

KÖZÉLETI MAGAZIN

*Sződligeti*

5. évfolyam 18. szám, 2014. december

# hírforrás





## *Idősek Napja 2014.*



## Köszöntő

2014. évben bebizonyosodott, hogy a közös jövőben vetett hit és az összefogás, csodákra képes. A Tiszta Forrás lokálpatrióta civil egyesület képviselői teljes választási győzelmet arattak, így tovább folytatódhat a fejlődés. Közel s távol a környéken nem volt olyan település, amely annyit tudott fejlődni az elmúlt ciklusban, mint Sződliget. Ez annak volt köszönhető, hogy mi sződligetiek megtanultunk a széllel szemben vitorlázni. Reménykedem abban, hogy 2015-ben a Himnusz könyörgésének sora valóra válik és valóban víg esztendő köszönt Magyarországra. A remény számomra azt jelenti, hogy nem fogadható el az a hozzáállás, hogy majdcsak lesz valahogy! A remény ennek éppen az ellenkezője. A remény azt jelenti: soha nem adjuk fel! Ha nem adjuk fel, akkor tervezünk. Önkormányzatunk a következő évben folytatni fogja az utak, járdák felújítását, építését. Külön épületbe költöztetjük a gyermekorvosi rendelőt és amennyiben módunk lesz rá, befejezzük a Szabadság tér felújítását. Ezeket a célokat az Önök anyagi és szellemi segítségével nélkül biztosan nem tudjuk elérni. Együtt kell gondolkodnunk a megoldásokon, hiszen csak együtt tehetünk Sződligetért.

Az összetartozás élményét meg kell erősítenünk a következő évben azért, hogy meg tudjuk őrizni a reményt és azért, hogy szívből tudjuk énekelni a Himnusz: **Isten áldd meg a magyart és hozz rá víg esztendőt!**

Áldott Karácsonyt és reményteltjes Új Esztendőt kívánok mindenkinek!

Juhász Béla  
polgármester

ÜNNEPI SZÁMOT tartanak a kezükben kedves olvasók. Ünneplő ruhája *Benk Katalin* csodálatos festményeinek köszönhető, tartalma pedig annak a sok-sok beszélgetésnek, amit volt szerencsém folytatni kedves, érdekes Sződligeten élő emberekkel. Jó híreket gyűjtöttünk össze, lapozzák át gyorsan az újságot, olvassák el a rövid híreket, nézegessék a sok-sok képet, aztán az ünnepek alatt egy forró ital mellett nyissák ki újra az újságot és ismerkedjenek meg *Idával, Gergővel, Krisztinával, Cseh doktorral, Gabival, Pintérné Bárány Ágnessel* és a két kitüntetett pedagógussal, *Marikával* és *Julikával*. Merítsenek erőt a köztünk élők sorsából, kitartásukból, fiatalságukból vagy éppen hosszú éveik tapasztalatából és kezdjék azzal a hittel a jövő évet, amit polgármester úr köszöntőjében megfogalmazott, hogy valóban áldott, víg esztendő legyen 2015.

Cris

## Meghívó

Szeretettel meghívunk minden sződligeti lakost  
2014. december 19-én 17 órától  
a község főterén tartandó

### Falukarácsonyunkra

17 órától óvodások műsora, kirakodóvásárral, forró teával, kürtös kaláccsal várjuk kedves vendégeinket, 18 órától pedig a SokKosok együttes gondoskodik a jó hangulatról.

Sződliget Község Önkormányzata



... (több) csésze tea ...

## Tari Istvánné Idával

Idával késő délután találkoztam a Községi Házban, mert a napot, mint községünk alpolgármestere, Gödöllőn töltötte a helyi szemétszállítást biztosító cég társulási közgyűlésén. Nekem egy szál virágot hozott, mert Ő ilyen, magát pedig egy csillogó rénszarvassal lepte meg, Advent alkalmából. Van-e, aki Idát nem ismeri, tettem fel magamban a kérdést, tornázni jár, tagja az Okos nők klubjának, ha csak teheti, ott van minden falurendezvényen, képviselő volt az előző ciklusban, októbertől pedig a község alpolgármestere. Van, tudatosult bennem azután, ahogy elkezdtünk beszélgetni és kiderült, egyik szívfájdalma többek között, hogy igyekezete ellenére sem ismerik sokan a faluban.

**Tari Istvánné (Dékány Ida Gizella) nyugdíjas könyvvizsgáló, 18 évvel ezelőtt költöztek az óvodával szemközti házukba, előtte 24 évig Budapesten laktak.**

**Egyetemi tanulmányait a Gödöllői Agrártudományi (most: Szent István) Egyetemen végezte, ugyanott szerezte meg pénzügyi-gazdasági szakmérnöki oklevelét és a mérlegképes oklevelet is. Dolgozott baromfitelep-vezetőként, majd a Húsipari Trösztben tervelőadóként. Az Állami Biztosítónál pénzügyi vezető volt 5 évig, majd az APEH Pest megyei Igazgatóságának Mezőgazdasági osztályán főrevizor hét évig. Innen az újonnan megalakult Budapesti Értéktőzsdére került belső ellenőrnek, majd 9 évig szintén belső ellenőr volt a Központi Elszámolóház és Értéktárban („KELER”). Közben megszerezte a könyvvizsgálói oklevelet, majd 2002 óta bejegyzett igazságügyi könyvszakértő.**

**Elvégezte a költségvetési minősítési könyvvizsgálói tanfolyamot is, ezzel jogosult lett önkormányzati költségvetések könyvvizsgálatára. A KELER-ből 2004-ben ment nyugdíjba, de 2005-től 2008. decemberéig belső ellenőr, majd innentől 2014. júniusáig ellenőrző bizottsági tag volt egy nyugdíjpénztárban.**

**Emellett kisebb-nagyobb munkákat (társasházak könyvelés ellenőrzése, adóbevallások stb.) folyamatosan végez azóta is. A férje 9 éve ment nyugdíjba 43 éves MÁV szolgálatából, ahol a távközlés országos vezetője volt. Három felnőtt gyermekük van (46, 41 és 40 évesek), és hét unokájuk, 4 évestől 24 évesig.**

Idát tegezem, sokszor, sok helyen találkozunk, sokat beszélgetünk, ötletelünk. Ezért a tegező hangnem a kérdésfeltevéseknél.

**Cris: Vágjunk a közepébe, kedves Ida, hogyan is keveredtetek a fővárosból éppen Szödligetre?**

**Ida:** Rákospalotán a MÁV telepen laktunk, ahol az autópálya megépülése után már elviselhetetlen volt a zaj, betonrengeteggé vált az addigi parkos környezet. Ingatlanközvetítőn keresztül keresgélünk, de a kis pénzünkért ők csak kulipintyókat ajánlottak. Véletlenül lát-

tam meg Vácon egy ügyvédi iroda ablakában a hirdetést a házunkról és én rögtön tudtam: ez lesz a mi házunk.

**Cris: Mindig nagy szeretettel beszél a házatokról és a kertről.**

**Ida:** A kert az egyik mániám. Rengeteget dolgozom vele, de nagyon szeretem csinálni. Jó időben már péntek este, van, hogy éjjel megfőzők a hétvégére, hogy a kertben lehessenek. Meg is hálálja a munkámat a sok növény, nagy sikerem a folyton érő málnám, amiről még most, november végén is szemezgetek, vagy a két tujava, amik fel-

voltak kopaszodva, de a gondos öntözésnek, „szeretgetésnek” köszönhetően kihajtottak, összeszedték magukat.

**Cris: Honnan ez a növényismeret?**

**Ida:** Ladánybenén, ahol születtem, öt holdon gazdálkodtunk, nekem már gyerekként is ki kellett vennem a munkából a részem. Nem szerettem, nincs az a gyerek, aki szeret kapálni játék helyett, de csináltam. Gondolom, ott, akkor ivódott belém a növények szeretete, Budapesten is több mint negyven cserepes virág vett körül az 57 négyzetméteres lakótelepi lakásban.

**Cris: Sokszor beszélgettünk már erről, hogy mint képviselő, mostantól pedig már mint alpolgármester is fontosnak tartod a környezetünket, annak tisztaságát, megővését.**

**Ida:** Igen, ezt a választási fórumon is hangsúlyoztam, nagyon fontosnak tartom, hogy figyeljünk a község liget jellegére. Mindenki tegyen a környezete kulturáltságáért. Engem nagyon felháborít az autóból az út szélére kiürített cigarettatartó, aminek nyomait több esetben látom az óvoda körül, az eldobált szemét, a gondozatlan utcácskák a porták előtt. Szemléletet kell formálni és változtatni, ha a szülő megteszi, a gyerek is ezt látja. Nem szemétszedési akciót kell szervezni, egyszerűen nem kell szemetelni.

**Cris: A békés együttélésről is marok véleményed van.**

**Ida:** Igen, úgy gondolom, nem rendeletnek kell szabályozni, hogy vasárnap délután ne berregjen a fűnyíró, de ha berreg, figyelmeztetni kell a lakótársunkat a közös érdekből létrehozott együttélési szabályokra. Ne azért ne

nyírjuk, mert nem lehet, hanem a szomszédaink iránti figyelmességéből, akiket talán a délutáni szunyókálásban zavarnánk meg, vagy a vendégeivel való beszélgetését nehezítenénk meg. Ez is nevelés, neveltetés kérdése.

**Cris: Úgy tudom, vannak gyakorlalti ötleteid is.**

**Ida:** Igen, a falugondnokkal szeretném körbejárni a falut és felmérni az akadályt jelentő, látást korlátozó növényeket, majd rendbe tenni az utcákat. Ha lehetőségünk lesz, szeretnék virágpalántákat szerezni, amivel az utcákat csinosíthatják a lakók.

**Cris: Mindent könyvelsz, akkor is jegyzetelsz, amikor el se tudjuk képzelni, mit írsz, de az is igaz, ha valami valahol elhangzott és hallottad, azt tudod, vagy utána tudsz nézni.**

**Ida:** (nevet) Igen, valóban, a magánéletben is mindenről feljegyzéseim vannak: a növényekről, a kertről, a macskákról, az időjárásról, a háztartásról, külön táblázatban a kiadás, a bevétel stb. De talán ez azért is van,

mert nem tudok nyugton lenni, mindig csinálnom kell valamit, tenni, venni. Három gyereket neveltünk fel, a munka mellett mindig tanultam, éjszakánként könyveltem, két hetente hétvégén Ladánybenére mentünk, a kertben segíteni szüleimnek. Pihenésképpen viszont nagyon szeretek rejtvényt fejteni, pl. a kertészkedés után, éjjelente, vagy utazás közben. Keveset alszom, általában éjjel 1-2 körül fekszem le.

**Cris: Család?**

**Ida:** Ma már a férjemmel élünk kettesben, de nem magányosan, a gyerekek jönnek, mennek, hét unokánk van, karácsonykor, nagyobb családi ünnepek alkalmából kicsi is a ház...

**Cris: Három kívánság?**

**Ida:** Az első az egészség, a második a falunak jó lenne sok pénz a tervek megvalósításához, többek között, hogy legyen egy, a községhez méltó Községi Házunk, harmadsorban ösztönösen szeretnék ismét egy olyan híres Duna-partos, ligetes Sződligetet, amilyen régen volt.

**A hét unoka**





## Két szendvics és egy KÁVÉ Ritzl Gergellyel

Az idő kemény dolog, múlik, múlik, ha akarjuk, ha nem. A gyerek most volt ovis, kijárta az általánost, most meg azon elmélkedem „ilyen koromban, mint Te vagy lányom, már ismertem apádat”... a lányom annyi idős mint Gergő, nyáron együtt diákmunkáztak, a lányom nem lett képviselő (főleg mert nem jelöltette magát), Gergő viszont igen. Szombat délben beszélünk meg találkozást, korrepetált délelőtt, így gondoltam a kávé mellé délidőben jól jön a fejlődő szervezetnek egy pár szendvics is...

