



SÁRISÁPI HÍRMONDÓ

**ŠARIŠÁPSKE
SPRÁVY**

16. ÉVFOLYAM 1. SZÁM

2012. ÁPRILIS

Energia-megtakarítás

Az elmúlt év végén, decemberben láthatták a falu lakói, hogy felújítási munkálatok kezdődtek az iskola „B” épületén, a polgármesteri hivatal és az élelmiszerbolt, vagyis a faluközpont épületegyüttesén. Mindkét ingatlanon nyílászárócseré, valamint tető- és hőszigetelési munkálatok zajlanak, így nemcsak jóval kisebb energiaszámlát kell majd az önkormányzatnak fizetnie, de az épületek, és környezetük is megszépül.

Ez a folyamat egy jól felépített energia-megtakarításon alapuló terv része, melyet 2006 év végén tűzött ki célul magának községünk önkormányzata.

Mindenki saját pénztárcáján tapasztalhatja, hogy az utóbbi időben milyen nagymértékben megnövekedtek az energiaárak, s ésszerű gazdálkodással jelentős összegeket lehet megtakarítani.

Az első ilyen jellegű beruházás 2007-ben történt, amikor a polgármesteri hivatalban és az orvosi rendelőkben végeztünk fűtőkorszerűsítést. Ezt követte 2008-ban az iskola „B” épületének fűtőkorszerűsítése, és nyílászáróinak a cseréje. 2009-ben az óvoda épületének teljeskörű külső- és padlásszigetelése, nyílászáróinak cseréje, valamint fűtésrekonstrukciója valósult meg, melynek eredményeképpen a fűtésszámla közel 50 %-kal csökkent.

A jelenleg folyó, és április 30-áig befejeződő munkálatokra (faluközpont és iskola „B” épület) 2010-ben nyújtottuk be pályázatunkat.

A tavalyi évben energiahatékonyság fokozását célzó pályázatot adtunk be, melynek keretén belül a művelődési ház geotermikus fűtéssel való ellátását, valamint a villamoshálózatainak energiafogyasztását csökkentenénk egy

25 KW-os napelem erőműnek a tetőre való telepítésével.

Napelem erőművet (47 KW) szeretnénk elhelyezni az iskola „C” épületének (sportcsarnok) tetején is, és a faluközpont épületén is, (25 KW) melyek szintén elektromos áramot termelnének, így csökkenne a vásárolt energia mennyisége. Ezek a tervezett beruházások egy pályázat keretén belül valósulnának meg. Bízunk a pályázat kedvező elbírálásában, s így talán még az idén elkezdődhetnek a munkálatok.

Amint a fent leírtakból is következtethető, községünk önkormányzata elkötelezett híve az energiahatékonyság fokozásának és a megújuló energiák alkalmazásának. Bízom benne, hogy ez a megkezdett folyamat folytatódik, s rövid időn belül önkormányzatunk intézményeinek összes épülete megújul, mind külsőleg, mind pedig energetikailag.

A minap sajtólapozgatás közben az alábbi versike ragadt meg figyelmemet, s ezzel kívánok a község valamennyi lakójának szép, nyugodt, békés húsvéti ünnepeket.

*Kollár Károly
polgármester*

Bognár Stefánia

Húsvét

Hitet adjon az ünneped,
Új tavaszt, új reményeket,
Segítsen értőn élni át
Vívódó lelkek sóhaját,
Érezni selymes fényeket,
Táruló tiszta, kék eget!

Kétéves évforduló ünneplése a református testvérekkel

Szeretettel várunk minden érdeklődőt, aki osztozni szeretne örömünkben, mert két éve elindulhattak a rendszeres református istentiszteletek Sárisápon a Művelődési Házban.

2012.05.09-én délelőtt 10 órakor tartunk zenés istentiszteletet, ahol meghívott vendégünk lesz dr. Nikodém Géza egyházzenesz, karnagy. Az istentiszteletre, és az azt követő szeretetvendégségre és beszélgetésre várjuk a római katolikus testvéreket, és minden jó szándékú előljárót és további érdeklődőt. Az ünnepség előtt a gyerekeket megajándékozzuk egy rendhagyó énekórával a tavasz témakörében dr. Nikodém Géza művész úr vezetésével. Ez az énekóra 9 órakor kezdődik, a belépés ingyenes, a sárisápi reformátusok felajánlása. Jöjjenek kicsik és nagyok!

Rácz Tibor lelkipásztor

Kedves Olvasók!

Sokszor elhangzik, hogy „multikulturális társadalomban” élünk, vagyis a különféle értékrendek és gondolkodásmódok békében élnek egymás mellett, pontosabban azok az emberek, akik különféle értékeket vallanak és valósítanak meg.

