

GALGAHÉVÍZ

Galgahévíz község ingyenes közéleti havilapja
XXVI. évfolyam, 12. szám
2015. december



DECEMBER



Fotó: Hugyákné Varga Bea

A tartalomból: • Férfinap Galgahévízen •
• Homoktövis termesztés • Adventi készülődés

Férfinap



fotó: Mrkva Attila, Rotáció László

Ismét ünnepeltek minket, galgahévízi férfiakat!

A megtelt művelődési ház utolsó sorában találtam már csak üres széket, és foglaltam helyet a műsor megkezdésekor. Gondoltam, nem rossz hely ez, hiszen a televízió műszaki stábja mellett több beállításban is nézhetem a színpadon történeteket. Az már tudható hölgy lakosainkról itt, Galgahévízen, mennyire ötletgazdák és nem mellékesen csinosak. Ezt kihasználva sokszor ámulatba is ejtik a férfinépet. Most sem történt ez másképpen. Ott a hátsó sor székében ámulatból ámulatba estem az egyes műsorszámokon. Az a kreativitás, műsorszerkesztés, melyet most ezen az estén is adtak a férfinépnek, elmondhatatlan. Azok a férfiak, akik ott voltak, megtapasztalhatták mindezt. Ifjú, ifjabb és idős, idősebb hölgyeink összefogtak, és közösen különböző műsorszámokkal kedveskedtek nekünk. Volt itt hárem, ahol a fiatal sejk válogathatott a hastáncot előadó feleségjelöltek közül. Szösszenet a férfinép dolgairól. Vers és próza. Felemlegették számunkra a férfiak által oly sokszor sejtetett katonasorsot. Foci is nekünk a színpadon, mert azt még itt sem lehet kihagyni. Megkaptuk ám asszonyainktól egy -egy férfijellem bemutatását is, melyen igazán jókat kuncogtunk. Na, de szemünk-szánk is kinyílt, amikor a hölgyeink tánccal kedveskedtek nekünk a színpadon. Óvodás gyerekek elmondták, hogyan is

éreznek az apukájuk iránt, miért is szeretik az apukát. Hát sok dolgot leszűrhetünk az apukák különböző cselekedeteiről. De hiszen biztosan igazak is ezek a cselekedetek, mert hát a gyermek szava mindig igaz, ebben a korban főleg. Lányaink, asszonyaink egy nap titokzatosan és kis csomagokkal indultak el otthonról, hallottuk a konferansztól. Hát igen, egyből láthattuk is, mi volt a titkolózás hátterében. Egy videóklip készítése, amelyet végignévezve ámulatunk még jobban fokozódott. Ajánlom mindenkinek, tekintse meg a televízióban, mert kihagyhatatlan. Nagyon jól sikerült! Köszönjük lányok!

Örültem az új arcoknak, melyeket a színpadon láttam és büszke voltam hölgyeinkre. Mert hát most már hagyománnyá válik a férfinép megünneplése itt, Galgahévízen. Szeretném megköszönni férfitársaim és a magam nevében azt a munkát, melyet ebbe a délutánba tettek a hölgyek. Bízom benne, közel hasonló kedveskedő és szórakoztató műsorral tudjuk viszonzni a nőnap alkalmával számukra mindezt.

Ui.: És Ti, férfiak, kik olvassátok ezen sorokat, mármost gondolkodjatok! Közel a március, és mi jövőnk!

Vanó András polgármester

Férfinap belülről

Kedves Olvasó! Ne tessék semmi furcsaságra gondolni a cím láttán. Egyszerűen arról van szó, hogy fentebb Polgármester Úr, mint kívülről tekintett vissza a Férfinap jeles eseményére, én pedig most mint szereplő, tudósítanék e novemberi délutánról, érintve az előzményeket.

Ugyanis a jó hosszúra nyúlt műsorunkat hosszas készülődés előzte meg. Valamikor október elején kezdtük összedugni a fejünket, hogy mivel is lephetnénk meg az erősebbik nemet. Annyi biztos, hogy körülbelül három évre való ötlet gyűlt össze hirtelen. Nem is hiszem, hogy létezik egy faluban ennyi kreatív ember. Sőt, nemcsak kreatív, hanem kimondottan tehetséges színész, énekes, táncos, író, operatőr, vágó, sminkes, fodrász...

Leginkább ez lehetett az oka, hogy ismét sikerült lehengerelni férfijainkat. Persze a tehetség mit sem ér, ha nem áll mögötte támogató környezet, mint ez a mi esetünkben is így volt. És mivel a műsoron nem hangzott el részünkről a köszönet, most álljon itt azok névsora, akik nélkül a műsor nem jöhetett volna létre.

Köszönjük a Galgahévízi Általános Faluszövetkezetnek, hogy biztosította számunkra a videóklip helyszínét. Köszönjük Tábori Mirának a lehetetlen pózban végzett operatőri és az éjszakás műszakú vágói munkát. Köszönjük Balla Tímeának a koreográfiát, Hajdu Tímeának a jelmez készíttést. Ambrus Attiláné Zsuzsi-

nak és Ambrus Áginak a frizurákat, Bibók Barbinak a sminket, Csákányné Ica néninek a rugalmasságot és a hímzést, Darnyik Ancsának az emléklapot, a Péli családnak a „jókedvfaktort”.

És köszönjük mindazoknak, akik bármi más módon segítettek a produkciók létrejöttét, elsősorban férjeinknek, hogy heti kétszer hősként megküzdöttek az anya nélküli fürdetés, altatás szertartásával. Nélkülük tényleg nem lett volna műsor.

A legnagyobb köszönet pedig a szereplőknek, közreműködőknek jár:

Péli Évinek, aki a műsor elején elhangzott Bástyám és reményem című vers szerzője.

Hajdu Heninek és Tampu-Kovács Krisztinek, akik verssel tették meghittebbé az ünnepet.

Oláh Jázminnak és Oláh Melindának, valamint felkészítőjüknek, Bencze Matyinak, akik csodálatos hegedűmuzsikát varázsoltak a terembe.

A Pávakör tagjainak, a Nyugdíjasoknak, az Óvoda kollektívájának, az ovis gyerekeknek és az Örömtáncos lányoknak.

