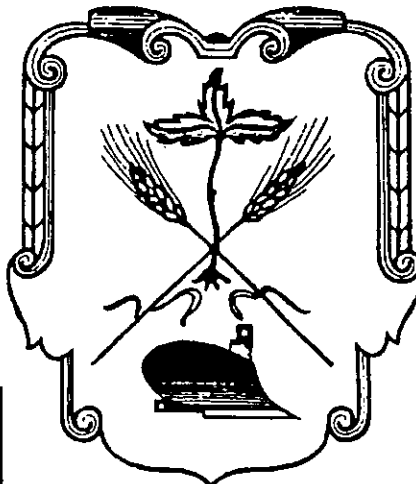


GALGA

Havonta megjelenő olvasnivaló



10. szám 1992. november

HÉVÍZ

A Kelet Népe – a hajdani jeles folyóirat anyagából.

Móricz Zsigmond 1939 decemberétől 1942 szeptemberéig bekövetkezett haláláig szerkesztette e lapot.

MÓRICZ ZSIGMOND: HAGYD A POLITIKÁT: ÉPÍTKEZZ!

„Több politikát” int jóakarató levelében egy vidéki előfizetőnk.

Nem is indokolja. Beharsogja, mint a kor jelszavát, amit csak ki kell mondani. Mint alapigazságot, mely annyira benne van a köztudatban, hogy azonnal mindenki érti s engedelmeskedik neki, mint katonának a kommandónak. Még azt se mondja, hogy a politika mindnyájunk sorsának ügye, tehát aki nem politizál, az is politizál.

Azt válaszolom neki: „Hagyd a politikát: építkezz!”

Azért mondom ezt, mert megrettenve és belesápadva látom: el vagyunk késve.

Isten őrizze meg hazánkat, földrengés ne érje: egyetlen házunk sincs földrengés ellen építve.

Pedig ma az ember érzi, hogy megmozdult a talaj a kultúra alatt, cseppfolyóssá vált minden, ami szilárdnak látszott a közéletben, összeomlóban vannak a társadalom oszlopai, titokzatos és ismeretlen sámsóni erők rázzák a végtelen időkre szánt templom falait. Hagyd a politikát s hamar építs magadnak kunyhót a szabad mező közepén, építs fedezéket a sövények megett, óvóhelyet, ahová bemetsd azt a becse, azt a megvédeni méltó kis kultúr kincsedet. Az életedet! A létedet!

De mi az a kultúra, amivel oly nagyra vagyunk. Most jövök faluról, rossz utak kötik össze a rossz kis falvakat, este öt órakor már sötétben diskurál az ember, nem a repülőtámadástól félnek: nincs petróleum, egy hónapra adnak három decit.

S ebből egy decilitert megmentettek a kultúrházba annak becsületére, hogy a faluba érkeztem s harminc vagy negyven ember sietett össze, hogy rajtam keresztül a nagyvilágot, a fővárost, az ismeretlen lehetőségeket szimatolja meg. Megilletődve néztem a barázdás, megrojtosodott arcokat, a munka bronzba önti, kőbe vési az emberi fejeket. De a szemek fényesen csillogtak, a szavak élesen csendültek. Más embereket találtam a faluban, mint negyven évvel ezelőtt, mikor először mentem, népköltési gyűjtő útra. Kollektív gondolkodásra érett azóta a magyar. Valami olyat akar tudni: hogy lehetne tíz százalékkal többet termelni ugyanazon a darab földön? hogy lehetne a termelt tíz százalékkal jobban eladni? s amit vennie kell, hogy lehetne tíz százalékkal olcsóbban beszerezni? Tudni akarják, hogy kellene szebben, jobban, okosabban élni?

