

KÖZÉLETI MAGAZIN

Sződligeti hírforrás

6. évfolyam, 19. szám, 2015. március



Gárdonyi Cirkusz



Bár a címlapfotónk

kicsit borongósan
gyönyörűséges a természet
ősi rendje tavaszt hirdet, még
ha emlékeinkben frissen is él
a két évvel ezelőtti havas és
a tavalyi szeles ünnep.

Az idén kellemes tizen
fokokat jósolnak március
15-ére és mi ebben
reménykedve hívunk
mindenkit, már
hagyományosan, egész
napos programjainkra. És
mindegyik másakra, aminek
előharangozásával tele van a
Hírforrás. Jöjjenek, főzzenek,
találkozzunk a téren, nyáresti
pénztekeken és sportoljanak
a számtalan lehetőség közül
kedvükre választva.

Legyenek részesei a
község életének, mondják
el véleményüket a
képviselői fogadóórakon
és védjék a természetet
apró odafigyelésekkel,
ahogy Varga Kata kéri
őko cikkeiben. És ha a
címlapfotótól kedvet kaptak
a horgászáshoz hétfő
esténként már ki is válthatják
az ország legnagyobb
horgászegyesületénél
engedélyüket, vagy
túrázzanak... „bármit
csinálhatsz, csak semmit
nem”, ahogy szoktam volt
mondani gyermekeimnek.

***Hát tavaszra, tette fel
kedves szodligetiek!***

Cris

**Március 27-én
19,00 órától tűzijátékkal
ünnepli Szodliget
a nagyközséggé válását.
A tűzijáték
a Duna parton lesz.**

MEGHÍVÓ

Tisztelettel meghívjuk
2015. március 15-én
Szodliget község
ünnepi rendezvényeire

Programok:

11-16 óráig

PILVAX kávéház a Községi Házban

13.30 ÜNNEPSÉG,

koszorúzás a falu főterén

ünnepi beszédet mond **Dr. Csányi István**

ünnepi műsort ad

a *Váci Ifjúsági Fúvószenekar*



15.30 órakor

Válint Ingrid

GABALYODÁSOK

című kiállításának

megnyitója,

közreműködik

Bóta Nóra



Tájékoztató az ellátórendszer 2015. március 1-jei átalakításához kapcsolódó változásokról

A segélyezési rendszer 2015. március 1-jei átalakításával összefüggésben az állam és az önkormányzatok közötti feladat-megosztás a szociális ellátások biztosítása területén átalakul: A jelenleg önkormányzati hatáskörben levő ellátásokból az alábbiak átkerülnek a járási hivatal hatáskörébe:

- a foglalkoztatást helyettesítő támogatás
- az egészségkárosodási és gyermekfelügyeleti támogatás (új ellátás a korábban rendszeres szociális segélyre jogosultak egy részre erre válik jogosulttá). Az újonnan a járási hivatalok hatáskörébe kerülő aktív korúak ellátásán túl továbbra is a járási hivatalok hatáskörébe tartoznak az alábbi ügykörök:
- alanyi ápolási díj (az alapösszegű, a fokozott ápolási szükségletre tekintettel megállapított emelt összegű, valamint a kiemelt ápolási díj),
- időskorúak járadéka,
- alanyi és normatív jogcímen megállapított közgyógyellátás,
- egészségügyi szolgáltatásra való jogosultság.

Ez annyit jelent, hogy nem a probléma helyén születik majd a döntés a támogatásról. Az embereknek - költséget nem

kímélve - utazni kell a járási hivatalba, hogy beadhassák támogatáskérő igényüket. A sors fintora, hogy pontosan azokat sújtja ez a teher, akiknek a leginkább nincs pénze.

A felsorolt, állami felelősségi körben nyújtott szociális ellátásokon túl más ellátások nyújtásáról, jogosultsági feltételeiről az önkormányzatok döntenek az ún. települési támogatás keretében. Korábban az állam fizette a lakásfenntartási támogatás 80%-át és az ötödét tette hozzá az önkormányzat. A mai állás szerint az önkormányzatoknak saját zsebből kell fizetni a lakásfenntartási támogatás teljes összegét, valamint az összes méltányossági segélyt. Hogy miből? Ehhez kaptak az önkormányzatok szabad adókiivetési jogot a kormánytól. Más településeken olyan új adónemeket vezettek be, mint nőtlenégi adó, földadó, járműadó. Szódligeten nem tervezünk új adónem bevezetését. Önkormányzatunknak nagyon fontos érték a felelősség és a tisztelet. Senkit nem akarunk az út szélén hagyni, vagy belelökni az árokba. A megszűnt állami finanszírozás ellenére, Szódligeten nem engedjük szétfoszlani a szociális hálót. Továbbra is segíteni fogjuk az időseket és a rászorulókat.

Segítségre szoruló idős emberek ezreitől veszi el a gondozást a minisztérium.

Szódliget Önkormányzata kiáll a szódligeti idős emberek mellett. Továbbra is ingyenes marad a házi segítségnyújtás.

Durván megemelte a házi segítségnyújtásra való jogosultság rászorultsági küszöbét az Emberi Erőforrások Minisztériuma (Emmi). A Magyar Közlönyben kihirdetett változás azt jelenti, hogy a jövőben nagyon sokan eleshetnek attól a lehetőségtől, hogy az otthonukba kijárjon valaki, aki segít a mindennapokban boldogulni, például gyógyszer adagolni, bevásárolni, vagy mosakodni. **Oldja meg a család!** A már megítélt gondozást nem veszik el, a szigorítás az új igénylőkre fog vonatkozni.

A házi segítségnyújtás legfeljebb napi 4 órás lehet, és a helyi önkormányzat köteles biztosítani a rászorulóknak, amihez kap normatívát az államtól. Önkormányzata változtatja, hogy a rászoruló embernek fizetnie kell-e a segítségért, és ha igen, mennyit. **Szódligeten ingyenes**, de van, ahol némi térítési díjat is kell fizetni a gondozottnak. Becsült érték szerint óránként 2000 Ft körüli összegbe kerül a házi segítségnyújtás. Az állam normatívaként valamivel több, mint 500 Ft-ot térít. Az Önkormányzatunk tesz hozzá, még 1500 Ft-ot, hogy működjön a szolgáltatás.

Azt, **hogy ki számít házi segítségnyújtásra szorulóknak, egy miniszteri rendelet szabályozza.** Ennek a rendeletnek a lelke egy nagy táblázat, amely végigveszi, mennyi segítségre van szüksége a vizsgált embernek az élet különböző

területein. A szükséges segítség mennyiségéhez a táblázat területenként pontszámokat rendel egy ötfokú skálán. Például az öltözködésnél 0 pontot számolnak, ha az érintettek ezzel nincs gondja, 1 pontot jelent, ha minimális segítségre szorul, 4-et pedig, ha az öltöztetés jelentős segítséget vagy felügyeletet igényel. Az **összpontszám** alapján dől el, napi óraszámban kifejezve mekkora az érintett ember gondozási szükséglete: napi 1, 2, 3 vagy 4 óra, ennél is több, vagy egyáltalán semmi. Minél több pontja van valakinek, annál több óra gondozásra szorul naponta. Most sajnos változott a miniszteri rendelet. **Duplájára emelték a rászorultsági küszöböt.** A minisztérium szerint „az állami szerepvállalás azokra az esetekre koncentrál, amelyekben a család, a helyi közösség nem tud részt vállalni és külső, szakszerű segítségre van szükség, hogy az idős embert önálló életvitelében támogassa.” Egyszerűbben fogalmazva úgy döntöttek, hogy az idős, csak minimális segítségre szoruló rokon ezután már a családja gondja. Vagy az önkormányzaté. Egy biztos: nem az övék. Ilyenkor rendszerint az történik, hogy az idős ember egyébként csak napi néhány órát igénylő segítése egy női családtag nyakába szakad. A gyerekek, az idős, beteg, gondozásra szoruló vagy fogyatékkal élő családtag ellátása hagyományosan női feladat, sőt kötelesség. Rengeteg nő emiatt nem tud fizetett munkát vállalni, a kormányzattól kapott kompenzáció épp csak több a semminél. Egyenes az út a kisnyugdíjas léthez, az időskori női szegénységhez. **A kör bezárul.** Pedig senkinek nem szabadna elfeledni:

„Egy társadalom érettségét jól mutatja, hogyan bánik az idősekkel, mennyire becsüli, tiszteli őket”

Tisztelt Lakosság!

A Gondozási Központban szociális, gyermek és ifjúságvédelmi alapellátást végzünk.

Szociális alapellátások körébe tartozik a **szociális étkeztetés**, és a **házi segítségnyújtás** is.

Szociális étkeztetés keretében napi egyszeri meleg ételt biztosítunk a hét öt napján azok részére, akik koruk, egészségi állapotuk miatt erről gondoskodni nem tudnak.

Házi segítségnyújtás során a szociális gondozó az igénylő lakásán nyújt segítséget a napi tevékenységek ellátásában:

- Beszerzi az alapvető élelmiszereket,
- Alapápolási feladatokat végez (mosdatás, öltöztetés, ágyazás, ágyhúzás, inkontinens beteg ellátása – pelenkázás)
- Segítő kapcsolat alakít ki,
- Családdal, ismerősökkel való kapcsolattartás elősegítése,
- Együttműködik a háziorvosokkal, a hozzátartozókkal,
- Segítséget nyújt a gyógyszerek felíratásában és szükség esetén kiváltja azokat,
- Szükség esetén orvoshoz kíséri az igénylőt,
- Ügyintézés az ellátott érdekének védelmében,
- Rosszullét esetén háziorvost értesíti, vagy mentőt hív.

A személyes gondoskodás során olyan egyéni bánásmód megteremtése, megőrzése a cél, melynek során az ellátást igénybe vevőt képessé tenni a megváltozott egészségi állapotának, veszteségeinek feldolgozásában.

Szociális étkeztetés: 558,- Ft/adag

Házi segítségnyújtás: nincs térítési díj

Amennyiben igénybe szeretné venni a gondozási formák valamelyikét, megteheti azt, a

Gondozási Központ intézményvezetőjénél, szóban és írásban.

A felvételhez szükségesek a személyes okmányok, orvosi igazolás, nyugdíjas igazolvány, jövedelemigazolás a szociális étkeztetéshez.

Cím: 2133 Sződliget, Szabadság tér 11.

Telefonszám: 27/352-246 06-30-485-9298

A házi segítségnyújtás igénybevételének szabályai lényegesen megváltoztak 2015. január 17-től. A házi gondozás megkezdése előtt korábban is volt egy mindenre kiterjedő gondozási szükséglet, állapot felmérés, de lényegesen kevesebb (11) ponttal is igénybe vehető volt a gondozás. 2015. január 17-től 20 pontot kell elérni a gondozást megelőző szükséglet felmérésénél, hogy biztosítani tudjuk az igénylő részére a házi segítségnyújtást.

Holeczné Nagy Mária

mb. Gondozási Központ vezető

Fától az erdőt

A magyar nyelv nagyon választékosan tudja kifejezni a gondolatokat, mint például a **nem látja a fától az erdőt** szólás mondás, ami ugye azt jelenti ha csak a magunk szemszögéből vizsgálódunk bizony sok mindent nem veszünk észre.

