktól az isteni finom befőttektől, meg meggyes pitéktől.

Szabó Antal
főszerkesztő

DélUtán magazin
2022. ősz

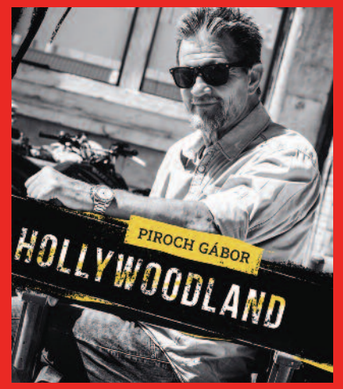
Tartalom

Északi fények
8

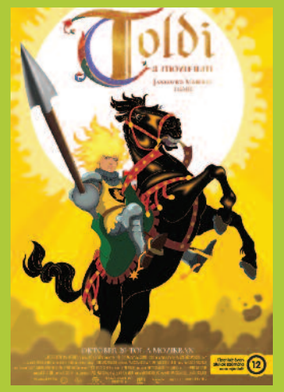
Az ország kenyere
30

Vízhatlan
12

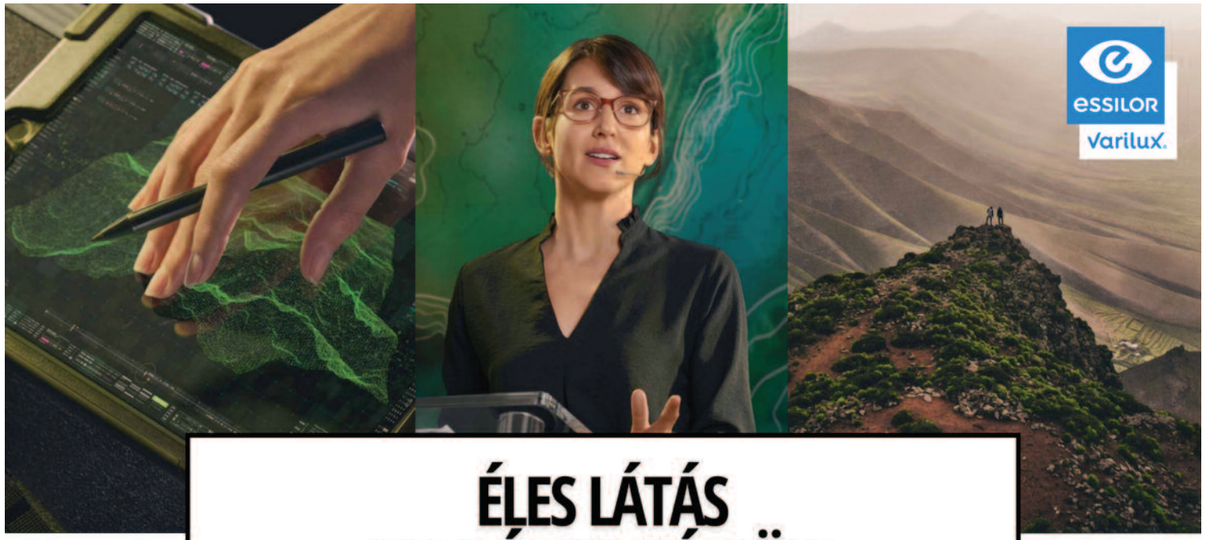
Kultúra
31



Voyage
16



Ajándék
a bőrnek
28



ÉLES LÁTÁS KORLÁTOK NÉLKÜL?

Az Essilornál szüntelenül arra törekszünk, hogy minél kényelmesebbé tegyük a szemüvegviselők életét. Mindig a lehető legjobbat szeretnénk nyújtani nekik és minőségben nem ismerünk kompromisszumot. Ezért igyekszünk innovatív ötletekkel, egyedi fejlesztésekkel és rendszeres kutatásokkal tökéletesíteni lencséinket.

2020-ban a cég egyedülálló kutatást szervezett Franciaországban, ami átütő eredményeket hozott. Az átfogó felmérés a Varilux multifokális lencsék hatékonyságát vizsgálta 102 ember részvételével. A kutatás azért is kiemelten fontos, mivel a tökéletes multifokális lencse megalkotása és kiválasztása máig az egyik legnagyobb kihívás az optikusok számára.

A multifokális lencsék lényege, hogy egyfókuszú vagy bifokális társaikkal ellentétben bármilyen távolságra éles látásélményt biztosítanak. Így teljeskörű, kényelmes megoldást nyújtanak a presbiópok számára. Segítségükkel nem kell folyamatosan két különböző dioptriával rendelkező szemüveget cserélgetniük és a bifokális lencséknél tapasztalható éles választóvonal sem látszik a lencsén, így esztétikusabb választást jelenthet a számukra.

A felmérés keretében 102 presbióp résztvevőnek két hétig Varilux multifokális lencséket adtak, majd a két hét elteltével vissza kellett váltaniuk régi szemüvegükre.

Ismerjük meg az ő tapasztalataikat!

Mi az a presbiópia?

Egyre távolabb tartja magától az okostelefonját, hogy el tudja olvasni a betűket? Nehézséget okoz a közelre fókuszálás irodai munka közben? Egyre gyakoribb fejfájás gyötri?

40-45 éves kortól a szem lassan elveszti természetes alkalmazkodóképességét. Ekkor alakul ki az úgynevezett presbiópia, vagyis az öregszeműség. Ez egy természetes folyamat, ugyanakkor rengeteg kellemetlenséget okoz a mindennapok során. Ezek azonban a mai optikai megoldásokkal tökéletesen orvosolhatóak! Keresse fel optikusát, hogy közösen megtalálják a legoptimálisabb megoldást és megakadályozhassa látása további romlását! Az Essilor partner optikáit az essilor.hu/uzletkereso oldalon találja meg!

"Nehéz volt újra megszokni a régi szemüvegemet. Leginkább az zavart, mennyivel minőségibb, tisztább képet adtak a Varilux® lencsék és mennyivel könnyebb volt a megszokás. Az új lencsék annyira beváltak, hogy a viselésük közben úgy éreztem, nincs is rajtam szemüveg."

"Rendkívül nehezemre esett visszaadni a Varilux® lencséket. A saját szemüvegemet mindig le kell vennem, ha írni vagy olvasni akarok, majd vissza kell tennem, amikor távolabbra nézek. Ez nem csak fárasztó, a fejem is megfájdul tőle."

"A Varilux® lencsékkel egyáltalán nem éreztem fáradtnak a szememet. Teljesen elfelejtettem, hogy lencsét viselek. A második hét végén felvettem a régi szemüvegemet, ég és föld volt a különbség. Újra migréneim lettek és megint folyamatosan fáradtnak éreztem magam."

A Varilux® lencsék visszacserélése után...

10-ből 9 résztvevő

nyilatkozta azt, hogy szívesen viselne újra Varilux® lencsét*

és

a résztvevők 83%-a

tapasztalt jobb látásélményt a Varilux® lencsékkel.*

Próbálja ki Ön is a korlátok nélküli látásélményt és váltson Varilux multifokális lencsére!

További információ: **essilor.hu**

Bízza szakértőre a megfelelő szemüveglencse kiválasztását! Az Önhöz legközelebb eső Essilor Expert optikát megtalálja az essilor.hu üzletkereső felületén!

