

GALGAHÉVÍZ

Galgahévíz község ingyenes közéleti havilapja
XXVI. évfolyam, 4. szám
2015. április



ÁPRILIS



*Készülődés Kolesza Sándor lakodalmára, 1960-as évek
(forrás: Petőfi Közérdekű Muzeális Gyűjtemény, Aszód)*

A tartalomból: Nőnap • Akire büszkék lehetünk •
Nyílt napok az oviban • Népfőiskolai hírek

Nőnap



fotó: Régió Plusz Tv

Lakossági tájékoztatás a szabadtéri tűzgyújtás szabályairól

A szabadtéri tüzek szempontjából a tavasz a legveszélyesebb időszak, hiszen a jó időben egyre többen választanak szabadtéri programokat vagy kezdik meg a kerti munkálatokat. A veszélyt egyrészt a száraz aljnövényzet és avar jelenti, amelyben könnyen és gyorsan terjed a tűz. Kockázatot jelenthet a gondatlanság is, a szabadban keletkezett tüzek 99 százalékát emberek okozzák.

A károk akkor előzhetőek meg a legkönnyebben, ha tisztában vagyunk a biztonságos szabadtéri tűzgyújtás és a tűz megelőzés alapvető szabályaival:

- Általában tilos szabadtéren égetni, kivéve ott, ahol azt jogszabállyal, külön meghatározott esetekben és feltételekkel megengedik;

- Belterületen csak abban az esetben lehet növényi hulladékot égetni, ha azt önkormányzati rendelet megengedi;

- Előzetesen engedélyeztetni kell a tűzvédelmi hatósággal a külterületen lévő, lábon álló növényzet, tarló, illetve a növénytermesztéssel összefüggésben keletkezett hulladék szabadtéri égetését;

- Továbbra is megengedett a kerti grillezés és a tűzön történő sütés-főzés a tűz állandó felügyelete mellett;

- Tűzgyújtási tilalom esetén az érintett területen

akkor sem megengedett a tűzgyújtás, ha azt egyébként más jogszabály megengedi;

- A szabadtéri tűzgyújtás feltételeit az Országos Tűzvédelmi Szabályzat tartalmazza;

- Jogszabálytól eltérő vagy hatósági engedély hiányában végzett tűzgyújtási tevékenység tűzvédelmi bírságot von maga után!

A szabadban meggyújtott tüzet soha ne hagyjuk felügyelet nélkül és minden esetben gondoskodjunk megfelelő mennyiségű oltóanyagról. Mindig legyen nálunk a tűz oltására alkalmas kézi szerszám, és csak akkora tüzet gyújtsunk, amekkorát folyamatosan felügyeletünk alatt tudunk tartani. Tájékozódjunk a várható időjárásról, mert a szél kedvez a tűz gyors továbbterjedésének.

Idén eddig mintegy 900 szabadtéri tüzesethez riasztották a tűzoltókat, csak az elmúlt hétvégén 259 alkalommal. Szinte valamennyi eset megelőzhető lett volna egy kis odafigyeléssel. Az ország leginkább érintett területei közé tartozik Borsod-Abaúj-Zemplén, Fejér, Heves, Pest és Szabolcs-Szatmár-Bereg megye, de nagy számban fordulnak elő Bács-Kiskun és Hajdú-Bihar megyében is vegetációtüzek.

Forrás: BM OKF



ÁLLÁSKERESŐK RÉSZÉRE

Minden héten **szerdán 11 – 12 óráig**

Állskereső Klub működik

a Polgármesteri Hivatal Családsegítő Szolgálatánál!

AMIBEN SEGÍTÜNK:

- önéletrajz írása
- állskeresősi tanácsadás, tippek
- önéletrajz küldése (internethasználat)
- önéletrajzhoz fotó készítése
- állás/lehetőségek felkutatása, állások keresése
- ingyen telefonhasználat az elhelyezkedés érdekében

Érdeklődni az alábbi számon lehet: 06-30-693-59-29 vagy 06-30-693-59-28.

Kistérségi kézilabda torna

A kistérségi versenysorozat a leány kézilabda tornával folytatódott március 25-én, a bagi iskola csarnokában. A hét iskolát két csoportba osztották, mi Turával, Hévízgyörkkel és Ikladdal kerültünk egy csoportba, a másik ágon Bag, Kartal, Aszód-Csengei mérkőztek.

Kicsit álmosan kezdett a csapat, mert épphogy odaértünk, máris az ikladiakkal kellett játszani, de 7:0-ra hoztuk ezt a mérkőzést. Nagyon ügyesen játszottak a turai lányok, tőlük kaptunk 7:2-re, majd következett Hévízgyörk, 3:1-re megnyertük az összecsapást, így a csoport 2. helyezését jelentette, hogy a másik csoport 2. helyezettjével fogunk játszani a torna harmadik helyéért. Nagyon izgultunk, ki lesz az ellenfelünk, s kicsit féltünk is, mert a kartali lányok végeztek a 2. helyen a B csoportban.

A döntő meccsünk izgalmasan alakult, de nagy örö-

münkre mi nyertük meg 4:1-re. Mindannyian elégedettek, boldogok voltunk az eredményhirdetéskor. Mindenki kapott egy szép érmet, s a csapat megszerezte első kupáját is.

Csapatunk névsora: Domján Dóra kapus, Lázár Dalma csapatkapitány (11 gól), Lukács Laura (1 gól), Káttai Georgina, Tompek Tímea, Danyi Anna, Braun Réka (1 gól), Berta Kinga, Szabó Fanni, Jámbor Zsófia, Sára Boglárka, Szántó Rozália.

A torna végeredménye:

1. hely Tura
2. hely Bag
3. hely Galgahévíz
4. hely Kartal
5. hely Aszód
6. hely Hévízgyörk
7. hely Iklad

Balla tanárnő

Húsvétra hangolódva

Kedden nagyon jó napunk volt. Megnéztük a színjátszó szakkörösök kiselőadását, ami nagyon tetszett. Előadás után gyűjtögettünk tojást és nyuszt is. Izgal-

mas és szórakoztató időtöltés volt. Reméljük, hogy jövőre is újra ilyen jó lesz.

Papp Ákos és Mészáros Áron 2.o. tanuló

Húsvéti mese

A Színjátszó kör is készült egy kis meglepetéssel az alsó tagozatos gyerekek számára. A Húsvéti mesében életre keltettük a tojásfestő nyuszt életét a nagy réten.

Úgy kezdődött, hogy elkészítettük a díszletet és a kellékeket. Mindenki sokat dolgozott azon, hogy ez a mesebeli rét életre keljen a színpadon.

A próbák kellemesen teltek, de az előadás előtt kicsit ránk tört a lámpaláz. Hamar leküzdöttük és sikeresen megjelenítettük a három festőnyúl kalandját a csuklással és a rókával. A végén úgy vittük Piroskát a rétre, mint a nap hőstét, akinek még a csuklása is elállt a róka láttán.

A műsort egy kis Nyuszi-bugival zártuk, és csoki tojásokat is osztgattunk a nézők között.

Reméljük még sokszor lesz alkalmunk hasonló előadásokra, mert a sok készülődés és izgulás után is nagyon jól éreztük magunkat, és reméljük, hogy mindenkinek mosolyt csaltunk az arcára.

Aztán jól vigyázzatok, nehogy rálépjete a száradó tojásokra!

A szereplők:

A Festőnyulak: Piroška – Fehér Vivien
Sára – Hajdu Rebeka
Karcsi – Szűcs Ádám

Nyúl doktor – Mácsay Márton
Róka – Holly Laura

Tyúkok és naposcsibék – Viszló Gréta és Száraz Luca
Mesélők – Molnár Janka

– Mrkva Zita Zoé
– Czibolya Nóra
– Nyisztor Brigitta

Fehér Vivien, Hajdu Rebeka, Holly Laura,
Molnár Janka, Mrkva Zita Zoé



Márciusi hírmondó

• Március 12-én, délután gyermekvédelmi felelősünk, Csörgi Katalin a Gyermekjóléti Szolgálat éves közgyűlésén vett részt..

• Március 13-án, pénteken délelőtt megemlékeztünk a tavasz első ünnepéről és nemzeti színű zászlókat, virágokat helyeztünk el a Hősi Emlékműnél.

• Március 18-19-én a Süni vegyes csoportban nyílt napot tartottak. Nagy volt az érdeklődés, sok szülő vett részt és kapcsolódott be a délelőtti tevékenységekbe.