Megnyugodtam köztük. Mint valami fluidum

ömlött át rajtam a bizalom. Bizalom a magyar erőben. A mai magyar faluval már lehet beszélni. Sutta vethetjük a régi aggodalmat, hogy a magyar földműves oly konzervatív, hogy minden újításnak ellensége: „Ha az apámnak jó volt, nekem is jó lesz.” Ma azt mondta egy gazda: „nincs olyan, amit az ember meg ne próbálna, hogy egy kicsivel jobban temeljen és még se jut előre”. Hajlandók már ezek a színmagyarok okszerű gazdálkodásra, kézszerkezőzetre, tanulásra és példakövetésre.

Mit kell tehát csinálni? Hol lehetne s hogy kellene elébük állni a kérdő szemeknek, s azt mondani nekik: ezt tedd!

Míg ezeken tűnődtem, a karácsonyi könyvpiacra a most megjelent új könyvek közt, három ment át a futó pillantás előtt s a harmadiknál mintha hályog esett volna le a szememről: nyilatkozik a kor-szellem. Ez a három könyv kristálytisztán felel a kérdésre. Bizonyára még számtalan könyv, de én véletlenül épp ezeket leltem kezűgyben. A kor beszél, bizonyos időkben a kövek is prófétaíni kezdenek.

Elhatároztam, hogy a három ma még ismeretlen könyvnek egy-egy fejezetét ma felolvasom a gyülekezetben, mint a régi prófétaék. Kerget az idő. Minek újra megími, ami már meg van írva.

Az első, Dánia képét festi. Dánia kisebb, mint a trianoni csonka Magyarország, lakossága alig három millió, s földművelésben és exportban kivívta egész Európában az első helyet hatvan év alatt.

Hogy történt ez? hogy történehetett meg? S mi van nálunk, miért nem történt meg ugyanez a mi klímánk alatt? Miért nem Magyarországot a dicsőség, hogy a gazdag parasztság országává s az egymást szerető embertársak világává tudnánk fejleszteni hazánkat.

Annál mélyebben megráz, elkésért s lehangol, ha a magyar Kemseről még ma is érvényes a négy évvel ezelőtt kiadott szociográfia, melyet most új kiadásban bocsátottak közközre. Az ember hajlandó kételkedni, hogy a magyarság valóban ilyen példátlan testi-lelki nyomorban tesped, ha magam szemével nem láttam volna az Ományságot, a magyar faj szégyenkertjét. Kemse is onnan való község.

Pedig itt van már köztünk az új kor felkészültsége, itt vannak az új kor szervezői. A harmadik

könyv egy magasrangú hivatalnok könyve a bajok gyógyításáról, a falu szociális fölemeléséről.

Melegség és boldogság vett erőt rajtam, hogy íme a karácsonyi csönd és béke összesodorta a magyar megváltás három lépcsőszintjét: itt a példa, itt a gyászkép, s itt egy kis új útjelző fény.

Ne politizálj, ne vesztegesd az idődet pártgyűlésekkel, ne rontsd magad politikai korcsmák gőzével: fogj hozzá azonnal a munkához.

Mindez csak jelzése annak, hogy a kérdés a magyar irodalomban mennyire fel van tárva. Könyvtárra megy már azoknak a műveknek a száma, amelyek bemutatják Európa előrehaladottságát, a magyar falu mély és fájdalmas elmaradottságát, sőt az utakat is, hogy milyen okok elhárítása után s milyen eszközök megragadása által juthat előre a magyar.

Én itt most felajánlom s megnyitom a vitát.

Gyakorlati vitát, hogy ebben a késő időpontban, midőn Európa ege vihamentes, mikor földön, vizen és levegőben mennydörgések tombolnak, a kis Magyarországnak a dolga, hogy méltó tagja legyen a kultúrháborús koncertnek.

Mik a legsürgősebben megoldandó s mik a mai viszonyok mellett a közösség saját erejéből megoldható feladatok. Mi az, ami nélkül a falvak és a tanyák népe nem állhat helyt tovább s mik azok, amiket a falvak és a tanyák népe a maga erejéből, tisztán szervezkedés által meg is oldhat.