Valamint ne feledkezzünk meg a 2015-ös Év férfijáról. Innen is gratulálunk Hajdu Pistinek, és nagyon köszönjük a finom süteményt, amivel a szereplőknek kedveskedett!

Fiúk! Nagyon várjuk már a „revanst”!

Darnyik Ágnea

A Szépség és a Szörnyeteg

2015. november 16-án meglátogatta iskolánk alsó tagozata a Gödöllői Művészetek Házát, a szokásos színházbérletünk idei első előadásán. A busz megtelt kíváncsi gyerekekkel, akik izgatottan várták, hogy végre láthassák A Szépség és a Szörnyeteg című előadást. A teremben a fények elsötétültek, és a színesek megkezdték a játékot. A legnagyobb sikert az

a jelenet aratta, amikor a Szépség testvére nem tudta eldönteni, hogy mit kérjen a vásárból az édesapjától. Nagyon gyorsan elszaladt az idő, de nagyon jól éreztük magunkat ezen a tanulságos mesejátékon. Gazdag élményekkel mentünk a buszhoz, és kíváncsian várjuk a következő havi előadást!

Rajzinger Petra és Kiss Dóra 3. osztály

Egészség- és sportnap az iskolánkban

Az idén is, mint minden évben eljött a nap, amely lazának tűnik, mert nincs klasszikus tanítás, de a fontossága vitathatatlan, ez az egészség- és sportnap az iskolánkban.

A szokásos nyolc órai becsengetéskor egy közös reggeli tornával kezdtük a napot, az iskola teljes diák- és tanári létszámával.

Ezt követően alsósok és felsősök külön-külön programokon, előadásokon vettek részt.

Az 1-4. osztályosoknak közlekedési ismeretekről tartott előadást, gyakorlati feladatokkal a tornateremben két rendőr. Ezzel párhuzamosan a helyes táplálkozásról és életmódról beszélgettek az osztályok Dr. Farkas Györgyivel, védőoltásokról és elsősegélynyújtásról Vadkerti-Basa Bálinttal, a sport fontosságáról Gombos Tamással, valamint a helyes fogápolásról tartott oktatást Balla Mihályné tanárnő. A 4. osztályosokkal Gubáné Káré Márta a kiskamaszkor nehézségeiről és szépségeiről beszélgetett.

Ez idő alatt az 5-8. osztályosoknak az internet veszélyeiről, a bűnmegelőzésről, a droghasználat súlyos következményeiről és ártalmairól tartott előadást Koczka Diána rendőrnő, valamint a gyengénlátók életkörülményeiről és segítségéről tartott gyakorlati bemutatót Otti Boglárka. Lukácsné Gábor Csilla a bőrápolás fontosságáról beszélgetett velünk. Nagyon sok érdekes információt hallottunk Vadkerti-Basa Bálinttól a védőoltások fontosságáról. Gombos Tamással arról beszélgettünk, hogy mennyire fontos a mindennapi mozgás ebben a korban. Dr. Farkas Györgyi doktornő és Gubáné Káré Márta védőnő a kamasz korban rejlő veszélyekről és szépségekről mesélt nekünk.

Ebédre – az egészséges táplálkozás jegyében – minden osztály a saját maguk által készített salátákat, gyümölcsöket fogyasztotta el.

Ezt követően ismét egy iskolaszintű közös program következett, Lados Tibor kutyás bemutatója, a Geöcz téren, aki már második alkalommal látogatott el hozzánk. Amellett, hogy nagyon jól szórakoztunk, sokat

tanultunk tőle az idegen kutyákkal szembeni magatartásról.

13 órától a felsősöknek sportdélután következett, ahol labdarúgásban és kézilabdában mérték össze az osztályok erejüket.

A helyezések a következők lettek:

- kézilabda lányok: első a 7. osztály, második a 8. osztály, harmadik a 6. osztály,

- kézilabda fiúk: első a 7. osztály, második a 8. osztály, harmadik a 6. osztály, negyedik az 5. osztály

- labdarúgás (csak fiúk indultak): első a 6. osztály, második a 8. osztály, harmadik a 7. osztály (Csk.: Kovács Richárd), negyedik a 7. osztály (Csk.: Szilágyi Bence), ötödik az 5. osztály.

Érdekes, tanulságos, izgalmas napot tudhatunk magunk mögött. Sok hasznos és elgondolkodtató információt szereztünk. Ezúton is szeretnénk megköszönni Balla Mihályné tanárnőnek, aki megszervezte számunkra ezt a remek napot!

Köszönjük az előadóknak, hogy ilyen széleskörű és izgalmas információkkal gazdagítottak bennünket!

Koczka Diána és kollégája: bűnmegelőzés, drog

Lados Tibor: kutyás bemutató

Otti Boglárka: gyengénlátók segítése

Gombos Tamás: sport és egészség

Vadkerti-Basa Bálint: védőoltások

Lukácsné Gábor Csilla: bőrápolás

Farkas Györgyi: egészséges életmód, internet veszélyei

Gubáné Káré Márta: kamaszkor

Balla Mihályné: fogápolás,

a résztvevő rendőröknek a közlekedésbiztonsági oktatást.

Továbbá köszönjük a program támogatóinak:

Ocsovai Péter, Szélesné Mészáros Marica, Keserű István, Darnyik Dénes és Szabó Krisztina segítségét is.

Végezetül, de nem utolsósorban köszönjük tanároinknak, és természetesen minden aktívan résztvevő diákunknak az együttműködést. Gratulálunk a győztes csapatoknak!

Szabó Fanni



Nekünk fontos az egészség!

(A Süni csoport novemberi eseményei)

Csoportunkban november az egészségmegőrzés és az őszelel felszedett zöldségfélék megismerésével, fogyasztásával telt. Tevékenységközpontú Pedagógiai Programunkban kiemelt helyen szerepel az egészséges életmódra nevelés, ezért megragadunk minden alkalmat ennek fejlesztésére. A szülők is segítségünkre vannak ebben. Rendszeresen hoznak gyümölcsöket a csoportnak, így minden nap fogyaszthatnak egészséges harapnivalókat nagycsoportosaink a délelőtti folyamán, amit Mariska dadus elkészít számukra. A zöldségfélék téma feldolgozásához a gyerekek hoztak otthonról répát, zöldséget, krumplit, csicsókát, póréhagymát, vörshagymát, karalábét, kelkáposztát, karfiolt, paprikát, kétféle sütőtököt. Ezeket válogattuk (föld alól húzzák ki vagy föld felszínéről szedik), osztályoztuk nagyság szerint, csoportba rendeztük például a számosságuk, színük szerint. Megkerestük a jól ismert Kiss Ottó: Nagyapa vet majd című versben szereplőket. A legnagyobb élményt a közösen készített sütőtökgolyó és savanyúság jelentette a gyerekek számára, ami igazi közös munka volt.