Született most egy rendelet községünkbe, ami a polgármester és a szakember(ek) szemét hívta segítségül a polgárok építkezését illetően, hogy amit a gazda a portáján jónak lát, azt vizsgálja meg a falu első embere, szakemberek segítségével együtt, hogy az külső szemlélőként is helyénvaló, esztétikus másokat nem zavaró e.

Ennek a blikkfangos elnevezése: önkormányzati rendelet a településképi véleményezési, bejelentési és kötelezési eljárásról.

Fontos rendelet, minden polgárra vonatkozik, aki a község közigazgatási területén valamiféle építkezésbe fog s ez a gyarapodás engedélyhez kötött.

A rendelet pontos passzusait a Hivatalban, a község hivatalos honlapján lehet elolvasni, kérésre kinyomtatjuk.

Fontos, mert ahogy mondani szoktuk, a törvény nem ismerete nem mentesít annak be nem tartásától, ezért kérünk minden építkezni, bővíteni, bármiféle építményi kiegészítéssel élni szándékozó polgárt saját érdekében tájékozódjon az új rendelkezésekről.

És, hogy mire jó a pillanatnyilag bosszúságnak is megélhető tortúra?

Hogy ne legyenek járdára hajló tetők, járda helyett a mélybe futó garázsbeállók, vagy csak egyszerűen az utca, település képébe nem illő építmények kis községünkben.

Pszichológiai tanácsadás márciustól

Minden hétfőn
15.30-tól – 17.30-ig
előjegyzés alapján

**Pszichológiai tanácsadás
a Gondozási Központban.**

A szolgáltatás ingyenes!

Cím:
2133 Sződliget, Szabadság tér 11.

Érdeklődés és időpont egyeztetés a
következő telefonszámokon:

**27/352-246
30/48 59 298**

TÁJÉKOZTATÓ AZ ÖNKORMÁNYZATOK RÉSZÉRE A PÉNZBELI ÉS TERMÉSZETBENI SZOCIÁLIS ELLÁTÁSOKAT ÉRINTŐ, 2015. JANUÁR 1-JÉTŐL ÉS MÁRCIUS 1-JÉTŐL HATÁLYOS VÁLTOZÁSOKRÓL

A pénzbeli és természetbeni szociális ellátások rendszere 2015. évben jelentős mértékben átalakul. Az átalakítás **fő elemei:**

- Az állam és az önkormányzat segélyezéssel kapcsolatos feladatai élesen elválasztásra kerülnek:
 - Egységesednek a segélyezéssel kapcsolatos hatáskörök;
 - Módosul a szociális törvény (Szt) alapján kötelezően biztosítandó ellátások köre;
 - Bővül az önkormányzatok mozgásteret az általuk nyújtott ellátások meghatározásában.

I. Az ellátórendszer 2015. március 1-jei átalakításához kapcsolódó változások

A segélyezési rendszer 2015. március 1-jei átalakításával összefüggésben az állam és az önkormányzatok közötti feladat-megosztás a szociális ellátások biztosítása területén átalakul:

A jelenleg jegyzői hatáskörben lévő **aktív korúak ellátásának megállapítása a járási hivatal hatáskörébe kerül. Az aktív korúak ellátása keretében kétféle ellátástípus állapítható meg:**

- a foglalkoztatást helyettesítő támogatás
 - az egészségkárosodási és gyermekfelügyeleti támogatás (új ellátás a korábban rendszeres szociális segélyre jogosultak egy részére erre válik jogosulttá).
- Az újonnan a járási hivatalok hatáskörébe kerülő aktív korúak ellátásán túl továbbra is a járási hivatalok hatáskörébe tartoznak az alábbi ügykörök:
- alanyi ápolási díj (az alapösszegű, a fokozott ápolási szükségletre tekintettel megállapított emelt összegű, valamint a kiemelt ápolási díj),
 - időskorúak járadéka,
 - alanyi és normatív jogcímen megállapított közgyógyellátás,
 - egészségügyi szolgáltatásra való jogosultság.

A módosítás az Szt. által jelenleg szabályozott ellátások közül az alábbiakat érinti, ezekre vonatkozóan az Szt. 2015. március 1-jétől nem tartalmaz szabályozást:

- lakásfenntartási támogatás
- adósságkezelési szolgáltatás
- méltányossági ápolási díj
- méltányossági közgyógyellátás

A fentiekén túl az önkormányzati segély is átalakul: a rendkívüli élethelyzetre tekintettel is a települési támogatás keretében nyújtható majd támogatás.

AZ EGYES ELLÁTÁSOKAT ÉRINTŐ VÁLTOZÁSOK:

1. Aktív korúak ellátása

**1.1. A foglalkoztatást helyettesítő támogatás szabályai-
ban – az ellátással kapcsolatos hatáskörváltáson
túl – nem várható változás.**

1.2. Rendszeres szociális segély

A rendszeres szociális segély 2015. március 1-jétől ebben a formában nem része a szociális ellátórendszernek, a jogosulti kör – az átalakítást követően – más ellátásokra válhat jogosulttá.

Azon személyek aktív korúak ellátására való jogosultságát, akik részére 2015. március 1-jét megelőzően rendszeres szociális segélyre való jogosultság került megállapításra **a jegyzőnek 2015. január 1. és 2015. február 28. között, az Szt. 2015. március 1-jén hatályos rendelkezései alapján felül kell vizsgálni.**

A felülvizsgálat eredményeként 2015. március 1-jétől a korábban rendszeres szociális segélyre jogosult személyek ellátására való jogosultsága a következők szerint alakul:

- amennyiben a felülvizsgálat során a foglalkoztatást helyettesítő támogatásra jogosultak számára előírt együttműködést nyilatkozatban vállalják, **foglalkoztatást helyettesítő támogatásra lesznek jogosultak;**
- a nyugdíjkorhatárt 5 éven belül betöltők, és
- az Szt. 2015. február 28-án hatályos 37. § (1) bekezdés d) pontja szerinti személyek (önkormányzat rendeletében foglalt feltételek szerinti jogosultak).
- a törvény erejénél fogva az újonnan bevezetendő **egészségkárosodási és gyermekfelügyeleti támogatásra lesznek jogosultak;**
- az Szt. 2015. február 28-i szabályai szerint egészségkárosodottak és
- a 14 év alatti gyermekük felügyeletét másképp biztosítani nem tudók.

Az új ellátásra való jogosultságot 2015. március 1-i kezdőnappal kell megállapítani.

2015. február 28-ával meg kell szüntetni azon, az Szt. 2015. február 28-án hatályos 37. § (1) bekezdés d) pontja szerinti, illetve a nyugdíjkorhatárt 5 éven belül betöltő személy aktív korúak ellátására való jogosultságát, aki a foglalkoztatást helyettesítő támogatásra jogosult személyek részére előírt együttműködési kötelezettség teljesítését nem vállalja.

Az **egészségkárosodási és gyermekfelügyeleti támogatásra** való jogosultság, illetve az ellátás összegének megállapítása során figyelemmel kell lenni arra, hogy **az ellátás havi összegének** számítása a rendszeres szociális segéllyel alkalmazott szabályhoz képest annyiban eltér, hogy az ellátás **az**

öregségi nyugdíjminimum 90%-a helyett 92%-áig egészíti ki a családi jövedelmet.

2015. március 1-jétől az aktív korúak ellátása a járási hivatalt hatáskörébe kerül.

2. Lakásfenntartási támogatás

Az ellátás **szabályai 2015. március 1-jétől kikerülnek az Szt.-ből**, ettől az időponttól kezdődően biztosításuk nem lesz kötelező, a következő kivételekkel.

A 2015. január 1-jén folyamatban lévő, valamint a 2014. december 31-ét követően lakásfenntartási támogatás megállapítása iránt benyújtott kérelem alapján indult ügyekben a lakásfenntartási támogatást – az Szt. 38. § (8) bekezdésben foglaltaktól eltérően – egy év helyett **legfeljebb a 2015. február 28-áig terjedő** időtartamra lehet megállapítani.

Az önkormányzatok a továbbiakban a **települési támogatás keretében biztosíthatnak** támogatást a lakhatáshoz kapcsolódó rendszeres kiadások viseléséhez, illetve a hátralékot felhalmozó személyek számára.

3. Méltányossági közgyógyellátás

Az ellátás **szabályai 2015. március 1-jétől kikerülnek az Szt.-ből, ettől az időponttól kezdődően biztosítása nem lesz kötelező**, azzal, hogy a 2015. március 1-jét megelőzően megállapított méltányossági közgyógyellátás tekintetében, valamint a méltányossági közgyógyellátással összefüggésben 2015. február 28-án folyamatban lévő ügyekben – a jogosultság határozatban megállapított időtartamára, vagy annak megszüntetéséig – a 2015. február 28-án hatályos rendelkezéseket kell alkalmazni. Az önkormányzatok a települési támogatás keretében biztosíthatnak támogatást a gyógyszerkiadások viseléséhez.

4. Méltányossági ápolási díj

Az ellátás **szabályai 2015. március 1-jétől kikerülnek az Szt.-ből. Az ellátás biztosítása az települési önkormányzatok számára jelenleg sem kötelező.** Az önkormányzatok a települési támogatás keretében ellátást biztosíthatnak a 18. életévét betöltött tartósan beteg személy ápolását, gondozását végző hozzátartozók részére.

5. Települési támogatás – az új támogatási forma

Az önkormányzatok által biztosított ellátás neve 2015. március 1-jétől egységesen **települési támogatás** lesz. E támogatás keretében az önkormányzatok az általuk támogatandónak ítélt, rendeletükben szabályozott élethelyzetekre nyújthatnak támogatást.

Az önkormányzat kötelezettsége abban áll, hogy a települési támogatásról rendeletet alkosson. Annak eldöntése, hogy e támogatás keretében milyen célokra, mely feltételek teljesülése esetén milyen összegű támogatást nyújt, teljes mértékben az önkormányzat mérlegelési jogkörébe tartozik. Az Szt. által szabott egyetlen kötelezettség az, hogy a képviselő-testület a létfenntartást veszélyeztető rendkívüli élethelyzetbe került, valamint az időszakosan vagy tartósan létfenntartási gonddal küzdő személyek részére **rendkívüli települési támogatást** köteles nyújtani. A létfenntartást veszélyeztető élethelyzet, a létfenntartási gond meghatározása az önkormányzat jogosultsága, hasonlóan az ilyen helyzetekben nyújtandó támogatás összegének meghatározásához.

Az Szt. a települési támogatás keretében biztosítandó juttatások körét csak példálózóan sorolja fel:

Települési támogatás keretében nyújtható támogatás különösen

- a lakhatáshoz kapcsolódó rendszeres kiadások viseléséhez,
- a 18. életévét betöltött tartósan beteg hozzátartozójának az ápolását, gondozását végző személy részére,
- a gyógyszer-kiadások viseléséhez,
- a lakhatási kiadásokhoz kapcsolódó hátralékot felhalmozó személyek részére.

Az Szt. szabályozása szerint a lakhatáshoz kapcsolódó rendszeres kiadások viseléséhez nyújtott települési támogatást más jogszabály alkalmazásában lakásfenntartási támogatásnak kell tekinteni.

A települési önkormányzat képviselő-testületének a települési támogatás megállapításának, kifizetésének, folyósításának, valamint felhasználása ellenőrzésének szabályairól szóló **rendeletét legkésőbb 2015. február 28-áig kell megalkotnia.**

dr.Törőcsik Edit jegyző



ANYA-LÁNYA interjú két okos nővel, akik

Borsodnádásdról érkeztek...

