

GALGAHÉVÍZ

Galgahévíz község ingyenes közéleti havilapja
XXVI. évfolyam, 7. szám
2015. július



J Ú L I U S



*Az új Pihenőpark - Avatása július 10-én, a Faluünnepen
(Fő út - Dózsa György út kereszteződés)*

Fotó: Darnyik Ágnes

**A tartalomból: • Búcsú Kántor Úrtól •
Aerobikos lányaink • Faluünnepi program**

Gyereknap a Geöcz téren



fotó: Hugyákné Varga Bea

Tisztelt Galgahévízi Polgárok!

Önkormányzatunk ebben az évben is folytatja községünk átalakítását, élhetővé tételét. Közigazgatási határainkon belül lehetőség szerint megteszünk mindent, hogy Önök kellemesen érezzék magukat. A községben dolgozó közhasznú alkalmazottak folyamatosan takarítják közterületeinket. Kérem Önöket, hogy a saját lakóotthonuk közelében lévő területeket szíveskedjenek rendben tartani, hiszen nem mindegy, milyen véleménnyel van községünkről a községünkön átutazó turista, a környező községekben lakó.

A családi házak és a vállalkozási területek előtt lévő árok tisztítása, mélyítése, karbantartása az Önök feladata. Kérjük Önöket, a közeljövőben ahol ezt kell, pótolni szíveskedjenek.

2015. július 10-11-12-én tartjuk Faluünnepünket, melyre községünkbe érkeznek zengővárkonyi vendégeink. Az ünnep alkalmából avatjuk fel új Pihenőparkunkat, ahol péntek este szabadtéren hallgathatjuk meg a galgahévízi egyházi gyermekkórust és többek között a dányi ifjúsági fúvósokat. Kérem, ezért is tegyünk rendbe környezetünket.

Galgahévíz belterületén elkészült a térfigyelő kamerarendszer. Lehetőségünk nyílik rátekinteni rendőrségi felügyelet mellett, ki, mikor és hol visz ki külterületünkre hulladékot. Egyben természetesen azt is ellenőrizni tudjuk, ki, mikor jár tilosban (tolvaj-házaló) községünk területén a különböző utcákban. Ennek ellenére továbbra is nyitott szemmel és füllel éljük életünket, és jelezzük a már megadott telefonszámokon, ha rendellenességet tapasztalunk környezetünkben.

Továbbra sem megengedett az égetés belterületen és külterületen egyaránt. Minden külterületen és belterületen fellobbanó tüzet és az árulkodó füstöt jelezni lehet a tűzoltóság felé. Amennyiben megállapítják a tüzelés tényét, bizony nem kevés összegű bírságot szabhatnak ki az elkövetőre.

Hivatalunk a már megszokott ügyfélfogadási rend szerint dolgozik. A megváltozott szociális jellegű ügyekben, melyek közül sok a Járási Hivatal ügyintézési hatálya alá került, minden kedden járási ügysegéd van jelen hivatalunkban 8 órától 10 óráig. Az ilyen jellegű ügyeiket csak ő tudja ügyiratba foglalni, majd elindítani a Járási Hivatalban. Önök onnan kapnak határozatot az elbírálás után.

Önkormányzatunk folyamatosan figyeli a pályázati lehetőségeket, és mindenre pályázunk, melyet beadhatunk, és ránk is vonatkozik. A Közép-Magyarországi Régió sajnos nagyon sok pályázattól esik el, mert Budapest közelsége miatt mi fejlett régiónak számítunk az EU és Kormányunk szerint is. Képviselő-tes-

tületünk már ebben a félévben is számtalan pályázat beadásáról gondoskodott. Ilyen a gyermekétkeztetés részére beadott étkezde, különböző útfelújítási pályázatok, egészségház-felújítás.

Elkezdődött az Általános Iskola felújítása. Az épület új nyílászárókat, valamint külső szigetelést kap. Megújul a fűtésrendszer és a tornacsarnok épülete is új köntösbe öltözködik.

A község köztemetőjében elvégeztük az előtető felújítását, és elkezdtük az elhanyagolt sírok felmérését. Kérjük Önöket, ha megváltani kívánnak sírhelyet, mielőbb jelezzék az Önkormányzatunk felé, így elkerülve a lejárt, az Önök számára fontos sírhelyek esetleges eladását az újratemetés lehetőségével élve. Bár kamera-rendszerrel rendelkezünk a temetőnk körzetében is, kérem, értékeiket ne hagyják a személygépkocsikban. Az a tolvaj, aki a gépkocsik feltörésére specializálja magát, pillanatok alatt teszi azt, jól elrejtve személyazonosságát.

Jelezni kívánom a külterületen és belterületen földekkel rendelkező polgárok felé, hogy területüket folyamatosan ellenőrizték, hiszen a Környezetvédelmi Felügyelőség helyrajzi szám szerint ellenőrzi, és a tulajdonost bünteti szabálytalanság észlelése esetén. Ez lehet parlagfűszennyezett terület és lerakott szemétkupac is. Kérem, vegyék komolyan ezeket a dolgokat. Nem kevés összegre rúghatnak a bírságok az Önkormányzatunktól függetlenül.

Fontos tájékoztatnom továbbá a lakosságot a gazdasági utakkal kapcsolatosan. Hamarosan felmérésre kerülnek, bel és külterületen egyaránt. Amennyiben földfoglalás történt ezeken a területeken az Önkormányzattal szemben, a földkiméréssel kapcsolatos költség terheit annak a földtulajdonosnak kell állni, aki elbirtoklást követett el. Kérem, maradjanak a saját határaikon belül, meghagyva az utak és mezsgye területek méreteit.

A közterületen elhelyezett tárgyaikat szíveskedjenek saját területen elhelyezni, amennyiben ezt nem tudják, kérem, keressék fel hivatalunkat közterület-engedély beszerzése érdekében. Csekély összeg kéréseben ezeket az engedélyeket biztosítani tudjuk.

A végére hagytam, pedig nagyon fontos, nem idegen kezek számára virágosítunk. Akinek szüksége van virágra, lehetősége van jelentkezni a legszebb porta pályázatunkra, és lehetősége nyílik a következő évben olcsóbbá tenni környezetének szépítési lehetőségét. Éljen vele, jobban megéri!

*Vanó András
polgármester*

Búcsú Díszpolgárunktól

Eltávozott közülünk az a hang, amely évtizedekig zengett a galgahévízi templomban, amely öt évtizedes szolgálatát megbecsülendő díszpolgári címet kapott községünkötől. Basa Istvánt, mindenki Kántor Urát 87 éves korában szólította magához a Jóisten.

Alábbi összeállításunkkal tőle búcsúzunk.

„Kelj föl az ősz fő előtt, és tiszteld az öreg személyt.” - írja Mózes.

Tisztelt gyászoló közösség,
Pista bácsi, Kántor Papi!

A megnevezés már magában hordja azt a megtiszteltető érzést, melyet éltében kaptam Pista bácsitól.

Kántor Papi!

Szinte minden nap találkoztunk a hivatal kertjében és a köszönés, egy pár jó tanács és jó szándékú figyelmeztetés nélkül nem múlhattak el ezen találkozások.