**Ritzl Gergely József 1991. június 4-én született Sződligeten, 2011-ben érettségizett a Boronkay György Műszaki Szakközépiskola és Gimnázium kéttannyelvű osztályában, jelenleg a Budapesti Műszaki és Gazdaságtudományi Egyetem – Villamosmérnöki és Informatikai Kar – villamosmérnök hallgatója. Felsőfokú angol nyelvvizsgálója van és középszinten beszél németül.**

**Cris: Hogyan jut eszébe egy 23 éves fiúnak, hogy képviselő legyen?**

**Gergő:** Az előző ciklusban megalakult Ifjúsági tanácsnak már tagja voltam. Ebbe a tanácsba polgármester úr olyan fiatalokat gyűjtött össze, akiket érdekelt a közélet, tenni szerettek volna a községért, a fiatalok közösségi életbe való bevonásáért. Ez a tanács egy idő után nem tudott működni, pontosan a fiatalok sajtóságos élethelyzete miatt, volt aki külföldre ment, volt aki tanulni más városba. A hivatalosan élő, de gyakorlatilag nem működő tanács volt az első lépés, ami után úgy gondoltam szeretnék tenni, ha fiatalon is a közért.

**Cris: Értem, és egy reggel arra ébredtél, hogy „én képviselő szeretnék lenni”?**

**Gergő:** Nem, polgármester úr kérészt meg az ajánlattal, megkérdezte szeretnék-e közszereplő lenni.

**Cris: Rögtön igent mondtál?**

**Gergő:** Nem. Átgondoltam a dolgot. Eddig is érdekelték a közügyek, miért ne próbálnám meg, nekem kihívás, jellemfejlődés lesz, a fiatalos gondolkodással pedig talán tudom segíteni a munkát.

**Cris: Mitől féltél?**

**Gergő:** A családomat féltettem a rosszindulatú pletykáktól, az indokolatlan „közszerepléstől”.

**Cris: A döntésed után, a kampány alatt, tapasztaltál ilyen irányú bántásokat?**

**Gergő:** Én nem.

**Cris: Diplomátikus válasz volt... látom tanuló az óvatos kommunikációt.**

**Gergő:** (nevet) Igen, amitől nagyon féltem a szereplés, megszólalni, beszélni... nem vagyok a szavak embere.

**Cris: Túl vagytok az első Bizottsági és Testületi ülésen, az történt amit vártál?**

**Gergő:** Nagyjából igen. Bevallom készültem előtte és megnéztem több testületi ülést, szeretek felkészült lenni, így nem okozott túl sok meglepetést a dolog. Ami viszont nagyon jól esett az a gondoskodó magyarázás, amit kapok az üléseken a többiektől. Mindent elmondanak, bátran kérdezhetek, tanítják nekem a képviselőiséget.

**Cris: Kezedben a „marsall bot”, mit szeretnél elérni az öt év alatt?**

**Gergő:** Úgy gondolom én azért kaptam bizalmat, hogy főként a fiatalok érdekeit képviseljem. A fiatalok szeretnek szórakozni, de Sződligeten nem nagyon találnak megfelelő helyet. Szeretnék ebben segíteni, klubot alapítani, lehetőségeket találni az este tíz utáni szórakozáshoz.

**Cris: Tárt karokkal várlak benneteket a Közösségi Házba! Más tervek?**

**Gergő:** A turisztikai vonalat is szeretném erősíteni, több ismerősöm végez ilyen témában, akiknek kikérem a tanácsát, mit lehet tenni, hogy újra virágkorát élje a pihenés paradicsomaként elhíresült Sződliget.

**Cris: Többet köszönnek amióta képviselő lettél?**

**Gergő:** Igen.

**Cris: Többen állítanak meg és kérnek, panaszkodnak amióta képviselő lettél?**

**Gergő:** Nem, bár az ismerőseim mondják azóta a kívánságokat.

**Cris: Ha nem vagy éppen képviselő, mivel töltöd az idődet?**

**Gergő:** Villamosmérnöknek tanuló. Szabadidőmben focizok, kerékpározok, filmeket nézek és bütykölök.

**Cris: Mi leszel, ha nagy(obb) leszel, politikus vagy villamosmérnök?**

**Gergő:** Biztos, hogy villamosmérnök.

**Cris: Három kívánság?**

**Gergő:** Szeretnék, mint képviselő, nyomot hagyni magam után, úgy dolgozni, hogy értelme legyen a munkámnak. Szakmai vonalon, ha elvégeztem az iskolát legyen munkahelyem, hogy azt csinálhassam, amit tanultam és amit szeretnék csinálni. Magánéletben pedig elnyűttnek tűnhet, de rendes családot szeretnék, keresem a párom és remélem megtalálom.

**Cris: Most meg kellene köszönnöm a beszélgetést, de nem bírom kihagyni, ezek szerint facér vagy, ki a nőideál?**

**Gergő:** Válogatós vagyok, legyen értelmes, inkább az ellentétem, mint „villamosmérnök”, családot szeretnék, két gyereket pár év múlva, ez se rettentse el.

**Cris: Gergő keresi a párját... én meg köszönöm a beszélgetést.**

*Cris*



## Beszélgetés Szilágyi Krisztina biológussal

Csendes őszi délelőtt volt, amikor egy kedves, utolsó harmadban lévő kismama kopogott be a könyvtár ajtaján, érdeklődve a Baba-mama klub és minden más helyi program iránt. Az érdeklődésből beszélgetés kerekedett. Krisztina biológus, Vácrátóton egy érdekes projektet vezetett, erről, életéről és biológusságáról is kikérdeztük...

Szilágyi Krisztina 1975. szeptember 7-én született Miskolcon. Gyermekkorában sok nyarat töltött a természetben, víz közelben, tóparton a családjával, mivel édesapja nagy horgász szenvedéllyel élt. Ez idő alatt szerette meg a természetet, majd megfogalmazódott benne, hogy valami ezzel kapcsolatos pályát szeretne választani. Először állatorvos akart lenni, de a család nem nagyon tudta akkoriban elképzelni ezt a szakmát egy nőnek, lebeszéltek szándékáról, így végül a biológus szakma mellett döntött. 2000-ben végzett a Debreceni Egyetemen mint biológus (ökológus). Ezután nyelvet tanult Angliában egy nyelviskolában. Másfél évet töltött külföldön, majd tanulmányai végeztével hazajött szerencsét próbálni. 2002-ben a gyógyszeriparban helyezkedett el, mint gyógyszer törzskönyvező. Ebben a szakmában 2010-ig dolgozott, mely idő alatt céget váltott, így került Miskolcra Gödöllőre. Gödöllőn ismerkedett meg párjával, aki szödligeti, így került 2010-ben a községbe. 2011-ben megpályázott egy projekt-koordinátori állást a vácrátóti Nemzeti Botanikus Kertben. A gyógyszeripart az adódó lehetőségen túl is otthagya volna, egyrészt érdeklődése is inkább a természetvédelem, természet kutatása felé hajlott, másrészt az ágazatban eltöltött évek alatt a multinacionális cégkultúra túlzottan teljesítményközpontú nézeteivel sem értett egyet, energiáit szeretne volna számára hasznosabbnak ítélt dolgok felé fordítani.

**Gyógyszertörzskönyvező:** a hatóságok felé engedélyezteteti a gyógyszereket, dokumentálva, összesítve a klinikai és laboratóriumi vizsgálatok eredményeit.

**Hírforrás: Mi volt a projekt lényege, amiben elkezdte 2011-ben dolgozni?**

**Krisztina:** Ez egy egyedülálló kezdeményezés volt Magyarországon, célja a vadon termő növények magjának magbankban való összegyűjtése volt. Mivel a haszonnövények magjait már gyűjtötték az országban (Tápiószelén), így egyedüli kezdeményezésként az ő módszereikhez, infrastruktúrájukhoz csatlakozva kezdett el dolgozni a csapat.

**Hírforrás: Mit jelent ez a munka pontosan?**

**Krisztina:** Ez egy öt éves program (2010–14 között), aminek legfőbb célja az volt, hogy a majd 1600 őshonos, tárolható magvú fajból legalább 800 vadon élő edényes növény magját génbanki technológiával megőrizzük. Ez egy élőhelyen kívüli, úgynevezett *ex-situ* megőrzési módszer, amely kiegészíti a helyben, *in-situ* történő természetvédelem munkáját.

**Hírforrás: Szárítják, fagyasztják, hogyan tárolják, őrzik?**

**Krisztina:** A nemzetközi génbanki előírásoknak megfelelően hűtött tárolókban őrzik a magokat. Ami fontos a magok eltarthatóságánál, az a hőmérséklet és a nedvességtartalom. Vannak magok, amik a nedvességtartalom elvesztésével elvesztik csíráképeségüket – ilyenek például a tölgyek – ezeket a növényeket nem tudjuk ezzel a technológiá-

val megőrizni. Hűtés előtt a magokat kíméletes szárítással kezeljük, így lecsökkentve a magok nedvességtartalmát fajtól függően 3–7%-ra. Érdekeség, hogy míg a kultúrnövényeket üvegekben, a vadon termő növények magjait három rétegű, légmentesen lezárt alumínium-tasakokban tároljuk.

**Génbank:** *genetikai információkat gyűjtő és tároló intézmény. Genetikai információkat tárolni leginkább sejtek, szövetek megőrzésével lehet. A magokban a teljes növény létrehozásához szükséges genetikai információ megtalálható, ezért az ilyen magbankokat génbankoknak is nevezik.*

**Hírforrás: Egy-egy növény esetében hány magot kell begyűjteni?**

**Krisztina:** A magbank célja a hosszú távú megőrzés, kutatási és szaporítási célokra, ezért egyedenként minimum 5000 életképes magra van szükségünk. Nehezíti a vadon termő növények magjait gyűjtő csapatunk munkáját, hogy általában ezeknek a növényeknek nagyon apró magjai vannak.

**Hírforrás: Hogyan történik a maggyűjtés?**

**Krisztina:** Mivel minden siker a kezdetnél dől el, jelen esetben a megfelelő minőségű magok begyűjtése nagyon fontos, ezért hozzáértő szakemberek gyűjtik be a magokat megfelelő szakértelemmel. A szakmai koordinációt a Maggyűjtési Tanácsadó Testület felügyeletével a vácrátóti Nemzeti Botanikus Kert végzi: megkeressük a megfelelő szakembereket a gyűjtési területeken, tanfolyamokon kiképezzük őket a feladatra. Sok növény magjának begyűjtéséhez engedélyekre volt szükség, mert vagy védett növények, vagy csak természetvédelmi, illetve lezárt területeken fordulnak elő.

**Hírforrás: Láthatóan életem a munkád, lelkesedés és őszinte hit sugárzik a szavaidból. Az újság sorai viszont védegenséggel, csak az érdeklődést tudtuk felkelteni néhány érdekességgel, de akit jobban érdekel a dolog, olvashat róla a Természet Világa 2013. júliusi számában megjelent írásodban, amiben a projektet részletesen bemutatod, leírod, illetve hagyta a könyvtárban több ismertető füzetet is, ami egy kiállítás kísérő kiadványa. Mit kell tudnunk erről a kiállításról?**

**Krisztina:** A projekt feladata a magbank létrehozása mellett a tájékoztatás, szemléletformálás is volt. A Vácrátóton, a Nemzeti Botanikus Kertben a Berkenyeház kiállítás egyik része a Pannon Magbankot bemutató tárlat és az azt kísérő kiadvány. A kiadvány elsősorban gyerekeknek szól, de sok felnőtt is hasznos információkhoz juthat belőle a projekttel kapcsolatban. Érthetően, játékosan szeretnénk bemutatni munkánkat, annak célját, fontosságát.