• Március 21-től elkezdődött az ÓSZSZ által szervezett Húsvéti Vásár, melyre leendő óvodásunk Kovács Ivett édesapja készítette el a hirdető táblát, köszönjük! Erre az alkalomra nemcsak az óvodás szülők ajánlottak fel termékeket, hanem több jó szándékú falunkbéli is.

o Kismadár csoport: Farkas Zakariás Marcell, Kiss Boglár, Novodonszki Zétény, Sára Bálint, Vér Máté

o Cica csoport: Boross György, Gallai Amina, Oláh-Nánai Márton, Tóth Blanka, Tóth Gréta

o Süni csoport: Hajdu Zalán, Száraz Nikolett

o Maci csoport:
Novodonszki Réka, Somkúti József, Szenczi Levente, Széles Szilárd, Tóth Bence, Tóth Eszter

o Külsős felajánlások: Saskáné Lajtos Katalin (virágbolt), Szabó Krisztina (Százforintos bolt), Rat Krisztina (virágkereskedő), Szélné Csordás Zsuzsanna (szakácsnőnk), Gregus Viktorné (dajka nénink), Darnyik Anikó (mb. óvodavezető). Köszönjük a konyhas nénik munkáját, akik finom mézeskalács sütésével járultak hozzá a vásárhoz, valamint Csörgi Katalin óvodavezető-helyettesnek, aki a díszítésben, csomagolásban volt segítségemre.

o Az árusításban résztvevők: Szabó Lilien anyukája, Oláh-Nánai Márton anyukája, Hajdu Zalán anyukája, Vér Máté anyukája.

o Papp Benedek és Papp Barnabás édesapja több mindent ajánlott fel óvodásaink részére, nagyon köszönjük!

Köszönjük azoknak a kedves szülőknek, nagyszülőknek, óvodai dolgozóknak, akik vásárlásukkal támogatták óvodánkat!

• A hónap elején szülői és külsős támogatással meg-

történt a folyosón lévő gyermek öltözőszekrények teljes cseréje, melynek elkészítését Bencze Zoltán, leendő óvodásunk édesapja vállalta. Köszönjük gyors és minőségi munkáját!

o Külön köszönjük az önzetlen anyagi támogatásokat, mellyel mindehhez hozzájárultak:

o Kiss Dániel, Péli Gréti, Domi, Nándi, Mészáros Levente és Baumann Nóra Barbara családja.

o Külsős támogatóink pedig, akiknek nagyon köszönjük anyagi hozzájárulásait: Darnyik Dénes, Nagy László, Rat Krisztina.

• Elkészült a pincelejáratot és az előkertet lezáró kerítés, melyet Darnyik László ajánlott fel és készített óvodánknak. Nagyon köszönjük munkáját.

• Kurucz László folyamatosan támogatja önzetlen munkájával intézményünket. Kisebb és nagyobb javításokat végez mind a csoportokban, mind a konyhán, udvaron. Jelenleg a két lócánkat újítja fel, melynek

elszállításában Péli László édesapja segédkezett. Mindkettőjüknek nagyon szépen köszönjük, hogy mindig számíthatunk rájuk!

• Március 23-án és 26-án Kovácsné Darnyik Artemisz és Kovácsné Kolesza Andrea továbbképzésen vettek részt Budapesten, ahol dr. Csiky Miklós főorvos és más neves szakemberek tartottak előadást az ADHD időben történő felismeréséről és ellátásáról.

• Március 31-én a Cica csoportban volt nyílt nap, melyen szintén sok érdeklődő szülő vett részt és tevékenykedett gyermekével együtt, készülve a Húsvétra.

*Darnyik Anikó
mb. óvodavezető*



Hálás szívvel mondunk köszönetet mindazoknak, akik **Hajdú Mihályné (szül.: Benedek Veronika)** szeretett édesanya, nagy- és dédmama temetésén részt vettek.

Fájdalmunkban osztoztak,
gyászunkat enyhítették.

A gyászoló család

„Olvasói” levél

Kedves Süni csoport!

Azért ragadtam tollat, hogy megköszönjem azt a két felejthetetlen tavaszi délelőttöt, amit a csoportokban tölthettem. Nagyon jól éreztem magam a nyílt napokon, bár mivel Anyukámat is elvittem magammal, nem tudtam minden játékot, amihez kedvem szotytyant, önfeledten kipróbálni. De mégsem hagyhatom még magára... otthon... egyedül.

Hálás vagyok Andi és Jutka óvó néniknek és Mariska néninek, a dadusunknak, hogy lehetőséget biztosítottak és bemutatták nekünk, milyen okos és ügyes kis társaság ez a Süni csoport. Láthattunk matematikai- és ügyességi feladatokat, bábelőadást és ehhez kapcsolódó fejtörő-, majd később mozgásfejlesztő „mutatványokat”. Volt közös kézműveskedés és a gyerkőcök legnagyobb örömeire kollektív tappancsfestés is. Nos, ahogy mondani szokás: aki nem hiszi, járjon utána!

Üdvözlettel:

Leendő Cica csoportos, addig is lelkes rajongótok

Péli Mátyás - pelenkás

Nyílt nap

Végre eljött a Cica csoportban a Nyílt nap, amit mi szülők nagyon vártunk.

Nagyon jól játszottunk és az óvónőknek köszönhetően nagyon jól éreztük magunkat.

Jól megszervezett kis délelőttöt kaptunk Tőlük, ahol többféle kreatív tevékenységgel és a végén egy közös játékkal kápráztattak el bennünket.

Belevontak minket is mindenbe, ahol gyermekeinkkel rajzolhattunk, színezhettünk, nyuszi bábót, tojásból kiscsibét készítettünk, így teljesen ráhangolód-

tunk a Húsvétra.

Minden anyuka, a két apuka és gyermeke nagyon élvezte a készülődést!

Köszönjük a szép és felejthetetlen délelőttöt Kati és Melinda óvó néninek, Évi dadusnak és persze a gyermekeinknek!

Külön köszönet a vezető óvónőnek, hogy megtisztelt minket jelenlétével!

Tóth Gréta édesanyja



Tavaszi Akciós Hitelek

a Turai Takarékszövetkezetnél

EXTRA TAVASZI AKCIÓ

Igényelhető összeg: 120.000 – 1.000.000,-Ft-ig

Lejárat idő: 15-84 hó

THM 500.000,- Ft hitelösszegre, 36 hó lejáratú időre, egyenletes törlesztéssel 14,956%.

Nem akciós THM: 22,006 %

Az akció 2015. március 16-tól - 2015. április 30-ig tart.

Az akció keretében a hitel ügyintézési díj elengedésre kerül.

AKCIÓS SZABAD FELHASZNÁLÁSÚ JELZÁLOGHITEL

Igényelhető összeg: 1.500.000 – 20.000.000,-Ft-ig

Lejárat idő: 37-240 hó

THM 5 millió Ft hitelösszegre, 240 hóra, egyenletes törlesztéssel 8,294%.

Nem akciós THM: 9,585%

Az akció 2015. március 16-tól 2015. június 30-ig benyújtott lakossági hitelekre vonatkozik.

Az akció keretében a hitel ügyintézési díj elengedésre kerül.

A THM meghatározása az aktuális feltételek és hatályos jogszabályok figyelembevételével történt, a feltételek változása esetén mértéke módosulhat. Jelen hirdetésben meghatározott THM értéke az ügyfelek előzetes tájékoztatását célozza.

Az egyedi kölcsönszerződés tartalmazza a szerződéskötés napján érvényes feltételek alapján számított THM-et, amely eltérhet a jelen hirdetésben meghatározott értéktől. A THM mutató értéke nem tükrözi a hitel kamatkockázatát. A THM meghatározása a 2014. december 29-én érvényes 6 havi BUBOR értéket (2,15%) veszi figyelembe. A fenti hirdetés nem minősül ajánlattételnek.

A Takarékszövetkezet az egyedi elbírálás jogát fenntartja.

A hirdetés nem teljes körű, a fenti hitelről, és egyéb hitel lehetőségekről érdeklődjön kirendeltségeinkben, illetve honlapunkon www.turaitakarek.hu címen.

A daganatos megbetegedések okai és a gyógyulást kiegészítő kezelések

2015. február 24-én húsz fő részvételével egy mindenkire érdeklő témáról tartott előadást Temesvári Gabriella természetgyógyász. Előadónk a természetgyógyászati vizsgarendszer kidolgozásában az 1980-as évektől jelen volt, akupresszúrát, kínai orvoslást, talpmasszázsot tanult és végez, továbbá a gyógynövényekkel való gyógyításban jártas.