A sütőtökgolyóhoz a gyerekek hozták az alapanyagot, és a Komposztbuli ajándékai közt is volt egy. Ezeket Mariska dadus otthon megsütötte számunkra. Andi óvó néni hozta a botmixert a pépesítéshez, én a többi hozzávalót és magát a receptet. Középsőben már kóstoltunk közösen sütőtököt, de akkor még sok gyerek erre nem volt hajlandó. Ezért gondoltam, hogy egy kedvelt édesség alternatívája vonzó lesz a kóstolásra. Minden munkafázisban tevékenykedhettek a gyerekek - a sült tök kikaparásától a kókuszba hempergetésig. A trükk bevált! Csak egy kisfiú nem evett a golyókból. Megkínálták vele az óvoda felnőtt dolgozóit is.

A következő héten készült a csalamádé, amibe fel-

használtuk a kapott zöldségeket is. Andi óvó néni kiélesztette fehér káposztával és Mariska néni vásárolt a boltban még kígyóborkát is, és előkészítette az üvegeket, amibe a kész csalamádé került. Az üvegeket Nagy Gergő édesanyjától kaptuk. Andi óvó néni irányításával folyt az előkészítés, reszelés, szeletelés. Együtt keverték bele az ízesítőket is. Másnap velem töltötték az üvegekbe, amire saját jelükkel rajzolt címkét is ragasztottak a gyerekek. Nagy örömmel vitték haza a kóstolót.

Jó szokás szerint újra meghívást kapott a nagycsoport az iskolai egészségvédelmi napra, amin örömmel vettünk részt. A csoport a tornateremben zajló közlekedéssel kapcsolatos rendőrségi bemutatóba kapcsolódhatott be. A palánk mellett ülve nézték a negyedikesek ügyességét a biciklis pályán és követték a rendőr bácsi instrukcióit. Amikor az iskolások foglalkozása véget ért, a két fiatal rendőr bemutatkozott a gyerekeinknek, megmutatták az egyenruhájukat és a fiúk nagy öröme megnézhatték az igazi bilincset is. A gyalogos közlekedéssel kapcsolatban kaptak kérdéseket és a jelzőlámpa fényjelzéseivel

ismerkedhettek közelebbről. Igazán büszkék voltunk rájuk, mert nagyon okos válaszokat adtak! Péli Domi elmondta az édesanyjától tanult „Útonátkelős” verset, amit az anyukája írt, és már a Süniseknek is megtanított. Nagyon nagy dicséretet kapott a rendőröktől érte. Kipróbálhatták a rendőrautó hangosbeszélőjét, és be is ülhetek a járműbe. Az igazgató néni beinvitált minket egy kis falatozásra, ahol újra előkerült a sült tök. Most már nagyobb kedvel kérték ebből is a nagyok. Köszönjük, hogy ilyen szívesen fogadnak minket mindig az iskolában!

Vanóné Varga Judit
óvó néni



Adventi díszkészítő foglalkozás kicsiknek és nagyoknak

Hétvégén újra megtelt a Művelődési Ház emeleti terme. Szombaton közel harminc gyermek gyűlt össze, hogy a karácsony közeledtével díszeket, girlandokat, dekorációt készítsen. Gregusné Andi és Sukajné Böbi dadusok, ahogyan az elmúlt években, most is nagy szeretettel és új ötletekkel várták a gyerkőcöket. Idén hóemberek, csillagok, karácsonyfák alakját vágták ki a gyerekek dekorgumiból, majd előkerültek a csillámporok, filctollak és percről percre egyre színesebbé, egyre szikrázóbbá váltak a kis remekművek. Fonalak segítségével a karácsonyfára akasztható díszekké vál-

toztak, a hurkapálcákkal pedig ajtóra, ablakra, csillár-
ra illeszthető dekorációk születtek.

A gyerekek két órán át vágtak, színezték, ragasztot-
tak, közben pedig szörpöt szűrészöltek és peracet ro-
pogtattak. Az emeletet újra bezengte a gyerekzsivaj, a
nevetésük, a csicsergésük. Jó volt együtt lenni, együtt
készülni, együtt hangolódni az ünnepekre.

Nagyon szépen köszönjük az újabb kreatív ötleteket
és a segítséget Gregusné Andinak és Sukajné Böbinek.

Pappné Kovács Mónika

Készülünk együtt az adventre

November 22-én, vasárnap délután szép számmal
megérkeztek a programra kicsik és nagyok egyaránt.
Mondhatni generációk közötti tanulás és tevékenyke-
dés folyt az emeleti teremben. Tizenegy alkotó készí-
tett koszorút, kopogtatót, avagy adventi tálat, esetleg
többet is. Eközben a kicsik vagy a lábaink körül, vagy
segítő kezekkel vettek részt az akcióban!

Fábián Ildikó volt a segítségünkre, mint virágkő-
tő. Jó hangulatban és karácsonyváró zenéssel a hát-
térben ki-ki gyertyát keresett, díszeket válogatott és
nekikezdett a munkának. A viaszgyertya koszorúra

tétele, az apró tobozok, termések, golyók és gyöngyök
felragasztása, a zöld ágacskák felrakása, majd a szala-
gok elhelyezése következett. Mindenki kedve szerint
alakította alkotását, Ildi pedig nagyon szívesen segí-
tett. A kopogtató készítésének alapja egy hungarocell
karika, azt vonjuk be textillel, szalagokkal, díszítjük
a színek és formák adta lehetőségek szerint. Voltak
látogatóink, akik talán jövőre már maguk is becsatla-
koznak. Köszönjük szépen a szervezést Móninak és a
szakmai segítséget Ildinek!

Nagy Andrea



Karácsonyi vásár az Óviban!