*Forrás: Kutatás a Varilux® lencsék kipróbálása után - Készítette az Eurosyn, pártatlan harmadik fél - Franciaország - 2020 (n=102 résztvevő)

Északi fények

Beszálláskor a csinos stewardess egy félmosoly kíséretében odasúgta: készüljenek, megyünk a zord Északra! Olyan nagyon nem lepődtem meg, hiszen egy magamfajta közép-európainak mi más is jutna eszébe Skandináviáról, mint a fagyos, havas tundrák, a metszően fújó jeges szél, a rénszarvarsok, na meg a fehér éjszakák? Aztán, amikor jó kétórás repülés után landoltunk Arlandán, Stockholm repterén, szikrázó napsütés és pólóban, rövid nadrágban jövő-menő utazók, turisták tömege fogadott. Szóval nyoma sem volt a „zord Északnak", és, mint később tapasztaltam, nemcsak az akkor éppen kellemes időjárásnak köszönhetően.

Stockholmtól bő félórás autózással lehet eljutni eredeti úti célomig, Uppsaláig. Ez a 140 ezer fős település Svédország negyedik legnagyobb és egyik legszebb városa, ám valami rejtélyes okból csak elvétve található meg az utazási irodák kínálatában. Pedig látni-, felfedezni- megtapasztalni való van bőven.
A legfurcsább, hogy rengeteg dolog eltér az otthon megszokottaktól, az ember mégsem érzi magát idegenül ebben a városban. Talán azért, mert ezeknek az eltérő dolgoknak a legtöbbje pozitív irányban tér el a nálunk tapasztaltaktól. A pár nap alatt, amit ott töltöttem, például nem láttam egyetlen eldobott cigarettacsikket, sörös dobozt vagy papírzsebkendőt sem, sőt, még a kutyák gazdái is természetesnek veszik, hogy az arra járóknak ne kelljen „taposó aknák" között szlalomozni. Persze ehhez a nagy tisztasághoz igencsak hozzájárulnak a 10 méterenként kihelyezett szemetes tartályok, amelyeket naponta kétszer ürítenek.
Ami még első pillanatra szembeötlő egy hazámfiának, az a közlekedési kultúra. Ott mindenki nyugodt, nincsenek őrjöngő autósok, levillogások, büntető fékezések, aki indexel, azt gond nélkül beengedik, aki gyorsabban menne, az elől lehúzódnak, ha valaki parkolóhelyet keres, azt gond nélkül végigvárják. Mondjuk ez meg is mutatkozik az ottani baleseti statisztikákban is, hiszen Svédországban lakosság arányosan kevesebb, mint feleannyi halálos baleset van évente, mint nálunk.
A másik, ami igen irigylésre méltó, az az itteni emberek magabiztossága, illetve inkább a bizonytalanság, a szorongás, a jövő miatt való aggódás teljes hiánya. Mondjuk ebben nyilván

nagy szerepet játszik az évszázados jólét, ami ennek a népnek megadatott, és az a számunkra már-már felfoghatatlan védőháló, amit az állam a kétségtelenül magas adók ellentételezéseként kialakított polgárai számára. Egyik vendéglátóm mesélte, hogy a kollegája nemrég érkezett vissza Kanári-szigeteki nyaralásából, amit a háziorvosa írt fel neki idegkimerültség miatt, az ottani TB pedig fedezte a költségeket. Az anyagi jólét, biztonság jelei egyébként is felfedezhetőek szinte mindenben. Az áruházak, üzletek tömve vannak vásárlókkal, az éttermekben napokra előre kell asztalt foglalni, a színházak, mozik teltházak előtt játszanak. És ehhez képzeljük hozzá a hazai (egyébként nem éppen alacsony) árak három-hatszorosát.

Van a svédeknek egy jellegzetes étkezésük, valami olyasmi, mint az angoloknál a délutáni teázás vagy nálunk az uzsonna. A városban sétálva nem is kellett az órámra nézni, hiszen tudhattam, hogy amikor szinte varázsütésre megtelnek a kávézók, presszók, étkezdék, akkor pontosan 4 óra van. Ezt kihagyni az itteniek számára már-már szentségtörésnek minősül. Fél óra alatt mindenki megeszi a süteményét, megissza a kávéját, teáját, üdítőjét és megy a dolgára. Ezt az étkezést a svédek úgy hívják: „Fika". A helyiek kicsit csodálkoztak, amikor elmondtam a szó magyar jelentését, és attól kezdve délutánonként csak simán kávézni invitáltak...
Van még valami, ami mély benyomást tett rám: az a magától értetődő befogadás, a tolerancia, a másság tiszteletben tartása, ami az itt élőket jellemzi. Az utcákon járva a világ szinte összes nációja szembe jött velem, de soha még egy szúrós pillantás sem kísérte egyiküket sem, az idegen gyűlöletnek még a csírái sem léteznek. Ott mindenkit aszerint ítélnek meg, hogy milyen ember, nem aszerint, hogy honnan származik vagy milyen színű a bőre. Erre jó példa volt, hogy amikor vendéglátóim meghívtak egy meglehetősen színvonalas étterembe vacsorázni, egy szimpatikus portugál fiatalember kísért az asztalunkhoz, egy indiai lány vette fel a rendelést, egy koreai fiú hozta ki az italokat, és egy arab fizetőpincérnél rendeztük a számlát. Mellesleg a számla kétharmadát azért a két üveg spanyol borért fizette vendéglátóm, amit vacsora közben szopogattunk el, ez jelzi,

hogy milyen iszonyatos ára van az alkoholnak arrafelé. No, nem véletlenül, hiszen pár évtizede egész Svédországot az alkoholizmus réme fenyegette, a kormány pedig úgy döntött, hogy tíz–hússzorosára emelik az alkoholos italok árát. Azóta a svéd fiatalok legkedveltebb szórakozóhelye a Dániába közlekedő komp, ahol vámmentes, olcsó italokkal tudják pocsolya részegre inni magukat.

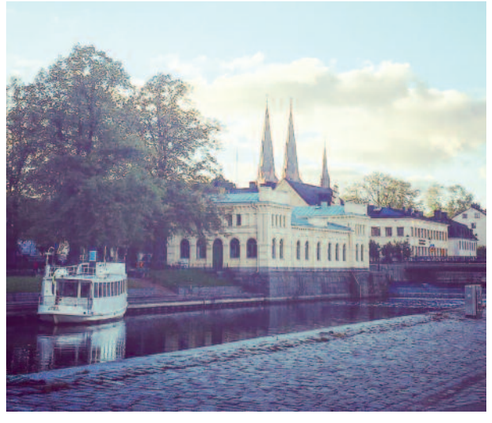
És, ha már az éttermet említettem, nem hagyhatom ki Uppsala egyik nevezetességét, az bejárat előtti takaros kis pult mögött trónoló koldusasszonyt. Ő az egyetlen a városban, aki ezt a foglalkozást űzi. Egyébként közmegbecsülésnek örvend, szinte alig akad járókelő, aki ne dobna egy-egy érmét a pulton található (rozsdamentes acél) tálkájába. Mint megtudtam, a hölgy mindezt munkaszerződéssel, gondosan könyvelve és leadózva(!) végzi.

Tudom, hogy egy ilyen úti beszámoló lényege, hogy bemutassuk a hely nevezetességeit, a legizgalmasabb látnivalókat, de a pár nap, amit Uppsalában tölthettem, még a szakszerű idegenvezetés ellenére is kevés volt ahhoz, hogy felfedezzem a város minden szépségét, érdekességét, de higgyék el, ezeket látni kell.

Azért néhányat felsorolnék a számomra legkedvesebbek közül:

Az egész vidéket uralja 118 méter magas tornyaival a gótikus székesegyház, amely közel száz évig épült, és Skandinávia legnagyobb temploma. Érdekessége, hogy ugyanolyan magas, mint amilyen hosszú. Uppsala egyetemi város, 1477-ben alapított egyetemére ma 60000 diák jár. Talán ennek is köszönhető, hogy Uppsala a legalacsonyabb átlagéletkorú lakossággal rendelkező városok egyike a világon. Az egyetemhez olyan személyiségek köthetők, mint Carl Linné, Anders Celsius, Jöns Jakob Berzelius vagy Anders Jonas Ångström, de itt született például Dag Hammarskjöld, volt ENSZ főtitkár, vagy a filmrendező zseni Ingmar Bergmann is.