Papp Évával és Bóta Nórával beszélgettem

Éva története:

Éva: Borsodnádasi vagyok. A közgazdasági szakközépiskola elvégzése után az Ózdi Kohászati Üzemekben, majd pedig a Borsodnádasi Lemezgyárban dolgoztam Nóra megszületéséig. Szerettem a gyárban dolgozni, sok, nagyon ügyes kezű ember készített csodálatos dolgokat fémből, hengerelt lemezből. Török, kardok, kovacsoltvas csodák is készültek a mindennapi elvégzendő munka mellett, mint később kiderült, az akkor már Európában egyedüli, kézi hengerléssel dolgozó gyárban.

Cris: Hányan dolgoztatok ebben a gyárban?

Éva: Közel háromezer ember. Mondhatni az egész településnek köze volt a gyárhoz, de a szomszédos falvakból is ide jártak dolgozni a férfiak. Borsodnádás kb. 3500 lelket számláló település.

Cris: Mi történt?

Éva: Mialatt én Nórával otthon voltam, 1993-ban végleg bezárták az 1864-ben alapított gyárat és elbocsájtottak mindenkit. Így nekem is újra kellett gondolni az életemet, mihez is kezdjek. Munkalehetőség nem volt, így arra gondoltam, továbbképezem magam, haladok a korral, növelve esélyeimet a munkaerő piacon.

Cris: Mit tanultál?

Éva: Beiratkoztam egy egyéves számítógépes szoftverüzemeltető tanfolyamra. Ennek eredményeként az önkormányzat révén közmunkás lettem és a helyi rendőrsre közvetítettek ki adminisztrátornak. Nagyszerű emberek között érdekes munkát végeztem, jegyzőkönyveket írtam, de előfordult, hogy mentem én is helyszínelni a fiúkkal. Időközben Borsodnádásból város lett, így sikerült köztisztviselői állást kapnom az önkormányzatnál, ahol a közigazgatási alapvizsga után közel hat évig dolgoztam, mint igazgatási főelőadó. Munkaügygel, a testületi ülések jegyzőkönyveinek elkészítésével foglalkoztam. Menet közben begyűjtöttem egy ECDL vizsgát is.

Cris: Kalandos, de a kézügyesség hol volt mind e közben?

Éva: Otthon. A munkám mellett mindig babráltam valamit, festettem, gyurmáztam, szóval kézműveskedtem, de nem ebből éltem.

Cris: Borsodnádásd messze van ide, mi mégis itt beszélgetünk, hogyan keveredtek ide?

Az Okos nők klubjának decemberi vendége Papp Éva volt, aki a karácsonyi készülődés jegyében apró kézműves fortélyokra tanította meg a hölgyeket. Nóra lánya pedig decemberben tartott előadást a sámánizmusról. Adta magát a helyzet, hogy anyával és lányával készítsék páros interjút.

Éva: Elváltam és hosszú ideig egyedül neveltem Nórát, de a barátnők unszolására beadtam a derekam és kezdtem új párt keresni. Az élet úgy hozta, hogy itt találtam meg Szodligeten, nagyjából nyolc évvel ezelőtt. Ide költöztünk és Budapesten dolgoztam egy informatikai cégnél évekig, de egy lábműtét és a késztetés, hogy végre kibontakoztathassam a kreatív éneket a munkahelyem feladására ösztönzött.

Cris: Most jön végre a kezed dicsérete?

Éva: Igen, kitaláltuk, hogy gépi hímzéssel, de leginkább a népi hímzések újragondolásával kellene foglalkozni. 2009-ben létrehoztunk egy kft-t, aminek társtulajdonosa vagyok. Első időkben küzdöttünk az ismeretlenséggel, de aztán szép lassan jöttek a megrendelések.

Időközben mások is felfedezték a népi hímzések varázslatos világát, így hamar telítődött a piac ezekkel a termékekkel. A mai napig a legkülönfélébb megkeresések, kérések érkeznek hímzés tekintetében, mint pl. kedvenc kutyus képe, céglogók, feliratok, de legutóbb egy kék traktor került rá egy ülőpárnára. Nagyon ritka az a kérés, amit nem tudunk teljesíteni, leginkább technikai akadály miatt hiúsulhat meg egy-egy munka.

Cris: További tervek?

Éva: Vannak, természetesen. Újabbnál újabb kézműves technikákat tanulok autodidakta módon, mint pl. a szalaghímzés, vagy selyemrózsák hajtogatása szaténszalagból és egyéb textilekből, de a mézeskalács készítés fortélyait is bogoztatom. Soha nem szűnő szeretelm érzek a féldrágakövek iránt, újabban ezekből készítek ékszereket. Időközben elvégeztem egy bolti eladó, boltvezető tanfolyamot is, így akár saját boltocskát is nyithatok a szépségeimből.

Cris: Honnan ez a rengeteg energia?

Éva: A mi családjunkban mindig is erősek voltak a nők, megtanította őket rá az élet, hogy nem hagyhatják el magukat. Az egyik nagymamám özvegyen bányában dolgozott, a másik kaszálta a búzát, mert nagyapám kezét a II. világháborúban leszállította egy robbanás. Mindenki nagy munkabírási és kreatív ember volt, hát én ezt kaptam tőlük örökségként.

Cris: Három kívánság?

Éva: Ha a családi összejövedeleken koccintunk a következőt szoktuk mondani: „Isten éltessen bennünket egészségben, boldogságban, sok pénzzel!” – én csak ezt kívánom.



Nóra története:

Mióta esztét tudja, énekel. Így ötvenhez közel, szemben velem egy lányom korú, huszonhárom éves lány szájából hallgatva óhatatlanul jön a mondat második fele de hát még alig tudja pár éve az esztét.

De Nóra folytatva a mondatot arról mesél, 3 évesen(!) a hintában már teli torokból dalolta: Kossuth Lajos azt üzenté aztán jött a rádióval éneklés. Szóval húsz éve tart a szerelem és meséli el nekem a stációkat:

B.N.: Egyik első emlékem, hogy ülök a hintában és énekelek. Három éves korom körül már énekeltem, az egész az Óz, a csodák csodájával kezdődött (Judy Garland énekelte benne a Somewhere over the rainbow-t, ez volt a kedvencem). Aztán jött a rádióval dalolás alternatív szövegekkel. Az iskolában először az osztályfőnököm figyelt fel rám, majd később édesanyám általános iskolai orosz tanárnője fedezte fel énektudásom, aki egyébként zongoratanár is volt. Úgy döntöttem, szeretnék megtanulni zongorázni, ezért harmadikosként elvégeztem a zeneiskola előképzőjét és első évét egy év alatt, hogy nyolcadik osztály végére a zongoratanulást is befejezhessem (egy év előkészítő, hat év zongora a tananyag, ezért kellett az első kettőt egy év alatt megcsinálnom). Szolfézs, klasszikus és népdalok egyaránt voltak a repertoáron és persze egy csomó fellépés, verseny és szereplések a borsodnádasdi rendezvényeken.

Cris: Akkor neked a gyerekkorod csak a zenéről szólt?

B.N.: Nem csak, emellett néptáncoltam is, de egy idő után inkább a zenére koncentráltam.

Cris: És nyolcadik után?

B.N.: A nyolcadik után tulajdonképpen hetedikben kezdődött, amikor egy alkalommal Dévai Nagy Kamilla látogatott el Borsodnádasra, és én úgy éreztem, az ő iskolájában szeretnék tanulni. El is mentem Kamilla és diákjainak egyik fellépésére, ahol egyből felvételiztem is. A sajozsempéteri templom parókiáján volt a meghallgatás, emlékszem, ahogy elkezdtem énekelni – jó hangosan, ahogy szoktam –, jöttek ki a diákok hallgatni, hogy kiből jön ez a hang. Voltam vagy 13 éves, akik nem ismertek, nem nézték ki belőlem. Kamilla fel is vett a Krónikás Zenedébe, de a nyolcadik osztályt még befejeztem, ezért utána költöztem fel Budapestre 14 évesen.

Cris: Kollégium?

B.N.: Igen, másfél évig kollégista voltam, aztán fél év albérlet, majd ingázás Szódligetéről (mert közben elköltöztünk). Dél előtt suliba jártam, délután meg zene, zene, zene.

Cris: És akkor hogy lett belőled mongol szakos?

B.N.: Engem úgy neveltek, hogy csak a maximum a megfelelő, legyen az tanulás,-

bármilyen... így hát jó tanuló is voltam. Már régóta érdekelt az ókori kultúrák, főleg az egyiptomi, ezért úgy gondoltam, az egyiptológiát írnom be első helyre. Nagyon izgultam, hogy felvesznek-e majd, de végül sikerült. De innen még elég messze van a mongol szak. Az meg úgy sikerült, hogy közös alapozó óráik voltak a keleteseknek és az ókorosoknak, pl. ókori és keleti nyelvek és kultúrák, – vallások, stb. Ezen órák egyikén a Belső-Ázsiai Tanszék tanszékvezetője, dr. Birtalan Ágnes tartott előadást a sámánizmusról, akkor döntöttem úgy, hogy nekem ezt kell tanulni.

Cris: És a zene?

B.N.: Az maradt, a Zenede befejezése után egy évig jazzéneket tanultam, így jutottam el Tokajba egy jazz táborba, ahol megismerkedtem Eichinger Tiborral és Megyaszy Istvánnal. Ők tanárok voltak a jazz táborban, és később kiderült, hogy egy közös zenekarban zenélnek, a Rojo Vivo-ban. A táborban nagy sikerrel énekeltem el egy mongol népdalt, ami később nagy hasznomra vált. Tibi (számtalan pótapám egyike) ezzel a dallal elhívott vendégnek egyik zenekarába, a MikroBe-ba egy-két koncert erejéig, akkor végre megtapasztalhattam, hogy milyen könnyű dolga van az embernek, ha képzett zenészekkel dolgozik. A tábor után pár hónappal csörgött a telefonom, Megya volt az: nem lenne-e kedvem énekelni a Rojo Vivo-ban. Egyből rávágtam, hogy dehogynem. De egy hét múlva már koncert is lenne a Mika Tivadar Mulatóban (kedves olvasó, ekkora a világ, Bácskai Edit dédapukájáról elnevezett mulatóban vagyunk! szerk.), spanyolul kéne énekelnem (a frontember, Tabeira Iván ugyanis uruguay-i származású). Nem baj, megtanultam a dalokat nagy gyorsan. Így kerültem be a Rojo-ba állandó tagként. Aztán ez a zenekar sajnos feloszlott, így került a képbe ismét a MikroBe, ahol szintén Tibi gitározik. Ott 2012 óta vagyok állandó tag. Közben megalakítottam a Bóta Nóra Akusztikot is... szóval zajlott és zajlik az élet körülöttem rendszeren.

Cris: 2014-ben a Szódligeti Nyári Estéken egy rock zenekarral léptél fel.