Tagosítás vagy útépités? Útépités vagy a földművelési kultúrának népfőiskolák által való legsürgősebb kiterjesztése? Új mezőgazdasági szervezkedés, beszerzési, művelési, eladási szervezetek létrehozása, vagy a falvak és a gazdasági be rendezkedés újjáalakítása?

Hogy lehet a két kis magyar szántó ökörrrel felvenni a versenyt Kanada gépeivel, a búzatermelés gyári módszereivel? Hogy lehet a magyar búzát örlés által magasabb értékűvé tenni, hogy lehet új mezőgazdasági ipart egykettőre a földből elővarázsolni.

Vége a teoretikus elmélkedésnek. A magyar népnek föl kell támadnia halotti poraiból is, hogy a rá váró életet megmentse.

Hagyjátok most a politikát, magasabb politikára van szükség: az önszegély politikájára.

Ez nyilván olyan politika, amiben kell, hogy minden párt és minden kormányzat egyetértsen.

NE A PLETYKA ADJA HÍRÜL...

Ez történt a Polgármesteri Hivatalban...

Az októberi testületi ülés 13-án 17.00 órakor kezdődött a Polgármester beszámolójával az előző ülés óta történt eseményekről:

– Megalakult és megkezdte tevékenységét a Digital 2001 Rt a környék telefonellátásában. Ez az RT folyamatosan végzi az előzőekben ígért telefonszerelési munkákat. Tehát csak a név változott a CÉL és a FOLYAMAT nem.

– Szept. 13-án látogatást tett a testület az iskolában és az ottlévő pedagógusokkal beszélgettek a mindennapok gondjairól, örömeiről.

– Szept. 27-én megrendezett SZÜRETI FELVONULÁS résztvevőinek köszönet, és gratuláció a közösségi munkáért.

– Hasonlóan köszönetemet fejeztem ki a testület nevében azoknak, akik segítséget nyújtottak az utcák aszfaltozásának szervezésében, így:

Hóka István, Palócz András, Tarnai István, Veres Antal, Basa Pál, Benik László, Ruzsinszky János, Bélész Istvánné, Hóka Lászlóné, Lukács István, Horváth Lászlóné.

– Szept. 29-én FÓRUM az ifjúságról c. ankétunkon a Ludvigsbergi Népfőiskola igazgatója tájékoztatta a jelenlévőket a Németországban folyó munkáról.

– Okt. 1-én aláírták Dr. Hajdú Pál Önkormányzati állatorvos megbízási szerződését.

– Okt. 6. A Művelődési és Közoktatási Minisztérium alkalmazottjának vizsgálata az iskolában, majd 14.00 órától FÓRUM a pedagógusok részére.

A második napirendi pontként Hajdú Vendel a Pénzügyi Ellenőrzési Bizottság vezetője tájékoztatta a testületet az első félév pénzügyi zárásáról. A testület a kiegészítések figyelembe vételével elfogadta a beszámolót.

Következő napirendként a vezető óvónői állásra beérkezett pályázat ismertetésére került sor. Pintér Mihályné, aki eddig is vezetőként tevékenykedett, adta be a pályázatát. Úgy látszik a környék szakmabeli hölgyei is ismerik a szemünk előtt zajló óvodai életet és talán ezért nem is próbáltak többen pályázni.

– Pintér Ferenc kifogásolja, hogy a pályázat nem készült több példányban, hogy előzetesen a bizottsági ülésen is megtárgyalhattuk volna.

– Polgármester elismerve a mulasztást, hangsúlyozta, hogy az óvoda annyira életszerűen illeszkedik a falu mindennapi életébe, hogy jelen esetben

nemcsak a papírra vetett elképzelésekből kell döntenünk, hanem a tények és a személyes tapasztalat alapján minden testületi tag rendelkezik megfelelő információval.

A testület egyhangúlag megszavazta és kinevezte Pintér Mihálynét 5 évre a vezető óvónői állásra.