**Hírforrás: Nagyon köszönjük a beszélgetést, és most rendhagyó módon nem a te kívánságodra vagyunk kíváncsiak, hanem neked kívánunk sok boldogságot a kisbabához, egészséget az életben és további sikereket a munkádban!**

# Kitüntető meghívás

A Greenpeace európai polgármestereket hívott meg Németországba egy olyan tanulmányútra, melynek során a német decentralizált energiaellátásban élenjárók mutatják be munkájukat. A költségeket a Greenpeace állta. *Magyarországról négyen voltunk a 15 fős polgármesteri delegációban: Bögre Lajosné Tiszatarján polgármesterasszonya, Szabó Rebeka Zugló alpolgármestere, Kócse Tibor Nagypáli polgármestere és jómagam. A küldöttségben részt vettek még szlovén, horvát, török és bolgár polgármesterek is.*

Németországban a fukusimai balesetet követően döntés született az atomerőművek gyorsított ütemű bezárásáról, ami által az utolsó német reaktort 2022-ben le kell majd kapcsolni. A kormányzati döntés szerint, az atomenergia helyett a megújuló energiaforrások számára kell biztosítani nagyobb teret. Ennek a döntésnek a helyi magvalósulásáról szólt a tanulmányút.

**Az első napon** az 1600 lakosú bajorországi Bidingenbe mentünk, ahol a lakosok nagy része mezőgazdasági és erdészeti területen dolgozik, ezért a város számára a gazdasági lehetőségek és a bevételi források korlátozottak. Franz Martin polgármester a következőképpen írta le a helyzetet: „Bidingen eladósodott és az új bevételi források megteremtésének lehetőségei beszűkültek. A megújuló energiaforrásokat felhasználó erőművek építése számunkra gazdasági perspektívát jelent. Szerettünk volna tevékenyvé válni ezért támogattuk egy, a város által üzemeltetett szélenergia megépítését. A szélenergia segítségével nem csak adósságainkat csökkentjük, de a környezetünket is védjük”. Ezt a stratégiát siker koronázta, Bajorország első városi tulajdo-

nú szélenergia rendszerét 2014 nyarának elejére valósították meg. A beruházás ugyanakkor kockázatokat is rejtett magában, ahogyan azt a polgármester is leszögezi: „Összességében 47 millió eurót fektettünk az infrastruktúra kialakításába, valamint a szélenergia megépítésébe és csatlakoztatásába. A várt 610.000 Eurós éves bevételt a kamatfizetés és a működési költségek csökkentik, így a nettó nyereség 150.000 Eurót ér majd el”. A következő állomás Wildpoldsried volt. A tájképet látva, a szélenergia használata nyilvánvalóvá válik. Számos háztetőn napkollektorokat és fotovoltaiikus rendszereket látni, sok gazdálkodó pedig helyi forrásokkal működő biogáz erőművet használ. Emellett három kis vízerőmű biztosítja az állandó villamos energiát. Ezek a kombinált megújuló energia megoldások nem csak a wildpoldsriedi lakosok áramigényét elégítik ki, hanem ezt 250 százalékkal meg is haladják. A polgármester, Arno Zengerle így nyilatkozott: „A gyakorlatban a klímavédelem kizárólag a lakosok részvételével valósulhat meg. A lelkesedés és az elkötelezettség kulcsfontosságúak, míg külső nyomásgyakorlással semmit nem lehet elérni”. A megújuló energiák segítségével a város az egy főre jutó né-







metországi átlag CO<sub>2</sub> kibocsátás több mint felét takarítja meg. A sikertörténet pár helyi és odaadó lakossal kezdődött. 1999-ben Wendelin Einsiedler gazdálkodó 30 szomszéd és barát segítségével civilszervezetet alapított, mely a szélenergia hasznosításával bevételképzést és a környezet védelmét tűzte ki céljául. Ehhez a projekthez a szükséges befektetés 25 százalékát a wildpoldsriedii polgárok finanszírozták, a hiányzó összeget pedig Bajorország és bankok biztosították. A projekt nagy sikerére való tekintettel 2002-ben a lakosság egy másik szélparkot is megvalósított és a szomszédos települések is számos szélerőművet állítottak fel. Ma több mint 180 wildpoldsriedi lakos vesz részt a szélprojektekben, amelyek évente 13 millió kilowatt óra villamos energiát termelnek. Számos önkormányzati épület, mint például a tornacsarnok és a tűzoltó állomás tetőfelületét használják a napenergia hasznosításához. Ez a stratégia a városnak további bevételeket hoz. 2020-ig a város a hálózat olyan irányú kiterjesztését tűzte ki célul, hogy az a teljes villamos-energia és fűtési igényt saját maga tudja fedezni.

**A második napon** Leutkirchbe utaztunk. A 2100 napsütéses órájával, Leutkirch im Allgäu Németország egyik legnaposabb települése volt 2011-ben. A város környezetvédelmi menedzsere, Michael Krumbösch szerint: „Ez nagyszerű lehetőség a napenergia hasznosítására”. A leutkirchi polgárok nagy elkötelezettséggel vesznek részt a napenergiához kapcsolódó projekteknél. Különböző civil szervezeteket hoztak létre, amelyek együttesen tervezik és valósítják meg a projekteket. 2001 és 2008 között, a leutkirchi napenergia kezdeményezéseknek köszönhetően a városi háztetőkön hét napenergia erőmű került kialakításra. Ezek a társaságok kezdetben nagyon jól működtek, de hogy segítsék a korlátozott anyagi lehetőségekkel bíró polgárok részvételét, alapítottak egy energiaszövetkezetet, amelyben a korábbi 5.000 Euró helyett, már 200 Euró minimális befektetéssel részt lehetett venni. A 84 tag több mint 80.000 Euró kezdőtőkét adott össze. Azóta több mint 300 polgár csatlakozott és ennek köszönhetően több mint 750.000 Euró tőke kezelését bízták az energiaszövetkezetre.

A szövetkezet két nappal megvalósításában vett részt, melyek közel 8.000 kilowattnyi áramot termelnek, ami körülbelül 2.500 háztartás igényét elégíti ki.

**A hazautazás előtt** München mellett Riemben meglátogattunk egy geotermikus üzemet. A 2.600 méter mélyről származó 85 fokos víz fűti a helyi üzletközpontokat és közel 800 lakást.

Külön pozitívum, hogy a küldöttségnek lehetősége nyílt arra, hogy a projektek felelős személyeivel tapasztalatot cseréljenek és kapcsolatok épüljenek ki.

### És a hazai gyakorlatról néhány mondatban:

A magyarországi szélkerekek története mindössze pár esztendő – legalább tízéves késésben vagyunk Nyugat-Európához képest. 2006-ban indult a nagy versenytűzés a környezetbarát berendezések engedélyeiért. A vállalkozók számításai szerint a 20–25 éves élettartamú tornyok ára 6–8 év alatt megtérül és ezután csak a számlát kell minden hónapban kiállítani az áramszolgáltatónak, az alaposan megtámogatott átvételi ár után. Az állam azt is vállalta, hogy 15 évig kötelezően átveszi az így megtermelt áramot. Nem csoda hát, hogy ilyen feltételek mellett négyszer annyi áramtermelési kapacitást ajánlottak fel a beruházók, mint amennyiért hajlandó az állam a megújuló energiának dukáló megemelt áramdíjat kifizetni. (A hagyományos, nem megújuló energiát használó erőművek nagyjából a felét kapják a megtermelt áramért).

A nagyszámú érdeklődő között kvóta bevezetésével igyekeztek rendet vágni. A Magyar Villamosenergia-ipari Átviteli Rendszerirányító (Mavir) Zrt. szerint ugyanis a magyar hálózat legfeljebb 330 megawatt (MW) szélenergiát képes „felvenni”, mivel a szélenergia nehezen tervezhető, márpedig az ingadozástól könnyen „fejre állhat” a rendszer – különösen Magyarországon, ahol nincsenek gyorsan indítható vízi erőművek.

Akinek nem jutott kvóta, az termelhet ugyan a saját szakállára áramot, de azt rosszabb esetben senki nem veszi át tőle, jobb esetben betáplálhatja a rendszerbe, viszont nem kapja meg a zöldáram utáni támogatást. „Ez olyan, mintha a vidéki tűzoltóknak három nappal előre be kellene jelenteni a tűzesetet, hogy legyen idejük a tűzoltószekérről lerakni a trágát” – jellemzi a szélerőművek körül kialakult legújabb botrányt egy magyar szélkerékfarm tulajdonosa. Az új Vt. végrehajtási rendelete szerint a biomassza- és a szélerőműveknek egy hónapra előre közölniük kellene, mikor mennyi energiát akarnak betáplálni a hálózatba. A Mavir Zrt. ráadásul úgy értelmezi a rendeletet, hogy mindennap jelezni kell a másnapi termelési tervet, negyedórás bontásban. Ez bár nem kötelező, a Mavir szerint a termelők érdeke. Amennyiben az eltérés a szélerőműveknél 30 százalékkal nagyobb vagy kisebb a bejelentettnél, a termelőknek pótdíjat kell fizetniük. Azt gondolom, hogy van még mit tanulnunk a német gyakorlathoz.

Juhász Béla polgármester

# Beszélgetés dr. Cseh Józseffel

2014. október 23-án Cseh József az '56-os Vitézi Lovagrend tagja Sződliget községnek adományozott egy, az '56-os áldozatok tiszteletére faragatott kopjafát. A doktor úr saját költségén, szülőföldjén, Csernátonban faragatta az emlékezés oszlopát. A kopjafa kalandos úton, szekéren, járatos buszon és autóval érkezett Sződligetre, amit ez év október 23-án ünnepélyes keretek között Juhász Béla polgármester úr átvett. A megemlékezés keretében Cseh József visszaemlékezett az 56-os forradalom megélt eseményeire, majd pedig a felavatott és átadott kopjafára felhelyezte koszorúját. Erről, életéről, '56-os emlékeiről beszélgettünk egy csésze tea mellett.



**1937-ben Vajdahunyadon Dél-Erdélyben** született, 1941-ben Észak-Erdély visszaadása után a család Marosvásárhelyre költözött. 1944-ben menekülniük kellett a román és orosz csapatok elől a mai Magyarország területére. Mindent maguk mögött hagyva (házat, földet, ingóságokat) tizenegy hétig utaztak embertelen körülmények között száz másik székely családdal marhavagonokban, mígnem megérkeztek Zalaegerszegre. Újra kellett kezdeni mindent, lakást béreltek, szegénységben éltek. A doktor úr a középiskoláit már Budapesten végezte az állatorvosi technikumban, majd felvételt nyert az állatorvosi egyetemre. Másodéves egyetemista volt 1956. október 23-án.

**Az 1956-os eseményekről** 2009-ben egy hosszú cikk jelent meg a *Csernátoni füzetek*ben a teljesség igénye nélkül, néhány gondolatot ebből a cikkből idéznék:

*„Október 23-án egy spontán jellegű tüntetéssel kezdődött minden, igaz, hogy az 1955-ben alakult Petőfi-kör viták szintjén már próbált változtatni a dolgokon, de tulajdonképpen ereje nem volt hozzá. 23-án tizenegy óra körül bent voltam a tanulószobában és egy szigorlatomra készültem, amikor jött egyik kollegám, hogy a műegyetemen nagygyűlés lesz... kettő, fél három között elindultunk.”*

A cikk innentől egyes szám első személyben meséli az azokat az eseményeket, amit a történelemkönyvekben, ünnepi beszédekben és visszaemlékezésekben írnak le... mint például:

*„A Sztálin szobor ledőlt, persze ahhoz át kellett vágni a csizmájánál. Aztán kötelet kötöttek a szobor nyakára és úgy hurcolták a Nemzeti Színházhoz.”*

*„Nagy tömeg verődött össze a rádió előtt, amikor este, olyan 11 óra felé, társaimmal elindultunk hazafelé. Ott és akkor szembesültem először az élet-halál kérdésével. A múzeum mögötti téren 40-50 ÁVH-s fiatal katonával találtuk szembe magunkat. Kék ávósok voltak, akiket legjobban utált a nemzet. A mai napig is látom még a szeme világát is annak az ávósoknak, aki pont velem szemben állt. Egyszerű paraszt gyerek lehetett, s nem tehetett róla, hogy besorozták, de az biztos, hogy mindannyiunkat meglőhetett volna. A tömeg nyomott előre, ők pedig sorfalat álltak és a tiszt tü-*

*zet vezényelt. Ott álltunk tehetetlenül és egyikük se vette célra a fegyverét. Döbbenetes dolog volt átélni azt, hogy jön a tűzparancs és meghalatsz...”*