B.N.: Igen, ez a zenekar a House Of Grooves. A szomszédunkban egy dobos srác lakik, Nikosz, aki 2013-ban megkeresett, hogy sos-ben kellene nekik egy éne-

kes, mert az övék elmegy egy versenyre bokszolni Oroszországba, éppen a Váci Világi Vigalom idején. Beugrottam arra az egy koncertre, aztán olyan jól sikerült, hogy azóta is ott ugrálok a színpadon velük. Már egészen régóta úgy gondoltam, hogy leginkább a rock-ban érzem otthon magam, de ekkor bizonyosodtam meg efelől ténylegesen. Egyébként most készítjük első nagylemezünket, várhatóan áprilisra leszünk készen vele. Van egy harmadik zenekar is, amivel grunge-stoner vonalon mozgunk, ez a Bálnalovas, ott is mozgolódás van a háttérben, azzal is készülünk meghódítani a világot.

Cris: Meg lehet ebből élni?

B.N.: Ezen a szinten sajnos nem. Kevés a fellépés még így három zenekarral is, és még azt se fizetik meg rendszeren. A hangszeresek és énekorák nagyon drágák, utazni és próbálni is kell, ez mind nem kevés pénzbe kerül... szóval én emellett mézeskalácsokat sütök.

Cris: Mézeskalácsokat a mongol diplomás számtalan együttes énekesnője?

B.N.: Igen, 2-3 éve elkezdett érdekelni a cukrászat is, sokáig csak az interneten nézegettem a süteménykészítés, -díszítés fortélyait, aztán jött a mézeskalács-díszítés Czink Judit útmutatásával. Mindent meg lehet tanulni.

Cris: És ahogy mondtad, mindent csak maximálisan érdemes, hát ez a kis kalács, amit nekem ajándékoztál, a mézeskalács-díszítés terén is ezt mutatja... Három kívánság?

B.N.: Elismert zenész szeretnék lenni és szeretnék a zenéből megélni, de nem minden áron (gondolok itt arra, hogy azt csináljam, amit szeretek műfajilag és megkötések nélkül). Szeretnék úgy élni, hogy szeretetből tudjak, tudhassak zenélni egy életen át.

Cris: Őszintén kívánom, hogy így legyen sokunk örömére!

Aztán még beszélgetünk a palócságukról, hogy mennyi vicces helyzetet hozott az életükbe a palóc-barkó kifejezések használata, amit a hallgatóság nem értett. Hogy maguk ne kerüljenek ilyen helyzetbe, néhány kifejezés búcsúzóul:

- a bojnýk gyerek kásátalkodik = égetni-való gyerek rosszakodik
- furik=talicska
- tesznye=gusztustalan
- kácsongani= hintázni a széken
- makuka = szotyji

Cris

ui: Nórát 2015. március 15-án Válint Ingrid kiállításának megnyitóján, a House of Grooves együttest pedig a nyári Miénk itt a tér rendezvénysorozat keretében június 12-én hallhatják Szódligeten.

egy csésze kávé

Bácskai Edittel

kültagból képviselő

Bácskai Edit „rég motoros” a képviselő testületi munkát illetően. Az előző ciklusban „mint külső tag segítette a pénzügyi bizottság munkáját a 2014-es választáson pedig mint képviselő nyerte el a lakosság bizalmát. Edit férjhez érkezett Sződligetre, ennek már jó sok éve, ma már teljesen sződligetinek vallja magát. A Budapesten született, majd pedig a Gödön megélt gyerekkor után teljesen sződligetivé vált. A gyerekek iskolai éve alatt aktívan dolgozott a szülői munkaközösségben, ma már nyugdíjasként nagy energiákkal segíti az önkormányzat munkáját, de aktív résztvevője a kulturális és közéletnek is. Nevetve mondja, hogy ma már akár két óra is egy bevásárlás a helyi boltban, annyian állítják meg nagy öröme-hogy megvitasák, megbeszéljék a falu dolgait. Folyamatosan fogadóórákat tartok, mondja nevetve, amikor leültünk egy kávé mellé beszélgetni.

B.E.: Csak te iszol, én már megittam a reggeli egyet, többet nem szoktam. Régen bezzeg akár ötöt is, nem figyeltem, szerettem, ittam ha kérdezték, kértem. Aztán a szívem szólt, hogy sok lesz.

Cris: Hol volt az a régen?

B.E.: Gödön a Tanácsnál kezdtem pályafutásom a Pénzügyi- és Számviteli Főiskola elvégzése után, majd a gyerekek nevelgetése után Budapesten dolgoztam tovább a Miniszterelnöki Hivatalban. Nyugdíjba is onnan mentem, a Nemzetbiztonsági Hivatalból, ezredesként. Egész életemben pénzügyi vonalon dolgoztam, költségvetéssel, pénzüggel és ellenőrzéssel foglalkoztam ezredesként is.

Cris: Ugy tudom, nyugdíjasként is visszajártál dolgozni.

B.E.: Igen, amíg lehetett, de az új törvények szerint 62 év felett nem lehet köztisztviselőként dolgozni, így ma már élem a nyugdíjas nagymamák életét.

Cris: Nyugodt életét?

B.E.: Nyugodtabb, de nem unalmas életét. Most egy kicsit megfordult az idő, hétköznap pihenünk hétvégén pedig hadba állunk második férjemmel az unokák, gyerekek vonalán. Szerencsére nagy a család, gyerekektől hangosak a hétvégék. Hol az egyik, hol a másik gyerek, unoka toppan be ebédre, vagy válllaljuk a gyerekfelügyeletet, hogy a fiatalok tudjanak kicsit pihenni, szórakozni. Szerencsére mozgékony emberek vagyunk, mi is sokat megyünk, ha tehetjük utazunk, kirándulunk.

Cris: Sok szomorúság ért az életedbe, férjed, fiad elvesztése, mégis tanítani kellene mosolyodat, kedvességedet. Honnan ez a sok erő?

B.E.: Mint mondtam nagy a család, sok szeretet vesz körül sokat segített és segít ha baj van a családban. Én mindig is nagyon fontosnak tartottam az emberi kapcsolatokat, a családban én tudom a családi történeteket, családfát, én viszem tovább a déd- és nagyszülők történeteit.

(Szembe velem egy barokkos kék ruhába öltözött láthatóan nemesi vonásokkal rendelkező, makulátlan frizurás hölgy festménye néz vissza rám a falról, mint kiderült Edit felmenője a hölgy a múlt század elejéről a kép a háború alatt megsérült, repesz sérülések is voltak rajta, Edit elhozta a szülői házból és restauráltatta „Miskei Rudolfiné azóta itt él vele Sződligeten.”)

Cris: Egyet elmesélnél a sokból?

B.E.: Az én dédapámat Mika Tivadarnak hívták. Én Budapesten születtem a Kazinczy utca 47-ben, ahol most a Mika Tivadar Múzeum található. Igen a dédapámról lett elnevezve, aki ebben a házban lakott és mint iparos ember egy kis öntőműhelyt üzemeltetett. Mi nagyon korán elköltöztünk onnan Gödre, mert apám úgy gondolta, egy három gyerekes családnak jobb a vidéki, kertész házas élet. Teltek az évek, amikor is egyszer az Ausztráliában élő unokatestvéremtől jött egy e-mail, hogy keresni fog egy hölgyt aki megvásárolta



a mi régi házunkat és annak homlokzatán megtalálták dédapám nevét és keresik az eredeti tulajdonosokat, mert eredeti állapotában szeretnék felújítani a házat. Megtaláltuk és amikor nyílt a múzeum mi is meghívást kaptunk. Fotókat is kértek, de nekem csak egy apró képem maradt a dédszüleimről, képzelj kinagyították életnagyságúra, mellettük állva nyilatkoztam a TV-nek a megnyitón...

(A Mika Tivadar Múzeum a nevét személyesen Mika Tivadartól kapta, aki 1907-ben kiíratta nevét az általa építtetett ház homlokzatára, ahol feleségével, Jelinek Klementinával éltek, és ahol az épület hátsó részében az általa alapított vas- és rézarúgyár működött. 2010. nyarán gondoltunk egyet és elkezdjük átépíteni ennek az épületnek a földszintjét és pincéjét. Az volt az elképzelésünk, hogy egy 20-as évekre emlékeztető múzeumot hozunk létre. A földszintnek megfelelően alkítottuk ki teljesen, Langer Vera elképzelései és tervei alapján. A pince kicsit modernebb és strapabíróbb lett, mert az az a hely, ahol a vendégek bulizhatnak és tombolhatnak. A múzeumot 2010. december 17-én nyitottuk meg és mindenki hamar megszerette. 2011. tavaszán az épület mellett található parkoló helyén megnyílt a Mika Kert is, ahova nyáron néha képtelenség beférni. 2011. októberében megnyitottuk a Jelinek Klementináról elnevezett koncert- és tánctermet, ide rengeteg koncertet, színházi eseményt, táncelőadást, beszélgetést és bulit szerveztünk már. Néha nagy, néha kisebb, néha nulla sikerrel.)

Cris: Mivel a szomszédban dolgozom akaratlanul is látom, sokat támaszkod a kerítést beszélgetve valakivel, gyakran futunk össze a Hivatalban is.

B.E.: Nagy örömmre szolgál, hogy sokan szeretnek és bizalmat adnak nekem. Mint képviselőt sokszor állítanak meg és beszéljük meg a falu ügyes bajos dolgait. Tervezzük a rendszeres fogadóórákat is, meghatározott időben és helyen így lehetőséget biztosítva nem csak a véletlen hanem a tervezhető találkozásokra a polgárokkal.

Cris: Milyen terveid vannak, mint képviselő?

B.E.: Élhető Sződligetet szeretnénk, folytatva az elkezdett munkát, további jól járható utakkal a főtér folytatásával a hétköznapiakat komfortosabbá tévő apróbb munkákkal. A lelkesednek muzsika lesz, hogy egy nagyobb művelődési ház is a tervek között szerepel, de mint tudjuk ez nem fog menni pályázati, plusz pénzforrás nélkül. Keressük a lehetőségeket és igyekszem abban segíteni a munkát, hogy az a gazdasági stabilitás és tartalék képzés, ami elindult az elmúlt években tovább tudjon folytatódni, hogy a településünk biztonságban érezhesse magát.

Cris: Három kívánság?

B.E.: Az első és legfontosabb az egészség, szeretnék sokat utazni, világot látni és ugyanilyen őszintén kívánni, hogy töretlenül fejlődessen Sződliget.

Cris: Köszönöm a beszélgetést és a kávé.

MOZGÁS! itt a tavasz...

Ugyan a természet még próbálkozik egy-egy hideg fronttal, de feltartóztatatlanság jön a tavasz, a megújulás. Újra lehet majd a szabadban sportolni. Szodligeten 2009-óta szervezett formában, jó körülmények között van módja a gyerekeknek, fiataloknak sportolni.

Helyi Sport, Mozgás, Élet Tömegsport Egyesületünk szeretettel vár minden sportolni szeretőt és mozogni vágyót. Az elmúlt években szép eredményeket értünk el a különböző sportágakban.

Sokat hallunk a sport, a mozgás fontosságáról egészségi, életteni szempontból, de nem elhanyagolható közösségkövető ereje és élet-szemléletet építő hatása sem.

16 évig versenyszerűen sportolva mindezt jómagam a saját bőrömön is megtapasztalhattam és a sport, a mozgás szeretetét adtam tovább gyermekeimnek is. Mind lányom, aki ma 21 éves, és 10 éves kisfiam napi szinten sportolnak, a mozgás életük fontos része, programjaik alakítója. Ez azonban nem jelenti azt, hogy ne foglalkoznának zenével és nyelvtanulással is, azonban tudják, a saját bőrükön érzik, milyen jó is egy fárasztó nap után levelezni a gózt, megnyíval könnyebb utána tanulni.