Az életét is ily módon élte a községünkben 1927. július 24-e, születése napjától. Földműves család gyermekeként

jött a világra. Hívő katolikus, rendszeresen templomba járó és hittant tanuló gyermekként élt. Elsőáldozóként, majd ministránsként felfigyelt az orgona hangjára, az akkori kántor könnyed orgonajátékára. Talán akkor fogalmazódott meg benne, milyen foglalkozást szeretne felnőtt korában. De gyermekként a sors másként rendelkezett. A háborúban elvesztette édesapját, és már 17 évesen hajnaltól késő estig dolgozott szorgalmasan. Az idő nem kedvezett számára, mert akkor mindenkit szerettek volna eltávolítani a templomba járástól, a hittól, a léleképítés gyakorlásától. Ő azonban az öreg kántorra hallgatva elvégezte a kántorképzőt. Kántori oklevelét 1950 szeptemberében kapta kézhez és 1951 hamvazószerdáján, Heréden ült először orgonához hivatásos kántorként. Továbbra is segítette a családot, özvegy édesanyját, testvéreit, feleségét, aki hűséges társként támogatta Őt. A megüresedett galgahévízi kántori állást 1955-ben foglalhatta el. Ettől az időtől hallhatta az egyházközség ércesen csillogó hangját nem csak helyben, de a környező falvakban is. Mert szívesen vállalt szolgálattételt más közösségekben is. Itt élte életét családja körében, szeretett egyházközségében. Felsorolni nehéz lenne munkásságát, de mindenképpen említésre méltó, hogy sohasem hiányzott az orgona mellől, mindig ott volt a hajnali misén a vasárnapi és ünnepi misén, litánián, és eskü-

vői szertartáson egyaránt. Nem feledkezhetünk meg az általa szervezett egyházi férfikórusról, a nagypénteki szertartásokról. Kántor papi hangja a mai napig fülünkbe cseng, maga után hagyva az emlékezést.

Nem szerette az éltetést, a ceremóniát, számára sokkal értékesebb volt a hívek megbecsülése és szeretete. Galgahévíz közössége nagy szeretetben tartotta

meg ötvenéves kántori jubileumát, mely ünnepség keretében kapta meg Galgahévíz Önkormányzatától a „Galgahévíz Díszpolgára” címet.

Most biztosan csóválja a fejét kedves Kántor Papi. Ezért is félttem a Szentírás szavait idézni a mai beszédem jellegjeként.

Mert mit is szólnak azok az emberek, akik közelebbről nem ismerték őt. Akik talán úgy élik napjaikat, hogy az eltávozásnál nem mondhatják majd, „jót cselekedtem”. Ennek dacára mégis ismételem közösségünknek:

„Kelj föl az ősz fő előtt, és tiszteld az öreg személyt.”

Pedig mindannyian tudjuk a por és por között nincs különbség. Én mégis ezzel a jelmonddal élek, mert elköltözött ősz feje előtt meghajolunk és tiszteljük. Mert a hosszú évek során az érdekkülönbségek ellenére, hogy élete során az áldás, bőség sem csökkentette, inkább növelte Isten iránti szeretetét, magánéletében és a szolgálat ideje alatt tiszteletet érdemel.

Egy hosszú, göröngyökkel kirakott út alatt szolgálni Istent, szeretni felebarátainkat, úgy élni le életünket, hogy sem veszély, sem kísértés, sem nyomorúság ne törje le hitünk árbocát, nagy isteni kegyelem és méltó a legnagyobb tiszteletre. Galgahévíz kántora, nyugton mondhatjuk, ilyen ember volt.

Tisztelt, nagyrabecsült Kántor Úr!

Így emlékezve búcsúzom a galgahévízi Önkormányzat, az egyházközség, magam és családom nevében. Kérjük, kérje értünk továbbra is énekével a Gondviselőt, adjon nekünk erkölcsös keresztényi életet és majdan az öreg korunkat elérve, mint Kántor úr, mi is örömmel mondhassuk el egykor az öreg Simeonnal: „Most bocsátd el Uram a te szolgádat békességben.”

Nyugodjon békében kedves Pista bátyám!

Vanó András
polgármester

2015. július



Búcsú Díszpolgárunktól

Tisztelt Gyászoló Család! Kedves Galgahévízi Hívek! Kántori szolgálatban jelenlévő környékbeli kántortársak és környékbeli hívek!

István testvérünk a környékben is sokat kíségtett kántori szolgálatával. Jómagam is így kerültem vele kapcsolatba, de nemcsak arról a 20 évnyi időről szölok most, mely összefűzött bennünket a szolgálatban a szomszédos egyházközségekben, hanem 60-70 évre visszamegyek a történelemben, István testvérünk szép hosszú élete futja is ezt bőven. Magam is Tőle hallottam kántori hivatása indulásának idejéről. Az akkori egyházüldözésben öngől volt az akkori rendszer részéről a szerzetesházak szétkergetése, mert feltöltődött a vidék jól képzett papokkal. Ezzel a paphiány még sokáig nem mutatkozott. Ám súlyos válságba került a kántorság, mert a kántor-tanítói életforma nem működhetett tovább. Ebben a nehéz időszakban indult István testvérünk a kántori hivatásba. A Regnum Marianum papjai földalatti kántorképzőt szerveztek a sok kieső kántortanító pótlására. István testvérünk büszke öntudattal emlegette Pantol Márton atyát, aki olyan nagy hatással volt rá a liturgia megszerettetésében. Werner Alajos -zeneszerzésben is jeleskedő atya - a zenei részt vitte a képzésben. Ki gondolná, hogy a mai Szent Cecília Társulat ebből a kezdeményezésből nőtt ki.

István testvérünk számára a kántorság a megélhetését csak részben adta. Kertjének gondos gazdája volt. Magam is megcsodáltam rendben tartott kertjét, melyet nagy szakértelemmel gondozott. Ez adta létalapját családjának. Hisz szerető férj és gondos családapai hivatással is össze tudta egyeztetni a szent zene szolgálatát. Sokszor fordultam hozzá kitűnően kezelt miseboráért. Lelkiismeretes, pontos szolgálatvállalása mindig megnyugtató volt. A menyeyi liturgián szolgálon tovább. Az utolsó akkordja még sokáig lelkünkben rezonál. Ámen.

Tóth Ferenc
volt bagi plébános

Jóságos Istenünk!

István testvérünk, akinek temetésére összejöttünk, hosszú éveken át énekléssel szolgálta dicsőségedet. Kedves kántorunk fekszik e koporsóban, tőle búcsúzunk fájó szívvel. Távozása nem csak családjának, de egyházközségünknek is nagy veszteség.

A régi mondás szerint: aki szépen énekel, az kétszeresen imádkozik. Halottunk életében Téged magasztalt, Urunk az ünnepi szentmiséken. Esküvők alkalmával a te áldásodat kérte az új házasságokra. Különösen nagy örömmel szállt éneke, ha égi Anyánkat, Szűz Máriát dicsérhette. Együttérző bánat volt hangjában, ha gyász óráján fájó szíveket simogatott énekével. Ünnepebb, lélekemelőbb volt minden szertartás, ha éneke és zenéje kísérte azt.

Énekes ajka most elnémult, orgonán játszó keze megdermedt. Helyette mi énekeljük azt, ami most legfontosabb: Könyörülj rajtam, Istenem!

Elszállt már ugyan utolsó énekének ismert dallama, a biztatására mégis hallani véljük bizakodó búcsúját:

Mielőtt innen végkép elmegyek,

Szeretnék elköszönni, emberek!

Mint a madár, kit dél vár arra túl,

Az ereszt alján még egy dalt tanul. (Juhász Gyula)

Reméljük, Urunk, hogy ez az új dal: az öröm és hála dala. Bízunk abban, hogy ezt a dalt egy örökkévalóságban át énekelheti nálad, egyesülve az angyalok és szentek boldog énekével.

Adj Urunk, vigasztalást gyászoló családjának. Ők nem csak istendicsérő énekére emlékeznek, hanem sok jóságára és gondosságára is, ezért szeretettel őrzik emlékét.

Nekünk pedig adj kegyelmet, Istenünk, hogy jó munkával, hűséggel és keresztény élettel dicsérjünk téged! Engedd, hogy kedves kántorunkkal együtt énekelhessük majd az öröm és a hála dalát a boldog örökkévalóságban. Krisztus a mi Urunk által. Ámen.