*„A forradalmárok becsületesek voltak, mert az elfogott ÁVH-s kiskatonákat nem ölték meg, hanem elküldték. A forradalom tiszta volt, bármit is mondanak utólag, nem a boszszúvágy hajtotta az embereket, a tiszteket bíróság elé állították. Kimondhatom nyugodtan a Körúton végigmenve nem volt fosztogatásnak nyoma. A szétlőtt kirakatok ellenére sem raboltak. Például a Rákóczi úton lévő cukrászdánál a kirakat mögött a minyon papírba bele volt téve a 80 fillér.”*


24-én reggeltől, mint orvosi egyetemista a sebesültek begyűjtésére jelentkezett Cseh doktor, társát, Tatai Zoltánt, a jól látható karjelzés ellenére egy T34-es tizenegy golyóval ölte meg közvetlen mellette. Egészen november 11-ig teljesített „szolgálatot”, 16-án felszállt egy Csepel teherautóra, amely Nyugat felé indult a menekültekkel. Szentgottárdnál megállt az autó tankolni és ekkor ő leszállt a következő gondolatokkal:

*„... énnekem 1944-ben sajnos menekülni kellett Marosvásárhelyről, el kellett hagynom a szülőföldemet, nem tudom a hazámat is elhagyni.”*

*(A teljes visszaemlékezés elolvasható a könyvtárban megtalálható másolatban – szerk. megj.)*

**Hírforrás: Hogyan menekült meg, milyen hátránnyal járt az '56-os múlt, hogyan lett a Vitézi Rend tagja?**

**Cseh József:** Visszamentem márciusban az egyetemre, ahol azonnal vérbíróság elé állítottak. A perem során szerencsém volt, aminek az életemet köszönhetem. A forradalom zűrzavarában még segítettem két koreai egyetemi társamon, akiknek nem volt szállásuk, ennivalójuk. Megsajnáltam őket az állatápolói szobában húzódtak meg, szerettem nekik élelmet is. Ez a két kommunista fiatal szólt az érdeklődésben a vérbíróságon és kaptam csak egy ösztöndíj megvonási büntetést. Sokáig jöttment menekültek tartottak. A rendszerváltás után, mivel tudtak '56-os múltamról, én szerveztem a községi megemlékezéseket. 2006-ban a Péterfy Sándor Kórház egyik részlegének felújítása kapcsán



a pincében '56-os iratokat, papírokat találtak, köztük azokat az igazolványokat, amiket a betegszállítás kapcsán kellett aláírunk. Több papíron az én nevem szerepelt, mint betegszállító. Ez jutott az '56-os Vitézi Rend tudomására és avattak vitézzé 2007. március 24-én.

**Hírforrás: Hogyan alakult a civil élete?**

**Cseh József:** 1960-ban elvégeztem az állatorvosi egyetemet és vidékre, a Dalmandi Állami Gazdaságba kerültem, ahol kétezer csikó állatorvosa voltam. Egy év után, 1961-ben kerültem Vácra, a vágóhídra, ahol beosztott, majd vezető állatorvos lettem, élelmiszer biztonsággal és húsvizsgálattal foglalkoztam. 38 évet dolgoztam itt, amikor is felszámolták a vágóhidat, engem pedig elküldtek először egy olasz tanulmányútra a HCCP élelmiszerbiztonsági rendszert tanulmányozni, majd pedig megbíztak annak bevezetésével a váci járásban. 68 éves koromban mehettem nyugdíjba, mint kirendeltség vezető főállatorvos, minisztériumi szaktanácsos.

**Hírforrás: Ma már éli a nyugdíjasok boldog éveit?**

**Cseh József:** Boldog, de nem munka nélküli, a mai napig praktizálok, mint magán állatorvos.

**Hírforrás: Melyik munkáját szerette a legjobban?**

**Cseh József:** A lovakat.

**Hírforrás: Meséljen a családjáról.**

**Cseh József:** Szüleimet fiatalon, 1961-ben vesztettem el, gyökereim Erdélyben maradtak. Első feleségem 1974-ben meghalt, ebből a házasságból született lányom és ma már van tőlük két unokám. Második feleségemet 1978-ban vettem feleségül, tőle született a fiam.

**Hírforrás: Mióta élnek Sződligeten?**

**Cseh József:** 1961-ben kezdtünk el építkezni a Vasúti fason. Büszke vagyok rá, hogy a házban sok minden a kezem munkája. Szeretek alkotni, nem ijedek meg a járólapozástól, kőműves vagy asztalos munkától.

**Hírforrás: Három ciklusban, három polgármester alatt képviselője volt a községnek.**

**Cseh József:** Igen, hosszú évekig megkaptam a lakók bizalmát, ami nagyon jól esett, de nagy felelősséggel is járt. Nekem különösen szívügyem volt a környezetvédelem és az oktatás. Én szerveztem meg ez idő alatt az iskolaszéket, tiszteletdíjamból, amit soha nem vettem fel, többek között épült meg az iskola gázkéménye. Nagyon fontosnak tartottam és tartom ma is az iskola szerepét, hogy kiművelt emberfőt adjanak az országnak.

**Hírforrás: Már csak egy kérdés maradt: mi lenne a három kívánsága?**

**Cseh József:** Nagyon szeretnék a most születendő kislány unokám mellé majd egy fiú unokát is, hogy tovább vigye a vérvonalunkat. Békességet szeretnék a család és a nagyközösség szintjén egyaránt. Kárpát-medencei magyarságnak pedig azt szeretném, ha egy közösségben, békében élhetne.

## Felére csökkent az építményadó Sződligeten!

**Felére csökkentette a képviselő-testület a lakás céljára szolgáló épület építményadóját. Januártól már az új szabályozás szerint fizetjük ezt az adónemet.**

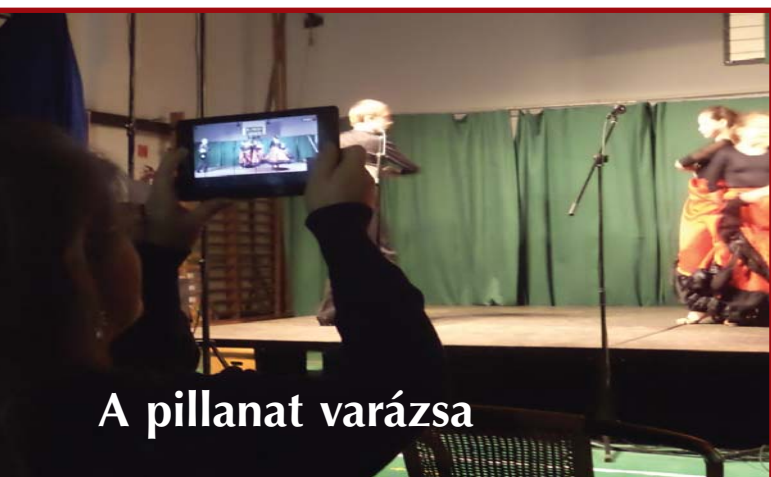
A Tiszta Forrás Szövetség választási programjában szerepelt, hogy az adók és közterhek mértékét felülvizsgáljuk és, ha lehetséges, akkor azokat csökkentjük olyan módon, hogy az megfeleljen az igazságos és arányos közteherelviselés elvének.

Ennek szellemében az új képviselő-testület által elfogadott rendelet szerint a lakás céljára szolgáló épületek utáni adómérték a felére, azaz 100 Ft/m<sup>2</sup>/év összegre csökkent. (A korábbi szabályozásban lakás esetében 200 Ft/m<sup>2</sup>/év adót kellett a sződligeti lakosoknak megfizetni a lakás céljára szolgáló épületük után. Az egyéb épületek, például egy garázs adóterhe 400 Ft/m<sup>2</sup>/év.)

Egyetértünk a kormánnyal abban, hogy elsődleges cél a társadalmi igazságosság, a méltányosság és az arányos közteherelviselés elvein nyugvó adórendszer kialakítása. Ezért az építményadóban **eltörléses kerütek a korábbi mentességek**, azaz mostantól a 100 m<sup>2</sup> alapterület alatti ingatlanok tulajdonosainak is kell építményadót fizetniük. Ezzel az intézkedéssel a közteherelviselés arányosabb lesz, azaz kivétel nélkül minden ingatlan tulajdonosa fog adót fizetni. A kisebb alapterületű épületek tulajdonosai kevesebbet, a nagyobbaké többet. Ezzel nemcsak az arányos közteherelviselés valósul meg, hanem – mivel minden sződligeti lakos adófizetővé válik – mindenki sokkal inkább magáénak érezheti majd a községben történő fejlesztéseket.

Önkormányzatunk a kormány által elvárt és támogatott feltételeket a bejelentett adóléppel mind 2015-ben, mind a továbbiakban úgy képes maradéktalanul teljesíteni, hogy mindeközben a lehető legkisebb mértékben kéri a sződligeti emberek hozzájárulását.

**A felére csökkentett lakás céljára szóló építményadó**, a határozat kézhezvételét követően csekken, két egyenlő részletben, márciusban és szeptemberben kell majd a polgároknak megfizetniük.



## A pillanat varázsa

Az év számtalan eseményén, számtalan fellépő szórakoztatta Sződliget közönségét. Kicsik és nagyok táncoltak, szavaltak és énekeltek. A kedves hozzátartozók jelentős része a produkció alatt azon igyekezett, hogy ezeket a vissza nem térő pillanatokot megörökítse. Készültek a fotók, videofelvételek, fényképezőgéppel, okos telefonnal, ipad-del..., erről egy történet jutott eszembe: két kislányom anyák napi műsora egy időben volt egyik évben. A kicsinek az oviban, a nagyoknak az iskolában. Osztottunk, szoroztunk, megfeleztük a családot, mami ment anyunak a suliba apával, anya papival az oviba. Kamera nálam, gyermekem első szerepét meg kell örökíteni! A műsor hosszú volt és néha akadozó, így én hol felvettem a produkciót, hol pihentettem a gépet, persze nagyon koncentráltam és fókuszáltam a kamerán át gyermekem színrelépése alatt. Otthon aztán kiderült elbénáztam a dolgot, amikor azt hittem veszem kikapcsoltam, amikor azt hittem kikapcsoltam vettem a semmit...ennek köszönhetően begyűjtöttem húsz perc lábakat és padlómintázatokat...azóta nem veszem fel és nem fotózom, hanem egyszer, visszahozhatatlanul, élőben, élesben nézem a gyerekeimet. Kívánom önöknek is az ünnepek alatt és az azt követő szürkébb hétköznapiakban is éljék meg a perceket, élesbe, igaziba, készítsenek egy-egy fényképet, higgyék el elég lesz emlékezni arra, amit előtte és utána megélték... tapasztalatból beszélek!

Cris

**Ingyenes,** Németországból érkezett ruhák osztására került sor november végén a Közösségi Házban. Ezúton is köszönjük az önkéntesek munkáját!



## Milyenek a sződligeti postaládák? – avagy a kampány tanulságai...



Talán nem árulok el nagy titkot, ha megemlítem, hogy a Tiszta Forrás képviselőjelöltjei az idei önkormányzati választásnál is – akárcsak az előzőeknél –, saját maguk szórták a kampánykiadványokat, felosztva a falut kb. egyenlő részekre. Így azután meg tapasztalhattam, milyenek is a sződligeti postaládák...