– A védőnői állásra 3 pályázat érkezett és a testület tagjai személyesen megismerkedhettek a pályázókkal (lévén ketten nem Galgahévíziek). Végül okt. 23-tól Mácsai Sándorné tölti be az állást, akinek az elmúlt években nyújtott helyettesítő segítségéért is köszönetet mondott Dr. Basa Antal.

– Igazán komoly gondot jelentett falunkban a közterület használata ill. pontos meghatározása, még pontosabban a lakóházak előtt lévő kiskertek telekhez való tartozása vagy nem tartozása. Több jogi és funkcionális probléma megoldás lehetőségének keresésére visszaadta a testület az előterjesztést a műszaki előadónak.

– A Galgahévízi Tűzoltó Egyesület megtartotta tisztújító összejövetelét, ahol az egyesület elnökének DANYI Mihályt választották – kezdte tájékoztatóját Kristóf János. Majd elmondta, hogy sikeresen szerveződik az általános iskolások körében az ifjúsági szervezet.

– Juhász Mihály a fejlesztési bizottság vezetője a GÁZ építésről: az első ütem vezetésében már VAN gáz. Minden lakó a szerelővel, aki nála készítette a belső szerelést, a TIGÁZ MEÓZÁSÁ-nak adassa át a szerelést, s ezt követően megkaphatja a gázórát és gázzal fűthet.

– Két fővel bővült a kárpótlási és földrendező bizottság tagsága: Benedek Miklós, Keserű László személyében.

KÖVETKEZŐ TESTÜLETI ÜLÉS:

november 10-én 17.00 órakor.

KÖZMEGHALLGATÁS:

december 13-án 16.00 órakor.

HÁZASSÁGI ÉVFORDULÓ-juk

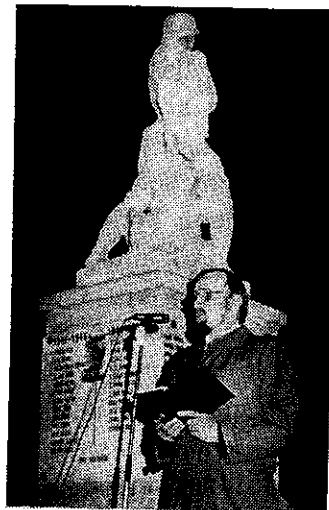
alkalmából sok boldogságot és

jó egészséget kívánunk az

ÜNNEPELŐ

házas pároknak.

TISZTELET A HŐSÖKNEK, ELHUNYT SZERETTEINKNEK. OKTÓBER 23.



.....,Ha én utca volnék, mindig tiszta volnék
Minden áldott este fényben megfürödnék
És ha engem egyszer lánckerék taposna
Alattam a föld is sírva beomolna..."



NOVEMBER 1-2.

Élőknek, holtaknak
Ura, kegyes Atyánk!
A megholt hívekért,
kérünk, figyelj reánk!
- Adj nekik irgalmat,
örök nyugodalmat;
kínjaikat enyhítse
Krisztus kinszenvedése.

Örök boldogságra
te alkottad őket,
ne hagyj elkarhozni
a bened hívőket.
- Adj nekik irgalmat;
örök nyugodalmat;
kínjaikat enyhítse
Krisztus kinszenvedése.

Őket is megváltá
a kereszt oltárán
vérével szent Fia,
az ártatlan Bárány.
- Adj nekik irgalmat;
örök nyugodalmat;
kínjaikat enyhítse
Krisztus kinszenvedése.

Adj szent feltámadást
minden megholtadnak,
hogy ők szenteiddel
s velünk imádjanak.
- Adj nekik irgalmat;
örök nyugodalmat;
kínjaikat enyhítse
Krisztus kinszenvedése.

Talán te is örölsz neki!...

Hogy megalakult a Gafi!

„A Galgahévízi fiatalok a galgahévízi fiatalokért”.