Gamla Uppsala közigazgatásilag Uppsalához tartozik, noha nincs vele összeépülve. Önálló városrésznek tekinthető mintegy 5000 lakossal. Népszerű kirándulóhely templommal, mini skanzennal és viking kori sírdombokkal. Ugyanitt említhetném a város múzeumait, a viking hagyományőrző és emlékhelyeket, de aki csak úgy sétál egyet a városban szinte minden lépésre talál valami izgalmas látnivalót a várost átszelő Fyris folyó csodálatos kis hídjaitól a vadkacsák által „belakott” kis mesterséges tavon át az ergonómusok és dizájnerek közös munkáját dicsérő fantasztikus játszóterekig.



Szóval, ha valaki szeretne új, izgalmas helyeket felfedezni, és nem az utazási irodák által agyon sztárolt, zsúfolt üdülőhelyek valamelyikére vágyik, annak ajánlom ezt az egyáltalán nem zord északi úti célt.

Szabó Antal

Vízhatlan

A „boldogság titkát” mindannyian szeretnénk megfejteni. Vannak, akik az idő „megállításában vagy visszaforgatásában” látják a megoldást, ezért például plasztikai sebészhez fordulnak. De valóban simább bőrrel boldogabbak leszünk? Nem hiszem, szerintem a boldogság belülről fakad. Életfelfogás kérdése, hogy észrevenni és értékelni tudjuk-e a világban a pozitív dolgokat. Eliot Winokur ilyen ember, ezért a társaságában mindig vidámság van, hiszen élvezi az életét, nem akar visszamenni az időben, minden napjából a lehető legtöbbet szeretné kihozni. Vallja, hogy a tevékeny, tartalmas élet ad számunkra elégedettséget.
Ha a testünket és a szellemünket is folyamatosan pallérozzuk, akkor a mindennapjaink megtelnek örömmel. Gondoljunk csak arra, tudományos tény, hogy a mozgás endorfint termel, és ez a hormon örömforrás. Eliot nemcsak sportol, nem csupán az izmait, de az agysejtjeit is edzi. Több nyelven beszél, sokat olvas, múzeumba, színházba jár, utazgat a világban. Magyarországra is gyakran ellátogat. Ilyenkor barátai, a Domoszlai-Leéb-család, látják vendégül. Leéb Ibolya fia, Osadcow Gergely, segít megszervezni számára az edzéseket, programokat, hiszen Eliot 78 évesen is hetente háromszor jár úszni, komoly versenyeken méri le tudását.
Az úszásban elért eredményei miatt híres magyar úszókkal, Hosszú Katinkával és dr. Csikány Józseffel is találkozhatott.

♦ *Eliot Winokur amerikai állampolgár, New Yorkban és Floridában él. Négy nyelven; angolul, spanyolul, németül és magyarul folyékonyan beszél, sőt még a magyar népdalokat is szívesen énekli. Nemrég jókedvűen nótázott a Százéves étteremben, ahol cigányzenekar húzta el a kedvenc dalait. Vajon miért tanult meg magyarul, hiszen tudtommal nincsenek magyar ősei?*
♦ Valóban nincsenek magyar rokonaim, a családom Ukrajnából szökött Amerikába, a nagyszüleim otthon oroszul beszéltek. Én a munkámhoz tanultam meg magyarul. Katonatiszt voltam, 1956 után a magyar emigránsok miatt volt szükség erre a nyelvre. Kaliforniában, a híres katonai iskolában dolgoztam.
♦ *Azt mondják, hogy a magyar egy nehéz nyelv, ezért kevesen sajátítják el ilyen jól. Ön viszont szinte anyanyelvi szinten beszéli, ennek eléréséhez szorgalom és jó pedagógus kell. Ki volt a tanára?*
♦ A híres Gundel családból, Gundel Jóska volt a tanárom. 1956 után szökött az USA-ba, Kaliforniában az amerikaiakat oktatta az anyanyelvére. Én 61 éve folyamatosan tanulom, hiszen a magyar a kedvencem, mert logikus nyelv. Ha Magyarországra jövök, igyekszem sokat gyakorolni, ezen a nyelven társalogni. A New York-i lakásomban hatalmas magyar nyelvű könyvtárat gyűjtöttem össze. Ahányszor Magyarországra látogatok, mindig rácsodálkozom erre a gyönyörű, szívemnek kedves országra. Jól esik, hogy a emberek közvetlenek velem.
♦ *Mivel gyakran, főleg nyáron tölt el pár hetet hazánkban, így már barátságok is kötik ide. A Domoszlai-Leéb család látja vendégül. Meséljen a találkozásukról?*
♦ A legfiatalabb fiam zongorázni tanult, s az oktatója magyar volt, ez hozott össze 30 évvel ezelőtt kedves barátaimmal. Azóta a fiam felnőtt, az én kapcsolatom pedig töretlen velük. Mindig csodálatos a nyaralásom náluk. Utaz-

gatunk az országban, erdélyi körutat is tettünk. Most együtt néztük meg a Terror Házát is Pesten. Edzésekre, versenyekre járok velük. Augusztusban átúsztam a Balatont is immár másodszor. Először 26 évvel ezelőtt, akkor 2 óra alatti volt az időm, most pedig 2 óra 14 perc.

♦ *Társadalmi munkára is szán időt. Lelki és testi sérültekkel, gyerekekkel és felnőttekkel is foglalkozik New Yorkban.*

♦ Amikor alezredesként nyugdíjba mentem, kerestem magamnak valami hasznos elfoglaltságot. Iskoláknak társadalmi munkában dolgozom. De a tragikus szeptember 11-után is mentem segíteni. Két hétig voltam ott. Sajnos meg is betegedtem, mert a tűztől olyan sűrű volt a por, hogy emiatt szemrákot kaptam, megsérült a látóidegem. Ez nemrég derült ki az éves rutin vizsgálatok során, ezzel kezelnek most. A kemón már túl vagyok.

♦ *Egész életét meghatározza a kitartás, a sport, de úszni csak 30 éve kezdett el. Ennek mi az oka?*

♦ Röplabdaedző és -bíró voltam. A térdsérülésem miatt próbáltam ki más mozgásformát, az úszást, mert ez egy igazán egészséges sport. Mivel gyorsan sikereket értem el, így a szenvedélyemmé vált, már el sem tudom képzelni az életem úszás nélkül, immár három évtizede komolyan úszom. A világ második legjobbja vagyok a korosztályomban (75-79 éves korcsoport) pillangóban 200 méteren, de első tízben vagyok a többi úszásnemben is.

♦ *A pillangó az egyik legnehezebb úszásfajta, ezért különösen idősek kevesen választják.*

Balról jobbra: Osadcow Gergely, Eliot Winokur, Leéb Ibolya

Önnek viszont a sikerei miatt ez a kedvence?

♦ A 400 vegyes a szívem csücske, de persze pillangózni is szeretek. Stílszerűen a Balaton átúszáskor az utolsó métereken így úsztam.

