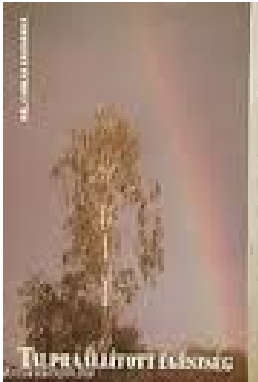


## Könyvajánló a 2011. áprilisi túrához

### **Csikai Erzsébet: Talpraállított egészség. Debrecen, 1993.**

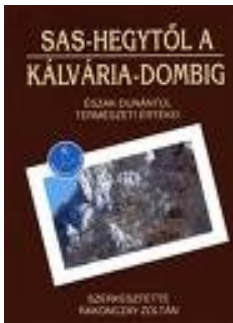


Csikai Erzsébet orvos, természetgyógyász, könyvei kötelező olvasmányok több természetgyógyászokat képző intézetben.

„...elsősorban az egészség megóvására kell törekednünk, arra kell a hangsúlyt helyezni, és csak másodsorban a már kialakult betegség gyógyítására. Ez azonban feltételezi az egyes emberek magas egészségkultúráját is. Ezért szükséges mindent megtenni, hogy az emberek valójában rendelkezzenek a megfelelő egészségügyi ismeretekkel.”

*(részlet a könyvből)*

### **Sas-hegytől a Kálvária-dombig. Észak-Dunántúl természeti értékei. Szerk. Rakonczay Zoltán. Budapest. Mezőgazda, 1992.**



A kötet a főváros, Pest megye, Komárom-Esztergom megye, Fejér megye természeti értékeit mutatja be, közöttük a mostani túránk célpontja, a Sas-hegy, is szerepel. Emellett sok már eddig meglátogatott terület leírását is megtaláljuk, valamint jövőbeli célpontjainkat is rejti a kis könyv.

### **Zalai Károly: Túr dö Fransz. Budapest. Fekete Sas K., 2010.**



"Egy Franciaországban tett (valóságos és vélt) kerékpártúra: helyszínek, évszakok illatok, különleges hétköznapi ízek varázslatos mozaikja a szerző új műve. Egy-egy élesen megmaradt kép természetéről, emberekről olyan elbűvölő s egyben néha félelmet keltő asszociáció-sorozat, amely rabul ejti a főhőssel együtt utazó olvasót.

S eme egymáshoz kapcsolódó látványok és érzetek hol gyorsan, hol lassabban elvezetnek a művészetek, majd a filozófia világába, s végül egy-egy mélyen érzett, megjegyzett pillanat felidézi a múltat - s megidézi (tán) az eljövendő perceket is."

*(a Kiadó)*

*Készítette: Ádám Éva*