Ismét eljött az Adventi időszak, így Óvodánk immár
harmadjára rendezi meg karácsonyi vásárát. Az ovis
szülők által készített díszeket, süteményeket és
különböző kis ajándékokat lehet venni. A vásár
2015. december 4-én kezdődik, ugyanis ezen a
napon érkezik a Mikulás Óvodánkba, 9 órától 11:30-
ig a Mackó (mini) csoportos szülőket szeretettel várjuk a csoportba.

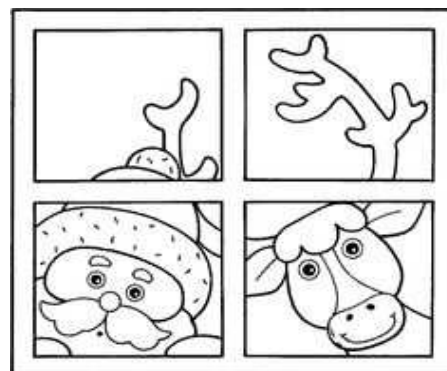
További vásári napok: **2015. december 7-től (hétfő) 11-ig (péntek)**
15-17 óráig az Óvodában, valamint a Geöcz
téri Adventi vásáron is ott lesz az ovis stand.

A befolyt összeget a **Csemetekert Óvoda**
Alapítványának ajánljuk.

Minden kedves szülőnek előre is köszönjük a
felajánlásokat!

Várunk minden kedves érdeklődőt és vásárlót!

ÓSZSZ



Homoktövis termesztés biogazdálkodásban

Őszi, tavaszi börzéink egyik állandó részvevője a Töviskertem termékcsalád. Bemutatjuk, hogy hogyan termelik a homoktöviset, és készítik a finom szörpöket, homoktövisvelőt, gyógyteákat.

Mit kell tudni a homoktövisről? Őshonos, sarjadó cserjeféle, az ezüsfafélék családjába tartozik, mint például az olíva is. 3-4 méter magas, szép sövényt képzeljünk el, ültetvény formájában. A gyümölcse narancssárga, olajos bogyó. Már az ókori görögök is felismerték regeneráló hatását, a szélnek eresztett öreg lovak megszépültek, megerősödtek tőle. Legfőbb értéke a magas C- és E-vitamintartalom, továbbá B-, P- és K-vitamin is van benne. Erősíti az immunrendszert, májvédő hatású, az érrendszerre is jótékonyan hat. Sebgyógyító a levél forrázata, sőt a seben szétkent bogyó húsa is.

Marinka Edit kertészmérnök és párja, Ádám Szolnok mellett termeli biominősítésű terményeit. A biogazdálkodásban látják hosszútávon a jövőt, akár kiskerti szinten, akár nagyobb léptékben. A 3,5 hektáros bio homoktövis ültetvényük látogatható. A minősítést a Biokontroll Hungaria Kft. végzi.

- *Hogy jött létre az ültetvény?*

- A telepítés öt éve történt a nagyszülőktől örökölt területen. Fiatal gazdaként pályázati pénzhez jutottunk, és a minősített homoktövis alanyokat beszereztük, a telepítést elvégeztük, a területet bekerítettük. Az öntéstalajt érett marhatrágyával trágyáztuk meg. Kiépítettük az öntözőrendszert. Kb. 25 éves időtartamra terveztünk. Gazdasági terveinket az első öt évre kellett aprólékosan kidolgoznunk a Fiatal gazda pályázat keretében.

- *Miként kezelitek az ültetvényt?*

- Növényélettani és -védelmi szempontból néhány érdekességet említenék. Bár igénytelennek ismert a homoktövis cserje, azonban az öntözés a rekkenően száraz nyarakon elengedhetetlenül szükséges.

A növény kártevője lehet a farontó lepke, melynek kártétele könnyen felfedezhető a lepke ürülékéről. Bicskával eltávolítható a sebzett rész és a lepke lárvája.

A verticilliumos hervadás is megjelenhet a homoktövisnél. Ez egy talajlakó gomba okozta kártétel, mely

a szaporodása során a növény egy részének elszáradásához vezet. Védekezni a fertőzött rész eltávolításával lehet. Továbbá a fertőzött növényt ki kell venni, helyére 15 évig új alanyt telepíteni nem szabad. A gyökéren ejtett sebeken át terjedhet a kórokozó. Az ültetvény sorközeiben füvesítéssel is megpróbálkozunk majd, hogy a tárcsázás okozta gyökérsérüléseket elkerüljük.

A bogyó állapotának javítása érdekében bio levéltrágyát szoktunk kijuttatni évente egyszer, például az aszályos időszak könnyebb átvészelése érdekében.

Németországban, Romániában már megjelent a homoktövislégy, mely a cseresznyelégységhez hasonlóan a bogyót károsítja. Náluk ilyen kártétel még nem jelentkezett.

- *Hogy zajlik a szüret?*

- Szeptemberben a megérett apró bogyókkal teli ágakat egy méteres hosszban levágjuk, nagy tételben konténerekbe pakoljuk, fagyasztóházban fagyasztjuk 1,5 hétig. Ezt követően a fagyott bogyókat leverjük az ágról és a törmeléktől megtisztítjuk. Ezek a munkafolyamatok rengeteg munkáskezet igényelnek, valamint a fagyasztás is nagy befektetéssel valósítható meg.

- *Milyen termékekkel jelentkeztek a piacon?*

- Egyrészt a fagyasztott bogyót lehet értékesíteni nagytételben, másrészt konzervipari technológiával homoktövis velőt készítünk Nagykovácsán.

További termékünk a mézes, gyömbéres homoktövises szörp, melyet szakiskolai tanműhelyben készítenek. Gyógynövényként levelét és bogyóját szárítva is forgalmazzuk. Idén homoktövis magolajat is préselünk. Ősszel szőlőlével kevert homoktövis szörpöt, tavasszal bodzavirágos homoktövis szörpöt is készítünk.

- *Hol találkozhatunk veletek?*

- Többnyire budapesti és környéki termelői piacokon árusítunk. Friss információinkat a facebook oldalunkon követhetik figyelemmel.