Megalakulásunk és működésünk augusztusban kezdődött. Sikerült egy országos szervezet tagjaként bejegyezni magunkat. Ennek neve a Pók-háló. Patronáló és óvó közösségi háló a fiatalok számára. A Pók-háló megbeszélésén, amelyen mi is részt vettünk, igen kedves és jópofa csoportokkal ismerkedtünk meg, mint pl. a Gödöllői Ijászok vagy a Dipa (Diákpanasz). Alapszerződést kötöttünk a vezetőséggel, melynek lényege a valamit – valamiért elv. Vagyis mi nyújtjuk a programlehetőségeket, ők pedig az alaptőkét. Hogy valami konkrét dolgot is megtudjatok céljainkról, így közöljük jelentkezési lapunkat és néhány programot.

„Szeretnénk olyan ifjúsági közösséget alkotni, mely a falu fiataljainak adhatna szórakozásra, együttlétre, játékra, tanulásra, új ismeretségek kötésére lehetőséget.

Ezzel a falu vezetőinek is kívánunk segíteni, hogy a nekünk szóló programok valóban szórakoztatóak, érdekesek, tanulságosak legyenek a számunkra. Emellett szeretnénk megismerkedni az ország más pontjain működő, hasonló csoportokkal ötletszerzés, barátságkötés céljából.”

– Ugye te is szeretnél egy kis zsebpénzt keresni! Vagy talán moziba szeretnél menni? Problémáid vannak? Vagy csak beszélgetni akarsz a barátaiddal? Szeretnél valamit megszervezni? Unod a tömegnyomort a strandon? Nos, erre van megoldás! Vagyis reméljük, hogy lesz megoldás! Ha téged is érdekel a közösségi élet, a nyüzsgés, gyere el klubdelutánunkra november 13-án pénteken. S ha megtetszett, 27-én már barátaidat is hozhatod. A szórólapon olvashatod, hogy 4 órán keresztül milyen programok között választhatsz. Szeretnénk, ha te is megértenéd és tennél is érte valamit. Az ötleteiddel vagy csak a pusztja jelenléteddel.

Ennyit magunkról, a többit 13-án!

SZIA

GAFI

ERDÉLYI BARÁTSÁG

Július 27-én reggel várakozásokkal és kéte-lyekkel tele indult el kis csapatunk Erdélybe.

Csak annyit tudtunk, hogy nagyon várnak ránk. Este a hosszú utazástól elfáradva a nyár-rásszeredai középiskola udvarán izgatott diákokat pillantottunk meg, akik azonnal nagyon megörültek az ajándékba vitt számítógépeknek. Kissé talán bátortalanul és félénken, de összeismerkedtünk, s kik-ki saját vendéglátójához „tért haza”.

Más-más családoknál laktunk, így mindannyian különböző szemszögből pillanthattunk bele az ottani életbe. Házigazdáink nagyon kedvesek voltak, sokszor talán erejükön felül is próbálták minket minden jóval ellátni. Az első három napot ők szervezték meg számunkra, sok magyar kulturális emléket láttunk, hogy csak néhányat említsek: a Bolyai könyvtár, Tamási Áron szülőháza vagy a fehéregyházi Petőfi emlékmű.

A következő négy napot egy másik megyében, Csíkban töltöttük, itt inkább a természet szépségeit próbáltuk felfedezni. Felmásztunk a Nagy Somlyó tetején lévő kilátóba, ahonnan az egész gyönyörű környék a szemünk elé tárult. Fürödtünk a legendás Szent Anna tóban és kipróbáltuk a tornyai büdös barlang gyógyító erejét. Egy ilyen felsorolásból semmiképpen nem maradhatnak ki a szinte minden kilométerkőnél feltörő borvízforrások, azaz ásványvizek sem. A gazdag programnak köszönhetően gyorsan elszálltak a napok, s a visszautazás reggelén fájó szívvel búcsúztunk el házigazdáinktól. Azt hiszem, valamennyiünkben felmerült a gondolat, hogy ide jövőre is el kell jönnünk.