♦ *Hosszú Katinka többszörös olimpiai, világ és Európa bajnoknak is ezekhez az úszásnemekhez húz a szíve. A napokban személyesen is találkozhattak. Erről is beszéltek?*

♦ Katinkával az éttermében, a Kooolban, a Szent István körúton, sikerült „randevúzni". Megtisztelő számomra, hogy erre lehetőségem adódott. Persze kíváncsi voltam arra, hogy neki miért a vegyes, pillangó és a hát a favoritjai. A válasza az volt, hogy a 400 vegyes- és a 200 pillangóúszást a nehézségei miatt kevesen tudják jól megoldani. Így a legkomplexebb úszásnemekben akart és tudott is bizonyítani, a világon a legjobbnak lenni, világcsúcsot úszni. Katinka kedves, közvetlen volt velem, így emiatt felejthetetlen élmény számomra a találkozásunk.

♦ *A napokban Csikány József hátúszó magyar bajnokunkkal edzhetett. Ez annyira jól sült el, hogy meghívta a váltóba, a magyar csapatba.*

♦ Igen, ennek nagyon örülök, hiszen legendákkal lehetek egy teamben. A vegyes váltóban a pillangó lesz az én feladatom. Szenior világbajnokság kétévente van, azon veszünk majd részt. Csikány József egy évvel idősebb nálam, s még most is remek formában van, remélem ez rám is igaz lesz 2024-ben is. A sikereim erőt adnak arra, hogy a nehézségeken túllendüljek. A családom melletem áll, a feleségem mindenben támogat, közel fél évszázada vagyunk házasok.

♦ *A családja is ügyel arra, hogy rendszeresen mozogjanak? „Megfertőzte" őket a sport szeretetével?*

♦ Mindkét gyerekem sportol. Úsznak, futnak, bicikliznek. Most már 5 unokám van, remélem ők is csatlakoznak hozzánk. Én pedig annyira élvezem az úszást, hogy remélem 100 évesen is energikus maradok, s róhatom a hosszokat a medencében.

Balogh Andrea

Balról jobbra: Dr. Csikány József, Eliot Winokur, Kováts Miklós, Zajzon András

Voyage

Utazni sokféleképpen lehet: térben és időben, a gondolatok, álmok területén is. A Domoszlainé Leéb–Ibolya és Domoszlai István otthona ilyen kalandra hív bennünket, hiszen a múlt és jelen találkozik itt a legkorszerűbb technikai megoldásokkal. Dunaharaszti egyik csendes, óvárosi utcájában egy régi századfordulós nagypolgári portához értünk. Már az utcán látszik, hogy itt a tulajdonosok mindenre ügyelnek, a tökéletességre törekszenek. Nemcsak a százhúsz éves épületet újították fel példaértékűen, de a kert is gyönyörű, arboréumszerű. Megőrizték az épület stílusát, hiszen ez értéknövelő döntés, ugyanis az ingatlannak olyan adottságai és múltja van, amit a jelenben célszerű megtartva folytatni. Így megmaradt tornácos, egyszintes, fedett kapubejárójú háznak. A legelső tulajdonosa 1911-től dr. Molnár Sándor községi orvos volt. A polgári életmódhoz igazított térformálás ma is jó alap egy kényelmes otthon kialakításához.

A vendéglátóink régóta élnek a környéken, a munkájuk is ide köti őket, hiszen jó nevű ingatlanirodát üzemeltetnek Dunaharasztiban. Az ingatlan adás-vétel területén szerzett több évtizedes tapasztalatuk segítette őket abban, hogy rátaláljanak Dunaharasztiban erre az ingatlanra. Előző tulajdonosa folyamatosan csinosítgatta, így megkönnyítette vendéglátóink dolgát az, hogy nem az alapoktól kellett kezdeniük a felújítást. Anno az volt a szokás, hogy a építkezés elején ültettek egy fát is. Ez a platánfa immár 120 éves. Mára már a közel másfél méter átmérőjű fa hatalmasra nőtt, így a nagy melegben is kellemes a hőmérséklet alatta. De árnyékot ad még a tornácnak is, ahol a vendégszoba, a nyári konyha és a kamra van. A platán mellé a nappali és a fedett terasz került. Készült pince is a házhoz, aminek az épületben van az ajtaja, így bármikor könnyen használható, így esőben, vagy hideg esetén sem kell kimenni az udvarra, ha például egy üveg bort szeretnének felbontani. A gyönyörű tégla boltíves pince fölött található a padlásfeljáró is, praktikusan a kettőt összekötő helyiséget kamrának használják, hiszen az épület vastag falai miatt, ahol nincs fűtés, ott hűvösek maradnak a helyiségek.

A ház elosztása a funkcióelvűséget követi. A kaputól előtetővel védett viacolorozott út vezet a ház főbejáratához. Innen a nappalival egybenyitott konyhába és étkezőbe juthatunk, balra fordulva a folyosón a hálószobákba, a hozzájuk tartozó gardróbokba, és a fény- és sóterápiás infraszaunával is felszerelt fürdőbe érünk. A közösségi térrel, a nappalival és az innen nyíló terasszal a „dzsungelszoba” köti össze őket. A tulajdonosok a felújítás során a lehető legtöbbet igyekeztek kihozni az adott enteriőr adottságaiból. Így megmaradt a hatalmas fa pinceajtó, az elegáns ablakok. Viszont a hálókra ólomüveg betétes üveg tolóajtók kerültek. Mindenütt padlófűtés gondoskodik a megfelelő hőmérsékletről. Az egész házban működő légés hangtechnika korszerű választás. Itt luxus körülmények között élhetnek a lakók, hiszen a fűtésrendszer innovatív, valamint több fürdő, szauna, masszázszuhanyzó és hidromasszázskád is gondoskodik a kényelemről. A lakberendezés Leéb Ibolya ízlését dicséri. A modern konyhabútort megtartotta, s ehhez kapcsolta az élete során örökölt, vásárolt és szükség esetén restaurált bútorokat, berendezési tárgyakat. A kristálycsillárok megférnek a modern ledes világítással. A vendégszobában a folyosó melletti ajtónál kézzel faragott székely ülőalkalmatosság fogad, a pinceajtó előtt, a kis kör alakú kártyaasztal mellett bőr borítású préselt mintázatú ónémet székek vannak. De ülhetünk eredeti Thonet-székekre is. Gyűjti az ónémet bútorokat, így ezekből majd minden enteriőrbe került egy-egy impozáns darab. A barátaitól kapott tárgyakat becsben tartja, a nappali márvány dohányzóasztala egy ügyvéd ismerősétől van, vele azonos burkolatot választott a kandalló és a beépített szerkény anyagának, valamint a ház melletti teraszok is ebből készültek. A kül-és beltér a nagy, a talajtól a mennyezetig érő nyílászáróknak köszönhetően egységet alkot. Az udvarra is figyelemfelkeltő tárgyak kerültek, első osztályú minőségű anyagokból, fából és fémből készültek. Még egy fa játszóház is várja a leendő unokákat. Ibolya figyel arra is, hogy az udvar is esztétikus legyen, a gondoskodást meg is hálálják a növények, jól érzik

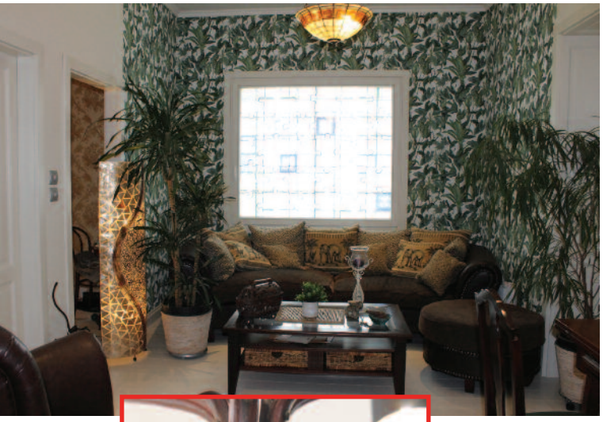
magukat itt. Már az utcán, a ház előtt, a tikkasztó hőségben is dús a növényzet, a fű között egy szál gaz sincs, a virágok folyamatosan nyílnak. A kertben pedig sokféle funkciójú oázissal találkozunk. A rózsalugas mellett csordogáló tóban halak úszkálnak, valamint fehér, rózsaszín és sárga tavirózsák díszítik a vizet. Mellette sziklakert zárja az udvart. Praktikusan a terasz közelébe telepítetett 6 személyes luxus jakuzzi kényezteti a lakókat. A célszerűség mindenütt megfigyelhető. A kert végében a tóra háló került, mert a madarak felfedezték, hogy itt a vízben rengeteg hal él, s jönnének falatozni belőlük, de a rács megállítja őket.