A sport nem azt jelenti, hogy mindenkinek élsportolónak vagy válogatott sportolónak kell lennie, csupán azt, hogy mai TV-s számítógépes világunk mozgás-szerverrendszerünkre, idegrendszerünkre gyakorolt káros hatásait csökkentjük, elimináljuk, az egészségtelen táplálkozást ellensúlyozzuk, vagy sporttevékenységgel tudatosan megváltoztatjuk.

Lássuk csak milyen pozitív hatásai vannak a rendszeres mozgásnak valamennyi korosztály számára:

- kedvezően befolyásolja a lelki állapotot, csökkenti a stresszt, a depressziós panaszokat, szorongást, javítja az önértékelést, közérzetet; mivel az agyban szerotonin, valamint a fájdalomcsillapító és általános jó érzést okozó endorfinok szabadulnak fel,
- az elhízás megelőzésében és kezelésében is kiemelt szerepet kap a rendszeres testmozgás, melynek segítségével elégethetők a felesleges kalóriák, így azok nem rakódnak le a szervezet zsírraktáraiban,
- segít fenntartani a normális csontállományt, izomerőt, ízületek mozgathatóságát, a hajlékonyságot, (a gravitáció ellen ható mozgások és gyakorlatok, mint a futás, lépcsőzés, súlyozás, segítenek a csonttömeg megtartásában, így megelőzhető, illetve mérsékelhető a csonttritkulás, a rendszeres testmozgás keni, beolajozza az ízületeket, ezáltal csökken az ízületi fájdalom és merevség, ezen kívül az ízületi gyulladás esetén növeli a hajlékonyságot és az izomerőt),
- fokozza a vérkeringést, így több oxigén és tápanyag áramlik a bőr sejtjeihez, az izzadás pedig – amely a testmozgás hatására fokozódik – lehetővé teszi, hogy a szervezet a bőrön keresztül szabaduljon meg a felesleges anyagok egy részétől,

- hatására nő a tüdőkapacitás, javul a légzés,
- a szívizom megerősödik, nő a szív teljesítő-képessége, csökkenti a szív- és érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát, különösen koszorúér-betegség vonatkozásában,
- csökkenti a magasvérnyomás-betegség, a 2-es típusú cukorbetegség, elhízás kialakulásának kockázatát és felhasználható ezen betegségek kezelésében, akár önmagában, akár egyéb kezelési módok kiegészítőjeként,
- a vérben található HDL (védő) koleszterin szintje csökken a rendszeres testmozgás hatására, így az artériák falán nem keletkeznek zsírt és egyéb anyagokat tartalmazó lerakódások (plakkok),
- csökken a vérrögök kialakulásának kockázata a szív-koszorúerekben, amely szívinfarktus-hoz vezethet, illetve az agyat ellátó artériákban, amely pedig stroke-ot okozhat,
- csökkenti az egyes rosszindulatú daganatok kialakulásának lehetőségét,
- időskorban segít megőrizni a mindennapi élethez szükséges képességek megtartását, lehetővé téve az önálló életvitelt,
- a krónikus betegségeket segít megőrizni, vagy javítani a teljesítőképességet, jobb életminőséget biztosít.

Kedves Szülő társaim, mi lenne, ha „húsvét-

ra” egy kis sportra való inspirációt adnánk gyermekünknek. Hol tudunk ennyi jót adni „ilyen kis ráfordítással”, az életbe ennyi jóval elindítani őket. Ha kell, mutassunk mi is jó példát és kezdjünk el most vagy kezdjünk el újra mozogni, sportolni.

Mi szülők akkor leszünk több területen is a leghatékonyabbak kiskamasz vagy kamasz gyermekünkkel, ha célt tudunk elé állítani, amit nem nehéz kötelességnek érez és letudni akar, hanem élvezettel csinálja, már alig várja, hogy mozoghasson, sportolhasson.

A szodligetiek azon kiváltságos helyzetben vannak, hogy saját egyesületük van, ahol lehet teniszezni, focizni, vagy az evezésnek hódolni.

Tavasszal újra indulnak a friss levegőn az edzések, ahova különböző korosztályokba várjuk a sportolni szeretőket.

Kérek, minden szülőt, buzdítsa gyermekét, ha kell, mutassunk jó példát.

Az edzések helyét és időpontjait szakvezetőinkkel, edzőinkkel lehet egyeztetni:

Tenisz	
Garaguly Zoltán	06-20/9823-883
Foci	
7-10 éves korosztály	
Krasnyánszky Zoltán	06-30/4865-102
10-14 éves korosztály	
Plachi András	06-30/5094-572
Kajak-Kenu	
Gönczöl János	06-20/9807-512

Mozgásra fel!

egy mozgásra elkötelezett szülő

A sport testet, lelket építő, szepítő tevékenység. Az egészség alapköve. Szodligeten az elmúlt években kiemelt jelentőséget kapott a tömegsportolás lehetősége a Duna-parti sport centrumban. A szabadidő tömegsport keretei között lehetőség van atlétizálni, kosárlabdázni, lábténiszezni, téniszezni, focizni és evezni, korhatár nélkül.

Tenisz szakosztály

A szakosztály bejegyzett taglétszáma 10 fő. Továbbiakban várjuk tagok és pártoló tagok jelentkezését. Teniszoktatást április 15-től október 15-ig vállal a Sütő család. (0630-549-66-60)

Iskolai szünetben szerdánként 9-től 12-óráig van lehetősége játékos teniszre a szodligeti tanulóknak. Részvétel ingyenes. Egész héten szodligetiek részére pályadíj 7-11 óráig 1000 Ft/óra, 11-16 óráig 500 Ft/óra, 16-20 óráig 1000 Ft/óra, ha előre pályát kérnek. Idegenek 1500 Ft/6óra pályadíjat fizetnek előre való bejelentkezés esetén. Lehetőség van bérletet váltani 30 alkalomra. Gyerekeknek a bérlet 10 000 Ft/év (18 évesig), korlátlan játékidővel.

Évente kétszer van lehetőség nyílt bajnokságon való részvételre. Nevezési díj 2000 Ft/verseny, főnként. A szakosztály biztosít öltöztőt, mosdót, parkírozást, ütohúrozást, új labda vételt, társ keresést. További információkat ad: Garaguly Zoltán: 0620-98-23-883

Labdarúgó Szakosztály

A szakosztályban gyerekek és felnőttek futballoznak. A különböző ifjúsági korosztály 40 fő igazolt játékoskal vesz részt az edzéseken, körzeti tornákon.

Ifjúsági edzők:

Krasnyánszky Zoltán: 0635-48-65-102

Edzés napok: Kedd, csütörtök, péntek 18.00-19.30-ig.

Plachi András: 0630-509-45-72

Edzés napok: Hétfő, szerda, péntek 18.00-19.30-ig.

Rendszeresen jár igazolt játékosok részvételük:

- versenyeken való részvételen
- címeres mezekkel
- tagdíj mentességben
- öltöző használatban
- téli terem edzési lehetőségben

Kajak, kenu szakosztály

A szakosztálynak 30 fő tagja van.

Szakosztályvezető: Gönczöl János (0620-980-75-12)

Hetente három edzést tartanak az öbölben. Jöjjenek és jelentkezzenek. Az ideális lehetőségeket használják ki.

T. K.

Lendülünk mozgásba!

(2. rész)

Decemberi írásomban felfedtem előttem nem titkolt szándékomat, miszerint szeretnék aktív szerepet vállalni abban, hogy kicsiny településünk lakói minél sportosabbak, egészségesebbek legyenek. Nagy örömmel tölt el, hogy e törekvésemben nem vagyok egyedül, a Helyi Sport, Mozgás, Élet Tömegsport Egyesület is mozgásra buzdítja a lakosságot, és remélem, még többen leszünk, akik ezen dolgoznak. A sport általános hatásait nem is taglalnám, hisz erről már sok szó esett ebben a számban. A PILATES néhány speciális hatását mutatom be most röviden:

Mivel mélyizom tornáról van szó, *felporgeti a nyirokkeringést* – hölgyek számára jó hír: a cellulit (narancsbőr) elleni harcot ezzel megtámogatja. Immunerősítő hatású, hiszen a nyirokrendszer feladatai: a szervezetre káros anyagok elszállítása, és fehérvérsejtek termelése, melyek jó szolgálatot tesznek nekünk, hiszen védik szervezetünket a behatoló kórokozók ellen. *Erősíti a mély izmokat*, ennek eredménye a jobb tartás, szebb alak, karcsú, szállkás izomzat (jó hír alacsony társainknak: magasabbnak is látszunk ezáltal). A mély hasizmok erősödése: a jobb tartáshoz ezek az izmok is hozzájárulnak, valamint javul szerveink vérellátása, rendeződik a szabálytalan női ciklus(!), kellően megtámasztják a kismendécét, és persze lapos has, karcsú derék. *Légzéstechnikája* valóságos belső zuhanyként hat, a szervezet méregtelenítése beindul, minden sejtünk sokkal több oxigénhez jut, ez többet ér minden vitaminnál, immunerősítő hatása van, a szervezet valósággal felpozsdujl, még a bőrünk is szépül általa. *Javul a stressztűrő képesség* – azon kívül, hogy a mozgás „boldogsághormont” szabadít fel, a PILATES órákon úgynevezett rekeszlégzéssel dolgozunk, nagyon mély lélegeztetésekkel, így segít ellazulni, és ez a relaxált állapot kitart még óra után is sokáig. Behúzott hassal, orron át a mellkasba szívjuk be a levegőt, meghozzá nagyon hosszán, így a tüdőkapacitásunknak többszörösét használjuk ki, mint az eddigi, hétköznapiak során alkalmazott kapkodó légzéssel, majd szánon át hosszán fújuk ki, igyekezve teljesen kiüríteni tüdőnket. Így segítjük szervezetünket abban, hogy gyorsan cserélődjön ki az oxigén-dús levegő az elhasznált széndioxid-dús levegővel. Minden sejtünk sokkal több oxigénhez jut, ezzel valósággal felpozsdujl testünk, lelkünk. Erősebb, ellenállóbb lesz a szervezet, fiatalodik a bőr az oxigén hatására, egyszerűen ennél nagyobb ajándékot nem is adhatnánk saját magunk számára. *Energia*, energia, és még több energia – jobban bírjuk a gyűrődést minden téren. *Szülés után* nem ismerek jobb visszaformáló, visszaerősítő módszert, másodszor csinálom

végig ezt két szülés után, nekem elhiheted! *Fogyás* – A rendszeres testedzés sokkal többet ér, mint bármilyen diéta egymagában, ugyanis az izomszövet önmaga megtartásához folyamatosan energiát igényel és zsírt éget, tehát minél fejlettebb az izomzatunk, annál gyorsabb a fogyás. Ezért óriási baklövés, ha csupán diétával, főleg ha koplálással szeretnénk fogyni, ugyanis ezzel az izomszövetek méretét csökkentjük, így soha nem lesz elég hatékony az olyannyira vágyott zsírégetés. Teljesen *átformálja* a testet, olyan izmaiddal ismert meg, melyekkel még sohasem találkoztál. Segít a *csontritkulás megelőzésében*, hiszen elősegíti a kalcium beépülését a csontokba. *Védetté tesz* a sérülésekkel szemben, ha esetleg előtte könnyen meghúzódtok a derekad, megfájdult a térded, ezek mostantól sokkal ritkábban, vagy egyáltalán nem fordulnak elő. *Kíméli az ízületeket* azáltal is, hogy a gyakorlatokat túlnyomórészt a talajon, fekvő helyzetben végezzük, nincs ugrálás, egyoldalú terhelés. Fokozza az ízületi nedv termelődését, és a mélyizmok megerősödésével leveszi a terhelést az ízületekről.