Az utazás hangulatos volt, mivel erdélyi barátaink is velünk tartottak, hogy nálunk töltsenek néhány kellemes napot Magyarországon.

Tóth Krisztina

KIRÁNDULÁS MUNKÁCSON

1992. augusztusában a Galgahévízi II. Rákóczi Ferenc Nyugdíjas Klub meghívást kapott a munkácsi II. Rákóczi Ferenc nyugdíjas kortól, hogy szeptember második felében látogassunk el hozzájuk, és amennyiben módunkban áll, mutassuk be falunk életét, népszokásait egy kis műsor keretén belül.

Augusztusban felvettük a kapcsolatot az országos szövetséggel, ahol elláttak minket a szükséges okmányokkal és október 1-én 23.00 órakor elindultunk a nagy útra, ill. szereplésre. (A klub még nem adott műsort fennállása óta. Nagy segítséget nyújtott a műsor összeállításában és betanításában Bankó László és Benedek Krisztina.)

A záhonyi határon szerencsésen átjutottunk. Irány Munkács! Reggel 6.00-kor érkezünk meg, ahol még nem vártak minket ilyen korán, de nagyon szívesen fogadtak és a klubházba kísérték. Családoknál lettünk elszállásolva. Miután elhelyezkedtünk, találkoztunk a klubházban és elindultunk bevásárló körutunkra. Ezután városnézésre invitáltak bennünket, majd a várba baktattunk fel a legidősebbekkel az élen. A vár nagyon elhanyagolt állapotban tárult elénk, de nagysága így is lenyűgöző volt. A városnézés után szállásunkra mentünk és lepihentünk, hiszen mindenkit kifárasztott az éjszakai utazás. Ekkor ismerkedhettünk meg igazán szállásadóinkkal.

Október 8-án reggel találkoztunk a klubház előtt, ahonnan elindultunk a Vereckei-hágóhoz. Kitűnő idegenvezetőnk (egy idősebb hölgy), aki jó ismerője volt a magyar történelemnek, több történelmi nevezetességet is megmutatott nekünk.

Az első megállónk egy ruszin falucska volt, ahol található egy gyógyforrás, melynek vize kitűnő gyógyír bélpanaszokra. Volt aki megkóstolta, volt aki korsóját merítette a gyógyvízbe. Második megállónk egy Szováta nevű település, ahol II. Rákóczi Ferenc született. Egykoron gyönyörű hely lehetett, de mára állapota nagyon leromlott, egy kolhoz használja raktárnak. Végre megérkeztünk a Vereckei-hágóhoz. A szorosban van egy olyan emlékmű, amelyet még Trianon előtt állítottak fel és idegenvezetőnk szerint a hantok alatt katonasírok vannak, melyben magyar katonák is nyugszanak. A Himnusz eléneklése után megpihentünk, majd nekiindultunk a több kilométeres serpentinnek, ami az ezeréves határra vezetett, ami 1938-ban a magyar lengyel határ volt. Egy kürtöt fúvó pásztoroszobor áll, amely a magyar lengyel katonák kézfogását jelképezi. A csúcsról csodálatos kilátás nyílt az egész Verec-