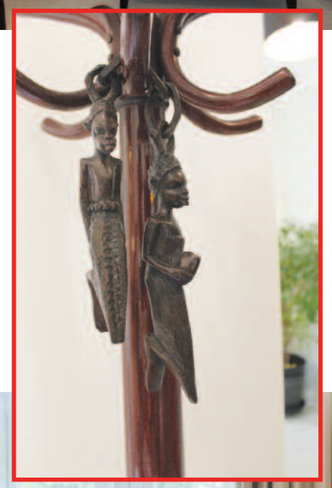
Ibolya utazásai során összegyűjtött tárgyak megtalálhatóak az enteriőrökben. A főbejárat mellett a fogason az egyetlen fából kézzel faragott Afrikában vásárolt nő-és férfiszobor lóg, a „dzsungelszoba" berendezését is Afrika ihlette. Itt több országot érintő „dzsungeltúrán" volt. A háziasszony barátnőjétől, Edittől, kapott állólámpa ezekkel a bútorokkal harmonizál. Egyiptomban vásárolt tálak, szobrok láthatóak a folyosón az üveg vitrinben. A stílusokat és színeket mesterien kezeli Ibolya, a vendégszobában a paraszti kultúrát felidéző rokkához, az erdélyi faragott székhez, a polgári lét kellékei, egy kártyaasztal és egy ónémet szekrény társulnak. Vörös-és fehér kolorit uralja a fürdőszobáját. Ez volt az előző tulajdonosnál az egyik gyerekszoba, ezért ilyen élénkek a színek a tisztálkodó helyiségben. Vendéglátóink emiatt választottak pipacsos tapétát és vörös-fehér falszínt a szobába.

Ibolya álma valóra vált, az évek alatt összegyűjtött számára kedves tárgyak itt méltó helyre kerültek. Családja pedig minden vágyukat kielégítő otthonra lelt. A ház és a kert is luxus körülményeket biztosít számukra a mindennapi teendőkhöz a pihenéshez és a mozgalmas nyugdíjas években is.

Balogh Andrea

DélUtán magazin_**lakberendezés**





Ajándék a bőrnek

A realitás az, hogy az idő előrehaladtával mindenki arcbőre változik, a ráncok egyre inkább mélyülnek, kirajzolódnak.
Ez mindig így volt és így is lesz. Amire azonban van ráhatásunk, az a hogyan, miként kérdésekre adott válasz. A hibátlan, feszes arcbőr ráncok nélkül, tökéletes, hófehér mosollyal mindenki álma, és igazából az esztétikai szépség és az egészséges bőrápolás kapcsolata egy nagyon izgalmas téma. Most felfedjük a titkokat!
A kommersz márkák szépítő ereje elenyésző lehet, de a magát természetesnek mondó kozmetikumok összetételét és tanúsítását is mindig ellenőrizzük!

Több évtizedes bőrgyógyászati kutatások és a kozmetológiai tapasztalatok azt mutatják, hogy egy megfelelően kiválasztott és komplex hatóanyagokkal rendelkező kozmetikum akár 5-10 évvel fiatalabb bőrkinézetet is adhat. Fejlesztői tapasztalataimból, toxikológiai tanulmányaimból kiindulva és a gyógynövények iránti szenvedélyemből alkottam meg hazánk első, tanúsítottan bio arc- és testápoló kozmetikumait, melyek a természetes szépségápolás jegyében és tudományos alapokon nyugszanak. Sokan beszélnek a kozmetikumokban található mérgező, veszélyes vegyületekről a szintetikus, vegyi szemlélettel formulázott termékek kapcsán. Én biológusként úgy fogalmaznék, hogy a kockázatosabbnak minősíthető, olcsó vegyületeket – a kőolajszármazékokat, szilikon olajokat, az SLS-t, a parabéneket, a drasztikus tartósítószereket, szintetikus illatanyagokat – érdemes elkerülnünk és helyettük megbízható, minél természetesebb alternatívát választani.
A felesleges adalékanyagoktól mentes és valóban természetes receptúrák alapján készül az általunk Kecskeméten gyártott NATURISSIMO natúr termékcsalád, valamint a szintén saját fejlesztésű BIOLA (tanúsított biokozmetikum) és Everyoung biodinamikus biokozmetikum (tanúsított Demeter kozmetikum) termékcsalád is.
Érdekes tény, hogy amíg a kommersz márkák hatóanyagtartalma általában néhány százalék körül van, addig nálunk már a natúr szemlélettel formulázott termékek bioaktív bio hatóanyagtartalma is minimum 10 százalékos, sok esetben pedig a 30 százalékot is eléri.
Az előbbiekben tehát beszéltünk arról, hogy a független tanúsító szervezetek sem engednek a hiteles natúr is biokozmetikumokban használni bizonyos kockázatosabb összetevőket – rendkívül hosszú a tiltott szintetikus anyagok listája. Egy másik nyomós érv, amit ki kell emelnem a BIOLA kozmetikumai mellett, az a rendkívül magas, bioaktív hatóanyagtartalom. Nem mindegy, hogy mit, mennyit és milyen formában tartalmaz egy arckrém például a hatóanyagokból az adott bőrtípusra megfelelőek közül. Komplexen, azaz sokféle növény, alga, gyümölcs, szépítő hatóanyagát tartalmazza az összes kozmetikumunk, melyek szinergiában vannak, azaz erősítik egymás regeneráló, hidratáló, bőrkisimító, szépítő és rejuvenáló hatását!

A visszajelzések alapján ennek előnyét tapasztalják a BIOLA kozmetikumok felhasználói az összes ismert bőrprobléma kapcsán: valóban az összes bőrtípusra, specifikusan fejlesztett kozmetikumokat kínálunk. Kifejezetten az anti-ageing arcápoláshoz illő nappali- és éjszakai feltöltő, megújító és ránctalanító hatóanyagokban gazdag receptúráinkról kapunk olyan visszajelzéseket, melyek megerősítik, hogy látványosan szépítő és fenntartható szépülést jelentenek a jól megválasztott biokozmetikumok!
Nem mindegy, hogy 30 éves korunk felett hogyan tápláljuk a bőrünket! Nem csak csinos csomagolásban egy kellemes illatú, előnyös

árfekvésű termékben szabad gondolkodni, hanem a beltartalom biológiai értéke és mennyiség jelent igazán megfelelő táplálást a problémás és az érett bőrre is. Ezért az igazi ajándék a bőrünk számára nem csak fiatalosabbá varázsolja azt, hanem igazi örömteli meglepetés is lehet szeretteink számára.

Dr. Gyovai Viola
okleveles biológus, a Magyar Tudományos Akadémia kandidátusa
Leé Richárd, egészség coach

Magyarország legjobb kenyerei és sétáló süteményei

A Magyar Pékszövetség hagyományaihoz híven idén tizenegyedik alkalommal hirdette meg a Szent István napi Kenyérversenyt. Három kategóriában lehetett nevezni a Kenyérversenyre:·Szent István napi kenyér, Innovatív kenyér, Sétáló sütemény (új versenyszám ebben az évben).