Csontritkulás, ízületi problémák vagy túlsúly esetén fontos, hogy ízületi kímélő sportágat válasszunk!

Soha nem késő elkezdni a mozgást, bármely korosztály már NÉHÁNY HÉT alatt érezheti számos jótékony hatását.

Ugye mindenkinek van olyan ismerőse, akiről azt hallotta, hogy jár valamilyen tornára? Lehet, hogy csak az ő biztatására lenne szükség, és máris nem lenne olyan nehéz megtenni az első lépést! Aztán már minden megy magától, telnek a hetek, és

mi már megint egy újabb sikerélményt könyvelhetünk el magunknak: először csak azt érezzük, hogy kellemesen átmozgattuk berozsdásodott tagjainkat, aztán pár hét múltán mintha javult volna a testtartásunk (nemcsak mintha, mások is látják rajtunk), aztán hopp, lement pár kilócska, majd: „jééé már elérem a cipőfűzőmet”stb.

Ilyen egyszerű ez, de tényleg, csak az első órára nehéz eljönni, szakítani a „hagyománnyal”, hogy eddig más volt az esti program.

Fontos, hogy egy PILATES óra sohasem unalmas, mert nem ismétljük unalomig a gyakorlatokat, mindenből csak keveset végzünk, de azt koncentrált izommunkával, így sokkal hatékonyabb az edzés, mint ha százával végeznénk gyorsabb tempóban a mozgulatsorokat.

Senki nem fogja azt érezni, hogy alig kap levegőt egy-egy gyakorlat végére, mégis már pár hét után érezhető és látható eredményeket könyvelhetünk el.

Most pedig egy SZÜLETÉSNAPI RENDEZVÉNYRE szeretnék invitálni minden kedves szodligeti lakost.

Az általam vezetett PILATES A GERINCÉDÉRT nevű torna idén tavasszal lesz 5 éves.

Ezt szeretném méltóképpen megünnepegni azokkal, akik ilyen régóta kitartanak mellettem, megértik és támogatják hitvallásomat, és azokkal is, akik csak most kapcsolódtak be ebbe a csodálatos közösségbe, és természetesen azokkal is, akiknek felkeltette érdeklődését ez az írás, vagy valamelyik régebbi, akik szeretnék változtatni eddigi életmódjukon, de még bizonytalanok, és szükségük van arra a bizonyos „kezdő lökésre”.

Családostul várok mindenkit szeretettel Szodliget méltán híres, gyönyörű Dunapartjára, a strandunkra, vagy ahogy én hívom: a mi kis aranypartunkra.



A program egy 90 perces PILATES órával kezdődik a friss levegőn, majd folytatjuk egy egész napos bográcsózós, beszélgetős, remek hangulatú bulival. Erre a napra a részvétel természetesen ingyenes.

Az időpont még időjárás függvényében alakul, erről tájékoztatást fogok adni több fórumon is, érdemes pl. figyelni a Közösségi Ház faliújságát, községünk facebook oldalait, illetve a szodliget.hu honlapot. Legaktuálisabb információk mindig a „PILATES A GERINCEDÉRT” nevű facebook oldalon, melyről lejjebb minden információ leírok.

Ezzel a rendezvénnyel kezdetét veszi egy SZABADTÉRI PILATES sorozat, mely azt jelenti, hogy amint beköszönt a jó idő, minden SZOMBAT délelőtt (persze jó idő esetén, előreláthatóan fél 9-től) a szodligeti Duna-parton (alacsony vízállás esetén a strandon, ellenkező esetben a színpados tisztáson) 90 perces PILATES órát tartok.

A PILATES légzéstechnikájának a friss Duna-parti levegőn még fokozottabban érvényesül fantasztikus energetizáló hatása, mindez a szokásos 60 perces órától eltérően 90 percben, hihetetlen élmény lesz így tornázni. Igazi energiabombák leszünk általa!

Ide várom az érdeklődőket is, akik kérdéseket szeretnének feltenni, jöhetnek a gyerekek is, lehet ez minden család számára egy szombat délelőtti közös program, melyvel példát mutathatunk gyermekeinknek, ismerőseinknek, az egész környéknek, ezzel buzdítva mindenkit arra, hogy LENDÜLJÜNK MOZGÁSBA!

Addig is várok mindenkit a szokásos időpontokban és helyszíneken: – hétfőnként 18.30-19.30-ig a Zoé csal-

ádi napközi tornatermében (Barackos köz 5.)

– szerdánként 18.30-19.30-ig az óvoda tornatermében (Vörösmarty u.10.)

Érdeklődni lehet a 0620 5574102-es telefonszámon.

Sok információ, minden héten újdonságok a facebook oldalon: „Pilates a gerincédért”.

Aki „tetszikeli” az oldalt, mindig kap értesítést a friss cikkekről, aktualitásokról.

Itt részletesen írok a nyirokrendszeréről, a narancsbőrőről, a stroke utáni rehabilitációról, a szülés utáni edzés lehetőségeiről, a pilates történetéről, hatásairól, és még sok érdekes témáról.

link: <https://m.facebook.com/profile.php?id=364580117046814>

Megköszönve a megtisztelő figyelmet, jó egészséget kívánok:

Gajda Gabriella pilates oktató

Lovaglás és a Tündérkert Lovarda SE

Miért pont a lovassport?

Ha olyan vagy akikt unat a monotonitás és a teremsport, akkor köztünk a helyed!

Egy kívülálló szemében a lovaglás egyszerűnek tűnhet, hiszen a lovon csak ülni kell, de valójában egy rendkívül összetett sport, művészet, életstílus. A lovaglás során jelentős fizikai-, pszichológiai-, szociális hatások érik a lovast.

Egész testet átmozgató izommunka. Aki lovagol, fizikailag megerősödik, javul az egyensúlyérzéke, a tartása, erősödik a comb- és hátizma, és csökken az izmok görcsössége. Mindemellett javul a légzése és a keringése, valamint gyorsulnak a reflexei, fejlődik a mozgásérzékelése, a testséma, javul a fejkontrollja, törzskontrollja és még számtalan dolgot felsorolhatnánk, ami a lovas fizikai állapotára hat, de azt hiszem, ehhez kevés lenne a hely.

A mai rohanó világunkban sokkal érdekesebb ennél a pszichológiai és szociális fejlődés, rekreáció, rehabilitáció, amit a lovaglás tud nyújtani. A tény maga, hogy egy ilyen hatalmas állattal összehangban lehetünk, olyan sikerélményt ad, mely növeli az önbizalmat, a lovas érzelmi és akarati funkciói javulnak. Elvonja a figyelmet a lovaglással töltött óra a napi gondokról, mert lehetetlen lovaglás közben nem a lóra koncentrálni. A szabad levegőn való tartózkodás javítja az általános közérzetet.

Az ember a lovaglás során nyitottabbá válik. A ló türelmességre tanít, a lovaglás nem megy egyik napról a másikra, talán az egyik legbonyolultabb sport, hiszen egy másik élőlényrel kell együttműködnünk, és az egyetlen közös nyelv a lovaglás, és a lóval való foglalkozás, a ló nyelve. A ló nem mindig érti, hogy egyértelműen mit szeretnénk tőle, ezért amíg a ló és lovasa egymásra hangolódik, megtanulnak odafigyelni egymásra, javul a gondolkodás, az önkifejezés, fejlődnek az akarati funkciók, kialakul a függetlenség. Egy-egy sikeresen végrehajtott feladat után, javul az önbizalom, fejlődik a motiváció, sikerélményt kap a lovas.

Hogy hogyan kerülhetünk közelebb ehhez az izgalmas világhoz? A Tündérkert Lovardában mindenkinek lehetősége nyílik megismerkedni a lovak, a lóval való foglalkozás, és a lovassportok világával.

Az egészen kicsik is elkezdhetnek ismerkedni a lóval, a lóval való bántásmóddal, három éves koruktól már fel is pattanhatnak a hátára, megismerkedhetnek a lóval való foglalkozás, a lovaglás, és a lovastorna alapjaival. Természetesen nem csak a legkisebbek találhatnak lovas élményekre nálunk, bárki, aki kedvet érez hozzá, kipróbálhatja a lovaglást, de vigyázat, függőséget okoz! Az sem gond, ha valaki fél a lovaktól vagy eddig csak messziről merte csodálni őket, lehetőség nyílik a lóval való ismerkedésre, a lóval való

kapcsolat teremtésre, lovas képzésre, a lóra való felülés nélkül, és ha már kellő bátorságot gyűjtöttünk, és megismertük a lovakat, akkor kezdődhet a lovaglás tanulása. Idén tavasztól már nemcsak a gyerekeket várjuk egész napos lovas kurzusokra, hanem külön kurzusokat szervezünk felnőttek részére, és külön a lótól tartó, de a lovaglásra vágyó gyermekek és felnőttek részére is.

Szabadidomító Kurzus
Nyárasdi M. Janával

Ha érdekel a szabadidomítás, a természetes lóképzés, a földről munka, akkor nálunk a helyed!

Kezdő kurzus 2015. március 21.-22.

Bevezető áron a Tündérkert Lovarda SE Lovasainak

15000 FT
Külsőségeik 18000 FT

Tündérkert Lovarda
Szodliget, www.tunderkertlovarda.hu 0630-453-4631

Iskolánkban

Az elmúlt időszak a hagyományok ápolásának jegyében telt. Decemberben a két harmadik osztály karácsonyi műsort adott, Vízkeresztől pedig a már negyedszerre megszervezett Alapítványi Bált tartottuk meg, majd a farsangi mulatságok következtek. Az Alapítványi Bálról az egyik főszervező szülő, Kiss Tamás és Kröel-Dulay Viola, nyolcadikos tanuló írt összefoglalót. Márciusban a nagycsoportos óvodásokat családi délutánra várjuk, valamint szervezzük a Dunakanyar Népművészeti Versenyt.

Kápolnainé Dégi Lívია

Állt a bál

Az idén is megrendezésre került a Sződligeti Iskolás Gyermekekért Alapítvány – már hagyománnyá vált- bálja. A jó hangulat most sem maradt el, a vendégek az iskola fejlesztésének támogatása mellett egy kellemes estét tölthettek el a stúdióban. Hajnalodott már, mire a táncról kifáradt közönség átadta magát a pihenésnek és közben az eredmény is biztató. A bál bevételéből két újabb tanteremben nyílik lehetőség korszerű, interaktív órák megtartására, közelebb hozva a digitális háló által kínált lehetőséget a kisközösséget választó gyermekeknek.

Február 6-án pénteken délután izgalomtól fűtött szülők és tanárok vették birtokba az iskola tornatermet. Nem a mozgást keresték, nem nosztalgizáltak, hanem fáradhatatlan munkával egy igazi bálteremmé varázsolták át a sport és a mozgás szentélyét. A bordásfalak „eltűntek”, helyüket békésen pihenő pillangók vették át, a zord teremvilágítást színes fények váltották fel, a máskor kötöttséget jelentő iskolapadok jellegüktől megfosztva igazi báli terítéket és díszítést kaptak. Estére minden készen állt egy jó hangulatú estéhez. Szombaton a szülők ismét bizonyítottak, délután egy tanteremnyi süteményt hoztak el, ami nyilván össze sem mérhető a cukrászdai termékekkel, hiszen szívüket-lelküket tették bele. Éjszakára el is fogyott minden.