Néhány további olvasnivaló:

<https://www.facebook.com/toviskertem/?fref=ts>

<http://www.balintgazda.hu/kertesz/gentischer/a-homoktovis-is-lehet-beteg.html>

Elérhetőségük:

Marinka Edit 20- 522 9134

A riportot készítette: Nagy Andrea



Bemutatkozik a hévízgyörki Idősek klubja

Hévízgyörkön 2012. szeptember 24-én nyitotta meg kapuit az Idősek klubja, ahol lehetőség nyílik a közösségi együttlétre. A klub 8 órától 16 óráig tart nyitva. Aki nehezen mozog vagy Tura, Galgahévíz, Bag településről jár, annak lehetősége van szállítás igénylésére, ami térítésmentes. A Kistérségi Gondozási Központ rendelkezik egy kilencszemélyes busszal, ami kapaszkodókkal és külön lépcsővel van ellátva, így a felszállás is könnyebbé válik.

A klub tagjai napi háromszori étkezést kapnak, mosási, tisztálkodási lehetőségük van. Rendszeres vérnyomás- és vércukorméréssel, valamint egészségnevelő előadásokkal segítjük az egészségük megtartását, betegségük karbantartását, állapotuk romlásának megelőzését. Minden nap sort kerítünk a tornára, ami a mozgás javítására szolgál.

Segítséget nyújtunk az ügyeik intézésében, mind a gondozónők, mind a családsegítő szolgálat. Jogi segítségre is lehetőség van az intézmény jogászánál.

Fontosnak tartjuk a lelki gondozást, a problémáik megbeszélését, az állapotuk elfogadását. A pszichológus is segítséget nyújt, ha szükségét érzi a klubtag. Rendszeresen a lelkészek bibliaórát tartanak, amit nagy szeretettel várnak.

Az elfoglalt, dolgozó családtagok biztonságban tudhatják az idős mamát, papát, hozzátartozót. Nem kell attól tartaniuk, hogy otthon elesik, rosszul lesz, hiszen nálunk a napközbeni felügyeletük biztosítva van.

Mégis a legfontosabb, hogy jó kedéllyel teljenek a napjaink. Minden ünnepet, névnapot, születésnapot megünnepelünk, sokszor hallgatunk zenét, éneklünk közösen. Foglalkozásokat tartunk, ahol kötünk, horgolunk, varrunk, festünk, most a karácsonyi vásárra készítünk díszeket. Alkalmanként vendégelőadókat hívunk.

Megkérdeztük a klubtagokat, mi a véleményük a klubról.

Margit néni: *Nekem találták ki ezt a klubot, alig várom, hogy jöhessenek.*

Panni néni: *Jó barátnőkre találtam itt.*

Erzsike: *Szeretek ide járni, jó a közösség, vidáman telnek a napjaink.*

Erzsike néni: *Könnyen telnek a mindennapok.*

Ha felkeltette érdeklődését ez a pár soros bemutató, jöjjön el, tekintse meg a mindennapjainkat, beszélgeszen a klubtagokkal, gondozónőkkel személyesen.

Kérdéseire választ kaphat az alábbi elérhetőségeinken, Horákné Pápai Edit és Lángné Gázsó Krisztina gondozónőktől:

2192 Hévízgyörk, Kossuth L. u. 22. (Cukrászda melletti új épület) vagy a 06-30/693-5928-as telefonszámon.



Hogy a hosszú őszi-téli estéket is együtt töltsük!

Ismételten elindul a hímző kör,
valamint az ulti bajnokság!

December 7-től minden hétfőn,
15.00 órától a
Művelődési Házban



Várunk mindenkit sok szeretettel!

II. Rákóczi Ferenc Nyugdíjas Egyesület

Karácsony küszöbén

Ismét eltelt egy év, sok hét, rengeteg nap, számlálhatatlan óra. Az idő végtelensége megállíthatatlan, nem tehetünk semmit, kifolyik a kezünk közül, mint a sivatag homokja. Életünk fontos irányítója, csak úgy, mint a határidőnaplónk. Folyton szaladunk, rohanunk a dolgunk után, s csupán arra eszmélünk fel, hogy már megint eltelt egy év.

Négy éve immár, hogy hónapról-hónapra találkozunk, az olvasók és én, itt a Faluújság hasábjain. 2012 májusában írtam először, s azóta egy-két szám kivételével minden hónapban próbálok érdekes, gyakorta falunkat érintő vagy a falusi embert érdeklő témával szolgálni. Nagy öröm számomra, hogy még nem mondták, hogy köszönjük, ennyi volt, most már hagyjunk teret másnak is. Sok üzenet elér hozzám, jó pár személyes tetszésnyilvánítás, és egy kedves öreg néni, sokszor pusztával köszöni meg írásaimat. Mit tagadjam, elolvadok tőle, ebből is látszik, hogy nem kell sok ahhoz, hogy örömet szerezzünk másoknak. Vannak terveim a jövőt illetően, de az életkörülményeim nem teszik lehetővé, hogy megvalósítsam őket, így még ezek, csak a szívemben dédelgetett vágyak, és gondolatok maradnak csupán, az írással kapcsolatban. Elsősorban anya vagyok, s most ennek a legszebb hivatásnak kell eleget tennem, megvalósítani a gyermekálmokat. Aztán majd, bízom benne, hogy eljön az én időm is, és az én álmaim is teljesülnek.

Közeledik az év legszebb ünnepe, a karácsony. A szeretet hivatalos ünnepe. Nagyon nagy szükség van a mai világban a szeretetre, hisz oly sok negatív érzés uralja a földet: kapzsiság, irigység, düh, harag, rosszindulat, bosszú. Országok és azon belül emberek ezreit mérgezik meg ezek az érzések, és váltanak ki háborút, halált, kilátástalanságot. Idén csak kapkodta az ember a fejét, hogy mi történik Európával, és otthonról ülvérá kell jönnünk, hogy kis pontok vagyunk csupán, egy nagy dolog küszöbén. Így kiemelten fontos szerepe van a szeretetnek, amit legfontosabb a családjunk körében gyakorolni. Így az ünnepek közeledtén megbozcsájtani, új reményekkel megölelni és elfogadni a másikat. Wass Albert vallotta és mélyen egyetérték vele, hogy ne csak egy napon ünnepeljük a szeretetet, hanem tegyük ezt az elkövetkező háromszázhatvannégy napban is.

Mindig törekszünk arra, hogy jól éljünk, mindig többre, jobbra és szebbre vágyunk. Ez egy elemi ösztön, nem tehetünk ellene semmit, belénk van programozva. De ebben az időszakban ne feledkezzünk meg azokról sem, akik szerény körülmények között élnek.