E szép együttműködés jele, hogy templomunk külső felújítására sokan adakoznak azok is, akik más értékrend alapján, de békében osztoznak a falu örömeiben, közös értékeink iránti aggodalomban.

A sokszínűségből az is következik, hogy mindenki igyekszik a saját értékrendjét megvallani, hirdetni, másoknak is ajánlani. Ezt teszik a keresztények, amikor évről-évre húsvét ünnepére készülnek, és megvallják: „Hiszem a test feltámadását”.

Kétségtelen, hogy a feltámadásba vetett hit komoly próba, ha úgy tetszik vízválasztó, amikor összevetjük a többi világnézettel. Mindazonáltal számunkra nagy öröm és reménység forrása, hogy van föltámadás, hiszen földi életünk megannyi kérdésére választ ad.

A hitvallásnak azonban nem annyira szavakban, hanem inkább életfelfogásban, életmódban kell megmutatkoznia. Ezért tekintünk mi más szemmel a földi élet sikereire, szenvedéseire, szeretteink és a magunk földi létének végére, és a jövőre. Ebből következik, hogy sok dologhoz nem szokásból ragaszkodunk, hanem mert hitünk lényegét érinti.

Közös gondunk és örömünk hazánk sorsa. Annak jobbrafordulását nem csupán az emberi erőfeszítésektől várjuk, hanem az imádság mellett az életmódunk megváltoztatásától, az evangéliumi értékek szerinti alakításától is. A sok közül csak egyet kiemelve, a népességfogyás jelenleg még csak a tanulói létszám lassú fogyatkozásában megmutató, de egyre nagyobb gondot jelentő kihívását látva keressük a megoldást. Az evangéliumi válasz, hogy az életet elfogadni felelősség, de egyben öröm is, mert a földi javak szükségesekek, de nem maradandóak, és az élet mindennél előbbre való. Nagy tisztelet azoknak, akik a gyermekeket

felelősen, de ajándékként elfogadják. Józan, életképes, nem a napi „széljáráshoz” és divathoz igazodó megoldásokat találunk az evangéliumban. Ezt hirdetjük életünkkel.

A feltámadás híréből az is következik, hogy aki valamilyen szolgálatot kér az egyháztól, ezt a hitet tiszteletben kell tartania. Vonatkozik ez a keresztlőre: nem vallásos névadó, hanem az Isten gyermekévé váló újjászületés eszköze, feltételezve, hogy a dönteni még nem tudó gyermeket saját szép, hitvalló keresztény életükkel maguk a szülők vezetik a hit megismerésére, megélésére. Elfogadva azt is, hogy a keresztszületés nem egy rokoni, baráti cím, hanem feltételezi az elkötelezett keresztény életet. Ennek hiányában is lehet valaki jó segítője a gyermeknek, de sokkal inkább úgy, mint egy keresztszülőnél is jelen levő segítő, a „keresztség tanúja”. Mint ahogyan az úszni nem tudó, de a gyermeket az úszóedzésre elvívó kedves szomszéd nénit sem hívjuk edzőnek. Hasonlóképp készülünk a szentségi házasságra: nem templomi ünnepélyes egybekelés az, hanem szentség, melyre hitvalló keresztény élettel készülni kell, elfogadva azt, amit a házassággal kapcsolatban az egyház is vall, úgy, mint felbonthatatlanság, hűség, állapotbeli tisztaság és a gyermekáldással kapcsolatos kérdések. Vonatkozik ez sok más mellett az egyházi temetésre is. Ezzel kapcsolatos kérésünket ugyancsak e lapban olvashatjuk.

Mindez segít bennünket, hogy valóban egymás iránti tisztelettel, a másik értékeire rácsodálkozva gazdagodjunk, és csak abban, de abban annál inkább együttműködjünk, ami közös értéknek mondatik.

Közösségünk, plébániánk eseményeiről folyamatosan igyekszünk tudósítani minden kedves sárisápi polgártársunkat, megosztva örömeinket és gondjainkat a világháló lehetőségein keresztül.

Mindannyiuknak kívánom, hogy hitük és meggyőződésük szerint tudják szépen, békében ünnepelni a húsvétot, és valamit megérezzenek abból az örömből, ami beragyogja keresztény életünket.

Tóth Bertalan plébános

Időszerű dolgok

A második esztendeje tartó gyűjtés eredményeként a felújításhoz szükséges pénz több, mint fele már megvan. A műemlékvédelem engedélyét is kézhez kaptuk. Jó látni az adakozók készségét, köszönet érte, és a gyűjtést végző testvérünk buzgóságáért!