A bál a megnyitóval kezdődött, ezt követően az iskola 8. osztályos tanulóinak nyitó táncát élvezhette a közönség. Méltó az elismerésre, ahogyan erre az alkalomra felkészültek a gyerekek, igazán szépen táncoltak és talán az sem mellékes, hogy számukra ez volt az „első bál” – ezt az emléket is elviszik magukkal, ha majd júniusban elballagnak és megőrzik jó emlékezetükben. A bemutató végeztével a fellépők a szülőket kérték fel, így megelevenedett a táncter és a vacsora tálalása alatt már érezhető volt, nem hiába zenél az Alibi zenekar. Közben a vendégek a hétköznapiak néhány másodperces találkozásától eltérően kötetlenül beszélgethettek, akár a tanárokkal is, hiszen az Alapítvány az idén is meghívta a teljes tantestületet.

A vacsora elfogyasztása után igazi időutazást tehattünk. A 60-as és 70 –es évek slágerei is előkerültek, de felhangzottak a közeli múlt népszerű zenéi is. Közben mindenki kipróbálhatta a szerencsáját, közel 200 ajándéktárgy várt gazdára a tombolán. Az estét újabb produkció, a művészeti tagozatos táncosok bemutatója színesítette. Látható, hogy a tehetségek gondozása, a sok erőfeszítés meghozza a gyümölcsét, a latin tánc csak fokozta a hangulatot. Éjfél felé járt már az idő, mikor a társaság fogyatkozni kezdett, a kitartóbbak azonban csak ekkor jöttek bele és jól megdolgoztatták a zenekart.

A vasárnap délelőtti pakolás, takarítás és rendrakás is embert próbáló feladat volt, de a szervezők helyt álltak. Az átmulatott éjszaka után délre a tornaterem ismét visszanyerte eredeti funkcióját. A sok-sok munka, segítség és támogatás az idén is meghozta ez eredményt. Nagylelkű támogatóink jóvoltából az alsós farsang

eredményével kiegészítve újabb két projektor és számítógép beszerzését kezdte meg az Alapítvány, így már csak négy osztályterem nem rendelkezik a kor legmodernebb felszerelésével, ami újabb ajtót nyithat a XXI. századi tudás megszerzéséhez. A korszerű oktatás manapság két részből áll. Egyrésről lelkes és odaadó pedagógusokból, másrésről technikai lehetőségekből. Az Alapítvány ez utóbbiban segíthet, így támogatóinknak, vendégeinknek ezúton is köszönünk mindent és mindenkit arra biztatunk, hogy csatlakozzon ahhoz a népes közösséghez, akik jóvoltából a sződligeti gyerekek úgy élvezhetik a helyi iskola előnyeit, hogy közben a digitális technika előnyeiről sem kell lemondaniuk.

K.T.)



Hagyományosan az iskolai Alapítványi Bálon az idén is a nyolcadikosok táncoltak. Felkért táncitanárunknak, Csukás Szilviának volt az ötlete, hogy a tánc evolúcióját a '60-as évektől napjainkig adjuk elő.

Hosszas szervezések után megkezdődtek a táncpróbák. Szerettük a próbákat, még ha kora reggel kellett is miatta felkelnünk. Sokat neveltünk és jól éreztük magunkat. Minden próbán egyre többet tudtunk a koreográfiából. A bál előtti héten sokan megbetegedtek, kezdtünk izgulni a fellépők létszáma miatt. Végül a főpróbára egészen összegyűlt a csapat.

Eljött a szombat este. A fiúk fekete nadrágot, fehér inget és fekete nadrágtartót viseltek. Nekünk, lányoknak fehér fölsőt, fekete szoknyát vagy rövidnadrágot, fehér térdzoknit és sportcipőt kellett felvennünk. Nagyon jól néztünk ki egy kupacban. Ahogy teltek a percek, egyre közeledett a fellépés ideje, mindenki izgult.

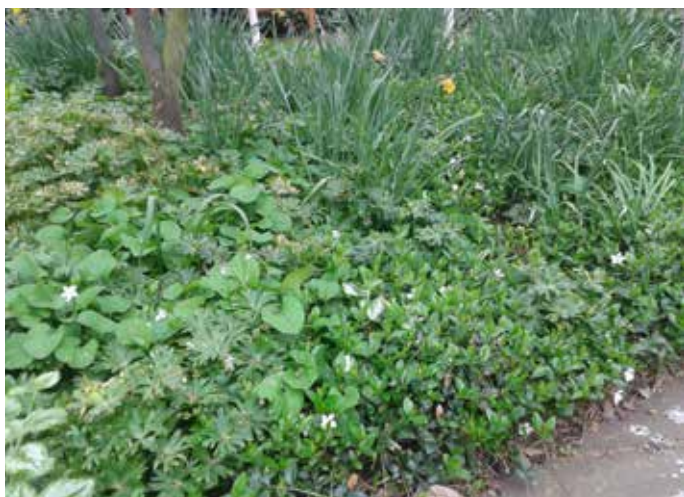
Amikor felkonferáltak minket, megláttuk a közönséget, akik hatalmas tapsal fogadtak. A fellépés jól sikerült, nagy csattanó volt, amikor a végén felvettük a fekete napszemüveget.

Mindenkinek nagy élmény volt a felkészülés az együtt végzett munka!

Kröel-Dulay Viola, 8. b. osztályos tanuló

ÖkoKÉPzés

A természet alapállapota a változatosság. Ahol az ember kezdi alakítani (uralni) a környezetet hajlamos egységesíteni. Például a kertjeinkben egységes pázsit van, amerre a szem ellát. Holott ugyanaz a terület (vagy legalább annak java része) lehetne változatos, különféle növényekkel belakott.



A sokféleség, a biodiverzitás egyfelől arra utal, hogy az adott területen mennél többféle élőlény maradjon fenn, másrészt arra is, hogy adott fajon belül mennél többféle változat kapjon helyet.

Az egyes élőlények együttélése is azt követeli meg, hogy mennél változatosabb legyen a lehetőség, hogy „kihez” csatlakozhassanak. Egyes lepkék például csak adott növényfajokhoz kötődve tudnak szaporodni, ha ezt nem találják, nehéz a dolguk.

A jól eltalált közösségek „önfenntartóak”, vagyis nincs, vagy alig van velük dolgunk. Az „egyen” gyepeket, mezőket, faültetvényeket rendszerint sokkal több (idővel, energiával, eszközzel, vegyszerrel stb.) kell kezelnünk, ezek mindegyike terhet jelent a környezetünkre (is).

A biodiverzitás fontosságára utal, hogy az ENSZ égisze alatt 1992-ben Rio de Janeioban aláírták a Biológiai Sokféleség Egyezményt, ennek napja 2000 óta hazánkban is megünnepeelt „biodiverzitás napja”, május 22.

Ahelyett, hogy eldobod – javítsd meg (esetleg javíttasd meg)

Fogyasztói „kultúránk” – sajnos – arra tanít, hogy mindent dobjunk ki, akár még használható állapotban, de főképp. ha valami baja van. Egy barátom mesélte, hogy Amerikában élő rokonai kidobnak egy inget, ha leszakad egy gombja, és inkább újat vesznek, olyan távoli ötletnek tűnik az, hogy felvarrjanak egy gombot. (A Magyarországról odalátogató „nagy mama” megrökönyödése után ma már azt megteszik, hogy összegyűjtik az ilyen ingeket, és amikor jön a nagy, mindet megreparálja...). Van olyan, aki a vasalást is sokallja, inkább újat vesz (fel). Egy korábbi szomszédunk rendszeresen akart kidobni olyasmit, ami szerint „rossz”,

pedig csak egy elemet kellett cserélni benne.

Ez nem egyszerűen lustaság, hanem felelőtlenség: hiszen az éppen elromlott(nak gondolt) árúban rengeteg munka, anyag és energia lapul, ami így kárba vész. Mindezekhez megkímélhetjük azzal, hogy megjavítjuk a ház körül az elromlott dolgokat.

Ez egyébként izgalmas kaland is lehet, főképp a gyerekek bevonásával. Például a mi teáskannánk „elfáradt” füle helyett kellett találni valami alkalmas pótlást. Egy öreg (letört, ám eltett!) esernyőnyél kapott így új bizonyítási lehetőséget...

Ami nem megy házilag, azt javíttas-

suk meg. Kis kutatással kiváló mestereket lehet találni egy leszakadt táskafül rögzítésére, ruha, nadrág „begyógyítására”. Így ez nekik is munkalehetőség, mi meg amellet, hogy kisebb ökológiai lábnyomot hagyunk magunk után a pénztárcánkat is kíméljük.





CÍMLAP FOTÓ

A fotósként 5 éve dolgozó Dvornik Gábor címlapunkon lévő felvétele lett a nap képe január 3-án (szombaton) a National Geographic honlapján. A fotós, aki leginkább csak saját magának készíti a képeket, ezúttal Szódligeten készült fotójával nyerte el a figyelmet.

2010-ben Magyar Sajtófotó díjazás, 2013-ban Ezüstgerely 1. helyezés és rengeteg kisebb-nagyobb külföldi pályázat kiemeltje vagy helyezette.



FE-GROUP INVEST Zrt.

Ingyenes lakossági elektronikai hulladék gyűjtés

A veszélyes hulladéknak számító, használaton kívüli elektromos és elektronikai eszközök, berendezések, valamint lemerült akkumulátorok gyűjtése.

2015. március 28. 08.00 - 16.00

helyszín:

Szódliget, Szent István u.29. Községi Ház

A begyűjtés napján a begyűjtő pontra mindenki elhozhatja működésképtelen, használaton kívüli, árammal, elemmel, vagy akkumulátorral működő eszközeit, egész berendezéseit, lemerült akkumulátorait! **Szétszedett, hiányos**

berendezést nem vesznek át!

Ezeket NE a háza elé tegye ki!

A háztartásokban sok veszélyesnek számító hulladék is képződik, amelyeket nem szabad a szeméthyűjtőbe dobni, ugyanakkor elszállításuk gondot okoz. Akadályozzuk meg, hogy valamelyik árokparton, erdőszélén kössenek ki ezek a berendezések, avatatlan kezek által szétzúzva, súlyosan szennyezve a talajt, a bennük lévő nehézfémektől és egyéb veszélyes kemikáliáktól.

VILÁGSIKER

December 1-6. között Kuala Lumpurt adott otthont a Világ Ifjúsági Bélyeg Kiállításának. A kiállításon kilenc magyar fiatal indult összesen 21 (16 lapos) anyaggal. A magyar nyelvű szövegeket világnyelvre is lefordították, ezzel is növelve esélyeiket. A versenyen szinte a világ minden bélyeggyűjtő országa képviseltette magát, összehasonlításként Európa más, nagyobb országai is hasonló létszámú delegációra kaptak meghívást, így hazánkhoz hasonlóan, kilenc-kilenc gyermekkel képviseltették magukat. A verseny szódligeti vonatkozása, hogy Böcs Mihály, köztudott bélyeg, képeslap és számtalan tárgy gyűjtőjének unokája, Lipp Dávid, 12 éves, 6. osztályos tanuló is a csapatot erősítette Szent István királyról készült tablóiival. A versenyre úgy kapott meghívást Dávid, hogy az országos Hunfília versenyen nagyezüsttel jutalmazták tablóját. Ezúton is gratulálunk Dávidnak és az őt felkészítő nagypapának, Böcs Mihálynak. A tablókból 2015. augusztus 20-án a Községi Házban kiállítást rendezünk, ahol mindenki megcsodálhatja a versenymunkákat amit bronz éremmel díjazott a zsűri.