Ne csak most, egész évben sokakon segíthet egy tányér maradék leves, vagy néhány megunt ruhadarab, lábbeli.

A karácsony szelleme belengi az egész világot, s kicsiny falunkat is. Büszkéek lehetünk arra, hogy az ünnepek közeledtén is akadnak közösségi programok az Adventi vásár és a Falukarácsony keretében. Elkészül az élő Betlehem, mely a sötétben is kivilágítva várja látogatóit. Az adventi időben a hajnali misék, a roraték különleges hangulatot kölcsönöznek a decemberi virradatoknak. Csodás, hogy kicsiny falunkban is hagyománya lett ennek a szokásnak. Sok ház „fényruhát” ölt, díszíti a falut. Mézeskalács és fenyőfa illata szövi át a levegőt, és bízunk benne, hogy hóval is kedveskedik az időjárás karácsonyra. Igazi ünneppé téve azt, hisz évek óta hiányoljuk a havas háztetőket december 24-én. Közeledik hát a nagy nap, melynek nem csak külsőségeiben kell tökéletesnek lennie. Tiszta lélekkel kell várnunk Jézus megszületését, hogy vele együtt élhessük át a csodát, és csakis így lehet teljes az ünnep. Ahogy egymás után gyúlnak a gyertyák az Adventi koszorún, úgy kell nekünk is ráhangolódnunk az ünnepekre, lelassulni, odafigyelni a családra, nagyokat beszélgetni, egymást megölelni, s miközben suhan a csomagolópapír az ajándékokon, kanyarog a kalács a sütőben, és halkán gyöngyözik a húsleves a tálban, szépen csendben belopakodik házunkba a karácsony, magával hozza a szeretetet és a reményt, hogy hamarosan új évre virradunk, és hisszük, hogy szebb és boldogabb jövő vár ránk.

Áldott, békés, szeretetteljes ünnepeket kívánok mindenkinek!

Szélné Zsuzsi
www.zsuzskaoldal.hu



Hálás szívvel mondok köszönetet mindenkinek, akik **Barna Sándor**, szerető férj és édesapa temetésén részt vettek. Sírjára koszorút és virágot hoztak, fájdalmunkban osztottak. Imáikkal gyászunkat enyhítették.

Barna Sándorné



December 13., vasárnap

15 órától a galgahévízi Geöcz téren

- forralt bor verseny
- karácsonyi házi süti verseny
- lovaskocsikázás



December 20., vasárnap

15 órától a galgahévízi Geöcz téren
újra adventi vásár, valamint a következő
programok a Falukarácsonyi műsort
követően



- karácsonyfa fényeinek felkapcsolása
- szálláskeresés
- betlehemezés
- tűztánc show

Az Önkormányzat szeretetvendégséget tart!

***Szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt, hogy
közösén hangolódhassunk az ünnepekre!***

„Üdvözlégy, kegyelemmel teljes.

Áldott vagy te az asszonyok között.” (Lk 1, 28. 42)

A Szeplőtelen Szűz ünnepe tökéletes összhangban van adventtel. Miközben az Egyház a Megváltó eljövételére készülődik, nagyon is méltányos, hogy arra gondoljunk, aki bűn nélkül fogantatott, hogy a Megváltó édesanyja legyen.

Az Üdvözlőre vonatkozó ígélet magában foglalja a Szent Szűzre vonatkozó ígéletet is. Isten, miután megátkozta a kísértő kígyót, kijelentette: „Ellenkezést vettek közéd és az asszony közé, a te ivadékod és az ő ivadéka közé. Ő - az ivadék - széttiporja fejedet, te meg a sarkát veszed célba” (Ter 3, 15). Máriával kezdődik meg az asszony és a kígyó ivadéka közötti harc. A küzdelem gigantikus méretűvé válik, a győzelem pedig akkor születik meg, amikor Mária „ivadéka”, Jézus megjelenik a világban, és halálával legyőzi a bűnt. Mária hivatása így az üdvösségtörténet központjában helyezkedik el. Ő a Megváltó édesanyja, aki Jézus érdemei által mentes volt a bűn árnyékától.

A Szeplőtelen kiváltsága elsősorban mégsem abban áll, hogy léte első pillanatától kezdve mentes volt a bűntől, hanem még inkább abban, hogy kegyelemmel

teljes volt. „Jézus Anyja hozta világra a mindent megújító Életet, Isten pedig megajándékozta őt nagy méltóságához illő adományokkal... A názáreti Szűz fogantatásának első pillanatától teljességgel egyedülálló szentség ajándékával tündökölt” (LG 56). Gábor angyal köszöntése - „Üdvözlégy, kegyelemmel teljes, az Úr van teveled” (Lk 1, 28) Mária szeplőtelen fogantatásának legvilágosabb bizonyítéka. Mária nem volna teljes értelemben „kegyelemmel teljes”, ha csak egy pillanatra is érintette volna a bűn.

A Szent Szűz tehát olyan kegyelmi gazdagsággal kezdte meg földi létét, amely messze felülmúlja azt a gazdagságot, amit a legnagyobb szentek életük végére elértek.

Kegyelmekben gazdag adventet és áldott karácsonyi ünnepeket kívánok minden galgahévízinek!

Miklusiak Krzysztof (Kristóf) SDS plébános





Kelet-pest megye televíziója

35 település
100.000 otthonában!

Régió Plusz Televízió

Tisztelt Galgahévízi Nézőink!

Térségi műsoraink mellett a Galgahévízi Férfinapról készült felvételt is láthatják a Régió Plusz Televízió műsorán!

Minden kedves Nézőnknek áldott, békés karácsonyt és boldog új évet kívánunk!





Minden képen itthon!

www.regioplusztv.hu



VÉRADÁS

2015.

december 10.,

csütörtök

15.30-18.00 óra között

Helyszín:

Kodály Zoltán

Művelődési Ház

nagyterme



Tájékoztató a 60 l-es és a 80 l-es hulladékgyűjtő edényzetek igénybevételéről 2016. január 1-től

Tisztelt Ingatlanhasználó!