A téma a daganatos megbetegedések és alternatív kezelések. A másfél órás előadást vázlatosan próbáljuk összefoglalni. Körülbelül kétszázféle daganatos megbetegedést ismerünk. Minden ilyen típusú betegség fő oka (erősen leegyszerűsítve), hogy felborul a szervezetünkben a sejtpépítés és lebontás egyensúlya, és elszaporodik egy bizonyos típusú káros sejt.

Hogy lehet észrevenni a daganatos betegséget? Sokáig lappang, nem okoz érezhető, látható elváltozásokat. A rendszeres odafigyelés testünkre, önvizsgálatok, rendszeres szűrővizsgálatok elősegítik, hogy a legkorábbi stádiumban jussunk el szakemberhez. Ismertek akupresszúrás pontok, melyek combközépen, hátul, illetve lábszárközépen hátul tapinthatóak ki. Ezek érzékenysége egy figyelmeztető jel lehet, akupunktúrás szakember segítségével tájékozódjunk!

A daganatos betegséget kiváltó okok: stresszes állapot (idegi, lelki megterhelés), oxigénhiányos állapot, a szervezet túlsavasodása, egészségtelen életmód, mozgásszegénység, káros napsugárzás. Étrendünkben a vitaminok, ásványi és nyomelemek, a rostok, az antioxidánsok hiánya az immunrendszerünk gyengüléséhez vezet. Mérgező vegyi anyagokkal való érintkezés, ipari élelmiszereinkben levő adalékanyagok (E-számokra figyelem!), levegő szennyezettsége (ko-

rom, poliaromás szénhidrogének a füstben, kipufogógázokban), és még sorolhatnánk.

A gyógyulási folyamatot segítik: a pozitív gondolkodás kialakítása, sikerélmény keresése, megélése. Természetgyógyászati masszázások. A teljes lélegzés megtanulása és alkalmazása. A szervezetet lúgosító táplálkozás bevezetése. Rost és lédús táplálkozás.

Néhány gyógyító növény a teljesség igénye nélkül:

- cékla, sárgarépa
- sötétzöld növények (brokkoli, salátafélék, zöld húsú paprika),
- káposztafélék (párolva, csak rövid ideig hőkezelve),
- hagymafélék,
- bogyós gyümölcsök (leginkább a szeder),
- citrusfélék (egész gyümölcsből készült juice),
- gyógygombák (shitake, ganoderma, cordiceps),
- aloe vera,
- frissen ütött lenmag, dióolaj (omega-3 zsírsav források, margarínokat nem ajánlja),
- árpa.

Ismertette előadónk a Breuss-kúrát, mely lékúra. Tartalmazza a sárgarépa, cékla, zeller és nyers krumplics levét. Említette az Avemar, a Culevit és a deutérium szegény víz alkalmazását is.

Végül egy hasznos gyakorlattal ismertetett meg minket, hogy a nagy idegfeszültségeket könnyebben kezeljük! Két tenyerünket egymásba helyezzük, tenyerrel felfele és az alul lévő kéz hüvelykujjával nyomást gyakorolunk a felül levő tenyér közepére, miközben belélegzünk. Kilégzéskor enged a nyomás. 5-ször egymás után, majd kézcsere. Addig végezzük, míg a feszültség felenged. *Botosné Anikó, Nagy Andrea*

Vadon termő tavaszi zöldek

2015. március 10-én a Népfőiskola szervezésében ismét egy nagyon érdekes témában jött össze lelkes kis csapatunk. A helyieken kívül Hatvanból, Gödöllőről és Szadáról is voltak vendégeink. Tizennégy fő gyűlt össze. Temesvári Gabriella természetgyógyász most a tavaszi természetben található gyógynövényekről és az ezekből készíthető turmixokról, salátákról, ételreceptekről tartott előadást.

A tizenháromféle gyógynövény és a rügyterápia vázlatos ismertetésére vállalkozom. A következőkkel ismerkedtünk meg: tyúkhúr, zamatos turbolya (kellemes ánizsos illattal, ízzel), pitypang, csalán, piros árvacsálán (nem csíp), vadsóska, vadárvacskas, illatos ibolya, pásztortúskas (zörgőfű), kerekrepekény, százszorszép, rukkola, csabai-vérfa.

Mindenekelőtt vitaminokat, ásványi anyagokat, valamint különböző speciális gyógyhatású anyagokat tartalmazó, szinte alig feltűnő, sokszor gasként ismert növényekről van szó. Ismerjük fel őket, s használjuk egészségünk érdekében!

Tyúkhúrból, turbolyából, friss pitypanglevélből készített Andi zöld turmixot, alma és sárgarépa, valamint hidegen sajtolt tökmagolaj és víz hozzáadásával. Ez lehet, hogy szokatlan, kissé sűrű, „zöld” ízű ital, viszont élettani hatása rendkívül jó! Akik megízlelték, kellemesnek mondták.

Érdekes újdonság volt a rügyterápia, mely a 3. évezred gyógyterápiája lehet. Bambuszrügy, spárga, talán ismert rügyek, de akár a nyírfa, nyárfa ragadós rügyeire is gondolhatunk, melyekből tinktúrákat lehet készíteni, illetve természetes formában is fogyaszthatóak. Gyengéd, mellékhatásmentes, általánosan ható készítmények.

Az előadás beszélgetős formában zajlott, a hallgatóság soraiból is sok érdekes információt kaptunk. A tudást csak hasznosítani kell, ez pedig rajtunk múlik. Természetes formában is lehet pótolni a vitaminokat, ásványi anyagokat, méregteleníthetjük a szervezetünket. Az egészségünk érdekében megérdemlünk ennyi törődést! *Botosné Anikó*

SCD probiotikus technológia a növénytermesztésben és az állattartásban

A probiotikumokat inkább úgy ismerjük, mint ami saját szervezetünk, főleg az emésztésünk mikrobiológiai egyensúlyát hivatott fenntartani. Azonban a talajok, a vizek, a természeti környezet szintén akkor működik optimálisan, ha ez az egyensúly fennáll.

Napjainkban egyre jobban kitűnik, hogy a vegyszeres fertőtlenítés, az antibiotikumok alkalmazása az állattartásban nem elég hatékony és megbontja a fent említett egyensúlyt. A növénytermesztésben használt műtrágyák, vegyszeres növényvédő szerek ezen kívül még a talajt is kizsigerelik néhány év leforgása alatt.

Az SCD jelentése: Fenntartható Közösség Fejlesztés (Sustainable Community Development)

A 80-as évek elején Teuro Higa japán professzor állította össze ezt a mikróba keveréket, mintegy 20 évig tartó kutatómunka eredményei alapján. Az ebben található mikroorganizmusok egymást kölcsönösen segítve képesek fennmaradni és szaporodni.

Az SCD technológia segítségével lehetővé válik vegyszerek nélküli mezőgazdaság kialakítása, a leromlott talajt javítjuk vele és a vizeket sem terheli a kifolyó szennyvíz, éppen ellenkezőleg, segít lebontani a szerves anyagokat. Felhasználási területei a mezőgazdaságon kívül a háztartási és egyéb tisztítószerek, valamint az emberi egészség megőrzése a bélflóra optimalizálásával. Mindezek következtében jelentősen

csökken a környezet vegyszerekkel való terhelése, miközben a kiadások is csökkennek.

Mit tesznek ezek a mikroorganizmusok így együtt, kölcsönösen segítve egymást?

Rothadás helyett az erjedés irányába fordítják és gyorsítják a lebontási folyamatokat. Optimális irányba hangolják a jelenlévő mikróba közösséget, gátolva a káros mikrobák szaporodását. Következésképpen gyorsabban, jobb komposzt keletkezik, a trágya hamarabb felhasználható a földeken, a talaj szerkezete és tápanyagtartalma javul. Kiszorítják a kórokozó baktériumokat az állatok környezetéből, csökkentve a kellemetlen szagot, a legyeket, és a megbetegedés valószínűségét. A magasabb rendű szervezetek immunrendszerét stimulálják, vitaminokat, növényi hormonokat, antioxidánsokat termelnek.

Tartalma, összetétele: biotermesztésben is elfogadható, a természetben és táplálékainkban is előforduló fajok, nincs benne génmódosított faj, számos együttműködő tejsav- és fotoszintetizáló baktérium, élesztőgomba keveréke. Élő kultúra, savas közegű, antioxidáns hatású, biológiai fertőtlenítőszerként működik.