Vannak:

- szép nagyok, amikbe kényelmesen bele lehet tenni a nagy alakú újságokat is
- aranyos kicsik, amikbe csak négy/hat/nyolc réteg hajtogatva gyömszőlheted be a kiadványt
- henger alakú „csőposták”, amikbe bele kell göngyölni az összepödrött sajtót
- guggolósak, amikhez le kell hajolni a földig, hogy belehelyezhess bármit
- elérhetetlenek, amikbe lábujjhegyre állva lehet bedugni a küldeményt
- selejtezők, amelyek azonnal kidobják a megkapott szórólapokat, megkímélve a házigazdát ettől, vagyis kintől bedobod, bent kiesik, ezeknek több fajtája is létezik:
  - eleve nincs hátsó faluk/ajtajuk
  - van ajtajuk, de nincs becsukva/zárva, az újsággal Te magad tolod/nyitod ki
  - tartozékkal ellátottak, fajtái:
    - kerítéses, ez leginkább a csőpostásnál van, ugyanis a belül elhelyezett csőbe csak a kerítésen keresztül tehetsz bármit, de a kezéd nagyobb a kerítés hézagainál, az újság is szélesebb, itt pödörni/hajtogatni kell, kb. gyufaszálnyira
    - emberes, a kedves lakótársal kedélyesen elbeszélgetsz a kapuban állva félórát, miközben kb. 10 kg kiadványt fogsz egyenként mind a két kezében – ezt persze csak a kezem bánta
    - kutyás, ez a legveszélyesebb, mert
      - miközben próbálsz a levélszekrénybe betuszkolni az újságot, a kutya felugorva leharapja az ujjadat
      - átrepül a kerítésen és megdöntöd a futás olimpiai csúcsidejét
      - végül, de nem utolsó sorban, a láthatatlanok, vagyis amik nincsenek, lesed elöl, hátul, fent, lent, a kikapunál, a nagykapunál, végig a kerítésen... és sehol sincs.

Így jártam, gondolom, a többiek is. Konklúzió: nem irigyelem a postásokat, lehet, hogy ezért (is) kapunk olyan sűrűn új postást?

Tari Istvánné  
képviselő

## MAROZSÁN ERIKA Szódligeten forgatott

A Janus című film az ötvenes években játszódik, a film egyik helyszíne egy fogorvosi rendelőben játszódik. Szódligetre esett a választás, a mi fogorvosi rendelőnkben vették fel a jelenetet.

Egész nap ömlött az eső, már délből megérkezett a stáb. Több, mint hatvan ember dolgozott hat órán át egy kb. 10–15 másodperces jelenetért. Lámpák, mikrofonok, állványok, technikusok, hangosítók, sminkesek... dolgozott a filmipar teljes gőzzel.

A jelenleg Amerikában élő színésznő ennek a filmnek a forgatására érkezett haza, ősszel, mivel hat éves kislánya kezdi az iskolát, már újra ott vállal színházi szerepeket. Marozsán Erikával a forgatás után találkoztam pár percben. Kicsit várnunk kellett, amíg a sminkes eltüntette az öregítés varázslatait a színésznőről. A fogorvosi váróba egy kiegyensúlyozott, mosolygós, de fegyelmezett profi művész érkezett. Kedvesen, készségesen válaszolt kérdéseimre, mosolygott a fényképezőgépre velem, nélkülem...

- Milyen nyelven álmodik?
- Magyarul álmodom, de angolul beszélek másokhoz álmomban.
- Vannak szerepálmái?
- Szeretnék könnyed szerepeket. Eddig a súlyos, történelmi szerepek találtak meg. Most kilátásban van egy rendező barátom révén egy kellemes női szerep.
- Hogyan készül egy filmforgatásra?



– A szöveget már a forgatás előtt teljesen megtanulom.

– Talán kevesen gondolnak bele, de egy film szövegkönyvének megtanulása nem egyszerű feladat. Van valami titok, hogyan tanul szöveget?

– Sok, nagyon sok kávé. Éjjel tanulok, amikor csend van körülöttem. Munka, család, hétköznapi dolgok után.

– Milyen volt a mai napja?

– Kellemes. Ma csak délutántól dolgoztam, volt időm délelőtt pihenni, jó hangulatban telt a forgatás, mindenki nagyon kedves volt, külön köszönet a fogorvos hölgynek, aki a dublőröm lett az ampullatörésnél.

– És holnap?

– Folytatódik a forgatás, most úton vagyunk, vidéki helyszín lesz megint.

Közben elcsendesedett a rendelő, vége lett a sürgés-forgásnak, kamionra, teherautókra került a mozgó filmgyár. Másodpercek egy filmben, percek egy világban is híres magyar színésznővel, ez egy apró szódligeti sikertörténet, mondhatni kultúrbonbon.

Cris

## MEGÁLLA (MŰV) ÉSZ

Performance talán még sohasem volt Szódligeten, de hét év alatt biztosra mondhatom, hogy nem volt és azt is, ha mások így gondolják, hogy ez az, akkor nem is lesz... egy darabig.



2014. októberében Dömötör László költő verseihez készült fotók és az írás adta ihletből született zenék együttes hatásának lehetnek részesei a Községi Házba látogatók. A falakon egy hajóról készült fotó variációk fogadták a látogatókat egy asztalnál ülve a költő és zenész/fotós barátai. Történt felolvasás és szólt a blockflöte, majd a gitár, meghallgattunk személyes élményeket s történetet az álló hajóról is ... no meg kaptunk sértéseket, feltételezve, hogy vannak akik csak az ingyen piáért jönnek, no azok most lehetnek, mert csak kakaó van, a szabadidejét, szombatját a hírvivésnek áldozó kamerás Gombos urat majd-hogynem kitessekelte a teremből művésznünk, nagyobb gázsit kérve ... megmérgezve ezzel a jó hangulatot a magát percenként egy forintért áruló „művész” ... elnézést kérek és remélem a kis intermezók ellenére azért volt, ha más nem, az illető így nem szeretnénk élményük, ezen az estén.

Kovács Krisztina

## MŰVÉSZSAROK



2014. október 23-án  
Csatai Árpádné Horváth Erzsébet  
kiállításának megnyitója volt

**MŰVÉSZ TALÁLKOZÓ SZÓDLIGETEN**  
szombat este a Községi Házban.  
Kovács Kriszta ötlete és szervezése nyomán  
GÖD és SZÓD művészei is csatlakoztak  
a Szódligeti Művészek és Előadók Baráti  
Köréhez.



# Iskolai hírek másképp ...

Kovács Krisztina felvetését szeretném tolmácsolni a Tisztelt Olvasóknak. Krisztina megkért, hogy az újságban is mutassuk be a két katedra díjazott pedagógusunkat. Örömmel tettünk eleget e kérésnek, ugyan mind a ketten először meglepődtek a hír hallatán, majd kis gondolkozást követően látszott, hogy az élmények átjárják a gondolataikat, írtak magukról, érzéseikről. A sok-sok évet nehéz néhány sorba sűríteni, de aki esetleg nem ismeri a két Sződligeten élő díjazottunkat, azoknak szeretnénk ilyen formában is bemutatni őket.

## Papi Gézáné, Marika néni

Először is szeretném megköszönni ezt az elismerést. Nagyon megtisztelő, hogy a tantestület sok kiváló pedagógusa közül rám esett a választás.

Úgy mesélik, már kislányként is erre a pályára készültem. Gyermekkorom tanító nénijének embersége, gyermekszeretete példaértékű volt. Talán már akkor megéreztem ennek a hivatásnak a szépségét.

Fiatalon kerültem Sződligetre. 1984 óta tanítok itt. Akkor még az úgynevezett kiskolában voltak az alsós tantermek. Ahogy teltek az évek, lassan minden évfolyam felkerült az új épületbe, kicserélődött a tantestület, és megújultak az oktatási módszerek is. Sok minden változott, de a gyerek, gyerek maradt, aki igényli a törődést, az odafigyelést, az egyéni bánásmódot, és a tanító néni is tanító néni maradt, akinek mindezt nyújtania kell.

Tanítványaimtól nagyon sok szeretetet kapok vissza. Rengeteg rajzocskát, emléket őrzök.

Remélem, még sok szép élmény vár ránk itt a Sződligeti Gárdonyi Géza Általános Iskolában!



## Röviden az eddigi tanulmányainkról, programjainkról

A tanév első három hónapjában kiemelkedő versenyeredményeket értek el tanulóink.

1. Az idei tanévben a 8. évfolyamos diákok számára kiírt Kempelen matematikaversenyt szeptember 26-án rendezték meg a Boronkay György Szak-középiskolában. A versenyen Farkas Gergely 8. b osztályos tanulóink a 11. helyen végzett.

(Felkészítő tanár: Alexyné Filkor Márta)

Az eredmények itt tekinthetők meg: <http://boronkay.hu/default/7/1000/>

2. A **Bolyai Matematika Csapatverseny** először 2004 őszen került megrendezésre, amelyen évek óta az iskolánk is képviselteti magát. Iskolánk az idén is több csapattal nevezett a versenyre. A hetedik osztályos csapatunk a megyei fordulón díjazott lett, a 6. helyen végeztek.

6. hely

A díjazott csapat tagjai:

Balogh Ádám

Bezzeg László Bendegúz

Fritz Áron

Tóth Máté Benedek

(Felkészítő tanár: Alexyné Filkor Márta)

A többi csapat eredményei:

15. hely

A negyedik osztályos csapat tagjai:

Galambos Csaba

Kovács Móric Péter

Szabolics András

(Felkészítő tanár: Alexyné Filkor Márta, Burik Antalné, Papi Gézáné)

24. hely

A hatodik osztályos csapat tagjai:

Belák Borbála

Matkovics Ádám

Plank Panna

Puskás Petra

(Felkészítő tanár: Ács Sándor)

Az eredmények itt tekinthetők meg: <http://www.bolyaiverseny.hu/matek/>

## Deák Andrásné Julika néni

1973-ban érettségiztem a váci Sztáron Sándor Gimnáziumban, 1978-ban diplomáztam Egerben, a Tanárképző Főiskolán biológia-földrajz szakos tanárként.

1973. szeptember 1-jétől 1980. augusztus végéig a kosdi Általános Iskolában tanítottam.

A sződligeti iskolában 1980. szeptember 1-jétől 2013. december 27-ig tanítottam, voltam napközis munkaközösség vezető, természettudományi munkaközösség vezető, sok osztálynak osztályfőnöke. Közben a családommal Sződligetre költöztünk, így 1990-től már sződligetként taníthattam a gyerekeket.

Az eltelt 33 év alatt nagyon sok versenyen indítottam diákjaimat: megyei biológiai versenyen 2. és 4. helyezést, az országos Herman Ottó Természetismereti versenyen 1., 2., 3. helyezéseket értek el tanítványaim. A Teleki Pál megyei földrajz versenyen is rendszeresen az első harmadban az 5–10-ig díjazott helyeken végeztek a tanulóim. Munkám során mindig megtaláltam a megfelelő hangot mind a tanítványaimmal, mind a szülőikkel. Igyekeztem a dolgozataikat a következő tanóra javítani, így fordult elő az, hogy már aznap is kíváncsiskodtak eredményeikről.

Tanítványaim közül sokan bekerültek az elit budapesti gimnáziumokba (Apáczai, Eötvös, Berzsényi stb.), és ott is megállták a helyüket.

Remélem sikerült felkeltenem diákjaim érdeklődését az általam tanított tantárgyak iránt, talán ezt bizonyítja, hogy sokan ezekhez kapcsolódó szakmát választottak. Orvosok, állatorvosok lettek, környezetvédelmi mérnökök, tanár viszi tovább a természettudomány szeretetét, hivatását.

Köszönöm az önkormányzatnak, a volt diákjaimnak, szüleiknek, hogy az önkormányzatnál rám szavaztak, támogatták, hogy én kapjam a tanári katedra díjat. Friss nyugdíjasként nagyon jóleső érzés volt, hogy ezzel is értékelték a több mint három évtizedes tanári munkámat.

Mindig jó szívvel fogok visszagondolni az iskolára, kollégáimra, diákjaimra.



Idén iskolánk nem csak résztvevőként volt jelen a Bolyai versenyen, hanem versenyhelyszínt is biztosított a megyei forduló részére.

3. A **Bolyai Csapatversenyt** a matematika mellett 2005 őszén **magyar nyelv és irodalom** tantárgyból is megrendezték, 5–8. osztályos diákok évfolyamonként szerveződő 4 fős csapatai számára. A hetedikes csapat a megyei fordulón díjazott lett, az 5. helyen végzett.