kére. E gyönyörű látvány után visszaindultunk Munkácsra, mivel 15.00 órára volt tervezve a folklór műsor. A munkácsi színház jól felszerelt, szép színház. 21-en adtuk elő a műsorunkat. A műsor nagy sikert aratott a közönség soraiban. Ropant sikere volt a menyasszony kalácsnak, de vőfélyünk szalagos kalapja is megnyerte tetszését a közönségnek. Előadás után felszeltük a menyasszony kalácsot, ugyanúgy mint ahogyan a vőfély kalap nemzetiszíni szalagját is és szétosztottuk a közönség között. Ennek a gesztusnak volt talán a legnagyobb sikere, mivel azt mondták: „Ti vagytok a vendégek és ti vendégeltetek meg minket”. **ÓRIÁSI SIKER.** Megjegyezték azt is, hogy nagyon sok anyaországbeli klub adott már náluk műsort, de még ilyet nem láttak. Büszkék vagyunk a nagy sikerre és hogy külföldön is jeleskedhettünk köszönhetjük ezt a Polgármesteri Hivatalnak, aki anyagiakkal támogatott, a Művelődési Ház igazgatójának, aki az előkészületekben segítkezett, Benedek Krisztínának, aki a dalokat válogatta össze, Erősvári Pál tanár úrnak, aki ezt a kis települést oly tökéletesen mutatta be, és nem utolsósorban azoknak az idős klubtársaknak, akik időt, fáradságot nem kímélve annyi estén keresztül összejöttek felkészülni.

A sikeres műsor után mindenki pihenőre tért. Miután becsomagoltunk, szentmisét hallgattunk a munkácsi római katolikus templomban. Óriási élmény volt egy olyan pappal beszélgetni, aki ismeri még oly messze is Nagy Árpád prépostunkat. A szentmise után elbúcsúztunk vendéglátóinktól és Ungvárnak vittük az irányt. Megnéztük az ungvári várat, ami szintén gyönyörű, jó állapotban lévő vár, melyben kiállítást is láthattunk.

Ezután igyekeztünk mihamarabb átkelni a határon és ez 3 óras várakozás után sikerült is. Buszsőfőrtünk Péli József első útja ezután egy vendéglőhöz vezetett, ahol egy kicsit már oldódott az átkelés miatti feszültség. Majd Galgahévíz határáig nótázva jöttünk és végre a hosszú út után szerencsésen megérkeztünk.

Ezúton mond köszönetet mindenkinek a szervezőknek, a támogatóknak, a segítőknek, de főleg a szereplőknek a Galgahévízi II. Rákóczi Ferenc Nyugdíjas Klub Vezetősége nevében:

Lukács Mihály
megbízott vezető



FŐZŐCSKE! Nyers ételek készítése

A zöldségfélék tápanyagaikat, vitaminjaikat, enzimeiket legtökéletesebben nyers állapotban őrzik meg. A gyermekek és a jó fogú felnőttek szívesen rágják a sárgarépat, a karalábét, sőt a karfiolt, fehércáposztát és vöröscáposztát is. Akinek kevésbé jó a foga, lereszelheti ezeket a zöldségféléket. Akad olyan ember aki megeszi a reszelt zöldséget, de az emésztése gyenge, nem képes a nyers zöldséget feldolgozni, számukra marad a turmixolás lehetősége.

A TURMIXOLÁS

A zöldségféléket (sárgarépa, zeller zöldje, fehér répa, zöldpaprika, petrezselyem zöldje vagy bármilyen más zöldség, de a harmada mindig sárgarépa legyen) apróra vágjuk, vizet öntünk hozzá és turmixgépben nyers, folyékony italt készíthetünk.

Sárgarépasaláta 2 személyre

15 dkg finomra reszelt répát
2 dkg reszelt almát
3 ek darált diót
3 ek narancslevet összekeverünk.

Zsurmártás

1/4 kg túró
2 dl tejföl
2 ek reszelt torna
2 ek vágott hagyma
1 ek vágott zöldhagyma
1 ek metélőhagyma
1 kk darált szegfűbors

Narancsos túró

50 dkg tehéntúró
2 db narancs v. mandarin
10 dkg cukor vagy méz
1 ek tejszín

A túrórt simára keverjük a mézzel és tejszínnel. Hozzáadjuk a kis kockákra vágott narancsot. Talpas poharakba töltve tálaljuk, narancsszeletekkel díszítjük.

Dr. Oláh Andor – Kállai Klára – Vadnai Zsolt: Reformkonyha c. könyve nyomán.