Dr. Hidas András összeállításában a felhasználás részleteit itt láthatjuk:

<http://slideplayer.hu/slide/2236459/>



A Galgamenti Népfőiskola programajánlója

Hétfő finom torna 17 órától és csütörtöki jóga 17 órától - mint mozgási lehetőségek

Április 7. kedd 17 óra - Memo Fitt torna FELNŐTTEKNEK Basa Brigivel (eszközös, egyensúlyozós gyakorlatok nagyoknak)

Április 21. kedd 17 óra - Memo Fitt torna GYEREKEKNEK Basa Brigivel (eszközös, egyensúlyozós, fejlesztő gyakorlatok kicsiknek)

Április 22. szerda 10-12-ig Regionális Föld Napja az óvodásokkal - Galgahévízen (vendégóvodák: Zsám-bok és Boldog)

Helyszín: faluszerte különböző állomások (játszótér, kecskefarm stb.)

Húsvéti áhítattal meghintett tavasz

Végre, végre itt a tavasz. Jó hosszúra sikeredett ez a tél, így gondolom senki nem bánta, hogy a fagyos reggelek, szürke, borongós, szeles nappalok lassacskán elmúlnak, és helyükbe rügyfakasztó, napfényes időszakok lépnek.

A vidék emberének egyik legkedvesebb évszaka a tavasz. Hisz a hosszantartó bezártságra a legjobb gyógyír, ha végre kiszabadul az ember a négy fal fogásából. A kiskertekben szinte egyszerre zúgtak fel a rotakapák motorjai, s jelentek meg a veteményező emberek. Elsőként bújtak a föld alá a zöldségmagok, borsószemecskék, sokan vetették már a retket, a salátát. Nincs más dolguk, mint várni az érlelő meleget, s a növekedésükhöz elengedhetetlen esőt. A fák szépen lassan rügyeiket tárják az ég felé, zöldbe öltöztetik a környéket. Zöldbe, ebbe a szemet megnyugtató, az életet jelentő, ezer árnyalatú zöld színbe. Szinte egyszerre minden életre kel, a fák, a bokrok, az évelő cserjék, kikandikálnak az eperbokrok új hajtásai, friss színt öltenek a pázsitok. A tavasz virágai a lengedező szélben bólogatnak felénk, nárciszok, jácintok, bimbójukat érlelgető tulipánok. Az aranyeső sárga virágai is kinyíltak, mint egy sárga zuhatag borul a kerti pad fölé. Csodálatosak! A madarak bájos csivitelése élénkíti, megszínezi az ébredő természet palettáját. A teraszról nézve látom, hogy a hajladozó fűzfaágak közt egy sötét tollazatú kis énekes dalol. Egy vastagabb ágon

egyensúlyoz, hangja betölti a kertet, az udvart. Fekete-rigó. Az égbolt világoskék, csak egy-két báránka töri meg egyhangúságát. Messzire ellátni, a fenséges Mátra hegyvonulatai kirajzolódnak szemem előtt.

Csodálatos ez a mindent betöltő megújulás, ébredés, mely erőt, biztatást, hitet önt belénk. Nem szabad feladni, meghátrálni, elbújni a nehézségek előtt. Mi emberek különös lények vagyunk, hisz oly könnyen találunk kifogást, indokot, mit miért nem teszünk meg. Példát kellene vennünk a természetről, melyben nincs megállás, nincs kifogás, mert a körforgás megállíthatatlan, minden ismétlődik évről évre. Növények, állatok mind-mind teszik a dolgukat, életre kelnek, megújulnak, szaporodnak évről évre. Olyan egyszerűen hangzik mindez, nincs benne semmi bonyolultság, semmi csavar, egyszerűen csak élni az életet. Kár, hogy a mi életünk ennél sokkal komplikáltabb.

Napfény, zöld szín, virágpompába öltözött fák, varázslatos tavasz, melybe belép a nagybőjti felkészülés, a Húsvét áhítata. Hagyományok, melyek kitöltik falunk életét, keresztút, virágvasárnap, körmenet, ünnepi szentmise, ételszentelés, locsolkodás. A Húsvét egybeforrt a tavasszal, megszépíti, teljessé teszi ezt az évszakot ez az ünnep. Szánjunk egy kis időt arra, hogy gyönyörködjünk szépségeiben. Áldott, békés ünnepeket kívánok mindenkinek!

Szélné Zsuzsi, www.zsuzskaoldala.hu

VISSZATEKINTŐ „A nő legbecselesebb tulajdonsága, hogy lehet szeretni...”

Az idei március 8-a sem múlhatott el Galgahévíz férfinépének nőnap-i köszöntő műsora nélkül.

A tavalyi fergeteges siker után, ami az akkori műsort övezte, már elképzelni sem tudtuk, hogy mivel, milyen produkciókkal rukkolnak elő fiaink, férjeink. A nézőtérre izgalommal teli várakozással beülve készültünk az előadás befogadására, amely rendkívül színes és sokrétű volt, most is nagyobb részben a humoré volt a főszerep! Amit - valljuk be, - nem is nagyon bántunk!

A polgármester úr egy régi áldással kezdte köszöntő beszédét. Majd meghallgathattuk Ady Endre: Az ényenyasszonyom című versét Balázs János előadásában. Ezt követte egy színpadra vitt Freddie Mercury-videóklip kicsit átdolgozva, sajátos köntösben. Kisbetyárjaink az alkalomhoz illően legényest roptak. Péli László Szalai Pál Nőnap-i köszöntőjét adta át nekünk szeretettel. Majd a helyes Malévos stewardok légies koreográfiáját csodálhattuk meg. Ami nem mellesleg kicsit ismerősnek tűnt... Ezután Kiss Csaba, Péli László, Tampu Ferenc, Hajdú István és Vadkerti-Basa Bálint osztotta meg velünk meghatározó és szép gondolatait a nőkről férfiak tollából. Majd a legfiatalabbak, a Mikrofon zeneiskola növendékei énekes-zenés produkcióját hallhattuk. A következő műsorszám Tampu

Ferenc tolmácsolásában hangzott el, Lelkes Miklós gondolatai Nőnap és Húsvét címmel. Egy kis ízelítő következett a roma tánc- és énekművészetből, melyet Zámbo István és a hévízi fiúk előadásában láthattunk. A közönség kitörő nevetéssel fogadta, ami nem is csoda, hisz a nyitójelenetben a két „cigányasszony” egy valódi tyúkot kopasztott. Vadkerti-Basa Bálint és Tóth-Miklós Ágoston újra megörvendeztettek bárszonyos hangjukkal, egy dalban próbálták meg átadni az érzéseiket, és elmondani nekünk, hogy mennyire szeretnek minket. Egy-egy műsorszám közti szünetben pedig tátott szájjal izgultunk a kis erőművész és segítője produkciója láttán. Végül, de nem utolsósorban Kristóf atya adta ránk áldását egy szívbemarkoló történeten keresztül.

Igaz, a műsor közben a humoré volt a főszerep, de amikor a fiúk leültek a színpadra és egy szál gitár kíséretében előadták a nagysikerű Halleluja című számot magyar szöveggel, szem nem maradt szárazon, immár nem a nevetéstől, hanem a meghatottságtól. Köszönjük nektek, akik időtöket, energiátokat nem kímélve összeállítottátok ezt a kedves, humoros, meghatározó műsort, ami ismét sokáig lesz a női pletykadélutánok, bárátnői beszélgetések témája. *Hugyákné Varga Bea*

Szent Adalbert

Libicében (Kelet-Csehország) született 956 körül. Apja, a cseh Szlavnik fejedelem, anyja, Adilburg pedig szász. A kiváló szellemi képességekkel megáldott Vojtechet világi pályára szánták. Súlyos betegségéből felgyógyulva 972-ben a magdeburgi dóm neves iskolájába került, hogy itt készüljön a papi hivatásra. Bérmláskor vette fel az Adalbert nevet pártfogója, a magdeburgi érsek iránti tiszteletből.

Évekig élt Rómában bencés és bazilita szerzetesek között, majd kiemelkedő térítési munkát végzett. 981-ben visszatért Prágába, ahol két év múlva (983) a város első püspöke, Dietmar pappá szentelte. A hazájában tapasztalt számos nehézség, sikertelenség és befelé forduló természete arra indította, hogy Jeruzsálembé zarándokoljon, és magányban töltse életét. Később tizenkét bencés társával visszament hazájába, ahol Breznovban apátságot alapított.