A díjazott csapat tagjai:

Balogh Ádám

Fritz Áron

Tóth Máté Benedek

Tölgyes Ádám

(Felkészítő tanár: Dénes Attiláné)

A többi csapat eredményei:

28. hely

A hatodik osztályos csapat tagjai:

Belák Borbála

Matkovics Ádám

Plank Panna

Puskás Petra

(Felkészítő tanár: Dóra Zoltán)

29. hely

Az ötödikes csapat tagjai:

Marczis Kamilla

Belák Dorottya

Kröel-Dulay Gáspár

Milner Kata

(Felkészítő tanár: Dénes Attiláné)

Az eredmények itt tekinthetők meg:

<http://www.bolyaiverseny.hu/magyar/>

Pedagógiai programunknak megfelelően őszi tanulmányi kirándulást szerveztünk október 3-án. Ezt a napot használták fel az osztályok, hogy a padokban elsajátított tudást bővítsék, tapasztalatokkal gazdagítsák. A Diákönkormányzatunk szervezésében megtartottuk a papírgyűjtést, mely nagyban felhívja a figyelmünket a szelektív hulladékgyűjtésre, az újrahasznosításra.

A Tökfaragóverseny nagyszerű alkalom volt, hogy az ügyes, kreatív diákok megmutathatták tudásukat. Szintén több éve jól működő programunk a Márton-napi német nyelvi délután. Idén is nagyon sokan jöttek össze, még a szülők is megtanulhattak egy éneket német nyelven.

November végén a Miénk a színpad műsoros esttel lepték meg az érdeklődőket a diákjaink. Színvonalas, érdekes és értékes műsorokat mutattak be, melynek legfőbb értéke, hogy az előadók is élvezték a színjátszást, a táncot, a közös éneklést. Köszönjük a tapsokat!

Iskolánkban az adventi készülődés a mézeskalácsok készítésével telt, mire az olvasókhöz eljut az újság, már „mesés” és egyben varázslatos élményekkel gazdagodhattak, akik készítették, és azok is, akik megnézték, megcsodálták a Mézeskalácsfalat.

Kápolnainé Dégi Livia

## *Miénk a színpad 2014.*





# 1,5 millió forintot nyert az óvoda a DDC Zöld Megoldás Pályázaton

Zöldpályázat a „Csemete” ligetnek címmel nyert 1,5 millió forintot a szőlligeti óvoda. A pályázatban a vezető bemutatta az intézmény jelenlegi környezettudatos programjait, majd pedig rátért a tervezett projekt bemutatására. Ebből idézünk néhány gondolatot:

## „A projekt célja:

– A **szőlligeti óvodás** gyermekek környezettudatosabb életre nevelését, a természeti környezet közvetlen megismerését szolgáló, óvodánk előkertjében **kialakítandó kerti halastó**, valamint a környezeti **foglalkozások helyét szolgáló kerti pavilon megépítése, a „Madárbarát Mintakert Tanösvény” létrehozása.**

– Óvodásaink ismereteinek bővítéséhez **mobil magaságások kialakítása.**

– Gyermekeink környezettudatosabb életre nevelését segítő **szelektív hulladékgyűjtő építése és bővítése.**

A gyerekek a természetből kapják a legintenzívebb ingereket és a természet csodái lépten-nyomon a szemük előtt vannak. Csak fel kell rá hívni a figyelmüket és így számukra is egyértelművé válik, hogy ezekre mennyire kell vigyázni. Kötelességünk **szemléletük formálása**, és ehhez a **tárgyi feltételek biztosítása.**

**Óvodánk küldetése a környezetvédező, környezetszerető attitűd kialakítása** a gyermekekben. Óvodánk, helyi pedagógiai programjában állandó kiemelt feladatának jelölte meg a környezet tevékeny megismerésére, a környezettudatos gondolkodásra nevelést. Ehhez a gyerekek közvetlen **természeti környezetének folyamatos fejlesztése** elengedhetetlen.

Elképzelésünk szerint az óvodakert rendezése három ütemben történik:

- kerti tó telepítése és környezetének rendezése,
- oktatópavilon és szelektív hulladékgyűjtő sziget építése, magas ágyások megépítése,
- „Madárbarát Mintakert Tanösvény” kialakítása, növények telepítése.

Mindezek anyagi támogatására az óvoda a DDC Zöld Megoldás Pályázatán indul, és megvalósításához a he-

lyi közösség – óvoda dolgozói, önkormányzat munkatársai, szülők – segítségét venné igénybe.

## A projekt részletes leírása, kapcsolódása a környezeti neveléshez, közreműködők:

### Kerti tó

- Helyi pedagógiai programunk ez évi kiemelt feladata a vizes élőhelyek védelme, bemutatása, gyermek közelbe hozása, megfigyelési, vizsgálódási lehetőségek biztosítása.

- A tómeder kiásásra kerül, vízzáró betonréteget kap, majd ezt követi a tó partját képező magasztott támfal természetkővel és növényekkel való betelepítése. Vízsűrű rendszer és csobogó kialakítása. Elsődleges szempont a balesetvédelem és a funkcionalitás, hogy egyben biztonságos és szemléletes legyen.

- A tó környékének rendezése során örökzöldek, évelők kerülnek telepítésre olyan szempontok szerint, hogy minden évszakban biztosítson megfigyelési lehetőséget a gyerekek számára.

- 2015. március 20-án, a Víz Világnapján betelepítésre kerülnek a halak.

- Ezek megvalósítása **kizárólag helyi közösség** segítségével történik (óvoda dolgozói, szülői munkaközösség).

### Óvodai veteményeskert

- Mind a hét udvarrészen kialakításra kerül egy-egy magas ágyás a korszerű, vegyszermentes kertgazdálkodás bemutatására, gyakoroltatására, a pedagógiai programban kitűzött cél – a rendszeres gyermek kerti munka – megvalósításához.

- Kialakításában az óvónők, **óvodánk gondnoka és szülők** vesznek részt.

### Oktató kerti pavilon

- A tó szomszédságában 16 m<sup>2</sup> alapterületű, 15–20 fő befogadására

alkalmas, nyitott, tetővel ellátott fából készült pavilon épül, mely helyszínt biztosít mikrocsoportos foglalkoztatásra természeti megfigyelésekhez, vizuális tevékenységekhez, környezettudatosságot támogató csoportos képességfejlesztéshez.

- Megvalósításához **helyi szakemberek** segítségét is igénybe vesszük.

### Szelektív hulladékgyűjtő sziget

- A mára már elavult szelektív hulladékgyűjtőt egy egységesített, korszerű, időjárásálló szelektív hulladékgyűjtő szigetté alakítjuk, melynek kapacitása igazodik a kibővített óvodánkhoz, támogatja a helyi pedagógiai programunkban megfogalmazott folyamatos feladatunkat. Fából készült, fedett, 4 m<sup>2</sup> alapterületű, ajtóval nyitható építmény.

- Megvalósításához **helyi szakemberek** segítségét is igénybe vesszük.

### „Madárbarát Mintakert Tanösvény”

- Az óvodakert egész területén, a helyi madárfajok igényeihez igazodva **telepítésre kerül az új odútelep, madáritatók, madáretető, békavár, süngarázs, gyíknapozó, darázsgarázs.**

- Minden madár- és kisállatvédelmi eszközhöz **tájékoztató, időjárásálló táblák** kerülnek kihelyezésre.

- A mintakert eszközeit a Magyar Madártani és Környezetvédelmi Egyesülettől vásároljuk, a kihelyezésben az **óvónőknek az egyesület helyi csoportjának szakemberei nyújtanak szakmai segítséget.**

### A projekt környezetvédelmi előnyei a helyi közösség számára

#### Kerti tó:

- vizes élőhely biztosítása, tapasztalatszerzési lehetőség a gyerekek számára,

- tevékeny részvállalás madárvédelemben: madárfürdőzési, itatási lehetőség biztosításával,



• környező növényzettel a hasznos zöld terület növelése.

#### **Szelektív hulladékgyűjtő sziget:**

• a korszerű hulladékgazdálkodás támogatása, ökológiai lábnyom csökkentése,

• a gyermekek, és rajtuk keresztül a szülők fenntartható fejlődést segítő szemléletének alakítása.

#### **Oktatópavilon:**

• környezetvédelemmel kapcsolatos ismeretek nyújtása, környezetvédő attitűd fejlesztése játékos foglalkozásokkal,

• mindez lehetőséget biztosít a „Madarászovi” foglalkozásokhoz, ahol a Börzsöny Alapítvány és a Budapesti Állatkert lelkes természetvédői tartanak majd játékos előadásokat.

#### **„Madarbarát Mintakert Tanösvény”:**

• természetvédelmi eszközökkel a helyi biodiverzitás támogatása, a környezetvédő magatartás erősítése,

• tájékoztató táblákkal környezet-, és természetvédelmi ismeretek nyújtása.

#### **Óvodai veteményeskert**

• biokertészkedés alapjainak letétele, vegyszermentes növénytermesztés, esővíz használata, komposztálás,

• megtapasztalhatják a zöldség- és gyümölcsstermesztés alapjait,

• saját termesztésű növények felhasználásának előnyben részesítése már kisgyermekkorban.”

Gratulálunk a nyertes pályázathoz, sok sikert a megvalósításhoz!

**Az idei falunapon** Sződliget Község Önkormányzat az alábbi **díjakat** osztotta ki: *Kiváló Diák Díjat* kapott Fritz Márton és Helembai Martin nyolcadik osztályos tanulók. *Sződligeti Katedra Díjat* kapott Fazekasné Saláth Mónika óvodapedagógus, Papi Gézáné tanító és Deák Andrásné tanár. A *Sződligetért emléklakettet* az idén Somogyi József kapta. A *Tiszta udvar rendes ház* kitüntető elismerést Szántó Lajos, Pölcz Józsefné, Újvári Jánosné és Vida Viktor vehette át. Minden kitüntetettnek gratulálunk!



**Jól gazdálkodott az önkormányzat, ezért maradt még a bankszámlán pénz. Ebből készült el a Nyárfa köz és a Rózsa utca meleg-aszfaltos burkolat.**

Sződligeten tovább épülnek az utak. Első lépésben martaszfaltból készül egy útalap, majd erre az alapra kerül a meleg-aszfaltos kopóréteg. Ezzel a megoldással gyorsabban el tudjuk érni azt, hogy esős időszakban ne sárba járjanak, nyáron pedig ne szenvedjenek a portól a sződligeti emberek. Az előző ciklusban jól gazdálkodott az önkormányzat. Takarékos a jelenlegi képviselő-testület is, hiszen még olcsóbbá tették az önkormányzatiságot. Korábban három külsős tagja volt az egyetlen, de kötelező pénzügyi bizottságnak. Jelenleg már csak kettő külsős tag van. Nem változott a tiszteletdíjak mértéke sem. Így lehetséges, hogy találtunk még három millió forintot a „páncélszekrényben”. Ebből a pénzből készült el a napokban a Nyárfa köz és a Rózsa utca aszfaltos burkolata. És a tervekről néhány szóban. Jövőre folytatódik az útépités. A jövő év tavaszán – a lakókkal összefogva – készül el a Vak Bottyán utca martaszfaltos burkolat. Szintén tavasszal megkezdődik az orvosi rendelők átalakítása. Külön épületbe költözik majd a gyermekorvos, így elkerülhető lesz a zsúfoltság, illetve külön várója lesz a fertőző betegeknek.

A **Civilek Sződligetért Egyesület** immár hagyományosan az idén is megrendezte adománygyűjtő akcióját. 2014. december 6-án délelőtt a Községi Házban gyűjtötték a ruhákat, játékokat, háztartási cikkeket. A több zsákkal összegyűlt adományt a helyi rászorulóknak között osztják szét a Gondozási Központon keresztül. Ezúton is köszönjük a támogatásokat.



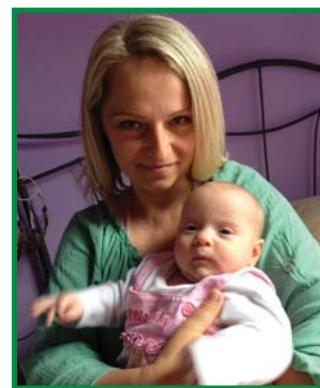
## **NYUGDÍJAS TORNA**

Szerdánként a Községi Házban 3/4 9-től gyógytornász vezetésével ülő torna.