A verseny első és legfontosabb kategóriája az államalapítás ünnepére készülő alapélelmiszerünk. A Szent István napi kenyér alapfeltétele volt, hogy a kenyér a Magyar Élelmiszerkönyv előírása szerint készüljön lisztből, hagyományos kovászos technológiával, kizárólag hazai, természetes alapanyagok felhasználásával. Ebben a versenyszámban a kilenc legjobb kenyeret értékelte a hétfős zsűri. Az első helyezést elért Szent István napi Kenyeret augusztus elején, az állami ünnepségek központi sajtótájékoztatóján, a Parlamentben mutatták be. A második kategóriában az Innovációs fejlesztések kapnak figyelmet – ez a versenyszám népszerű a versenyzők körében – nem mindennapi alapanyagokból, különleges gabonák és magvak felhasználásával sütötték meg a pékek a kenyereket, érdekes és merész íz világot ötvözve a dekoratív megjelenéssel. A harmadik versenyszám ebben az évben újdonságnak számít. A Sétálós Süteményeknél alapkritérium a leveles tészta volt, a kialakítás során ügyelni kellett arra, hogy a termék kézzelfogható és séta közben is kényelmesen fogyasztható legyen. A kategória győztesek a szakma elismerésén és megbecsülésén túl pénzjutalomban is részesültek.

Az első körben ötvenhat termék nevezett három kategóriában, a selejtezőn ötfős szakmai zsűri értékelte a termékeket. A zsűrizés során az ítészek a Magyar Élelmiszerkönyv előírásának megfelelően vizsgálták a kenyereket, különös tekintettel a minőségi jegyekre, a héjazat, a bélzet, az illat, íz és aroma vonatkozásában. A megmérettetés elsődleges célja, hogy folyamatos fejlődésben tartsa a sütőipart, így a hagyományos kenyerek mellett a fogyasztói igényeknek megfelelő, minőségi termékekkel gazdagodjon az egyik legalapvetőbb élelmiszerünk

választéka. A másodlagos szempont a magyar pékek ötletgazdagságának bemutatása volt. A győztes termékekkel először a nagyközönség augusztus 19-21. között találkozott a **Magyar Ízek Utcája** rendezvényen, aminek **az idei mottója a gabona** volt. A látogatók betekintést nyertek a különböző búzafajták világába, izgalmas hazai lisztekkel találkozhatnak az itthon működő malmok kínálataiból.

A Szent István napi Kenyér kategória verseny kenyerei: Gulyás Kenyér, Pásztor Kenyér, Mangalicazsíros kovászos Kenyér, Szent Istváni Matyó Vekni, Durum Kovászos Kenyér, Ünnepi Cipócska, Egyházi Kenyér, Kerepes Szíve, Szabolcsi Kovászos.

Az Innovatív kategória verseny kenyerei: Római Carrot Kenyér, Burgonyás-lenmagos Áldás, Kukoricás-magvas Vekni, Rusztikus Halászlé kísérő Kenyér, Kendermagos alakor, Ringló, Kriszti Levendulás Kenyere, Batátás Kenyér.

Sétáló Sütemény versenytermékei: Zabosszilvás Papucs, Fahéjas Croffin, Kelbimbós Forgó, Körtés Fonat, Túrós-barackos Szelet, Teljes kiőrlésű tönkölyös szilvás papucs, Epres fonat.

Idei díjazottjak:

A Szent István napi Kenyér első helyezettje a balmazújvárosi Gulyás kenyér, amit a Balmaz Sütöde Kft. kemencéiben sütöttek ropogósra, felelevenítve a gulyások békés életének egyik alapvető élelmiszerét. Az egyszerű, alföldi pásztorélet a magyar nép egységét és egyéni jellegét hangsúlyozza.

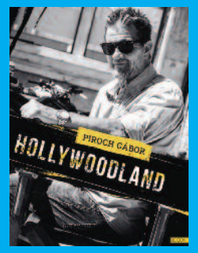
Az innovatív kategória nyertesének a Batátás kenyeret választotta a hétfős szakmai zsűri. A Varga Pékség 95 Kft. terméke az Alföld déli peremének természeti adottságainak egyik alapvető növényének, a batátának a jellegzetes alapízét rejti magában.

A Sétáló sütemény első helyezettje a Teljes kiőrlésű tönkölyös szilvás papucs, ugyancsak a Varga Pékség 95 Kft. műhelyében készült. Termékük a régi alföldi magyar konyhakultúrának tiszteleg az egészséges táplálkozás jegyében.

www.pekszovetseg.hu

Csalár Bence: A fenntartható divat kézikönyve

Csalár Bence divatújságíró, divatszakértő, egyetemi oktató első könyve, a Színfalak mögött, a magyar divat az elmúlt húsz év jelentős hazai divattervezőit és -márkáit mutatta be. A szerző ezúttal korunk divatvilágának legfontosabb témáit: a fenntarthatóságot, az ökotudatosságot járja körül. Mélyreható kutatás, újságcikkek, elemzések, tervezőkkel, szakértőkkel folytatott személyes beszélgetések formálták e könyvet, és persze az egyéni tapasztalatszerzés izgalma. Ennek eredményeként a divatvilágból összegyűjtött sztorik, interjúk, ökotudatos tervezőket és közéleti hírességeket bemutató portrék mellett elképesztően gazdag listáját találjuk azoknak a praktikáknak, amelyekkel mi is könnyen eligazodhatunk a divatnak ezen az új területén. Ezáltal a megfontolt vásárló, tudatos divatfogyasztó lehet.



Piroch Gábor: Hollywoodland

A kaszkadőrök Oscar-díjára jelölt Piroch Gábor fél évszázad alatt bejárta az egész világot Budapesttől Hollywoodig, és ma már Magyarországon, valamint a tengerentúlon is profi kaszkadőrkoordinátorként és -rendezőként jegyzik. Legújabb könyvében személyes élményein, valamint hazai és külföldi filmforgatásokon keresztül avatja be az olvasót a kaszkadőr hivatás izgalmas kulisszatitkaiba. Filmszerűen követhetjük nyomon kalandjait a legnépszerűbb filmsorozatoktól a figyelemfelkeltő reklámfilmeken át az olyan nagyszabású magyar és nemzetközi produkciókig, mint például a Kincsem, a Transformers 3, a Z világháború, a Die Hard – Drágább mint az életed, a Szárnyas fejvadász 2049, a Terminator: Sötét végzet, vagy a Dűne. A szerző őszintén mutatja be, mit jelent kelet-középeurópaiként nyugati produkciókban helytállni, ha kell, lovászként dolgozni Kaliforniában, vagy Brad Pittel és Angelina Jolie-val lazulni a tengerparton. Megtudhatjuk, hogyan készül egy igazán látványos kaszkadőr bemutató, milyen a levegőben felfüggesztve kardozni, több emeletnyi magasból leugrani vagy élő fáklyaként lángolni. Elhivatottság, kitartás és alázat – ezek nélkül aligha lesz valakiből tettre kész, a határokon túl is elismert kaszkadőr, és mire a lebilincselő akciók végére érünk, az olvasó számára is kiderül, miért.