A politikai helyzet 989 után megváltozott, amikor a Piast-dinasztia (I. Mieszko és fia, Vitéz Boleszláv) meghódították Sziléziát és Krakkót és birodalmukat az Odera folyóig kiterjesztették. A Sziléziáért dúló küzdelemben Adalbert kompromisszumot kötött a Piast dinasztival. Minthogy mindez a csehek érdekeit

sértette, II. Boleszláv cseh herceg Adalbert ellen fordult, és 995-ben megtámadta a püspök székhelyét, Libicét és megölette a püspök egész családját. Adalbert hazájába nem térhetett vissza a politikai állapotok miatt, ezért tovább folytatta missziós munkáját a poroszok között. 997. április 23-án halt vértanúhalált Tentikkennél (Danzig közelében).

A lengyel herceg kiváltotta testét a gyilkosoktól, és Gnieznóban temette el. Már 999-ben a szentek sorába iktatta őt Szilveszter pápa. Sokan elzarándokoltak csodatévő sírjához, többek között barátja, III. Ottó császár is (1000). A császár, élve az alkalommal, Gnieznót a szent iránti tiszteletből érsekséggé avatta. És ami életében nem adatott meg Adalbertnek, hogy Prágában otthont és békés nyugalmat találjon, azt megadta az utókor a földi maradványainak, melyeket 1030-ban vittek a csehek Prágába. Adalbert tisztelete azóta nőttön nő, s a prágaiak hazájuk védőszentjét tisztelik benne. Ünnepe a katolikus liturgiában április 23.

Szent Adalbert életének jelentős magyar vonatkozása, hogy 994-995-ben Magyarországon térített, ő keresztelte és bérmlta Szent Istvánt.

Miklusiak Kristóf SDS, plébános

Itt a tavaszi nagytakarítás ideje!

Méregtelenítő programok **a kartali Kuckó Sóbarlangban:**

Infraszauna

beindítja a nyirokrendszert, javítja a vérkeringést, felgyorsítja az anyagcserét

Talpmassázs, ill. testmassázs

harmonizálja a test és lélek működését, méregtelenít

Mágnessterápiás méregtelenítő program

javítja az anyagcserét, segíti a salakanyagok kiürülését

Chi gép

segíti az emésztést és az anyagcserét, salaktalanítja a szervezetet

Kérjen időpontot még ma a **06-28/437-770-es,**
vagy a **06-30/641-4253-as** telefonszámon!

Csomagban kedvezményesen!



Próbálja ki
méregtelenítő
szolgáltatásaink
egyikét, és
ezzel a kuponnal
egy csomag
valódi
gyümölcssteát
adunk mellé
ajándékba!

Érvényes:
2015. április 30-ig

KUPON

Ételhistóriák

Ebben az új rovatban közkedvelt fogásokkal és azok történetével ismerkedhet meg, kedves Olvasó! Következzen egy nemzetközi és egy hazai klasszikus!

A bolognai spagetti rejtélyes története

Miért rejtélyes? Mert valójában semmi köze Bolognához. Hogy ez így kicsit erős megfogalmazás? Lehet, de nem minden alap nélkül való. Mindjárt kiderül, miért.

Aligha akad ember széles e hazában, aki ne evett volna még bolognai spagettit (vagy ha úgy jobban tesszük: spaghetti bolognesét.) Még azt is megkockáztatnánk, hogy a legelterjedtebb térsztaételek egyike, nem csak Magyarországon. A bolognai szósz talán senkinek sem kell bemutatni, pár szóban azért mégis meg tesszük: a nevéből is következően ez egy észak-itáliai (Bologna, ugye...), hús alapú mártás. Ha az étterem ét lapján azt olvassuk: alla Bolognese (vagy franciásan à la Bolognese), már látjuk is magunk előtt a ragusan elkészített húst. Az olasz ragù és a francia ragoût (noha más ételekhez, de) ugyanabból a ragoûter igéből származik, melynek jelentése: az étvágy gerjesztése, stimulálása. Az igazi, jófajta bolognai mártásban a hús (és egyéb összetevők) mellett a paradicsom játssza a főszerepet, akár picire vágott, akár szósz formában. (Speciel mi az előbbi jobban szeretjük, de ízlések és pofonok ugye...) Eredetileg jellemzően vastagabb téstával szolgálják fel, mert azok jobban megtartják a húst, mint a vékonyabbak, például a capellini. Ami a mártást illeti, Olaszországon kívül kicsit talán több paradicsomot és egyéb zöldséget használnak, ami viszont érdemben megváltoztatja az íz profilját.

Nincs is bolognai spagetti?

A történetírók szerint az általunk is ismert téstza az arab hódítókkal jelent meg Szicíliában, és terjedt el észak felé. Mivel az itáliai félszigeten a klimatikus és egyéb körülmények is jobban kedveztek a durum búzának, így aztán érthető módon az lett az alap. Mint említettük, hiába olyan népszerű a bolognai spagetti a világ egy jelentős részén, Bolognában sosem létezett, mivel ott a ragut alapvetően a helyi, tojásos tagliatelle vagy lasagne téstzával szolgálják fel. A spagetti viszont jellemzően Nápolyból származó (száraz) durumtészta, ennek megfelelően a hozzá készített szósz állaga sokkal testesebb, mert jobban megmarad a csúszósabb spagettin, mint a bolognai változat.

A szósz és a tálalás

A bolognai szósz alapja a soffrito (vagy soffritto), ami egy zeller, hagyma és sárgarépa alapú, olívaolajban és vajban összerottyantott püré, amihez hozzáadjuk a marhahúst vagy a pancettát (ami egy olasz baconfajta). Ezt követi egy kis tej vagy tejszín, és amikor ez az egész összeáll, akkor jöhet bele a fehérbor. Csak ezután tesszük bele a paradicsomot, kis vajjal és sóval.

Végül addig főzzük finoman kevergetve, amíg a hús kész nincs. Többféleképpen tálalhatjuk, akadnak a parmezán sajtos változatnak is elszánt hívei, de erős az az iskola is, amely hagyja, hogy a ragu íze a maga természetességében jelenjen meg. A friss só vagy bors segíti előhozni az ízeket. És ne feledkezzünk meg a borról sem, ami természetesen vörös.

A II. világháború tehet róla

A bolognai spagetti megszületéséről a II. világháború tehet. Történt ugyanis, hogy az Olaszországban partra szálló amerikai és brit katonák igencsak megkedvelték a tagliatelle al ragùt. Olyannyira, hogy hazatérve az olasz éttermekben is kérni kezdték, és ha kérték, meg is kapták – csak éppen spagettivel. Amikor aztán – immár turistaként – visszatértek Itáliába, már a bolognai spagettit rendelték az éttermekben, ahol (mindent a kuncsaftért! alapon) teljesült is a kívánságuk. Az elmúlt évtizedekben a bolognai spagetti rendkívül népszerű lett Svédországban (ahol spagetti och köttfärsås néven fut), Dániában (spaghetti og kødsovs) és Norvégiában (spaghetti og kjøttdeig) is, különösen a gyerekek körében. Az Egyesült Királyságban is kedvelt (nemes egyszerűséggel csak spag bolnak becézik), és az Egyesült Államokban is népszerű, bár az óceánon túl készített szósznak nem sok köze van az eredeti bolognai recepthoz. Általában véve is elmondható, hogy Olaszországon kívül inkább paradicsomszószként tekintenek a bolognaira, mintsem raguként.

Sosem létezett?

Ami Olaszországot illeti, a helyi puristák szerint a bolognai spagettinek semmi köze az itáliai konyhához. „A Spaghetti alla bolognese sosem létezett. A spagetti egy dél-itáliai száraztészta, miközben Bolognában mi friss házi készítésű tagliatellét használunk” – írta például a neves gasztroszakember, Stefano Bonilli. A helyzetet bonyolítja, hogy azért valami hasonló „sugo” (azaz szósz) azért létezik Bolognában is, erről a 19. század híres szakembere, Pellegrino Artusi írt A főzés tudománya és az evés művészete című könyvében. Az ő bologneséje azonban nem ragu, viszont maccheroni (makaróni) téstzával ajánlja, ami szintén száraztészta. A nagy különbség azonban az, hogy Artusi szószában nincsen paradicsom, így aztán maradjunk annyiban, hogy a bolognai spagetti ebben a formában nem eredeti bolognai étel.

Viszont nagyon finom, és nekünk ennyi bőven elég!
(forrás: www.masteszta.hu)

Románcra is éhezünk, avagy Rigó Jancsi legendája.