Miklusiak Kristóf SDS plébános

Köszönet-nyilvánítás

Hálás szívvel mondunk köszönetet mindazoknak, akik

Basa István kántor temetésén részt vettek,

fájdalmunkban osztoztak,

virágaikkal, imáikkal, jószándékukkal gyászunkat enyhítették.

Külön köszönet Miklusiak Kristóf plébánosnak és a Galgahévízi Egyházközségnek,

Vanó András polgármesternek és Galgahévíz Önkormányzatának,

Tóth Péter és Kája Sándor karnagynak, Tóth Ferenc plébánosnak, Lukács Istvánnak és Koros Attilának.

A gyászoló család

Nőtincsi kirándulás

A ballagó nagycsoportosok és szüleik is nagy izgalommal várták az utolsó együtt eltöltött nagy kirándulásunkat Nőtincsen. Több szülőnek, és bevallom nekem is ismeretlen volt a helység neve, talán ezért is vártuk annyira. A gyerekek kis hátizsákjukkal a hátukon és anyukájuk, nagymamájuk kezét fogva toporogva várták a busz érkezését. Szinte „deja vu” érzésem volt a buszon, mert odafelé felcsendültek a ballagási énekek, versek a gyerekek előadásában. Így énekelve, verselve gyorsan eltelt az a közel másfél óra, amíg megérkeztünk Nőtincsre. Már a település is csodaszép volt a sok dombocskával és a gyönyörűen rendben tartott házakkal. Egy hatalmas élményparkba érkeztünk meg, ahol vonatozással kezdtük a napot. Amíg mi a gyerekekkel „sebesen” zötyögve végigmentünk Nőtincsen megcsodálva a horgásztavat és a dimbes-dombos környéket, addig a szülők kedvükre kávéztak, és beszélgettek nélkülünk. (Még mondták is, hogy „de hamar visszajöttetek, nem mentek még egy kört?”) Különben mentünk volna, de akkor a többi jó dologra kevesebb időnk jutott volna.

Kipróbálhattuk alkotó fantáziánkat is, hiszen kézműveskedtünk is. Agyagoztunk az alkotóműhelyben. Ki-ki, amit szeretett volna (madár, póni, teknős,

kígyó...) agyagból megformázhatta, amit ki is égettek nekünk a nap végére, hazaindulásra.

Állatokat simogattunk (szamár, kecske, lovacska), akik jól tűrték az emberek közelségét. De volt még papagáj, galamb, mosómedve, fácán, gyöngytyúk is. A lányok nagyon élvezték a lovak közelségét és a játszóteret is birtokukba vették a fiúkkal együtt.



Az indiánsátrakat is többen kipróbálták volna élesben, 1-1 hétre, hiszen itt az élményparkban táborokat is szerveznek kicsiknek és nagyoknak is. Miután körbejártunk mindent, és a buszhoz indultunk, akkor közölte Pannu néni, hogy még Nógrád várát meg kell másznunk. (mindenki lelkes volt!!) De neki

gyűrődzködtünk, és megmáasztuk! Tényleg nem lett volna szabad kihagyni. A panoráma és a hegyről való legurulás a fűben maradandó élményt okozott (a nadrágokon is). Jutalmul a vár lábánál fagyiztunk.

Mindent összevetve egy tartalmas, csodaszép kirándulás volt. (Persze hazafelé már nem szólt a nóta, inkább a szuszogásokat lehetett hallani, ahogyan alszanak.)

Remélem, nemcsak mi óvó nénik és gyerekek, de a szülők is élményekkel tértek haza!

Kovácsné Arti óvó néni

Tűzoltás az óvodában

Borús hangulatú, fázós, hideg nap fogadott bennünket szerdán. Olyan „jobb lenne inkább itthon maradni” hangulatú nap.

De mire megettük tízórainkat, az óvó nénik meglepetést varázsoltak az óvoda udvarába. Egy valódi tűzoltóautó állt az udvar közepén! Mindjárt elfelejtettünk arról, hogy fázunk, kíváncsian jártuk körül a csodálatos, piros járművet. És, hogy ne csak nézelődjünk, a tűzoltó bácsik és nénik mindent elmagyaráztak nekünk, mi-micsoda és mire való. Felpróbálhattuk a sisakot, fölmászhattunk a kocsira, és nagy örömeinkre átélhettük, milyen is az, amikor rohanni kell szirénázva az autóval. Sikítottunk is rendesen egy-egy kanyarban a Bika-tó felé száguldozva!

Hogy mindannyian mindent kipróbálhassunk, az óvó nénik három csoportra osztottak bennünket. Amíg az egyik csoport elment a tűzoltóautóval, addig a másik csoport akadályversenyen vett részt.

Egy tűzoltó bácsi kezünkbe adott egy-egy ruhadarabot, felszerelést, amelyeket különböző akadályokon át

kellett célba juttatnunk. Ott várt ránk egy tűzoltó néni, akinek segítségével felöltöztethettük a teljes védőfelszerelésbe Pannuci óvónénit és Mariska nénit.

És ez még nem minden! Kipróbálhattuk, milyen nehéz is megtartani a tűzoltóslagot, hát még célozni vele! A vízszaggárral el kellett találnunk az emelvényre helyezett labdákat. A kisebbek is nagy kedvvel próbálkoztak, nekik segítettek a felnőttek.

Nagyon tetszett nekünk az is, amikor égő házat kellett eloltanunk egy hatalmas táblán. Az ablakokba kellett célozni a vízzel, és ha jól csináltuk, akkor egy pici tűzoltó bácsi felmászott a létrán az ablakba, hogy kimentse a nénit a házból.

Legvégül igazi tüzet is láthattunk, amit aztán nagyon gyorsan eloltottak az igazi tűzoltók, nehogy leégjen az óvoda!

Nagyszerűen éreztük magunkat ezen a délelőttön! Köszönjük kedves tűzoltók!

*A Csemetekert óvodásai nevében
Kovácsné Andi óvó néni*

Júniusi hírmondó

• Június 5-én (pénteken) Pedagógusnapi ünnepélyen vettünk részt a Művelődési Házban, ahol a Süni csoportosok Andrea és Jutka néni irányításával, versekkel, énekekkel köszöntötték a megjelent vendégeket.

• Június 13-án (szombaton) tartottuk Ballagó és Tanévzáró ünnepélyünket, ahol a nagyok elköszöntek óvodás társaiktól, nevelőiktől és az Óvodától. Ezután a Művelődési Házban vásári forgatagban emlékeztek meg az óvodai életről. Köszönjük a kedves szülőknek a segítséget a díszítésben, külön a ballagató Süni csoportosoknak a sok munkát! Külön köszönjük a hévízgyörki Virágtrend Kft.-nek, Rajkó Julikának és Gábornak, akik nemcsak az ünnepélyünkre dekorálásként, hanem óvodánk szépítésére is ajánlottak fel nekünk gyönyörű virágokat.

• Gódor József helyi vállalkozó egész évben segítségünkre volt mindenféle hegesztési munkálatokban. Legutóbb Lendvai Bálinttal a kerítést javították meg, és néhány eltört széket is rendbe hoztak.

• Június 16-án a Maci csoportosok közös búcsúki-

ránduláson vettek részt Nőtincsen.

• Június 17-én a Turai Önkéntes Tűzoltók Benedek István vezetésével játékos bemutatót tartottak óvodánk udvarán. Öt férfi és két nő tűzoltó felkészülten, nagy hivatástudattal és gyermekszeretettel vontak be óvodásainkat a több mint három óras délelőtti programjukba. Nagyon szépen köszönjük önzetlen felajánlásukat! Köszönet Várhegyi Bernadett édesanyának, akitől az ötlet származott.