A 385/2014. (XII. 31.) Korm. rendelet a hulladékgazdálkodási közszolgáltatás végzésének feltételeiről, újabb feladatok elvégzését írja elő a hulladékgazdálkodó közszolgáltató, ill. a szolgáltatást igénybe vevő részére. A települési hulladék gyűjtésére szolgáló gyűjtőedény méretére vonatkozó szabályok:

A Nedves és Intim hulladék (szemét) szabványos gyűjtőedényben történő gyűjtéséhez Társaságunk biztosítja, hogy a jelenleg használt 110 l- vagy a 120 l-es hulladékgyűjtő edényzet mellett az ingatlanhasználó a 60 l- vagy a 80 l-es űrmértékű gyűjtőedény közül választhasson. A választási lehetőséget az ingatlanhasználó számára Társaságunk úgy ajánlhatja fel, hogy a választható gyűjtőedény űrmértéke igazodjon az érintett ingatlanon képződő hulladék mennyiségéhez, figyelembe véve:

- a településen képződő vegyes és elkülönítetten gyűjtött hulladék fajlagos mennyiségét,
- az érintett ingatlan használó természetes személyek számát, valamint a szállítási gyakoriságot,
- a lakóingatlant egyedül és életvitelszerűen használó természetes személy jogosultságát (ha van ilyen személy).

Ki veheti igénybe:

a) az a lakóingatlant egyedül és életvitelszerűen használó természetes személy, ingatlanhasználó, aki a nedves és intim hulladékgyűjtő edény választásának lehetőségét kéri, amelynek űrmértéke: 60 liter

b) az a természetes személy ingatlanhasználó, aki a nedves és intim hulladékgyűjtő edény választásának lehetőségét kéri, amelynek az űrmértéke: 80 liter

Fogalmak:

- a lakóingatlant egyedül és életvitelszerűen használó természetes személy: az a személy, aki az ingatlant életvitelszerűen egyedül használja, rajta kívül nincs bejelentkezve más az ingatlanba.

- a természetes személy ingatlanhasználó: az az ingatlanhasználó, akivel közös háztartásban többen is élnek életvitelszerűen. A 80 l-es hulladékgyűjtő edényzet igénylése esetén még plusz 4 fő.

Az igénybevétel módja 60 l-es nedves és intim hulladékgyűjtő edény esetén:

- a 60 literes hulladékgyűjtő edényzet választását minden, a lakóingatlant egyedül és életvitelszerűen használó természetes személy, ingatlanhasználó választhatja, és kérheti a hulladék elszállítását, ártalmatlanítását a Társaságunktól.

- a jogosultságot az ingatlanhasználó csak abban az esetben veheti igénybe, ha annak tényét, a települési önkormányzat által kiadott igazolás útján, a közszolgáltató részére bizonyítja.

- a hulladékgyűjtő edényzet beszerzése az ingatlanhasználó feladata.

- amikor rendelkezésre áll az edényzet, és erről a közszolgáltatót tájékoztatja az ingatlanhasználó, azon időponttól kezdődhet a szolgáltatás igénybevétele.

Az igénybevétel módja 80 l-es nedves és intim hulladékgyűjtő edény esetén:

- a 80 literes hulladékgyűjtő edényzet választását az a természetes személy, ingatlanhasználó választhatja, kérheti a hulladék elszállítását, ártalmatlanítását Társaságunktól és azon ingatlanok esetében, ahol 6 főnél kevesebben használják életvitelszerűen az ingatlant. A jogosultságot az ingatlanhasználó csak abban az esetben veheti igénybe, ha annak tényét, a települési önkormányzat által kiadott igazolás útján a közszolgáltató részére bizonyítja.

- a hulladékgyűjtő edényzet beszerzése az ingatlanhasználó feladata.

- amikor rendelkezésre áll az edényzet, és erről a közszolgáltatót tájékoztatja az ingatlanhasználó, azon időponttól kezdődhet a szolgáltatás igénybevétele.

Az igénybevétel szerinti hulladékszállítási és ártalmatlanítási díjazás mértéke:

- Vegyes hulladék esetén, 1 db 60 l-es hulladékgyűjtő edényzet hulladék szállítási és ártalmatlanítási díj összege: Bruttó: 14 740 Ft/év

- Vegyes hulladék esetén, 1 db 80 l-es hulladékgyűjtő edényzet hulladék szállítási és ártalmatlanítási díj összege: Bruttó: 15 840 Ft/év

Mindkét hulladékgyűjtő edényzet igénybevételének esetén a hulladékszállítási és ártalmatlanítási díj tartalmazza a száraz és komposztálható hulladékok elszállításának és hasznosításának díját is.

A száraz és komposztálható hulladékok gyűjtésére a 60-240 l-es edények továbbra is alkalmazhatóak!

A 60 l-es és 80 l-es hulladékgyűjtő edényzetre történő átállás nem kötelező senki számára, csupán csak lehetőség.

Amire figyelni kell a hulladékgyűjtő edény vásárlásánál: A hulladékgyűjtő edényekre vonatkozó szabvány MSZ EN 840-1:2013, illetve előző szabvány (MSZ EN-840-1:2001). Ennek ellenére tapasztalható, hogy egyes üzletek az érvényes szabványnak egyáltalán nem megfelelő, láthatólag gyenge minőségű, a szabványedényhez képest olcsó kukaedényeket forgalmaznak. Fontos megjegyeznünk, hogy a nem szabványos hulladékgyűjtő edény a hulladékgyűjtő járműbe történő gépi ürítésre nem alkalmas. A szabvány száma az edényen fel van tüntetve! A nem szabványos hulladékgyűjtő edényzetet Társaságunk nem fogadja el.

Szelektív Nonprofit Kft.

Lehet más az ünnep?

Nem tudom, ki hogy van vele, de én néhány évvel ezelőtt besokalltam a karácsonytól. Persze nem attól, amit ilyenkor ünneplünk, hanem a körülötte levő felhajtástól, a „kötelező” ajándékozástól, a giccses reklámoktól, a gyerekeket elborító műanyag játéköntől. És akkor elkezdtem körbekérdezni az ismerőseimet, hogy ők hogy védekeznek ez ellen, van-e, amit máskepp csinálnak?