A Rigó Jancsit, a könnyű és habos cukrászsüteményt – meglepő módon – Rigó Jánosról a legendás cigányprímásról nevezték el. A tehetséges zenész és a belga

GASZTROVAT

hercegnő romantikus szerelmi története nagy port kavart a múlt század elején (1959-ben Keleti Márton rendező is megfilmesítette a románcot Fekete szem éjszakája címmel). Kihasznlva a szenzációt, egy élelmes pesti cukrász az újdonsült botrányhősről nevezte el a könnyű piskótából készült, csokoládés tejszínhabbal töltött finom édességét. Számítása beigazolódott: a süteményt sokan megkóstolták és megkedvelték, a Rigó Jancsi rövid idő alatt a cukrászat klasszikus készítménye lett Magyarországon és a határon túl is.

Hozzávalók:

4-5 evőkanál baracklekvár

a piskótához: 6 tojás

6 evőkanál porcukor

3 evőkanál liszt

3 dkg kakaópor

a krémhez: 8 dl tejszín

20 dkg étcsokoládé

1 csomag vaníliás cukor

a bevonathoz: 8 dkg étcsokoládé

1 evőkanál napraforgóolaj

A 6 tojássárgáját habosra keverem 6 evőkanál porcukorral, hozzáadok 3 evőkanál kakaót, a 6 tojásfehérjéből vert kemény habot és 3 evőkanál lisztet. A masz-

GALGAHÉVÍZ

szát sütőpapírral kibélelt, liszttel vékonyan megszórta kb 20x40 cm-es tepsibe öntöm, és előmelegített sütőben, 180 fokon megsütöm. Ha kihűlt, két lapot vágok belőle úgy, hogy a felső valamivel vékonyabb legyen. A krémhez a tejszínt a vaníliás cukorral kemény habbá verem. Az étcsokoládét apró darabokra töröm, majd keverőtálban, forrásban lévő víz fölött, folyamatosan kevergetve felolvasztom. Ezután habverővel elkeverem benne a tejszínhab egyharmad részét, majd óvatosan hozzákeverem a többi habot is. A vastagabb lapot megkenem barackízzel, majd egyenletesen elkenem rajta a krémet. A felső lapot bevonom a csokoládébevonattal. 8 dkg apró darabokra tört csokoládét keverőtálba teszek, hozzáadok 1 evőkanál napraforgóolajat és gőz fölött kevergetve felolvasztom. A felolvasztott csokoládét a piskótalapra öntöm és késsel egyenletesen elkenem. Megvárom, míg megköt, majd 5x5 cm-es kockákra vágom és szépen egymás mellé rakva ráhelyezem a csokoládékrémrel megkent másik lapra. Tálalásig hűtőbe teszem. Forró vízbe mártott, szárazra törölt késsel most már teljesen átvágom, felkockázom a süteményt. Jó étvágyat!

(Forrás: Négy évszak házi süteményei)

Péli Évi

Jó étvágyat!

Akire büszkék lehetünk

Rovatunkban most egy olyan hölggyel ismerkedhetnek meg, aki bár nem régóta galgahévízi, mégis sokan ismerhetik, hisz láthatták fotóit vagy találkozhattak vele a Népfőiskola rendezvényein. Most ünnepeltük a 80. születésnapját. Adja a Jóisten, hogy még sokáig éljen köztünk.

Agysebésznek készült. A Gondviselés azonban más útra vezette. Gyógypedagógus lett a gyengénlátók iskolájában. Ott tanított ötven évig. Ezalatt az idő alatt kitaposott egy olyan ösvényt, amely ezidáig járatlan volt. Munkájával megalapozta a hazai gyengénlátók oktatását. Paraszky Sárát ismerhetik meg.

- Az volt az érzésem az önéletrajzát olvasva, hogy sok ilyen emberre lenne szüksége a világnak. Az a fajta hit, erő és tenni akarás, ami Önben benne van, talán gyerekkorára vezethető vissza. Örökség, neveltetés vagy a külső körülmények hatása?

- Szerintem mindegyik együtt. Meg valószínűleg a karakter. Mondjuk egy ilyen kos mint én, eleve tele van energiával, és ezt valahol le kell vezetni. Persze a család is, körülmény is, ez csak együtt hat.

- Hol született?

- Aszódon születtem. Tősgyökeres aszódi vagyok. De a családom szála azért szerteágazóak. Édesapám aszódi, anyám alföldi. De apám szülei valamikor a Vágról eveztek le a Podmaniczky grófokkal elszegényedett hétszilvafás nemesként, akik aztán iparosok lettek. Nagypapám a Javítóintézetben volt szabóoktató, apám

pedig tisztviselő volt pénzügyi vonalon. Édesanyám háztartásbeli volt. Mikor rosszabbra fordult a helyzet a háború után, akkor már ő is dolgozott. Gyorsan elvégzett egy tanfolyamot és a gödöllői Ganz gyárban kezdett dolgozni. Az apám 1945 után nem ment vissza az értelmiségi pályára, hanem elkezdett fizikai munkát végezni. A vasúthoz került és ott krampácsolt. Aztán a gödöllői Ganz gyárban dolgozott műszerészként. Onnan mentek nyugdíjba mindketten.

- Ön Aszódon kezdte az iskoláit. Nagyon érdekes volt, amit olvastam az önéletrajzában. Főleg nekem, aki egyáltalán nem vagyok harcos természet, így furcsa volt nekem elképzelni, hogy egy kisgyerek kiáll az elvei mellett, és azt mondja, hogy márpedig én nem leszek úttörő.

- Én azt hiszem, hogy ebben az is benne van, hogy a szüleim nem kényszerítettek engem semmire. Akkor kezdődött az úttörőmozgalom, még nem volt kiforrva, és nem volt kötelező. És jött egy új tanárnő. Azt mondták, hogy úgy kell szólítani, hogy Piroska pajtás és tegezni kell, és akkor valami időtlen foglalkozásokat kezdett. Olyan erőltetett volt. Akkor én nem mentem többet. Nem mondták, hogy kötelező. Mikor a nyolcadik osztályt befejeztük, behívták a szüleimet az igazgatóhoz, hogy nem javasoltak engem gimnáziumba, hiába, hogy a legjobb tanuló vagyok, mert csak azt javasolhatják, aki úttörő. De nem baj, mert ők engem külön felavatnak. Mondták, hogy menjek be, én mond-

GALGAHÉVÍZ

tam, hogy dehogy megyek, most miért avassanak fel, mikor nem voltam úttörő, hisz az hazugság. Nem voltam hajlandó az érdekeim céljából hazudni. Aztán beletörődtek ebbe a szüleim. Aztán utána jártak, és beíratlak Pesten a Deák téri Leánygimnáziumba. Ez azért volt nehéz dolog, mert magán diákszállóba kellett elhelyezni, a szüleim pedig elég szegények voltak. Egy hónap múlva megszüntették ezt a leánygimnáziumot, vissza kellett jönni. Akkor megint megpróbáltuk a jelentkezést. Szerencsénk volt, mert a tanács elnöke éppen akkor szabadságon volt, a helyettese pedig nem tudta az előzményeket, csak annyit látott, hogy megszünt Pesten egy gimnázium, és én átjelentkeznék. Így sikerült visszakerülnöm a társaimhoz Aszódra a gimnáziumba.

- És ott is érettségizett le. Aztán?

- Hát igen, pályaválasztás. Én elképzeltem, hogy orvos akarok lenni. Jó kézügyességem volt, jó volt a térlátásom. Sok könyvet olvastam erről, és azt gondoltam, hogy agysebész leszek. Aztán meg a pszichológia kezdett érdekelni. Gondoltam, majd pszichiáter leszek. Jelentkeztem is az orvosira. Akkor úgy volt, hogy a kitűnő meg jeles tanulóknak nem kellett felvételizni. Csak egy jelentkezési lapot kellett kitölteni, amiből azonban kiderült, hogy én nem kíváncsi származású vagyok. Azt mondták, hogy keressék más pályát. Én akkor nagyon el voltam keseredve. Aztán valakitől hallottam, hogy van Pesten egy főiskola, a Gyógypedagógiai Főiskola, ahol sok orvosi tárgyat tanítanak. Gondoltam, akkor elmegyek oda. Így lettem pedagógus. Én nem akartam pedagógus lenni. Pedig ennél nekem valóbb pálya nincs. Pláne, hogy sérült gyerekekről van szó. Ráadásul egy olyan területre kerültem, a gyengénlátók területére, ami teljesen kidolgozatlan, múlt nélküli volt. És tényleg nekem kellett mindent kitalálni.