• Június 19-én délután nevelőtestületi értekezletünk volt, ahol az éves munkát értékeltük. Itt szeretném megköszönni minden kedves kollégámnak a nevelési évben végzett lelkiismeretes munkáját! Óvó néniknek, dajka néniknek, a pedagógus asszisztensünknek, és végül, de nem utolsósorban a konyhai dolgozóinknak köszönet a többletmunkákért, a hétvégi ünnepekért is!

• Június 29-én Kovácsné Darnyik Artemisz óvodapedagógus testnevelés továbbképzésen vett részt.

*Darnyik Anikó
mb. óvodavezető*

Színjátszó kör a nyári szünetben is

A 2014/2015-ös tanévben az Általános Iskola alsó tagozatos tanulói négy alkalommal léptek színpadra különböző szerepekbe bújva. A nyári pihenés sem vehet gátat a szerepléseknek. Tábori Mirával mertünk nagyot álmodni, augusztus közepén nyárzáró Dzsungel könyve musicallel szeretnénk megörvendeztetni a kedves közönséget és a szerepelni vágyó gyermekeket.

2015. augusztus 10-től egyhetes (hétfőtől-péntekig) napközis Színjátszó tábor indítunk Galgahévízen 6-12 éves gyermekek számára, napi háromszori étkezéssel, fejlesztő játékokkal, sok-sok mókával és kacagással! A jelentkezéseket **2015. július 31-ig várjuk a 06 20/987-0988-as telefonszámon.**

A táborban fellépésre készülünk, amelynek bemutatója a tábor utolsó napján **2015. augusztus 14-én (pénteken) 18 órakor lesz a Kodály Zoltán Művelődési Házban.**

A tábor ára a teljes hétre 12.000Ft/fő.

A programokból:

8.30-9.00

Érkezés

9.00-9.30

Reggeli

9.30-12.00 Játék, próba, fejlesztő feladatok

12.00-13.00 Ebéd

13.00-13.30 Csendes-pihenő, szabadfoglalkozás

13.30-15.30 Játék, próba, fejlesztő feladatok

15.30-16.00 Uzsonna

16.00-17.00 Szabadfoglalkozás, játék, távozás



Felszerelés, amit mindennapra kérünk:

Füzet, toll, színes ceruza, zsírkréta

Kényelmes, időjárásnak megfelelő öltözet, zokni

Fürdőruha, törölköző, papucs

Akinek van otthon esetleg hullahopp-karika, ugrókötél, labda.

Misky Adrienn

Apák napja

Nyár elején köszöntöttük az édesanyákat, később megünnepeltük a gyermeknapot. Itt az ideje, hogy az édesapáknak is megköszönjük, amit értünk tesznek nap, mint nap. Apák napja alkalmából Isten éltesse minden Édesapát!

A zénapukám

A zénapukám úgy vezet,
hogy ámulnak az emberek.
Benyomja a turbó gombot,
átszeljük a hegyet, dombot.
De a lámpa, ha piros,
elindulni jajj, tilos!

A zénapukám azt mondja,
erővel nem mész sokra!
Használd inkább az eszed,
Akkor majd sokra viszed!
De ha mégis erős akarsz lenni,
a kenyérhéját meg kell enni!

A zénapukám azt is mondta,
a fiúknak az a dolga,
a lányokat védelmezzék,
hogyha sírnak, megöleljék.
Ruhájukat megdícsérni
szintén fontos. Ezt ki érti?

A zénapukám nagyon vagány.
Ha elesek, sír a mamám,
De ilyenkor ő csak legyint:
„Aki feladja, az puding!”
Leporolgat, továbbmegyünk,
összekacsint huncut szemünk.

A zénapukám szeret nagyon,
még akkor is ha rosszalkodom.
Mindenféle gondom-bajom
a fülébe megsúghatom.
Titkaimat ő vigyázza,
ha nem értem, magyarázza.

A zénapukám olyan bátor,
mint tizenkét aligátor.
Mégvéd ő egy oroszlántól,
a vasorrú boszorkától.
Tudom, tudom, olyan nincsen.
...A zénapukám a zénkincsem!

Az apák napját az egész világon megünneplik, más-más időpontokban. Magyarországon ez a nap június harmadik vasárnapja. 1994-ben ünnepelték először Miskolcon.



A 20. század elején kezdték el megtartani az anyák napja párjaként. Az apaságot és a szülői szerepet ünneplik ekkor. Ilyenkor emlékeznek az apákra, nagyapákra és a többi férfi elődre. Ezen a napon általában ajándékot adnak az apáknak, és a család általában együtt van.

Amerikában a Crestonban, Washingtonban született Sonora Smart Dodd volt az ünnep megalapításának legnagyobb kezdeményezője. Apja, a háborús veterán William Jackson Smart egyedül nevelte fel hat gyermekét. A hölgynek az adta meg a kelő önbizalmat, mikor Anna Jarvis megalapította az anyák napját. Az apák napjának ere-

deti tervezett dátuma június 5., édesapja halálának évfordulója lett volna, de nem volt elég idő megbeszélni a részleteket a szervezőkkel, így június harmadik vasárnapján tartották, és tartják ma is. Az első apák napja 1910. június 19-én volt Spokane-ben.

Az ünnepet hivatalosan 1972-ben Richard Nixon ismerte el.

Az utóbbi években a kereskedők alkalmazkodtak az ünnephez. Ilyenkor általában a műszaki cikkek és a szerszámok kereslete növekszik. Iskolák és egyéb gyermekintézetek az ünnep előtt mindig ajándékokat készítenek.

Érdekességek:

Ilyenkor bonyolítják le a legtöbb R-beszélgetést (olyan telefonhívás, melynek költségeit a hívott fél viseli).

Tréfásan a fizetésnapot is szokás több országban „apák napja”-ként emlegetni.

Vannak, akik – viccesen – május 19-ét, Ivó napját tartják apák napjának.

Gyermeknap Galgahévízen

Hazánkban 1931 óta ünneplik a Gyermeknapot, minden évben május utolsó vasárnapján. A kezdetekkor még „Gyermekek Hete” volt az ünnep neve, és játékonysági céllal rendezték meg. Manapság a gyerekek jogaira, helyzetére is célja felhívni a figyelmet.

Május 30-án egy meleg, napsütéses szombati napon, a faluban nálunk is a gyermekeké volt a főszerep. 15 órára a Geöcz tér egy nyüzsgő, jókedvű gyermekek-től, gyermeki kacajoktól hangos játszótérre változott, ahol a szülők is aktívan részt vehettek, és részt is vettek a játékokban. Ekkor tartottuk ugyanis a Gyermeknapot Galgahévízen. A gyermekek számos népi játék közül választhattak, hogy melyiket próbálják ki. Volt ott kosaras körhinta, melyben igazi fonott kosarakban ülhetek és repülhetnek körbe-körbe a gyerkőcök, de a teljesség igénye nélkül voltak ott ördöglakatok, melyeket a felnőttek is előszeretettel próbáltak megoldani, több-kevesebb sikerrel, lyukradobó, falovacskák igazi huszároknak, nyári síléc, mely igen összehangolt koordinációt kívánt, de a gyerekek nagyon ügyesen meg-

oldották. Teknőhinta, mely megmutatta az emberi leleményességet is, hiszen fa teknője anno mindenkinek volt otthon, azt már csak felkötötte valahová és készen is volt az egyszerű, mégis nagyszerű és kényelmes hinta vagy bölcső, ki mire használta. A hordólovaglás pedig igen fejlett egyensúlyérzékét és erős lábakat követel. A diótörő és a kukorica morzsolás már ismerős volt a nem olyan rég tartott Kemencés napról. Érdekes volt a szárazföldi horgászat, ahol egy bot végén lógó karikát kellett rálógatni egy földbe szúrt pálcára, ami nem is volt olyan egyszerű. Vállalkozó szelleműek a gólyalábazást is kipróbálhatták.