Csatlakozni bármikor lehet, részvételi díj alkalmanként 600 Ft.

# Lendüljünk mozgásba!

Új év, új élet, ugye sokan tettünk és biztos teszünk majd most is fogadalmat január első napján, többet között elhanyagolt sporttevékenységeinkkel, súlyfeleslegünkkel és egészséges életvitelünkkel kapcsolatban. Ebben az elhatározásunkban erősít és segít írásaival **Gajda Gabriella** pilates oktató most és a 2015-ös év során minden számunkban. Olvassák és fogadják meg tanácsait, járjanak utána igazának, keressék, önök hogyan tudnak lendülni...



Ez a kis írás azért született, mert elhatározásom, hogy mozgásra bírjam az embereket.

Lehetne Sződliget a környék leg-sportosabb települése, de akár a leg-egészségesebb is, na jó, ne szaladjunk ennyire előre.

Kezdetnek egy rövid bemutatkozás:

Gajda Gabriellának hívnak, Sződligeten lakom, két csodálatos gyermek édesanyja vagyok.

Pilates oktató vagyok, ezen belül kismama pilates és szülésfelkészítő tréner is. Kiemelten foglalkozom a gerinc megóvásával.

4 éve tartok pilates órákat itt és a környező településeken sokfelé, felnőtteknek és gyerekeknek egyaránt. Nehéz, de nagyon szép küldetést kaptam néhány éve, engedd meg, kedves olvasó, hogy meséljek róla kicsit.

Minden, a ma 7 éves kislány születése után kezdődött.

Átképzésre adtam a fejem, afféle 30 körüli nőkre rátörő önmegvalósítás-

ként indult az egész. Sokat tanultam remek sportolóktól, tanároktól, dietetikustól, gerincprevenciós szakemberektől.

Azelőtt soha nem gondoltam volna, hogy ennyi gerincbeteggel, napi szinten krónikus fájdalmakkal élő emberrel van tele ez az ország. Nem csak az idősebb korosztály jellemzője ez, már a fiatalok, sőt a gyerekek között is jelentős a számuk.

Ma kis hazánkban a lakosság elkeserítően kis százaléka sportol, inkább járunk orvoshoz rendszeresen, mint tornaterembe, futópályára, uszodába.

A saját egészségünkre pedig csak mi magunk tudunk vigyázni, ez elengedhetetlen, hiszen nélküle összeomlik minden: elveszíthetjük a munkánkat, odalehet a boldog családi életünk, nyugodt öregkorunk... stb.

Tapasztalataim szerint a nagyon nagy baj ott kezdődik, hogy nem informálódunk, pedig ez annyira egyszerű manapság az internet világában.

„A tested, amellyel rosszul bánasz, végül kamatostul megfizettedi veled múltbéli hanyagságod árát... megtanulod a legkeserűbb leckét, de már túl késő!” – részlet Joseph Hubertus Pilates Egészséged című, 1934-ben megjelent könyvéből. Ő fejlesztette ki a számomra leghatásosabb mozgásformát, mely igazából nem csupán a mozgásról szól, egy komplett életmód program, és sokmindenre megtaníthatja a mai kor emberét.

Napjainkban az emberek igen nagy százaléka él együtt mozgásszervi betegségekkel, mindennapos fájdalmakkal, amikre marékszám eszik a gyógyszereket, fájdalomcsillapítókat, később pedig azok mellékhatásaitól szenvednek, majd azok miatt szednek újabb pirulákat ... a helyzet siralmas, reménytelennek tűnő ördögi kör.

Már az iskolás korú gyermekek közül sokan gerincproblémákkal küzdenek, és persze ezt megfejelik napi több óras számító gép előtt ülésel. Muszáj

## PILATES GABIVAL 4 ÉVE SZŐDLIGETEN!

**Hétfőnként: 18.30 - 19.30-ig** a Zoé családi napközi tornatermében,

**Szerdánként: 18.30 - 19.30-ig** az óvoda tornatermében.

Tornázz velünk, ha ízületi fájdalmak kínoznak, gerincproblémáktól szenvedsz, nemrég szültél és szakszerű segítséggel szeretnéd visszakapni régi hasizmaidat, át szeretnéd formálni tested, vagy egyszerűen csak vágysz egy kis mozgásra és nem szereti a tested az ugrálós mozgásformákat.

**Csoportunk összetétele:** anyukák, nagymamák, fiatalok, idősebbek, köztünk nyugodtan ellazulhatsz.



# 06 20 557 4102

Várlak szeretettel: **Gajda Gabriella pilates oktató**





nekik, haladni kell a korrallal, de közben mi lesz az egészségükkel?

A megoldás pedig pofon egyszerű, és mindenki számára elérhető: vigyázzunk a testünkre, sportoljunk! Nekünk szülőknek pedig óriási a felelősségünk, hiszen nekünk példát kell mutatnunk gyermekeinknek, ha minket a fotelben ücsörögve, fájdalomról panaszkodva tehetetlennek látnak, ők is ugyanilyen felnőttekké válnak majd. Ha viszont abban nőnek fel, hogy a szüleik életének fontos része a sport, esetleg együtt sportol a család, ez lesz számukra a természetes, ez a legjobb örökség, amit csak hagyhatunk nekik: képességet arra, hogy boldog, hosszú életet élhessenek. Egész jól hangzik, igaz?

Azt kérdezed, hogy jön a derékfájáshoz a sportolás, hiszen vannak napok, amikor úgy érzed, a legkisebb mozdulatok is fájdalmat okoznak?

Azért kell mozogni, és a számunkra legmegfelelőbb mozgásformát üzni, mert csak az erős törzsizmok képesek kellően megtámasztani a gerincoszlopot (a paradicsomot is megtámasztjuk néhány karóval, nem igaz?). A mély hátizmok megerősítésével mi magunk segíthetünk sokféle problémán, pl. gerincsérv, gerincferdülés... stb.

Az ízületeket a környező erős mélyen fekvő izmok képesek tehermentesíteni, pl. térdfájás orvoslására a comb izmait kell erősíteni. A szép és egészséges tartásért felelősek a mélyen fekvő hát, has és farizmok egyaránt (bizony, nem csak a hátizmok).

Az izmoknak megvan az a specifikus tulajdonsága, hogy fejlődnek, ha használjuk őket, és bizony sorvadnak, ha nem. Nem elegendő a felszínes izomzatot erősíteni (pl. ilyen a látványos nagy, kerek bicepsz), a mély izmoknak (csigolyák, ízületek körül, ezért „mély” izomzat, kívülről nem látjuk) óriási a jelentőségük, támasztó tulajdonságuk okán.

A dolog fejben dől el, szokták mondani: ma sajnos ebben az országban a legtöbb ember innen már tovább sem olvas.

Ha te mégis megtetted, kedves elszánt olvasó, szerencsés helyzetben vagy, még segíthetsz magadon.

Semmi bonyolult hókuszpókusz nem fogok írni, mégis megváltozhat a gondolkodásmódod, ha működik benned egy minimális életöztön. Csak néhány káros, rossz beidegződéstől

kell megszabadulnod, mint például: „sportolni fáj, nehéz, kínlódás, nincs nekem erre időm, pénzem, energiám, jó vagyok én már így ... stb.”

Íme a titok nyitja: keress magadnak olyan mozgásformát, amit szeretsz csinálni, és az esetleges mozgásszervi panaszaiddal sem ütközik (pl. gerincproblémák mellett tilos futni, ugrálni). Próbáld ki jó sok félet, hogy megtaláld azt, ami örömet okoz, amit nem szenvedve üzöl, hanem alig várod a következő alkalmat, amitől azt érzed, hogy végre újra élsz, és ura vagy a testednek.

Tudom, a munkában elfáradunk, nehéz kimozdulni, de hidd csak el, ha erőt veszel magadon, nagyon hamar érezni fogod, hogy nem elvesz az energiáidból, hanem hozzátesz. Igen, a mozgás feltölt, sokkal energikusabbak leszünk tőle, és már néhány hét után érezzük jótékony hatásait.

Én a PILATEST választottam, nekem 30 felett, szülés után ez volt a legszimpatikusabb, mert nem ugrálunk közben, így a méhszalagoknak, a kismedence izmainak, és az ízületeknek sem árt, speciális légzéstechnikája valósággal átmossa a szervezetet, erősíti az immunrendszert, megerősíti a gerincstabilizáló izmokat – ezzel javul a testtartás –, élénkül a vér- és nyirokeringés – így beindul a méregtelenítés –és kellemes mellékhatásként még a testet is teljesen átforgalmazza.

„Annyi idős vagy, amennyi a gerincoszlopod” – tanítja nekünk Joe Pilates, én az óráim során nap mint nap megtapasztalom, mennyire igaz volt.

Egy nyugdíjas korú vendégem beszámolóját szeretném végezetül megosztani veled, kedves olvasó: „Minden vasárnap vendégül látom a gyerekeimet és az unokáimat, az egész családot egy finom ebédre. Ilyenkor igyekszem kitenni magamért. Mire elkészülök az ebédrel, ordítani tudnék, úgy fáj a derekam, a hátam. 2 hónap pilates elég volt ahhoz, hogy fájdalom nélkül tudjam élvezni a családom körében a vasárnapi ebédeket. Büszke vagyok magamra, hogy már nem kell fájdalomcsillapítókkal élnem. Egy kis mozgás igazán nem nagy ár ezért. A szomszéd asszony kritizált, szerinte öreg vagyok én már a tornához, csak nevetek rajta, ahogy összegörnyedve panaszkodik azóta is”. – Margitka 2,5 éve jár az óráimra. Azóta olyan hajlé-

kony lett, hogy azt sok húszéves megirigyelheti, a testtartása már tökéletes, mozgása könnyed, tele van energiával, és örömmel mondhatom, nem fáj semmije. Én is büszke vagyok rá!

4 éves pályafutásom alatt sok ilyen történet részese lehettem, és látva, mennyire egyszerűen segíthetünk magunkon, egyre kevésbé értem, hogy sokan miért választják mégis a pirulákat, vagy a szikét, ha van más megoldás is. Elhatároztam, hogy minél szélesebb körben próbálom megismertetni az emberekkel a szelídebb megoldást problémáik orvoslására.

Ha kíváncsi vagy még több részletre, tarts velem, számodra is elérhető a fájdalommentes élet!

Legközelebb megismerkedhetünk az ízületi- és gerincproblémák anatómiai hátterével, hogy ne csak tudjuk, de értsük is, miért gyógyír ezekre a mozgás.

Addig is bátran tedd fel kérdéseid, pilates óráimon az alábbi helyeken megtalálasz:

Zoé családi napközi tornaterme – hétfőnként 18.30–19.30-ig, Barackos köz 5., sződligeti óvoda tornaterme – szerdánként 18.30–19.30-ig, Vörösmarty u. 10.

Amennyiben gyermekeddel együtt szeretnél jönni, szeretnétek együtt tornázni, természetesen nincs akadálya.

*Jó egészséget kívánok:  
Gajda Gabriella pilates oktató*

**Vasúti Pékség**

Ünnepnapon nyitva pékségünkben várjuk Kedves Vásárlóinkat a szüdligeti vonattállomáson! (Dumai fasor 2.)

**Kínálatunk:**

- minden nap friss pékséru széles választékban
- friss, helyben készített szendvicsek
- friss, helyben főzött kávé
- titkok, svájcnyelvi

**Nyitva tartás:**

Hétfő:	5:30-19:00
Kedd:	5:30-19:00
Szerda:	5:30-19:00
Csütörtök:	5:30-19:00
Péntek:	5:30-19:00
Szombat:	7:00-14:00
Vasárnap:	7:00-12:00



# Egy OKOS NŐ

*Beszélgetés Pintérné Bánóczi Ágnessel,  
a Szépművészeti Múzeum gazdasági igazgatójával*

Az Okos Nők Klubjában havi egy alkalommal meghívott vendégek mutatkoznak be, adják át tudásukat, tapasztalataikat. Van, akitől életvezetést, van, akitől háztartási praktikumokat tanultak a klubtagok és van, aki munkájáról mesélt. Bódi Zsuzsa áldozatos kutató munkájának köszönhetően, sorra bukkanunk fel az érdekes emberek szűkebb hazánkból, Sződligetről is. Pintérné Bánóczi Ágnes is „visszaköltöző”, a volt szülői házba, a Vasúti fasoron lakik.