- Milyen volt az első találkozása a látássérültekkel?

- Akkor még minden szakra képezték a hallgatókat. Az egész első évfolyam a normál pedagógiára épült. Utána a fogyatékosági ágak területét ismertük meg. Látássérülteknél, vakoknál gyakoroltunk, gyengénlátókkal nem találkoztunk. Pedig az egy egészen más kategória. Bár mindkettőnek a szemével van probléma, az érzékelésnél a vak más érzékszervére támaszkodik. A gyengénlátó viszont valamennyire lát, és azon dolgozik, hogy ezt az érzékszervét minél erőteljesebben ki tudja használni.

Ez az iskola akkor indult, mikor én odakerültem. Két nyugdíjas pedagógus dolgozott ott. Én kerültem

PORTRÉ

oda fiatal lányként. Egy összevont osztályt kaptam. Mikor először bementem, kérdeztem a gyerekek nevét. Bemutakoztak, majd nagy kuncogás lett, kiderült, hogy mindenki a másik nevét mondta. Gondolták megviccelnek. Aztán elég sok idő kellett hozzá, hogy megtaláljam azt az eszközt, ami a célhoz vezet. Mert a pedagógus legfőbb eszköze a saját személyisége, és utána jön a kréta meg a tábla. Meg kell találni a saját személyiségének azt a módját, ahogy ő tud hatni a gyerekekre. Nekem érdekessé kellett tenni és fontossá azt, amit csinállok, mert akkor a gyerekekre ez ráragad.

- Írást, olvasást tanított nekik?

- Először nyolcadikig tanítottam őket. De ezt most már nem lehet, mert szaktárgyi képzettséget igényel a

felső tagozat. Mi akkor szétosztottuk a tárgyakat. Én matematikát, fizikát és oroszot tanítottam, aztán volt, aki továbbképezte magát szaktárgyba. Én visszamentem az alsó tagozatra, mert most is úgy látom, hogy ez a legjelentősebb időszak az iskolás gyerek életében. Mikor az ember kap egy hat éves kisbabát, akivel otthon gügyögtek, ellátták édességekkel meg puszival, mikor tíz éves

lesz, világnézeti kérdésekről lehet vele beszélgetni. Ez egy olyan gyönyörű, szép munka volt, mikor láttam ezt a folyamatot. A gyerekek rengeteget átvesznek a pedagógustól. Ez borzasztó nagy felelősség. Rájöttem erre, hogy az iskolába beilleszkedni és az iskolában elkezdni dolgozni, az mint a gyerek számára, a munkához való viszonyának a mintája. Mondták a pedagógusok, hogy az a csoport, amelyik tőlem jön mindig valahogy más, mint a többi. Kérdeztem, hogy miben más? Hát, hogy örömmel dolgoznak. A legegyszerűbb magyarázat erre, hogy a gyerekek utánozzák a szülőt meg a pedagógust, és mivel azt látták, hogy én örömmel dolgoztam, azt gondolták, hogy dolgozni öröm. Emlékszem, hogy volt olyan tanítványom, aki kicsöngetéskor ráütött az asztalra, hogy a fene egye meg, már csöngetnek. Ezt átélni a pedagógusnak jó.

A beszélgetés a **Régió Plusz Tv** Ismeretlen ismerős című műsorában hangzott el 2012 februárjában.

Az interjú folytatását a következő számban olvashatják. (Szerk.)

A teljes beszélgetést megtekinthetik a www.regioplusztv.hu oldalon, a videótárban.



A transz-atlanti szabadkereskedelmi megállapodás bios (és hazafi) szemmel

Új rovatot indítunk, melyben a környezetünket, a környezetvédelmet, a vidéki táj szépségeit és e szépség megőrzésének felelősségét szeretnénk bemutatni.

Egy olvasónk küldte az alábbi cikket, amely a Biokultúra újságban jelent meg. Aktualitása és közérthetősége miatt itt a helye az új rovatunkban.

A demokrácia legnagyobb „dicsőségére” az EU bürokratái és az Egyesült Államok üzleti körei a nyilvánosság teljes kizárásával évek óta készítenek elő egy egymással kötendő szabadkereskedelmi egyezményt (Transzatlanti Kereskedelmi és Befektetési Partnerség – TTIP), amely rólunk szól, de szinte semmit nem tudhatunk róla! Nem véletlenül! Ha a kiszivárgott információk igazak – és sajnos e romlott kor tendenciái szerint a valóság sokkal rosszabb szokott lenni, mint az előszele –, akkor a megállapodás végveszélybe sodorhatja számtalan nemzeti vívmányunkat, sőt azokat az Uniós – EU polgárok által kiszorított – intézkedéseket is, amelyek talán még esélyt teremtenének az európai kultúra számára a túlélésre akár Európában, akár odaát.

A két világban működő szakmai megközelítés különbségét jól mutatja a GMO-k engedélyezése: az USA-ban az üzleti élet irányította „lényegi azonosság”, az Unióban az elővigyázatosság alapú (lehetőleg) „soha nem ártani” értékelés. Az eredmény ismert: az USA-ban több száz géntechnikailag (esetenként többszörösen) módosított fajta termesztése, sok fajtából, az EU-ban két fajt (kukorica és burgonya) érintő két „esemény” engedélyezése. Az iparszerű (természetből elszakított) mezőgazdaság tombol mindkét térségben sajnos, de odaát még közel száz olyan vegyszert használhatnak, amelyet ideát betiltottak, egészséget vagy környezetet romboló tulajdonság miatt. Ráadásul a herbicid-toleráns GM fajták miatt egysíkúvá vált gyomirtószer használat elképesztő hatást váltott ki az egészségre, környezetre odaát. Ki szeretne olyan élelmiszert, ivóvizet fogyasztani, amelytől az anyatej vegyszertartalma több százszorosan haladja meg az EU ivóvíz normájában rögzített határértéket?

A monokultúrás, GM növénytermesztésből, tömegtakarmányt mellőző, hormonnal növekedésre, tejtermelésre serkentett állatok termékeiből, a több ezer féle adalékból álló „junk food” („ócska kaja”;) – Isten bocsássa meg nekem – szemmel látható, embert torzí-

tó hatásai a fogyasztókra már most is riasztó és akkor még nem is beszéltünk a láthatatlan hatásokról!

Az egész megállapodásban az fogadható el a legkevésbé – egyszerűen sátáni – , hogy a profit, az üzlet „szentségét” mindenek fölé helyezve meg akarja akadályozni nemzetek, államok, közösségek önvédelmének lehetőségét! A megállapodás tervezete tartalmaz egy olyan kitételt, amely üzleti érdekek vélt sérelme esetén a befektető (pl. egy multinacionális cél) egy „független” magán „bíró” (ISDS) előtt támadhatja az akadályozót, például Magyarország demokratikusan megválasztott kormányát az alaptörvényben rögzített GMO mentesség megszüntetése, esetleg az elmaradt üzlet miatti „kártalanítása” érdekében.

Bár az EU bürokratái keresik ennek kizárását, most úgy tűnik, hogy az EU bármelyik tagállama megvétőzhatja a megállapodást! A magyar kormány részéről időnként tapasztalunk biztató jeleket: „az élelmiszerek maradjanak ki”, „nem kérünk az államok feletti bíraskodásból” stb. Kívánjuk, hogy Magyarország és az EU más tagállamai is érezzék át felelősségüket és akadályozzák meg a kizárólag profit-orientált gazdaság térnyerését!

A teljesség igénye nélkül nézzük, hol kaphatjuk, mi biosok (és hazafiak) a halálos sebeket!

A gazdag, fizetőképes piac elszípkázhatja a minőségi élelmiszert, a szegényebbeknek jut majd a maradék, végveszélybe kerülhet a GMO mentességünk, helyi élelmiszer helyett jön az utaztatott, a verseny-helyzet miatt kényszerből az EU-ban is leépítik a termelés állatjóléti, egészségügyi és környezeti korlátait, a kivont vegyszerek „reaktiválódnak”, lejárt szennyező „technológiák” újraélednek, a fajtahasználat a „világfajtákra” szűkül, eltűnhet a hagyományörző gazdálkodás, sablonossá válik a képzés, a gazdag még gazdagabbá, a szegény még szegényebbé válhat (ország is, cég is, ember is) stb.

Ha tetszik, ha nem: a gonosz és a jó vívja ma élethalál harcát és nem az óceán a választó: itt vannak a jók, ott a gonoszok vagy fordítva! A választóvonalat a szándék húzza: profit kell vagy a jövő?