Szóval volt ott mindenféle népi játék, melyekkel talán még nagyanyáink, dédanyáink is játszottak anno.

A nap végére a Geöcz tér elcsendesült, s a gesztenyefa ismét magányosan álldogált a tér szélén.

Mintha szomorkodna kicsit, hogy véget ért ez a felhőtlen vidám, boldog nap!

Jövőre megismételjük!

Hugyákné Varga Bea

Megújult a Kegyeleti Park

Húsz évvel ezelőtt, 1995 júliusában a Faluünnep keretein belül avattuk fel a régi temető helyén kialakított Kegyeleti parkot. Közmunkásaink Lendvai Alfréd József irányításával rendbe tették a húsz esztendő emlékhelyet.



Meghívó

Értesítem a II. Rákóczi Ferenc Nyugdíjas Egyesület tagjait, hogy az év második, önköltséges kirándulásának időpontja:

2015 . 08. 30. vasárnap.

Indulás: 8.00 -kor a Telek pékség mellől

Úti cél: **Tiszaakécske**

Kérem, hogy részvételi szándékukat időben szíveskedjenek jelezni Csákány Lászlónénál.

Köszönettel: Rostás László,
az Egyesület elnöke

Sarlós Boldogasszony

A kereszténység a XIII. századtól július 2-án a „nehézkés” Máriának, a Jézussal terhes Szűznek Erzsébetnél, Keresztelő Szent János jövőő anyjánál tett látogatását (latinul Visitatio) ünnepelte. Az ünnepnap megválasztásába egy kis hiba csúszott. A szóban forgó esemény idején az evangélium szerint Erzsébet a szülés előtt állt (Lk 1,39–56), fia születését azonban már az ősegyház 8 nappal korábban, június 24-én megünnevelte. Ez lehet az oka, hogy a XVII. század derekától az ünnepet törölték a hivatalos római naptárból, de mivel a nap az aratás kezdetére esik, a közelmúltig jelentős dátum maradt, persze nem eredeti tartalma szerint, hanem aratóünnepként. Nálunk, hogy a többi Mária – („ősmagyarul” Boldogasszony) – ünneptől megkülönböztessék, a Sarlós Boldogasszony nevet kapta. Népünk nem Péter-Pálkor kezdte az aratást, ahogy a kalendárium előírta volt, hanem e Boldogasszony-ünnep másnapján.

Az ünnep hiedelem- és hagyománykincse nagyon gazdag. Virágszentelés, szegények istápolása, anyaság, de legfőképp az aratás a tárgya. Az ezen a napon sze-

dett fűszernövények és persze a gabonafélék szentnek számítottak, varázserőt tulajdonítottak nekik. E napon csak jelképesen dolgoztak, a szerszámokat megáldatták a pappal, a búzából koszorúnak, szentelménynek, szobadísznek valót szedtek. Az aratást másnap szent rítushoz illő áhítattal kezdték. Tiszta fehér gyolcsruhában, levett kalappal a búza elé térdepeltek, és imát mondtak. A munkát a föld szent, keleti sarkában kezdték (napkelet!), az első két kévét keresztbe rakták. Mindez az „életet” jelentő új kenyérnek szolgált, és benne tudván tudatlan a sarló, kasza alatt elhulló gabonaistennek, akinek kultusza Jézus Krisztus testének, a szent ostyának tiszteletében napjainkig töret-



lenül tovább él. Régi gyakorlat és hagyomány szerint sarlóval az asszony nép aratott, és nyomukban járva a férfiak kötözték a kévét. Közvetlenül ebből ered, hogy a nép szimbolikus szemléletében a Szűzanya arat; Fiára hagyja, hogy gyűjtsön, és a búzát a konkolytól elválassza (Mt 13,26–30).

Miklusiak Kristóf SDS, plébános

HOVÁ MENEKÜLJÜNK A NYÁRI KÁNIKULA ELŐL?

Hűsöljön nálunk családjával a Kuckó Sóbarlangban!

- a sóbarlang enyhíti az allergiás tüneteket, segít a megfázás leküzdésében
- a masszázs felfrissít és ellazít
- az infrasauna pedig méregtelenít és erősíti az immunrendszert

Kérjen időpontot Kartalon
a **Kuckó Sóbarlang és Egészségcentrumba**
a **06-28/437-770-es**, vagy
a **06-30/641-4253-as** telefonszámon!

www.kuckosobarlang.hu



+1 fő INGYEN

Ezzel a kuponnal
egy alkalommal
1 fő helyett 2 fő
sóbarlangozhat!

Beváltható
2015. augusztus 31-ig.

KUPON

Ételhistóriák

Ebben a rovatban közkedvelt fogásokkal és azok történetével ismerkedhet meg, kedves Olvasó! Következzen egy hagyományos, magyaros, de mégsem kifejezetten magyar nyári egytálétel története.

A lecsó

A magyar konyha kultikus étele. A lecsó történetének datálását illetően igen sokféle elképzelés jelent már meg. Ha gyakorlatiasan közelítünk a lecsóhoz, könnyű belátnunk, hogy a kezdeteket illetően elegendő a zöldpaprika és a paradicsom elterjedésének történetét kiindulópontul venni. Egyszerű: ha nincs zöldpaprika és nincs paradicsom, lecsó sincs. Így aztán, ha a lecsó legkorábbi megjelenését kívánjuk meghatározni, legelőször is a hozzávalók együttes rendelkezésre állását kell vizsgálnunk. Mivel a paprika és a paradicsom egyaránt az Újvilágból érkeztek, biztos állítható, hogy Kolumbusz (1492) előtt nem beszélhetünk lecsóról, vagyis a lecsó – bármennyire is szeretjük – bizonyosan nem ősmagyar étel. Megjelenésére a következő évszázadokban úgyszintén ne számítsunk, mivel mind a paradicsom, mind a zöldpaprika csak igen lassan vált a nemesi, kismemesi, polgári, s még lassabban a széles paraszti tömegek konyhájának kezdetben szórványosan, majd rendszeresen előforduló alapanyagává. Ugyan a fűszerpaprika már a 18. századtól terjedőben volt, a zöldpaprika csak egy évszázaddal később, a 19. század hetvenes éveitől, a melegágyi hajtattással és öntözéssel termelő bolgárkertészek révén, a város közelségében kezdett meghonosodni. A századfordulóra már a legtöbb város környékén működtek bolgárkertészek, s hatásukra a zöldpaprika és a paradicsom – korábban nem megszokott – nyers fogyasztása is terjedt. A nyers fogyasztástól kis lépés csupán a főzés, amihez a bolgárok bizánci/török/arab hatású főzési kultúrája is mintául szolgálhatott. A kertészetekhez közeli városi háztartásokban megjelent a zöldpaprika főzése, párban a saftot adó, s mártás formájában a paraszti konyhában ugyancsak ebben az időben, egy évtized alatt sikeressé váló paradicsommal. A zöldpaprika és a paradicsom kereskedelmi mennyiségben való rendelkezésre állásával, a boldog békeévekben, a 20. század elejére kialakul a lecsónak készülő önálló étel típusa.

A palóc eredetűnek tartott lecsó szó első ismert előfordulása a jelenleg elterjedt, Fehér Béla és mások által megjelölt, legkorábbinak tartott forrásoknál majd két évtizeddel korábbi (1914), és a Nógrád-megyei Diósjenőről származik: „lēcső, lēcső = zöld paprika paradicsommal.”