Azonban azt is látni kell, hogy az alapmunkálatok mellett ott lesznek a járulékos dolgok is: kapu és ablak-köke-terek megújítása, külső ablakok megújítása – különösen a homlokzati szorul javításra -, esővíz elvezetés megoldása. Alighanem ezekre is engedély szükséges, tehát a felújítás csak nagyon optimális esetben kezdődhet el jövőre. Közben az árak lassan kúsznak fölfelé. Bizonyosan a főegyházmegye sokszor tapasztalt segítségét újból kérnünk kell. Addig is folytatjuk a gyűjtést, és reménykedünk.

Ugyancsak örömmel láthatjuk a Rédei atya emlékművé-

nek megújítását, és a temetőhöz vezető templom melletti út kikövezését. Köszönet az erre adakozó testvérek, cégek áldozatáért is.

Szükséges még írnom a temetés rendjéről.

Korábban egyértelműbb volt a helyzet. Elhunyt szereteteink földi maradványait a temetőben, megszentelt földben helyeztük el. Az újabb kor szokása lett a hamvak hazavitele. Eddig esetenként, mérlegelve a kérést történhetett az, hogy beszentelést követően hazavitték a hamvakat. Az elmúlt évek tapasztalata azonban óvatosságra és e gyakorlat átgondolására késztetett bennünket, lelkipásztorokat.

Afelől nincs kétsége egyikünknek sem, hogy a hozzátartozó a legnagyobb jószándékkal és kegyelettel viszi haza elhunyt szeretetének hamvait. Van azonban három szempont, ami miatt nem érthetünk egyet e gyakorlattal.

1. Senki sem él örökké, és a hamvak sorsa, - és a szomorú tapasztalat erre vonatkozik – sokszor méltatlan fordulatot vesz. Nemegyszer találtak korábban bizonyára gondozott, de azóta elgázosodott kertben, lomtalanítás, vagy éppen házfelújítás kapcsán elhagyott hamvvedret. Az, aki egykor jószándékkal hazavitte hozzátartozója hamvait, már nem él, és senki nem vette át a számára oly fontos földi maradványokat.
2. A hazavitt hamvak előtt senki nem teheti tiszteletét, hacsak nem zárandokol el az adott házba, kertbe, és kér engedélyt a kegyelet gyakorlásához. Ily módon korlátozni a távolabbi rokonok, hozzátartozók lehetőségét, hogy kegyeletüket kifejezzék, helytelen.
3. Ezen felül az is átgondolandó, hogy sokszor az elszakadni, az elhunytat elengedni, a szeretett személy elköltözését feldolgozni képtelen lelkiállapot miatt viszik haza a hamvakat. Így nem könnyebb, hanem nehezebb lesz lezárni életünk egy szakaszát, amelyben az elhunyt még útítársunk volt. Igaz, ez egyéni megfontolás kérdése, és mindenkinek szíve joga erről úgy gondolkodni, ahogy jónak látja. A keresztény temetésnek épp az elengedésben, az igazi megnyugvásban kell segíteni, miközben e gyakorlat - a hamvak otthontartása – nem ebbe az irányba mutat.

Talán ezt nem írták még le ilyen részletesen, és biztos, hogy többen nem értenek egyet vele. Mégis beszélni kell róla, mert amikor ott a fájdalmas elválás, és a más lelkiállapotba kerül a hozzátartozó, nehéz ezt megbeszélni vele. Ezért írtam erről, és a következőket szeretném jelezni, ha

egyházi temetést kérnek az elhunyt számára:

Ha az elhunyt hamvait csak később helyezik el a temetőbe, vagy más, megszentelt helyre – pl. urnatemető -, akkor egy szentmisével imádkozunk az elhunytért, és a beszentelést a hamvasztás előtt végezzük el.

Ha ez nem lehetséges – többnyire így történik -, akkor a hamvakat közvetlen a temetőbe, vagy más megszentelt helyre történő elhelyezés előtt szenteljük be.

Ha egyáltalán nem szeretnék elhelyezni a hamvakat megszentelt helyre, akkor arra alkalmas időben szentmisét ajánlunk fel az elhunytért.

Ha anyagi okok miatt nem tudják vállalni a ravatalozás és a sírhelymegváltás költségeit, akkor a hamvak templomban való ravatalozásával, illetve a stóladíj mérséklésével, elengedésével tudunk segíteni, feltételezve, hogy az önkormányzat a sírhelymegváltásban tud valamiképp segíteni.

Ha a temetés alkalmával a hozzátartozók, vagy munkatársak közül szeretne valaki szólni a temetésen, akkor a szertartás első része után a ravatalozónál, vagy a sírnál a második rész lezárása után nyílik alkalma erre, ha azt jelezték. Kivétel, ha társadalmi temetésre kérnek fel valakit. Mivel annak szellemisége semmilyen módon nem kapcsolódik a katolikus temetésen elhangzó tanításhoz, ezért az egyházi temetéshez nem kapcsolható.

A jövőben, ha elérkezik a szomorú pillanat, a fenti lehetőségekkel élhetünk.