Náray Tamás: A trilógia ízei – Zarah Winter kedvenc süteményreceptjei

Náray Tamás Zarah-trilógiája nemcsak nagy ívű családtörténet, izgalmas kémregény és utazás számos ország földjén, hanem csupa szín, illat és forma, sőt, még az ínycsiklandó sütemények ízét is a szánkban érezhetjük. A mesélő a szöveg megannyi rétegéből festi meg a hangulatot, és mutatja be a magával ragadó cselekmények környezetét. A finomabbnál finomabb falatok készítője, Frau Schwenk, a Winter család hűséges szakácsnője kulcsfigura a főszereplő, Zarah és nővére, Edel életében, hiszen a megmenekülésüket köszönhetik neki. Az ő történetük a regény lapjain elevenedik meg. Ebben a kötetben pedig Frau Schwenk, Zarah és családja, valamint barátai által készített és szeretett ínycsiklandó sütemények egész sora jelenik meg Náray Tamás tolmácsolásában. A szereplők utazásai nyomán megízlelhetjük Németország, Olaszország, Anglia és Izrael legjellemzőbb édességeit. A közel félszáz receptet Kaszás Gergely gyönyörű fotói és László Ágnes egyedi, korhű tálalása keltik életre.

Kerek Brigitta: Otthon, Piték, Napsütés

Egy finom pite bármelyik évszakban megkoronázhatja a napunkat, megédesítheti a családi együttlét pillanatait, lenyűgözheti a barátokat. Titka a gondosan összeállított tészta, a kreatívan variálható töltelék, no meg a szív és a lélek, amivel készítik. Kerek Brigi pités könyve izgalmas, a szerző tippjeivel fűszerezett recepteket ajánl a friss tavaszi változatoktól a könnyű nyári ínyencségeken keresztül a melengető őszi és egyszerűen összeállítható téli finomságokig. Kipróbálhatjuk, mi sül ki a fanyar rebarbara és az édes eper párosításából, mi a titka a jó sárgabarackos-joghurtos galette-nek és a nagyi almás pitéjének, milyen ízélményt nyújt a sütőtökös quiche kecskesajttal megfejelve, vagy hogyan bolondítja meg egy kis forralt bor, netán rozépezsgő a tölteléket. A gazdagon illusztrált könyv tálcán kínálja nekünk az alap pitetészták elkészítésének fortélyait, figyelemmel a nemzetközi gasztronómiai palettára, de praktikus tanácsokat kapunk ahhoz is, hogy milyen konyhai eszközöket célszerű választani egy pite sikeres elkészítéséhez. A könyv végén kisokos segít eligazodni a különböző nemzetek inspiráló variációi között: vajon mi a különbség az édes kis francia tarte, a forró amerikai pie és a vagány olasz crostata között.

www.boook.hu

A lelki boldogság szigete

Július 3. hétvégéjén ismét a somogyvámosi Krisna-völgybe invitáltak bennünket a Krisna-hívők. A háromnapos Krisna-völgyi Búcsú a legnagyobb és legszínesebb családi fesztivál, amelyre 10 ezer látogatót vártak. A 285 hektáros terület 50 helyszínén mintegy 300 hívő iránymutatásával lehetett bepillantást nyerni az indiai védikus hagyományok világába, kulturális kincseibe, na és persze a magyar vidéki élet és népi hagyományok körébe. „A lélek természete, hogy mindig boldog” – mondják, erre emlékeztetnek a három napos Krisna-völgyi Búcsúban.

Krisna-völgy nagymamáink bölcsességének és a misztikus Kelet tudásának sajátos elegyét őrzi. A kertgazdálkodástól és fenntarthatóságtól kezdve a mindennapi életmódon, a meditáció és mantrázás rejtelmein át, a gasztronómiáig, az egészség, a szépség és a lélek bölcsességének örök titkaiba engedtek betekintést. A három nap során színpadi programok, zene, tánc, jógabemutatók és előadások, szabadtéri filozófiai beszélgetések a természetben, kertészeti körséták, valamint a biointenzív gazdálkodás és a biokert alapjai kerültek a fókuszba. A Tehénvédelmi Központban bocisimogató vár, a Völgy lakóházai között ökrös szekerezés, kellemes séták a friss levegőn, a lankás és harapnivalóan zöld ökofarmon. Vegetáriánus és vegán finomságok, szabadtűzön készült ételek várták a vendégeket több helyszínen, köztük az éttermi nagysátorban. Gyermekprogramokat és foglalkozásokat az általános iskola épületében tartottak. Indiai meditációs zene és tánc, indiai bazár, növényvásár is várt bennünket. Körvezetéseket a templomépületben, a gyönyörű mandírban és a helyi lakosok házai között is szerveztek. Az érkezők megismerkedhettek az egyszerű életmód és emelkedett gondolkodás elvével. Ellátogathattak a szentélybe, ahol isteni áldásokat kaphattak, hogy mindig jószerencse és boldogság kísérje életüket.

A hölgyeket hennafestés, Szépség Sziget, száribemutató és a viseletek kipróbálásának lehetősége várta, megismerkedhettek a tradicionális indiai ékszerekkel is, valamint középpontba került India művészete, tánc- és énekstílusai, volt zenés meditációra is lehetőség és mridanga dobshow is. A jóga testet és lelket megfiatalító hatásairól pedig a Bhaktivedanta Hittudományi Főiskola sátrában tudakozódhattunk. Az urak kipróbálhatták magukat az íjászatban, na és persze a finom ételek terén, megismerhették az önfenntartás alapelveit, a védikus filozófia alapjait, beszerezhették a legfontosabb könyveket, de mézek, szörpök, csatnik formájában is vihettek haza egy kis vásárfiát. Saját szemükkel is láthatták a Syama Handmade kézműves műhelyének termékeit, hűsölhettek egy isteni finom vegán fagylalttal, szombaton és vasárnap pedig egy valódi indiai védikus esküvő tűzceremóniáján is részt vehettek. Két pár fogadott örök hűséget egymásnak, akik a vendégsereg áldásait kérték, miközben a nézők maguk is részesülhettek a rítus kedvező hatásaiból.

A Búcsú első napján, pénteken került átadásra hazánk egyetlen működő járgányháza, mely egy ökörerő-meghajtású malomrendszer, amellyel őrölni, darabolni, sajtolni, stb. elektromos áram és mindenféle külső szolgáltató segítsége nélkül is lehet majd. Mellette egy szakmai bemutató- és oktatóterem épül, amely az önfenntartás iránt érdeklődő és annak első lépéseit megtenni kívánó fiatalok tudásigényét kívánja majd kiszolgálni. Hazánkban egyre nagyobb az érdeklődés az önfenntartás és természetközeli életmód iránt. A hazánkban egyedülálló járgányház hagyományos magyar terv alapján épült, segítségével ember és állat munkájának szimbiózisaként robbanómotor nélkül tud majd energiát termelni Krisna-völgy. Az épületet az állam és a helyi önkormányzat képviselőinek megtisztelő jelenlétében adták át. Szombaton és vasárnap már az esküvőn és más színes programokon volt a hangsúly.

Az esemény vendége volt Laár András, aki nemcsak magáról és spirituális útkereséséről mesélt a színpadon, hanem zenélt is. Geszler Dorottya pedig a jóga kultúrájához a Pilatesen keresztül kapcsolódott.

A Krisna-völgyi Búcsú egy kiváló program az egész családnak, a pici gyerekektől egészen a nyugdíjasokig, hiszen itt mindenki talál magának érdekes, szívet-lelket melengető programokat és végre együtt tud kikapcsolódni az egész család. Ahogy Indiában tartják: *mindannyian egy nagy család részei vagyunk*, a találkozás, a közös pillanatok, a finom ételek és az együtt átélt öröm, e család boldog tagjaivá tesz bennünket.