A nagyvárosok zöldségszükségletének nagy részét biztosító bolgárok lélekszáma az 1920-as évek második felében éri el a csúcst. E korban alakulnak ki az étkezési paprikát termelő tájörzetek, és – nem véletlenül – a lecsó szó is ekkorra válik tájnyelvből köz-

nyelvivé. Mindebben a növekvő mennyiségben rendelkezésre álló árualapot feldolgozó hazai konzervipar is szerepet játszott. Az 1930-as évek elejére a lecsó konzerv előállítására már ipari méretűvé vált, s a lecsóból a terméket és a szót is széles körben terjesztő exportcikk lett. A zöldpaprika és paradicsom, s mindezek jellegzetes hazai étele, a lecsó, alig néhány évtizeden belül a polgári, majd a paraszti konyhának is része lett és a huszas-harmincas évek éttermi választékba is bekeverült.

Mi a lecsó?

Az összetevőivel és technológiájával jellemezhető lecsó a zöldpaprika bolgárkertészekhez kötődő 19. századi megjelenésével kialakuló városi innováció, melyet a regionális alföldi konyha túlszaladási jelenségeként is értelmezhető örölt pirosaprikája formált véglegessé, kialakítva ezzel a hazai konyha önálló ételként és más ételek kiegészítőjeként is népszerű, könnyű, nyári zöldségpörköltjét.

Íme egy alaprecept:

Hozzávalók / 8 adag:

- 40 dkg füstölt szalonna
- 1 kg paprika (vegyesen erős és édes)
- 50 dkg paradicsom
- só ízlés szerint
- bors, ízlés szerint
- fűszerpaprika ízlés szerint
- 2 nagy fej vöröshagyma

Elkészítés

A paprikát, paradicsomot tetszés szerint felszeleljük, az egyik hagymát karikára, a másikat kockára vágjuk. A füstölt szalonnát kockára vágjuk, és kisütjük a zsírt, rátesszük a kockára vágott hagymát, és üvegesre dinszteljük. A tűzről lehúzával belekeverjük a pirosaprikát, sózzuk, és beletesszük a paprikát, paradicsomot és hagymakarikát. Először fedő alatt, majd fedő nélkül puhára főzzük. A vizet, amit ereszt a paprika és paradicsom, főzzük le róla. Borssal meghintve tálaljuk.

Számtalan variációja létezik, a teljesség igénye nélkül néhány példa: cukkinis, tojasos, kolbászos, tejfölös, káposztás, székelylecsó, lecsó rizzsel, nokedlivel, vagy a kapros-tökös lecsó. De aki ennél is többre vágyik és szívesen meg is kóstolná ennek az ételnek néhány variációját, az a falunapi főzőversenyen megteheti. A bátrabbak pedig az elkészítésével is próbálkozhatnak ugyanitt.

(Forrás: www.foodandwine.hu, www.nosalty.hu)

Péli Évi

Mimóza szeretet

A gyermekkorban gyökeredző élményeket, szokásokat, viselkedési normákat magunkkal hozzuk. Felnevünk, családot alapítunk, s itt-ott visszaköszön egy-egy mozzanat. De sok esetben valaminek a hiányát próbáljuk meg pótolni, hisz az nekünk nem jutott ki bőven, vagy egyáltalán nem. Ha valami túl sok volt, főként rossz, azt mindent elkövetve kerüljük. Mindannyian hozunk valamit, és továbbadjuk, akarva-akaratlan, de minta vagyunk gyermekeink számára.

Az egyik sarkalatos pontja ennek a témának, számomra, a szeretet egyik kifejezési formája, maga a szó, mellyel tudathatjuk fiainkkal, lányainkkal, párunkkal, hogy mennyire fontos, pótolhatatlan személy ő a számunkra. S bár sokan divatjamúlt, elcsépett kifejezésnek vélik, mégis elemi erejű, meghatározó, ősi szó, a „Szeretlek!”. Ez bensőséges, intim, magánszférát érintő, érzelemdús szó, de igaz barátságokban éppúgy helye van, mint a magánéletben. Fontosnak tartom, hogy alkalmazzuk, főként gyermekeink körében, mert a mai, egymástól elidegenedő világban mindennél többet ér ez a szó. Mindig, mindenhol, minden körülmények között. Összetart, összeköt, megpecsétel.

A szavakon túl az érintés ugyanolyan fontos, és meghatározó. Két vadidegen ember közt a kommunikáció egy eleme lehet, akár kézfogásban vagy egy hátsimogatásban megnyilvánulva. Bizalmat, barátságot, magabiztosságot sugároz az ember általa. Néha szavakkal építünk egy-egy kapcsolatot, de tapasztaltuk, hogy sokszor egy törődő érintés könnyebben átlendít a következő pillanatba. Virginia Satir híres pszichoterapeuta szerint napi négy ölelés kell a túléléshez, nyolc a szinten tartáshoz és tizenkettő a gyrapodáshoz. Egész életünket végigkíséri a simogatás, a ringatás, az ölelés elemi szükséglete. Mi lehet az oka, ha valaki mégis fél ettől, és kerüli a cirógató kezeket? Pedig az érintés természetes és szükséges is a fizikai és a lelki egészséghez. Az érintés nemcsak őszinte, de intenzív is. Ha valakit megölelünk, akinek rossz napja van, talán több jót teszünk vele, mint az összes kiejtendő szóval a világon. Idősebb korosztály talán rosszszallóan csóválja a fejét, ha az anya kamasz gyermekét öleli. Igaz, már nem pólyás, dajkálásra szoruló, mégis azt gondolom, fontos momentum egy anya-gyermek

kapcsolatban ez a fajta intimitás. Főleg a mai „szülőt semmibevevő” kamasz-világban. Különbözőképpen fejezzük ki a szeretetünket. Ahogyan a legtöbb ember a szüleitől és a testvéreitől tanul meg beszélni, szeretetnyelvét is a családi közösségben sajátítja el. Sokan ismerik a öt szeretetnyelvet: az elismerő szavak, a minőségi idő, az ajándékozás, a szívességek és a testi érintés. Akik számára a fizikai érintés a legkifejezőbb szeretetnyelv, azoknak egy érintés többet ér minden szónál. Aki viszont nem ezt sajátította el otthon, annak nehezebb lehet, hogy érintésekkel fejezze ki érzéseit. Talán a régi generációk nem fordítottak erre külön

hangsúlyt, mert nagyobb hatalma volt a tiszteletnek, az érzélgősségnél, ők nem is igénylik ezt a fajta kifejezésmódot. Mára fordult a kocka, és ez a „mimóza-szeretet” nagyobb jelentőséggel bír.

A kutatások során számos olyan jellemvonást azonosítottak, melyek együtt járnak az érintés kerülésével. Azt talál-

ták, hogy az érintést nélkülöző személyek szorongóbbak, az élettel elégedetlenebbek, nehezebben tárják fel érzelmeiket, az önbecsülésnek is híján vannak. Ez párkapcsolatban is nehézségeket okozhat. A nagyobb önértékeléssel rendelkező embereknek jóval pozitívabb a hozzáállásuk az érintéshez, valószínűbb, hogy különböző társadalmi helyzetekben érintést kezdeményeznek, és magasabb szintű elégedettségről számolnak be az életüket, saját magukat és a gyermekkorukat illetően. Bár ez utóbbiról nem tehetünk, hisz nem irányíthatjuk sorsunkat ifjúságunk idején, ellenben hozzuk magunkkal a normákat. Felnőtt korban a magunk urai vagyunk, és dönthetünk.

Gondoljunk csak a szerelmesekre! Ők azért szárnyalnak, mert átlagosan négyszer több érintést, ölelést, simogatást adnak egymásnak, mint a többi ember! Micsoda hatalom! A mai világban szintén kulcsfontosságú, hogy oldja a stresszt! Ne feledjük, a szeretet a legerősebb gyógyító erő, s ennek egyik formája az érintés, az ölelés. Minden embernek jár, de főként gyermekeinknek, pólyásnak, óvodásnak, iskolásnak, kamasznak. Csak ölelésre kell tárnunk karjainkat, és ezzel megnyitjuk a szívünket.