**Hírforrás:** *Hogyan lesz valakiből a Szépművészeti Múzeum gazdasági igazgatója?*

**Bánóczi Ágnes:** Eredetileg kertész-mérnök szerettem volna lenni, de nem vettek fel az egyetemre, így el kellett mennem dolgozni. A Fővárosi Felvonó Vállalathoz kerültem, mint raktáros adminisztrátor, azután termelési könyvelő lettem, elvégeztem a pénzügyi és számviteli szakot a főiskolán és haladtam tovább a ranglétrán egészen a gazdasági igazgatói székig. A privatizáció után Rt. lettünk és ekkor már semmi nem volt a régi, éreztem menni kell, így kerültem az Országos Műemlékvédelmi Hivatalba. Egy varázslat volt művészekkel dolgozni, sziget a felfordult világban. Aztán jó munkám eredményeként vittek a minisztériumba, majd kineveztek a Szépművészeti Múzeum élére. Nagy rendet kellett ott tenni az elején!

**Hírforrás:** *Meséljen nekünk érdekességeket, hányan dolgoznak a múzeumban a háttérben, mik a gondok, titkok... persze csak ami elárulható.*

**Bánóczi Ágnes:** 337 fő a létszám, ami most kiegészült 10 költöztetővel, mert bár még javában tartanak a kiállítások és üzemel az épület, mi már készülünk a bezárára, nagy rekonstrukcióra. Ebből a több mint háromszáz emberből 65 fő a művészettörténész, 40 a restaurátor. A Szépművészeti Múzeumban 120 ezer műtárgy található és kb. ugyanennyi műtárgy található a Galériában is.

**Hírforrás:** *Bezár a múzeum?*

**Bánóczi Ágnes:** Igen, az épület kétharmadát felújítják a mai igényeknek megfelelően. Mert ezt se tudja a nagyközönség, de például a Román csarnokban a háború utáni állapotok maradtak, ami ma már enyhén szólva nem felelnek meg az elvárásoknak. Régen gipszmásolatokat állítottak ki, ma már az eredetieket láthatja a közönség, ezeknek az alkotásoknak viszont megfelelő feltételeket kell teremteni. A felújítás miatt február 16-án bezárjuk a múzeumot és a tervek szerint két évig zárva fog tartani az épület. Ez idő alatt a Nemzeti Galériában lesz egy kiállítás a főbb művekből.

**Hírforrás:** *Mit lehet tudni a múzeum nyolc terveiről?*

**Bánóczi Ágnes:** Nemzetközi tervpályázat lett a tervezésre kiírva, aminek első fordulója már lezárult. A második forduló novemberben kezdődött. A tervek szerint, a Néprajzi Múzeum, a Magyar Építési Múzeum, a jelenleg Kecskeméten található Fotó Múzeum költözne, megépülne a Magyar Zene Háza és a mostani Petőfi Csarnok helyére épülne fel az új Nemzeti Galéria. Ezekből állna össze a Múzeum Negyed – Múzeum Liget.

**Hírforrás:** *Meséljen nekünk egy ilyen fontos intézmény gazdálkodásáról!*

**Bánóczi Ágnes:** Ami érdekesség lehet, hogy a múzeumnak műtárgyvásárlásra nincs állami költségvetési összege. Fontos számunkra a bevétel,

ami csak akkor várható, ha jól dolgozunk, érezzük az új igényeket és fel tudjuk venni a versenyt a világ többi múzeumával. Az, hogy az utóbbi években olyan magas színvonalú kiállítási anyagok érkeztek hozzánk, mint például az eddig legnagyobb bevétel hozó Caravaggio kiállítás, nagyon sok munka, szakértelem eredménye.

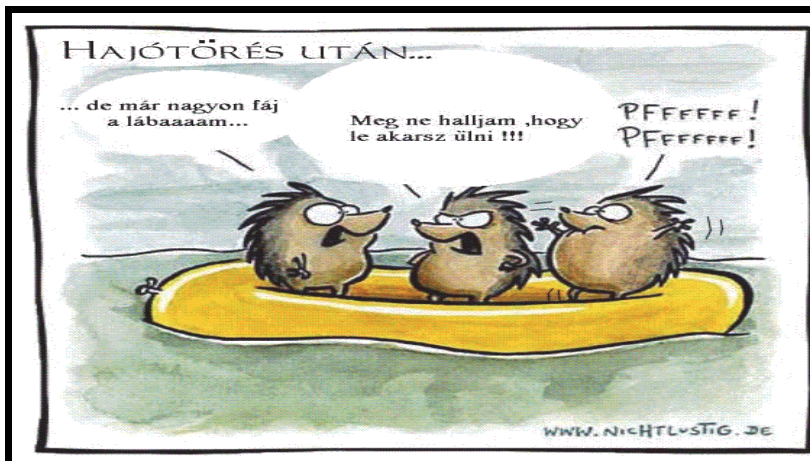
**Hírforrás:** *Hogyan jut a múzeum új műtárgyakhoz?*

**Bánóczi Ágnes:** Egy úgynevezett vásárlási bizottság dönt a beszerzendő műtárgyakról, magánszemélyektől, aukciókon egyaránt történik vásárlás. Adományokat is kapunk, de ez esetben is csak a szakmai elvárások mentén fogadunk el alkotásokat.

**Hírforrás:** *Jó tudom, hogy a műtárgyakat speciális körülmények között kell tárolni? Ezért van sötét újjában a kiállítótermekben és csak irányfényekkel világítják meg a műtárgyakat?*

**Bánóczi Ágnes:** Igen és nem. Igen, fontos a páratartalom és a fénytől is védeni kell az alkotásokat, különösen például a grafikák nagyon érzékenyek. A most divatos sötétített kiállítótermek viszont dekorációs elemek, most ez a trend.

A beszélgetés után Ágnes vendége volt az Okos Nők Klubjának, ahol erről és még sok más érdekességről mesélt a hölgyeknek, aztán sietett haza a kutyákhöz, mert a vidéki élet kutyával, kerttel, fűteni kell, házzal jár...



HAJÓTÖRÉS UTÁN...						MISE ZÁRSZAVA	A VICC POÉNJÁ; 1.RÉSZ	EZÉRT	EMILE ZOLA REGÉNYE
... de már nagyon fáj a lábaaaam...									
Meg ne halljam ,hogy le akarsz ülni !!!									
PFFFFFFF! PFFFFFFF!									
FALUSI VERSE MŰ	A VICC POÉNJÁ; 2.RÉSZ	UGAR	CSENFES DON!	SPANYOL TÖRTÉNELMI VIDÉK	AGRÁR, RÖV. LITER				NÓGRÁDI KÖZSÉG
						JAPÁN PÉNZ EGY ANGOLUL			
...- CULOTTE; FR. FORRADALMÁR					OLLÓ FELE!			ÉSZAK	
HAJRÁ RÉSZE!			MUZSIKUS		ENERGIA			GYALOGTÁV	
BABÉTEL			MÓKUSFAJTA						
SZELÉN					GÚNYOS BESZÓLÁS EREDETI LÉZER!				
						GÖRÖG BETŰ RÉGIES CÉ			
MEGÖREGEDIK									VESZPRÉM MEGYEI KÖZSÉG LAKOSA
ZALA M.-I HELYSÉG									
SIEMENS		ÁTLÁTSZÓ LESZ							
KERGETI		TEHERÁN LAKÓJA							
			LATIN KETTŐS BETŰ AZ EGYIK SZÜLŐ			TŰZELŐ-OLAJ WYATT ...; FILMCÍM			
MENYASSZONY				SZEMÉLYÉRE ANNI FUTURE				VELOCITAS, RÖV. VESZTESÉG	
BIBLIAI VÁROS PÁLDÁUL A LÁMPA					KÁRTEVŐ ÁLLATKA OCISGÉN, JÓD				
ALKOHOLOS ITAL (ARGO)				INDUSZTRIÁLIS					

A keresztrejtvényt Szalai Nikoletta készítette, ezúton is köszönjük neki!

## Összefoglaló a 2014. november 14-én megtartott Testületi ülésről és az azt követő lakossági fórumról

A Képviselő-testület első napirendi pontként elfogadta a III. negyedévi költségvetési átcsoportosításokat, majd rendeletmódosítás és tájékoztatás történt az ügyben. Harmadik napirendi pontként a Sződliget Közös Önkormányzati Hivatal Szervezeti és Működési Szabályzatát módosították a vácrátóti hivatal nyitva tartásának változása miatt. Ezt követően jegyző asszony ismertette a belső ellenőrzés tapasztalatait, majd megszavazták a képviselők a 2015. évi belső ellenőrzési tervet. Ezek után közműellátás kivitelezéséhez szükséges tulajdonosi hozzájárulásról szavaztak a képviselő testület tagjai, illetve földhasználati szerződéssel kapcsolatos ügyet tárgyaltak. Nyolcadik napirendi pontként a Sződligetért Alapítvány tulajdonába adták a Poszeidon Víz Alatti és Felszíni Mentő Egyesület által az önkormányzatnak ajándékozott árvízi ajtót. Az Alapítvány vállalta az ajtó elszállítását és további sorsáról való gondoskodást. Egy haszonbérleti szerződés megszavazása után tizedik napirendi pont a Rózsa utca útjavítási munkálatai voltak. Ezzel kapcsolatosan határozat született, hogy a munkálatokat a STRABAG Kft. végezze el bruttó 2.957.576 Ft értékben. Ezután tárgyalták a képviselők az építményadó módosítást *(ezekről külön hírben is beszámoltunk – szerk.)*. Ezt követte három, a szociális ellátással kapcsolatos rendelet elfogadása (személyes gondoskodást nyújtó ellátás, pénzbeli, természetbeni juttatásokról és gyermekvédelem helyi rendszeréről, szociális tűzifa támogatás szabályairól). Utolsó napirendként a Napközi Otthonos Óvoda 2014/2015-re vonatkozó munkatervét fogadta el a Képviselő-testület.

Közvetlenül az ülés után került megrendezésre a **lakossági fórum**, ahol a község rendezési tervéről tartott tájékoztatót Mindszenty-Varga Endre, majd pedig a Községi Ház bővítéséről, esetlegesen új építésének lehetőségéről érdeklődtek a résztvevők.

*(A részletes jegyzőkönyvek a község honlapján megtalálhatóak – szerk.)*

## A Községi Ház programjaiból

**VÉRADÁST** tart a Vöröskereszt 2014. december 22-én 14 órától a Községi Házban. Minden régi és új véradót szeretettel várunk!

**2014. december 22-ig** a sződligeti művészek eladásra szánt műveiből látható kiállítás a Községi Házban, illetve apró ajándékok vására is van, szintén a helyi művészek alkotásaiból.

**Ismét működik** a Községi Házban a Baba-mama klub, minden csütörtökön 10 órától várjuk a mamákat, babákat.

**A könyvtár** a téli időszakban minden délelőtt és hétfőn este ötig várja kedves olvasóit.

**Januárban** Mekkey Péter karikátor kiállításával nyitjuk éves kiállításainkat.

### Polgármesteri Hivatal elérhetőségek

Cím: 2133 Sződliget, Szent István út 34–36.  
Postacím: u.a.  
Telefon: 06-27/590-095, 06-27/590-096  
Telefon/fax: 06-27/590-236  
E-mail: polgarmester@szodliget.hu  
Web: www.szodliget.hu



Ajándékozz  
Lovas élményt!

Lepd meg szeretteidet egy új élménnyel,  
egy kis egészséggel,  
új hobbival, extrém élménnyel, egy új baráttal!

Lovas ajándék utalványok kaphatók a Tündérgert Lovarda &C-nél  
www.tundergertlovarda.hu +36 30 4334631



# *Mézeskalácsfalu 2014.*