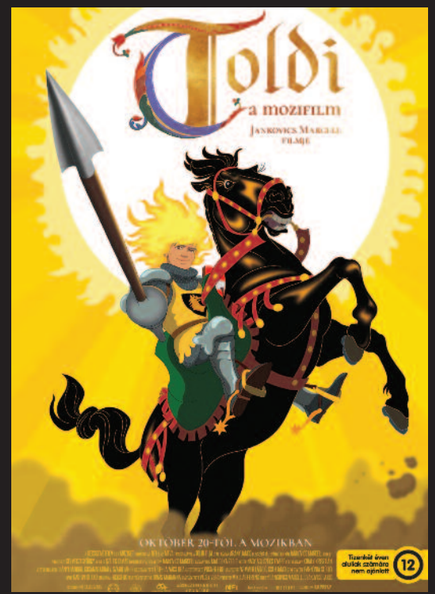
www.krisna.hu, www.krisnavolgy.hu

Hernán Díaz: *Bizalom*

Kult Könyvek sorozat

Egy trükkös könyv a vagyonról a Nagy Gatsby rajongóinak. Az emberek többsége ösztönösen hajlamos a valósághajlításra, arra, hogy saját életéről a külső szemlélő által észlelthez képest teljesen más narratívát állítson elő. Hernán Díaz nemzetközi sikereket elért regénye pontosan ezt a verítékszagú igyekezetet mutatja be, de olyan trükkösen, hogy az olvasó az első oldalak után azon kapja magát, hogy mohón nyomoz az igazság után, és egyre szenvedélyesebben rakosgatja össze a történet puzzle-darabkáit. A Pulitzerre és PEN/Faulkner-díjra jelölt szerző főhőse az 1920-as évek csillogó New Yorkjában nyomoz az igazság után. A kötetből minisorozat készül az HBO-n Kate Winslet főszereplésével (ő a producer is), melyben a színésznő ismét megcsillanthatja bűnügyi filmes és drámaelőadói képességeit. A legendás Wall Street-i mágnásról és feleségéről szóló sorozatban egyre inkább úgy érzi a néző, nem biztos, hogy hinnie kell a képnek, amit Benjamin Rask el akar hitetni magáról és házasságáról. Az óriási dübörgés és pezsgés ellenére az 1920-as évek New Yorkjában mindenkinek muszáj volt hallania Benjamin és Helen Raskról. A férfi legendás Wall Street-i mágnás; a nő excentrikus arisztokraták tüneményes tehetségű leánya. De szóbeszéd indul: vajon minden rendben Benjamin pénzügyi manővereivel? És Helen miért él ilyen bezárkózó életet? Miközben a tékozló, spekulációra épülő évtized a végéhez közeledik, a fényűző párt egyre hangosabb pletykák övezik. Milyen áron szerezték irdatlan vagyonukat? Hernán Díaz ***Bizalom*** című könyve káprázatosan hozza játékba a fenti történet szereplőit – miközben kiviláglik, micsoda feszültség rejlik a fiatal nő életében, aki elszántan igyekszik elkülöníteni a tényeket és a konfabulációt. A *Bizalom* sokrétű, nagyszabású mű; feltárja azokat a hangokat, amelyeket a lényegi egyenlőtlenségeket igazoló mítoszok betemetnek.

TOLDI



Jankovics Marcell előtt tisztelegve, az ő születésnapjához igazítva, 2022. október 20-án kerül a hazai mozikba utolsó alkotása, az egészestés TOLDI (12). A rendkívüli igényességgel megalkotott, festői szépségű animációs film a *Magyar népmesék* sorozatot is jegyző Kecskemétfilm 80 alkotója több mint hároméves munkájának eredménye. Toldi Miklós történetén keresztül tanúi lehetünk egy irgalmatlan erejű kamaszfiú felnövésének, aki megtanulja használni és uralni a saját képességeit, hogy Nagy Lajos király leghíresebb lovagjává válhasson. Jankovics Marcell és Csákovics Lajos rendezők animációs filmjében nemcsak az ármánykodó báttyal való viszályt és az önmagát kereső ifjú belső vívódásait élhetjük át, de teljes gazdagságában megjelenik benne a lovagi világ és a magyar puszta, illetve a lápvidék is. Együtt barangolunk Toldival a nádasban és a XIV. századi Pest utcáin, ahogy mindennel és mindenkivel szembeszállva küzd az igazságáért.

A film plakátja arra a gondolatra épül, hogy Arany János elbeszélő költeményének főszereplője egy igazi magyar szuperhős, egy naphérosz. A plakátot Jankovics Marcell legközelebbi alkotótársai csapatmunkában tervezték. Fontos volt számukra, hogy a magyar animáció egyik legnagyobb alakjának szellemiségéhez hű poszter szülessen. Ezért a kép egyik fő motívuma a Nap. „Az arany a mesehős, a naphérosz színe. Ez illik a magyar Herkuleshez. Toldi Miklós nem suttyó falusi legényke lenne? Hát az olyan mesehősök, mint Aranyhajú Kis Miklós, Erős Jankó, a finn Kullervo micsodák? Parasztlegények, egyszersmind naphéroszok. Arany János sokat tudott erről, tessék csak figyelmesen olvasni remekművét! Vajon miért tagolta épp 12 énekre a hónapok száma szerint? Mitől emberfeletti erejű ez a kis legény, akinek „még legénytoll sem pelyhedzik állán”? Puszta kézzel dönti földre a megvadult bikát, akár a táltosok. Miért szorul bele annyi düh, amennyi csak a pusztító Napba? És annyi igazságérzet, mint a mindent látó napistenekbe? Hogy képes együltő helyében annyi húst magába tömni, annyi bort ledönteni a torkán, amennyit a görög Héraklész, a Nagyevő szokott?” – írta Jankovics Marcell a Toldiról. „A mitologikus világképben a Nap kering a Föld körül, ezért van az, hogy a szoláris év mítoszai, meséi a Napot megszemélyesítő hős vándorlásairól szólnak.” – olvashatjuk továbbá Jankovics **Jelkép-Kalendárium**ában a Napról.

A film a Kecskemétfilm gyártásában készült. A forgatókönyvet írta, a figuraterveket készítette és a filmet rendezte **Jankovics Marcell**, a társrendező **Csákovics Lajos**. A producer **Mikulás Ferenc**, a zeneszerző **Selmeczi György**, a látványtervező és színdramaturg **Maticska Zsolt** és **Richly Zsolt**, a gyártásvezető **Vécsy Vera**. A TOLDI mesélője **Széles Tamás**.

DélUtán magazin

Főszerkesztő:

Szabó Antal

szaboantal@delutan.com

Lapigazgató:

Balogh Andrea

baloghandrea@delutan.com

Fotó:

Kovács Liza

Felelős kiadó:

DélUtán magazin szerkesztősége

A kiadó címe:

1155 Budapest, Lehel u. 18.

Telefon:

+36 20/ 540 5166

E-mail:

delutan@delutan.com

Web:

www.delutan.com

www.facebook.com/delutan

HU ISSN 1785-4059

A hirdetések tartalmáért a kiadó felelősséget nem vállal. A kiadó minden jogot fenntart. A lapot utánnyomni, sokszorosítani a törvényesen engedélyezett eseteken kívül csak a kiadó hozzájárulásával lehet. A lapban megjelent cikkek és illusztrációk szerzői jogvédelem alatt állnak. Bármilyen – részben vagy egészben történő – felhasználásához a kiadó írásbeli engedélye szükséges.

Hajdúszoboszló, Mátyás király sétány 3. • +36 (52) 271 431 • foglalas@hotelaurum.hu

Minden, ami egy prémium hálószoba elengedhetetlen kelléke!

Kókusz-latex biomatracok, TEMPUR memóriahabos matracok, Sealy rugós matracok

Tömörfa ágyak, motoros ágytestek, kárpitozott franciaágyak

Memóriahabos és latex párnák, ágyneműk, hálószoba-kiegészítők

MATRAC.HU

ÁGYBAN A LEGJOBB

NOVETEX