Szélné Zsuzsi, www.zsuzskaoldala.hu

Akikre büszkék vagyunk

Faluünnepeinken évek óta láthatják a hatvani Pulzus SE versenyzőit aerobikozni. A lányok között bizony ismerős arcok is feltűntek évről évre, hisz galgahévízi fiatalok is tagjai az Egyesületnek. Öt lány: Bakk Bíborka, Bakk Zsófia, Hajdu Rebeka, Vladár Gitta és Vladár Kíra. Mindannyian kiemelkedően jól tanulnak, emellett edzésre, versenyekre járnak.

Szinte minden versenyről érmeikkel térnek haza.

Így az országos bajnokság májusi fordulóját is sikeresen vették. Bakk Zsófi, Bakk Bíborka, Vladár Kíra és Hajdu Rebeka magyar bajnok lett. Emellett Bakk Zsófi ezüstérmet, Vladár Gitta bronzérmet szerzett.

D.Á.: - Mikor kezdte aerobikozni?

Vladár Gitta: - Az aerobikot első osztályos koromban kezdtem el.

Hajdu Rebeka: - Három éve.

D.Á.: - Miért ezt a sportágat választottad?

V.G.: - Azért, mert ez a sport nagyon megtetszett, és több ismerősöm, barátnőm is űzte ezt a sportágat.

H.R.: - Anya barátnője szólta, hogy van Hatvanban aerobik. Ő szeretné hordani a lányát, és hogy ne menjon egyedül, elmentem én is. Nagyon megtetszett, addig azt sem tudtam, mi az aerobik.

D.Á.: - Egyértelmű volt, hogy nemcsak hobbi szinten űzöd az aerobikot, hanem versenyezni is fogsz?

V.G.: - Igen, számomra egyértelmű volt és egyáltalán nem bántam meg, hogy a versenyzés mellett döntöttem. Igaz, hogy egy ilyen verseny igen hosszú felkészülést igényel, és ez fárasztó is, de mint minden versenyzőnek, nekem is a győzelem elérése a célom. Felemelő érzés a dobogóra, annak legmagasabb fokára felállni.

H.R.: - A mozgás örömeért kezdtem. Pár hónap után az edzőnk, Teréki Beáta szólta, hogy gondolkodjunk el rajta, hogy szeretnék-e versenyezni, mert látott bennem fantáziát. Úgy döntöttünk anyáékkal, hogy vállalom.

D.Á.: - Hány órát edzettek?

V.G.: - Hetente 3-4 alkalommal 1-1 órás edzésünk van. Az edzések száma a versenyek előtt változó.

D.Á.: - Milyen gyakran vannak versenyek?

V.G.: - Országos versenyek évente általában 5 alkalommal vannak.

H.R.: - A Magyar Kupa második fordulója Magyar

Bajnokság is egyben. Ez volt most májusban. Az utolsó fordulón pedig már csak a legjobb hat csapat vesz részt, az a döntő.

D.Á.: - Milyen formációkban versenyzel?

V.G.: - Én challenge és step kategóriákban, a húgom step és basic kategóriákban versenyzik.

H.R.: - Step és basic kategóriában. A stepben steppaddal zajlik a gyakorlat, a basic pedig a sportaerobik alapelemeit tartalmazza.

D.Á.: - Milyen eredményedre vagy a legbüszkébb?

V. G.: - A Magyar Bajnoki címre, melyet több alkalommal is sikerült csapatommal elnyernünk. Legtöbbször dobogós helyezést érünk el, ettől rosszabb eredményünk nem nagyon volt még. Minden győzelemre büszkék vagyunk.

H.R.: - A step aranyérmekre. Összesen eddig 3 arany, 2 ezüst és 1 bronzérmem van.

D.Á.: - Meddig szeretnéd/tudod/lehet folytatni versenyszerűen az aerobikot?

V.G.: - Ezt a sportot versenyszerűen addig szeretném folytatni, amíg lehetőségeim engedik, nem akadályoz a tanulásban, az általam kitűzött cél elérésében. Egyébként az aerobikot nem csak gyerekek, hanem felnőttek is űzik versenyszerűen.

H. R.: - Ameddig lehet, hisz van felnőtt aerobik is.

D.Á.: - Miért ajánlanád másnak is ezt a sportágat?

V.G.: - Azért mert több izomzatot megmozgat, egészséges sport. A sportolás közben új közösségbe kerülünk, új barátokat szerzünk. A rendszeres mozgásra az egészséges életmód szempontjából mindenkinek szüksége van.

H.R.: - Mert sok sikerélményt jelent, és jó gyors a zene, gyorsan lehet rá táncolni.

D.Á.: - Minden galgahévízi nevében gratulálok mindnyájatoknak! További sok sikert és sikerélményt kívánunk! Csak így tovább!

A Pulzus Se versenyzőit láthadják a Faluünnepünkön. Vasárnap a Sportpályán lépnek fel a Tehetségek színpadán 15.30 óra után.

A hévízi lányok is szeretettel várják Önöket!

Darnyik Ágnes

A masszázskok nyílt napja

Üdvözlöm! Gulyásné Jordán Judit vagyok, masszörként dolgozom. 2015-ben végeztem a Nemzetközi Masszázs Akadémián, szakmai gyakorlatomat is ott töltöttem.

Az általam nyújtott masszázskok: svédmasszázs, lábvaköves masszázsk, nyirokmasszázs, csokoládémaszázs.

Testrészenként is választható: talp, alsóvégtagok (lábak), felső végtagok (kezek), derék, hát, vállöv. Klasszikus svédmasszázs: Ellazítja az egész testet, fógásrendszere enyhíti a testi és lelki panaszokat egyaránt. Segít a jó közérzet megteremtésében, megörzésében, ugyanakkor regeneráló hatású is. A gyógymasszázs részét képezi, betegeken is alkalmazható. Csökkenti a lábduzzadást, a végtag-, derék-, nyak-, váll- és fejfájdalmakat! Igénybe vehető alkalmanként, ami mindenkinek ajánlott, vagy terápiás célal, a szervezetben a fizikális gyógyhatást váltja ki!

Csákány Ibolya vagyok, okleveles gyógymasször - terápiás masször - nyirokterapeuta. 2013-ban végeztem gyógymasszörként, és számos masszázstechnikát elsajátítottam.

Alkalmazott masszázsterápiák:

gyógymasszázs
svédmasszázs
office masszázsk
irodai bambusz masszázsk
arc-reflexológia
kristály arcmasszázs
wellness masszázskok (csoki, mézes, joghurtos)
fogyasztó és cellulit masszázsk
talpmasszázs
komplex nyirokmentesítő kezelések
mozgásszervi rehabilitáció
nyújtás
kimozzgatások.



Irodai vagy székes masszázsk

A székes vagy más néven manager masszázsk egy amerikai találmány, mely kis helyigényű, speciális székben történő, ruhán keresztüli kezelést tesz lehetővé.

Időtartamát tekintve 15 és 30 perc között történik egy kezelés, mely leginkább a teljes hát, nyak-vállöv régió, felső végtagok és fej masszírozására korlátozódik. Attól függetlenül, hogy ennél a masszázstípusnál ruhán keresztül masszírozunk, és nem használunk olajokat illetve krémeket, rendszeresen alkalmazva rendkívül hatékony és gyors változásokat tudunk elérni. Biztosítja a szervezet mentális és fizikai regenerálódását, hiszen enyhülnek a hát-, nyak- és derékfájdalmak; csökken a migrén, a szem problémák előfordulása; oldódik a stressz okozta feszültség, az izomgörcs; pihentet, frissít, energikussá tesz; javítja az immunrendszer állapotát.