Dr. Roszik Péter

Magyar Biokultúra Szövetség alelnöke

(Biokultúra újság XXVI. évfolyam, 2015. 1. szám)



Vanó András, Galgahévíz község Önkormányzatának polgármestere

- csatlakozva Kovács Szilvia ötletgazda (Karcag) által létrehozott „A legszebb konyhakertek”

– Magyarország legszebb konyhakertjei országos programhoz - meghirdeti a helyi

„A legszebb konyhakertek” című programot/versenyt

A program célja: A lakosság ösztönzése arra, hogy saját, rokonai, vagy barátai udvarán, kertjében alakítson ki konyhakertet, gondozza azt, természetesen benne maga és családja számára minél több konyhakerti zöldséget, gyümölcsöt.

A programban történő részvétel feltételei:

- az illető a programhoz önként kíván csatlakozni,
- rendelkezik saját tulajdonú vagy számára megművelésre átengedett
- balkonnal, kerttel, udvarral, telekkel, földterülettel, ahol
- konyhakerti zöldségeket/gyümölcsöket termeszt.

Nevezési kategóriák:

- Balkon: Erkélyen kialakított
- Mini: 10 – 50 m²
- Normál: 50 m² felett
- Zártkert 1.: Zöldség
- Zártkert 2.: Gyümölcsös
- Zártkert 3.: Vegyes (zöldség és gyümölcs)
- Közösségi: Csoportok, szervezetek által megművelt kertek

Jelentkezési határidő: 2015. május 15.

Jelentkezés módja: A Jelentkezési lap kitöltése és leadása

Jelentkezési lap kérhető és leadható:

- Galgahévíz község Önkormányzatának titkárságán

Jelentkezhet: a balkon, kert, udvar, telek, földterület **tulajdonosa**, vagy annak **megművelője**.

Jelentkezéskor, illetve a verseny idején szívesen vesszünk fotók készítését a balkonnál, kertről, mely segíti a bírálók munkáját. Az országos díjra jelöléshez ez elengedhetetlen lesz!

Elvárások és egyben a bírálat szempontjai:

1. A kertben minimum 5, az erkélyen/balkonon 5 edényben elhelyezett, 3 különböző konyhakerti növény termesztése történjen
2. A növények megválasztása szabadon lehetséges, mindenki igényének megfelelően





3. A megművelt terület legyen ötletesen kialakított, szép, megfelelően gondozott, gyommentes, és egyben hasznos
4. A kert rendezett környezetben helyezkedjen el
5. A megtermelt zöldségek/gyümölcsök minősége megfelelő legyen
6. Vegyszerhasználat esetén kötelező a naprakészen, szabályosan vezetett Permetezési napló
7. Előnyt élvez a komposztálás, öko/bio módszerek alkalmazása, öntözésnél csatorna/esővíz használata, a madárbarát kert kialakítása: található benne *madáretető*, *madáritató*, és *madárodú*. (A kertet madárbaráttá lehet minősíteni – de nem kötelező – a www.mme.hu oldalon található útmutatás alapján.)
8. Külön előnyt élvez, ha a kertben minél többféle fűszer és gyógynövény található.

Díjazás: Kategóriánként az első három helyezés és indokolt esetben különdíjak odaítélése a település szervezésében.

Országos díjazás: a programhoz kapcsolódó „Magyarország legszebb konyhakertje” díjra történő jelölésre, minden kategória első helyezettje lesz jogosult a helyi zsűri által tett külön ajánlás alapján.

Országos díj:

- Bronz kispasztika – Györfly Sándor szobrászművész (Karcag), Munkácsy és Magyar Örökség díjas, érdemes művész alkotása
- Oklevél - Miniszteri aláírással,

melyet az Országos Eredményhirdetésen ünnepélyes keretek között Dr. Fazekas Sándor földművelésügyi miniszter úr ad át Kovács Szilvia ötletgazdával.

A kertek megtekintése: 2 alkalommal (május 16 - augusztus 15-ig) történik előzetes időpont egyeztetés alapján.

Eredményhirdetés: Szüreti napok ünnepségsorozat keretein belül, 2015. szeptember 26-27.

Várjuk minden zöldség/gyümölcs termesző kertművelő jelentkezését!

Galgahévíz, 2015. március 10.

Vanó András
polgármester



„Tiszta udvar, rendes ház”

Tegyük szebbé környezetünket!

A Galgahévízi Önkormányzat pályázatot hirdet.

A „Tiszta udvar, rendes ház” 2015 címre azok a galgahévízi lakóingatlan tulajdonosok, vagy annak használói pályázhatnak, akiknek lakóingatlanuk, kertjük, udvaruk, az előtte lévő közterület megjelenésében, rendezetten ápoltan, harmonikusan illeszkedik környezetébe.
Az elbírálásnál előnyt élveznek azok, akik kertjében őshonos növényfajták is megtalálhatók.

A pályázni azoknak lehet:
akik a keletkező hulladékot komposztálják, a szelektív hulladékszállítást igénybe veszik
és helyi köztartozásuk nincs.

Pályázni 2015. április 30-ig lehet.

A jelentkezési lap a www.galgaheviz.hu honlapról letölthető, az újságból kivágható,
valamint a Polgármesteri Hivatal titkárságán megtalálható.

A „Tiszta udvar, rendes ház 2015” cím adományozásáról egy szakmai munkacsoport dönt.
A díjakat a Szüreti napokon adjuk át.

A „Tiszta udvar, rendes ház” díjazottai egy 20 cm x 30 cm-es falra szerelhető kerámia táblát
és egyszeri 10.000 Ft-os jutalmat kapnak.

„Tiszta udvar, rendes ház 2015”

Beküldési cím: Galgahévíz Község Polgármesteri Hivatala
2193 Galgahévíz Fő út 143.

Név:

Tulajdonos/Használó:.....

Cím:.....

Telefon:.....

E-mail:.....

Mikor tartózkodik leginkább otthon:.....

Dátum:.....

Aláírás (Tulajdonos - Használó)

Népdaléneklési verseny

2015. április 14-én, kedden 11 órakor
a Művelődési Házban

*Ha szereted a magyar népzene,
szívesen énekelisz magyar
népdalokat és tudásodat másoknak is
szívesen megmutatnád, jelentkezz
Balla Tímeánál április 10-ig!*



Kemencés nap

*A régmúlt időkben egy falusi porta
elképzelhetetlen volt kemence nélkül.
Eink ebben sütötték mindennapi kenyerüket
és sok más mennyei finomságot is.*



MEGIDÉZZÜK A HANGULATOT -
*kemencében sült ételekkel,
programokkal, táncházzal várjuk
Galgahévíz népét.*

*A helyben sült, kemencés finomságokat
500 Ft-os étkezési jegy ellenében bárki
megkóstolhatja.*

**2015. május 10-én,
a Községi ház udvarán.**

Népi játszótér

2015. május 30-án, szombaton 14-17 óra
között a Geöcz téren a **Gyermeknap**
alkalmából

- | | |
|----------------|---------------------|
| • fa körhinta | • vívós játékok |
| • hordólovagló | • ügyességi játékok |
| • babasarak | • ördöglakat |
| • óriás csúzli | • diótörő |
| • teknő hinta | • célbadobó |

és számos más szórakozás várja a
kicsiket és nagyokat egyaránt!

Szeretettel várunk minden gyermeket,
szüleit és nagyszüleit!



Régió Plusz Televízió

Kelet - pest megye televíziója

27 település

60 ezer otthonában!

Tisztelt Galgahévízi Lakosok!

Galgahévíz kulturális és közéletéről készült
tudósításokat, műsorokat a **Galgamenti**
Kábeltelevízió hálózatán, valamint műsorainkat honlapunk
videotárában is megtalálják.

Iratkozzon fel **You Tube** csatornánkra,
hogy a településen és a térségben készített
események felvételeiről és azok internetes
feltöltéséről értesítést kapjon!



Minden képen itthon!

www.regioplusztv.hu

Nyílt napok az óvodában



fotó: Darnyik Anikó, Tábori Mira

Galgahévíz

Galgahévíz Község havilapja • Kiadja Galgahévíz Önkormányzatának Polgármesteri Hivatala •

Felelős szerkesztő: Darnyik Ágnes (tel.: 06/20 9851494, e-mail: agnesdarnyik@gmail.com) •

Nyomdai munka: Basámi Kft., Kerepes, felelős vezető: Mohos Imre • ISSN 2060-5749