A többség egyetértett velem abban, hogy a mostani karácsonynak már semmi köze ahhoz, amit még gyerekkorunkban izgatottan vártunk, és amit igazi ünnepként éltünk meg. De hogyan varázsoljuk ezt vissza az életünkbe? Van néhány trükk, apró változtatás, ami segíthet, lássuk, mik ezek:

1. Ajándékozzunk másképp

Ha nagy a család, sokkal egyszerűbb közösen összefogni, így nem kell annyit törni a fejünket, és akár egy nagyobb ajándék is belefér, ha mindenki belead valamennyit. Még jobb, ha a neveket december elején bedobjuk egy kalapba, és mindenki csak azt ajándékozza meg, akit húzott.

2. Kerüljük a sablonos ajándékokat

Ajándékozzunk valami egyedit, személyre szabottat, amiből látja a másik, hogy tényleg szívből adjuk. Figyeljünk oda már hónapokkal karácsony előtt a körülöttünk élőkre; ki mire vágyik, mire lenne szüksége.

3. Készüljünk együtt az ünnepre

A ráhangolódást segíti, ha adventkor együtt készülődik a család. Készítsünk a gyerekekkel együtt valamit, amit akár ajándékba is adhatnak a nagyszülőknek. Ez lehet asztali dísz, karácsonyfadísz, mézeskalács, vagy egy szép rajz. Tervezzük meg a karácsonyi menüt, ebben a férfiak is szívesen részt vesznek.

4. Ne hagyjuk a vásárlást az utolsó pillanatra

Ezt mindenki tudja, mégis sokan csak ekkor jönnek rá, hogy valaki kimaradt az ajándékokból. Írjunk listát arról, hogy kiket szeretnénk megajándékozni, és ha valami eszünkbe jut, vessük fel a neve mellé. A beszerzés ráér, ha megvan az ötlet.

5. Lélekben is készüljünk fel

Egyre kevesebb ember tekint a karácsonyra úgy, mit vallási ünnepre. Pedig e nélkül az egész kiüresedik! Ilyenkor nézzünk magunkba, tegyük félre a haragot, a rohanást, a stresszt, figyeljünk oda jobban a körülöttünk levőkre, segítsünk a rászorulókon. Nálunk már hagyomány a cipősdoboz készítése, amiben a gyerekek is segédkeznek, közben pedig elmeséljük nekik, hogy miért van szükség erre. Látogassunk el ilyenkor egy gyülekezetbe még akkor is, ha nem vagyunk nagy templomba járók, hiszen a pásztorjáték, az élő zene, egy szép karácsonyi beszéd megnyugtatja a lelket, ünnepi hangulatot teremt.

Végül következzen néhány nem szokványos aján-

dékötlet a Kuckó Sóbarlang és Egészségcentrumból:

Ha valaki szereti a kozmetikumokat, de nem a hagyományos tusfürdő, dezodor kombinációt adnánk neki, válasszunk vegyszer- és tartósítószer-mentes, kézzel készített szappant, krémeket (szemránckrém-től az ajakbalzsamig), természetes izzadásgátlót. Ha az illető kreatív, meglephetjük egy kencekészítő kurzussal, vagy szappankészítő tanfolyammal.

Sokan nem is tudják, hogy nemcsak wellness hotelekben lehet infrasaunázni, sóbarlangozni, masszíroztatni. Nálunk mindez megtalálható, helyben van, és persze az árak is barátságosabbak. Egy kombinált ajándékutalvány telitalálat lehet párok részére.

A barátok, távoli rokonok ajándékozása mindig nehéz kérdés, erre találtuk ki a karácsonyi vásárt a Kuckóban. Helyi kézműves termékek nagy választéka kapható ilyenkor nálunk: kerámiák, fonott kosarak, kecsketejes szappanok, babaholmik, stb.

Jó készülődést és hangulatos ünnepeket kíván a Kuckó Sóbarlang!

Ruszkai-Simon Anna

a Kuckó Sóbarlang és Egészségcentrum vezetője

www.kuckosobarlang.hu

Bátyám és reményem

Magzatom vagy, testemben óvlak.

Gyermekeként szavaim – minden rezdülésem – rólad és érted szólnak.

Bennem vagy és értem...

Testem vagy és vérem...

Nappalom, éjszakám, hitem és reményem.

Testvéreként a támasz,
két kis pont a nagyvilágban,
úgy vagyunk mi ketten,
mint kérdésre a válasz,
fohász az imában.

Apámként bölcsességgel táplálsz az elmém,
hiteddel a lelkem.

S ha olykor elfeledném, most kimondom:

neked köszönhetem,
hogy emberré lettem.

Hitvesem vagy. Társam. Álmom, s ébredésem,
téged idéz némán minden rezdülésem.

Ott vagy minden szóban, minden érintésben,
minden gondolatban,

örömkönniben – verejtékben,

villámló haragban, szenvedélytől dülő, édes ölelésben.

Enyém vagy és mégsem...

Velem vagy és értem...

Testem vagy, a hitem és a vérem.

Férfiként a bátyám... bátyám és reményem!

Galgahévíz, 2015. október

Péli Évi

**December 20.,
vasárnap
16 óra**

Szeretettel várjuk Önt és kedves családját karácsonyi ünnepségünkre a Kodály Zoltán Művelődési Házba, melyen civil szervezeteink, diákjaink, amatőr művészeti közösségeink műsoraival kedveskedünk Önöknek.

Ezt követően a Geöcz téri Adventi vásár forgataga várja, ahol a Karácsonyfa körül szeretnénk Önt vendégül látni, miközben ünnepi előadásokat láthat a szabadtéri színpadon.

*Áldott, békés, szeretetben
gazdag ünnepeket kívánunk
Mindenkinek!*



FALUKARÁCSONY



**Újévi koncert
2016. január 10.,
vasárnap 15 óra**

Az Egyházközség és a Művelődési Ház közös szervezésben újévi koncertet tart. Minden óvodás, általános iskolás gyermek és középiskolás fiatal megmutathatja zenei tehetségét a KARÁCSONY témakörében.

Szólaltasd meg bátran a hangod vagy a hangszered!

Várjuk jelentkezésed **JANUÁR 7-ig** az óvodában Darnyik Anikónál, az iskolában Balla Tímeánál, Bakk Jánosnénál vagy Ruffné Basa Rózsánál.





*Áldott, békés karácsonyi
ünnepet kíván
a Galgahévíz újság olvasóinak
Galgahévíz Önkormányzata
nevében Vanó András
polgármester
és a szerkesztő, Darnyik Ágnes!*

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