Hatásai:

- az egész kezelés a fizikai és mentális stressz csökkentését célozza
- csökkenti a krónikus hát, váll-fájdalmat
- javítja a keringést

- növeli az izom rugalmasságát
- csökkenti a mozgásbeszűkülést
- javítja a munkamorált

Ajánlom olyan magánszemélyeknek is, akiknek nincs több idejük 15-30 percnél, de állandó feszültségnek vannak kitéve és szükségük van a felfrissülésre, az esetleges fájdalmak megszűntére.

Legyen a vendégünk a Művelődési Ház emeleti termében 2015. július 11-én, szombaton 10-18 óráig!

Előzetes telefonos (Judit: 06-20/929-0118) (Ibolya: 06-20/523-2353) vagy email (Judit: gulyasjudit2007@gmail.com) (Ibolya: ibolya.cskny@gmail.com) bejelentkezést is várunk.

Lehetőség szerint személyes, helyszíni egyeztetés is megoldható. Várjuk az érdeklődőket kortól és nemtől függetlenül, 30 perces kezelésre.

Adományos jelleggel: 500 Ft/fő.



Faluünnep
2015. július 10-11-12.



Program:

Július 11. péntek

18 óra

A Pihenőpark átadása

A II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola épülete fennállásának 55. évfordulója

XXVII. Faluünnep megnyitója

Beszédet mond:

Vanó András polgármester

Emlékplakettek átadása



Az Egyházközségünk gyermekkórusa

A turai Nagyboldogasszony Kórus

A dányi Szent Jakab Templom Kórusa

A Dányi Ifjúsági Fúvószenekar

Eső esetén a helyszín a Kodály Zoltán Művelődési Ház.

Az Önkormányzat 4 éve - kiállítás a Művelődési Házban

Helyszín: Pihenőpark (Fő út - Dózsa György út kereszteződése)

Július 11. szombat**6 óra**

- **Horgászverseny** a Bika tónál

9-13 óráig

- **„Gyertek az oviba be...”**

Mesejáték

Kreatív délelőtti kézműves játékokkal, arcfestéssel

Gokart

Ugrálóvár

Ebéd

Belépő: 500 Ft/gyerek

Helyszín: Csemetekert Óvoda

13 órától

Lecsó újragondolva - főzőverseny a Geöcz téren

15 órától

- **Néptánc Gála a Geöcz téren**

Fellépnek a helyi hagyományőrző művészeti csoportjaink és vendégünk,
a **Zengővárkonyi Hagyományőrző Művelődési Egyesület**

19.30 óra

- **A rátóti csikótojás - a Csikótojás Amatőr Szintársulat előadása**

20.15 óra

- **Water Voyage - az ExperiDance műsora Román Sándor és Zámbó István koreográfiájával**

21.00 óra

- **Pesty Party Showband koncertje**

Kísérőprogramok: a hangulatfelelősök a zengővárkonyi rezesek, továbbá egész nap kézműves kirakodóvásár, étel, ital, ugrálóvár, trambulín, óriáscsúszda, ingyenes vércukorszintmérés és állapotfelmérés, valamint masszázssátor

Helyszín: **Geöcz tér**

Július 12. vasárnap**Reggeli ébresztő a zengővárkonyi rezesbandával****10 óra**

- **Sportolj, Hévíz!**
- Kispályás labdarúgó torna

14 óra

- **Kézműves foglalkozás** buborékfújással

15 óra

- **Lovas bemutató** Balla Zoltán vezetésével

15.30 óra

- **Tehetségek színpada**

Mikrofon Zeneiskola növendékei és tanárai

Pulzus Mozgásstúdió, Hatvan

Az Általános Iskola Színjátszó köre

Black Time Hiphop Tánciskola növendékei

Berki Attila

Modern tánc I. és II.

17.00 óra

- **Solymász bemutató**

18.00 óra

- **„Szeretlek Galgahévíz”**- családi vetélkedő

21.00 óra**Szabadtéri bál Rácz Olivérrel és a Centrál zenekarral**

Kísérőprogramok: egész nap étel és ital, 14 órától rallye autók kipróbálása a Galga híd és a Vasútállomás között, ismerkedés a tűzoltóság munkájával a Tura Önkéntes Tűzoltó Egyesület közreműködésével, acro jóga gyakorlás Újhelyi Péterrel

Helyszín: Sportpálya

A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk.



Albert Schweitzer Kórház Rendelőintézet
HATVAN

Ingyenes szűrővizsgálatok



Vércukorszintmérés
Vérnyomásmérés
Koleszterinszint-mérés
Testtömegindex-
meghatározás
Testzsírmérés
Boka-kar index mérés

2015. július 11-én, szombaton
13-17 óra között a
Kodály Zoltán Művelődési Házban



Régio Plusz Televízió

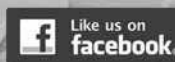
Kelet-pest megye televíziója

**27 település
60.000 otthonában!**

Tisztelt Galgahévízi Nézőink!
**Júliusban és augusztusban is
tartsanak velünk!**

A Régió Plusz Televízió műsorán:
**- Hálaadási szentmise a Szent Miklós
Római Katolikus templomban**
- Galgahévízi Faluünnep

Friss műsoraink minden szombaton 18 órától!
Ismétlés vasárnap, kedden és szerdán 18 órakor.



Minden képen itthon!

www.regioplusztv.hu



**2015. JÚLIUS 11-ÉN,
SZOMBATON 13 ÓRÁTÓL**

Faluünnepi főzőverseny a Geöcz téren

A lecsó valóban az az étel, amiről elmondhatjuk, ahány ház, annyi szokás. Hogy a hagymás, paprikás, paradicsomos alaphoz ki mit tesz hozzá, annak csak a saját kreativitása szabhat határt.

2015. július 11-én, szombaton a Geöcz térre várjuk azon vállalkozó kedvű csapatokat, akik szívesen megmutatják a falunak, hogyan készítik a lecsót.

A zsűrizést és a díjazást követően az étel akár egy kis pénzt is hozhat a konyhára, ha a téren értékesítik.

A csapatok számára vizet, áramot, asztalt és sátrat biztosít az Önkormányzat.

Várjuk jelentkezésüket július 8-ig a 28/460-006 -os számon vagy a ghevizmuvhaz@gmail.com



Galgahévíz mindennapjai képekben
Fotópályázat

A Művelődési Ház amatőr fotópályázatot hirdet „Galgahévíz mindennapjai képekben” címmel. Korlátok nélkül bármilyen, Galgahévízen készült fotó benevezhet a versenyre, lehet természetfotó, tájkép, portré, hangulatkép.

A képeket 2015. július 6-ig beküldheti a ghevizmuvhaz@gmail.com címre vagy a Kodály Zoltán Művelődési Ház Facebook oldalára üzenetben, így a zsűrizésig névtelenek a pályamunkák. A fotókat a Faluünnepen egy kiállítás keretében tekintheti meg és véleményezheti a nagyközönség. A legtöbb szavazatot gyűjtő kép készítője pedig díjazásban részesül.

2015. július 11-én, 19 óra 30-kor a Geöcz téren

Rendező Balla Tímea

Mesélő	Viszló István
Baknyúl Pesta	Gódor József
Baknyúl Pesta babája	Hajdu Tímea
Möggymag sógor	Basa Bálint
Möggymagné	Balla Tímea
Ganaj koma	Kiss Csaba
Ganaj kománé	Kolesza-Tóth Ilka
Bíró	Balla Zoltán
Falubeli szájtátik	Kolesza Ákos, Péli László, Kisbetyár néptáncsoport



Búcsúzó nagycsoport és Tűzoltó nap



fotó: Darnyik Anikó, Szenczi Levente édesanyja

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