A közterek tisztántartás fontos feladat.

Ezért ágdaráló gépet vásárolt az önkormányzat. Így már tudjuk kezelni a parkok, utak gondozásánál keletkezett nyesedéket.





Több mint 20 autó befogadására alkalmas parkoló épült Sződligeten a Vasúti fasornál. Elsősorban az iskolában dolgozó pedagógusok, illetve az eddig a Vasúti fasor és a Dunai fasor kereszteződésében parkoló gépkocsik parkolásának megoldását szolgálja az új parkoló.

Mivel egyre népszerűbb a Park and Ride (rövidítve: P+R, jelentése: parkolj le és utazz) szolgáltatás, kinőttük a P+R parkolót. A vasút környékén lakóknak gyakran okoz gondot a Vasúti fasor és a Dunai fasor kereszteződése mellett parkoló autók. Az is előfordult, hogy az iskolásokat szállító busz befordulását akadályozta meg az utca elején leparkolt és ott hagyott gépkocsi. Az iskolánál folyamatosan problémát jelentett a reggeli forgalmi káosz, a nem a megnövekedett autó forgalomnak kialakított megállási, parkolási lehetőségek. Ezeknek a gondoknak az enyhítését, megoldását reméljük az új parkolótól.



Sződligeti Horgász Egyesület 2015. február 22-én megtartotta 66. közgyűlését. A közgyűlésen az éves beszámoló mellett a tagság az aktuális kérdéseket is megbeszélte. A gyűlésen több mint harminc sporttárs jelent meg a jelenleg 131 fős teljes tagságból.

Ezúton is értesítjük a horgászokat, hogy az engedélyek osztása megkezdődött, az engedélyeket minden hétfőn 17 órától 19 óráig lehet átvenni a Községi Ház könyvtárában.

2014-ben a 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 Gézné tanító és Deák Andrásné tanár.

A Sződligetért emléklap az idén Somogyi István kapta.

A Tiszta udvar rendes ház kitüntetést elismerést Szántó Lajos, Pölcz Józsefné, Újvári Jánosné és Vida Viktor vehette át. Minden kitüntetettnek gratulálunk!

helyreigazítás: ezúton is elnézést kérünk Somogyi Istvántól, akinek előző számunkban elírtuk a nevét/

Teljesített túrák és tervek



A Civilek Sződligetért Egyesület Túrázó csoportja 2015. január 30-án tartotta évvértékelő és tervező megbeszélését. A megbeszélésen filmvetítésekkel elevenítettük fel, hogy az év során hol is jártak túráik során.

Három fő csoportra lehet bontani a túráikat. Az egyik az úgynevezett bakancsos túrázás, a másik a kerékpáros túrák, míg a harmadik a vízi túrázás.

A gyaloglós - bakancsos - túrák során a szlovák paradicsomban tett kétnapos túrát lehet említeni, de nagyon szép túra volt Selmechánya és környéke bejárása, illetve a Szitnya megmászása. A túrázók év közben a Pest Megye Piros túra útvonalát járták, illetve az Országos Kéktúra egyes szakaszait járták be. A Budai hegységben zajló teljesítménytúrák során két tagunk Papp István és Papp Istvánné Erzi teljesítette a 10 túra kiírást és részesült elismerésben.

A kerékpárosok rövid túrákat tettek a település környékén, de körbe kerékpározták a Tisza tavat, a Balatont és a Velencei tavat is.

A vízi túra során a résztvevők a Felső-Tisza túrát eveztek le, mégpedig a Tiszabecs és Vásárosnamény közötti szakaszt. A vízi túrázóinkat néhány kerékpáros is kísérte a túra során.

Az idei tervek, melyekről szó esett 2015. január 30-án

1. Folytatódik a Budai hegységbeli Teljesítmény túra sorozat
2. Folytatjuk a Pest Megye Piros túráját (Pest megye turistája címmel)
3. Folytatjuk az Országos Kéktúra sorozatot
4. Egyéb szabadon választott túrák is lesznek
5. Kerékpár túrák során egyenlőre az egyik fő irány a Fertő tó körbe kerekézése
6. A vízi túrák ismét Tiszai tótúrára készülnek, itt a kerékpárosokkal közösen

Természetesen új ötletek elképzelések bővíthetik a programot. Minden túránkra szívesen várunk érdeklődőt, túrázni vágyót. A túrázó csoportunk munkáját Dinka Péter koordinálja, illetve a túrákat szervezi. A teljesítmény túrákat Papp István szervezi, a vízi túra szervezését Horváth Tibor végzi.

Papp István

APRÓHIRDETÉS

Nyugdíjas hölgy otthonában vasalást vállal!

06-30-523-15-55

ELADÓ!!!

Victofon Hallókészülék, 2010-es kiadású, fülprotézis eladó áron alul.

2-szer használt, vadonatúj állapotban! Érdeklődni lehet: 06-30-523-15-55

MIÉNK ITT A TÉR



Az idén nyáron is folytatjuk népszerű nyáresti programjainkat a megszépült főtéren.

A „Miénk itt a tér” rendezvénysorozat keretében igyekszünk minden korosztálynak kellemes programokat nyújtani péntek esténként.

Májusban egy megzenésített versek előadóestet tervezünk, június 12-én a fiatalok veszik birtokukba a teret (lásd részletes program) és még ebben a hónapban a nyár sztárkoncertjeként a **Honey Beast** együttest hallgathatják meg a térre látogatók június 26-án. Júliusban **Somogyi István** lesz

a tér vendége „Én és a zongora” estje a zenevilág több műfajába ígér kalandozást. Augusztusban nyáresti színházi előadást tervezünk, szeptemberben pedig a tavaly elmaradt **Mystery Gang** koncertre várjuk a Falunap záró rendezvényeként a vendégeket. A pontos időpontokról, programokról szórólapon, plakátokon, honlapon és a facebook-on is fogjuk tájékoztatni önöket.



A Közösségi Ház hírei

Az idei évben, már két kiállítást nyitott a Közösségi Ház. Januárban Mekkey Péter karikátor rajzait, februárban Zalubel Istán és Benk Katalin munkáit nézhatték meg a házba látogatók. Hagyományosan mindkét esetben külön „csemegét” is kaptak a megnyitó vendégei.

Új könyvek érkeztek a könyvtárba. Várjuk régi és új könyvtár tagjainkat. A könyvtár hétfőn 13-17 óráig, csütörtökön 9-12 óráig van nyitva, illetve a ház egyéb rendezvényei alatt is lehetőség van a kölcsönzésre.

Az idei évben immár hetedik alkalommal nyitjuk meg március 15-én PILVAX kávéházunkat. Az idei évben a Közösségi Ház kertjének csinosítására gyűjtjük az adományokat. Segítheti munkánkat sütemény felajánlással, a rendezvény alatti munkával vagy egyszerűen azzal, hogy 2015. március 15-én nálunk iszik egy kávét, fogyaszt el egy süteményt. A felajánlásokat a kovacsris@freemail.hu, 06-30-511-62-60 elérhetőségeken illetve személyesen a Közösségi Házban várjuk.

KÖZLETTI MAGAZIN Szódligeti hírforrás

Felelős kiadó: Szódligeti Közösségi Ház vezetője, Tóthné Kovács Krisztina • A szerkesztőség és a kiadó címe: 2133 Szódliget, Szent István u. 29. • e-mail: hirforras@szodliget.hu • A szerkesztőség kéziratokat nem őriz meg. • Fenn tartjuk a jogot a beérkezett anyagok átszerkesztésére és rövidítésére. • A megjelenő hirdetések tartalmáért a szerkesztőség nem vállal felelősséget. • A lapban megjelent anyagokhoz szerzői jogok kapcsolódhatnak. • Nyomdai előkészítés és nyomdai munkák: Grafit Pencil Nyomda • ISSN 2062-3240

2015. június 12.

Szódliget Fesztivál a téren (tervezett program)

18.00-21.00

House of Grooves

Hugyec Georgina (Énekes)

Irrogant

Kovács Dorottya Virág(Énekes)

Kung Fu bemutató

Táncbemutató

21.00-24.00

Dj Mono



a folyékony
nedűt
TIBI ATYA
szolgáltatja



Alapítványi bál az iskolában



Sződligeti Vándor Fakanál

2015. május 1.

Beharangozó

A Civilek Sződligetért Egyesület természetesen az idén is megrendezi a hagyományos főzőversenyt.

Mindenben követjük hagyományainkat.

Időpont: 2015. május 1-je, péntek

Hely: Üvegház melletti Kisrét

Helyfoglalás: 07-08,30-ig a helyszínen

Májusfa állítás, barátságpohár: kb. 9 óra

Megnyitó: Sződliget Község Polgármestere kb. 9,15 óra

Főzés ideje: kb. 9.30-tól kb.13 óráig

Megmérettetés tárgya:

SERTÉS CSÜLÖK,

ennek minden variációja, főzve, sütve, párosítva mással.

Csak sertés csülökből készült ételeket bírálunk, ez kell, hogy legyen a fő alapanyag!!!

Más is lehet benne, de ezen van a hangsúly.

Főzés, sütés szabad tűzön fával, vagy gázzal

Zsúri: szervezés alatt

Eredményhirdetés: kb. 13,-13,30 között. A hagyományoknak megfelelően a község országgyűlési képviselőjét kérjük fel a díjak átadására.

Nevezési díj nincs. Minden csapat részére biztosítunk egy sörpád garnitúrát.

Előzetes bejelentkezést kérünk minden csapattól 2015.04.20-ig az alábbi elérhetőségen:

- Mobil: 06 20 912 0596/Somogyi István/
- Vezetékes + fax: 06-27-353-739
- E-mail: somogyiistvan@upcmail.hu

Zene, tánc, vidámság, móka, kacagás, politika nincs csak szeretet és békesség!!!

Értékes díjak (most kolduljuk össze), gyermekprogramok.

Indulhatnak: csapatok /pártok, civil szervezetek, baráti társaságok, egyházak, családok, intézmények, sportszervezetek, iskola, óvoda **egyszóval mindenki**, aki erre az eseményre csapatként jelentkezik.

FONTOS: Nem sződligeti csapatok is indulhatnak, de a Sződligeti Vándor Fakanalat csak és kizárólag sződligeti csapat nyerheti. Vendégeink, akiket szeretettel várunk, külön díjért versenyezhetnek.

Akik veszekedni szeretnek, azok veszekedjék addig ki magukat, a gyomorbeteg gyógyuljanak meg, a búskomorságban szenvedők vegyenek be boldogság tablettát, ja és legyen sok-sok pálinka, mert az ízlelő bimbókat csak azzal lehet kinyitni!

A jó időt már elintéztem, az rendben van.



Somogyi Pista
a főzőverseny szervezője
a CISZE megbízásából