Kersch Gyuláné

NOVEMBERI PROGRAMOK:

8-án	20.00 órákor	Népzenei bál a Mogyoródi zenekarral
9-én	18.00 órákor	Helytörténeti klub Házigazda: Erősvári Pál
10-én	17.00 órákor	Testületi ülés
13-án	17.00 órákor	Ifjúsági Klub (lásd a mellékelt cikket)
21-én	20.00 órákor	Katalin bál ASZTALFOGLALÁS!

FIGYELEM!

Olcsobban a készítőnél!
Gázkémények építését 2.000.- Ft/fm, bélelést 900.- Ft/fm egységáron vállalom, átadással elkészítem.
Viszonteladókát is kiszolgálók! Különleges idomok, szűkítők készítését alumínium és színesfémek hegesztését vállalom.

Érdeklődni lehet: *Tóth József*
bádogos és tetőfedő vállalkozó
2173. Kartal Iskola u. 10.

MUNKANÉLKÜLIEKNEK!

Egyre nehezebb eligazodni a helyi lehetőségek között – egyre nehezebb elhelyezkedni. Minél tovább van valaki munka nélkül, annál rosszabbak az esélyei – a szakemberek szerint.

Gödöllőn 5 napos bentlakásos tréning indul munkanélkülieknek. A helység lehetőségeivel, a vállalkozás elemeivel ismerkednek meg. Önmagát jobban megismerni, hogy olyanra vállalkozhasson, amire képes. Óriási lehetőség!

A vállalkozási képességek fejlesztése, játék és komoly tanulás. Fejlesztő tréning, javítja az elhelyezkedés esélyeit. 12 fős csoportok. MFejlesztő tréning, javítja az elhelyezkedés esélyeit. 12 fős csoportok. Már kedvezménnyel: 13.000.- Ft-os áron, jelentős részét átvállalja a Jóléti Szolgálati Alapítvány. Jó lenne egy csoport Galgahévízről, akkor tudnánk foglalkozni a speciális helyi lehetőségekkel.

Jelentkezni lehet: Bankó Lászlónál a Művelődési Házban.

Egészséges élet – természetes gyógymódok

Mindenki akkor tapasztalja meg, mennyire fontos egészsége, amikor már nincs. Jó lenne vigyázni rá, minél tovább élhessünk fiatalos lendülettel, fájdalomtól, betegségtől mentesen. A különböző természetes gyógymódoknak, egészségmegőrző módszereknek ma reneszánsza van. Sokan fordulnak természetgyógyászhoz – de sajnos néhányan csalódottan tapasztalják, nem igazi szakemberrel van dolguk. A divatnak vannak árnycsodái is.

Talán Ön is gondolt már rá, jó lenne megismerkedni egy-két olyan módszerrel, új ismerettel, amivel saját maga tehetne többet egészségéért. Ha valóban szükség lenne rá, jobban tudja azt is, kihez kell fordulnia. Nos, most egy olyan lehetőséget kínálunk Önnek, ami helyben elérhető: a Galgamenti Népfőiskola 10 estéből álló tanfolyamot indít azok számára, akik az *Egészséges táplálkozás, a reflexterápia* (talpmasszázs), a *gyógynövények* iránt érdeklődnek. A tanfolyamot bárkinek ajánljuk, aki saját maga, családja egészségéért tenni szeretne. Tehát: betegnek és egészségesnek, fiataloknak és időseknek egyaránt.

Tanfolyamvezető: Kovács Zsuzsa

A tanfolyam november 4-én (szerdán) délután 5 órákor kezdődik.

A további időpontot a jelentkezők közösen módosíthatják. Hetenként 2 órás foglalkozásokat tartunk a pinceszobában (Művelődési Ház).

Kiadja a Galgahévízi Önkormányzat
Polgármesteri Hivatala
Felelős kiadó:

Dr. Basa Antal polgármester
Készült a Typovent Kft.
nyomdájában
Ügyvezető igazgató
Gerlach Gézáné

TYPO
VENT