Tóth Bertalan plébános

Néhány gondolat a kézimunkaklub életéből

A kézimunka szakkör négy éve alakult 15 fővel, azóta már klubként működünk. Nincs állandó létszám, bárki, bármikor kapcsolódhat hozzánk, kedvének és elfoglaltságának megfelelően.

Mindenki mást készít el, így alkalmunk van egymás munkáját megismerni. Ha tetszik, meg is tanuljuk, el is készítjük. Tagjaink kreatívak, ügyeskezők, csodálatos dolgokat készítenek. Karácsonyra horgoltunk angyalkákat, harangokat, és szaloncukrot, húsvétra tojásokat, kiscsibéket és kiskosarakat készítünk. Sajnos a fonalak egyre drágábbak, de a kézzel készült sapkáknak, sálaknak, pulóvereknek és egyéb dolgoknak még mindig nagyobb becsülete van.

2009-ben kiállítást szerveztünk az elkészült munkáinkból, nagyon jó visszhangja volt. Sok kedves bejegyzést olvashattunk a vendégkönyvünkben, ahol fényképekkel is megörökítettük a kézimunkákat.

2010-ben kirándultunk Budapesten a Vajdahunyad várában, ahol megnéztük az adventi kiállítást. Gyönyörűek voltak a karácsonyi díszek, betlehemek. Annak ellenére, hogy egész nap esett a hó a kirándulás nagyon jól sikerült, szép emlék maradt. Örömmel tapasztaltuk, hogy mi is készítünk hasonló horgolásokat a fenyőfára.

Az alcsúti arborétumba és a zsámbéki lámpamúzeumba is ellátogattunk. Zsámbékon nem hagytuk ki a romtemplomot sem. Bár a kirándulások nem kapcsolatosak a kézimunkával, mi itt is jól éreztük magunkat.

Foglalkozásainkat heti egy alkalommal, hétfőn 16⁰⁰ órától 18⁰⁰ óráig tartjuk.

Kapcsolatban vagyunk a tokodaltári kézimunkakörrel, a kiállításunkra is meghívtuk őket. Ők is nagyon lelkesek, szép dolgokat alkotnak, mi is voltunk nálunk.

Azt hiszem, hogy ennél hasznosabb és kellemesebb időtöltés kevés van, mindenkinek ajánlani tudom.

Szerencsénk van, hogy a Nyugdíjas Klub énekkara is hétfőn tartja a próbáit, és közülük néhányan előbb érkeznek. Bejönnek hozzánk, megnézik mit csinálunk, elhozzák az általuk készített saját darabokat, közben jót beszélgetünk.

Szeretettel várunk mindenkit, aki csak egy kicsit is érdeklődik a kézimunka iránt.

Papp Alajosné, a kézimunkaklub motorja



Húsvéti gondolatok

Köszönöm az újbóli felkérést, hogy húsvéti gondolatokat oszthatok meg az olvasókkal, s ehhez kapcsolódóan hívhatom az érdeklődőket mind a két éves jubileumi zenés istentiszteletünkre, mind pedig a gyermekeknek szánt rendhagyó ének-órára.

Úgy gondolom, hogy mindenki látott már olyan kicsi gyermeket, akinek valami baja volt, és ezért sírt. A baj ezerféle lehet. Szeretne valamit, de még nem tudtuk kitalálni, hogy mit, vagy elvették nagy becsben tartott játékát, vagy egyéb dolgát. Sokszor annyira belefeledkezik hangos fájdalmába, hogy észre sem veszi, hogy már rég megszűnt az aggodalmat kiváltó ok, nincs miért sírnia. Húsvétkor először Jézus tanítványai is, az előbb említett kisgyermekhez hasonlítottak. Megfosztották őket attól, aki az övék volt. Akivel jártak az országot, akit hallgattak, akinek szavából életet erőt kaptak. Váratlanul érte őket a mester halála. Hiszen a messiás hogy halhat meg úgy, hogy nem teljesítette a „kötelességét”, nem törli el a római fennhatóságot, és nem ül be Dávid trónjába. A tanítványok közül Péter kardot rántott, mellé álltak volna többen is. De Jézus mást akart... Most már mindegy, meghalt, vége mindennek. Kusza és zavart volt a tanítványok gondolatvilága. Nekik még terveik voltak Jézussal. A szomorú és levert tanítványok nem értették mesterüknek miért kellett meghalnia, így a feltámadásban sem bizakodtak. Hiába jövendölte meg tanítójuk többször is, hogy bizonyosan meghal, elhessegették ezt az eshetőséget. Miután mégis bekövetkezik a számukra lehetetlen, nincs erejük a másik lehetetlent, vagy pontosabban a lehetetlennel véltet, a feltámadást várni.

Húsvét reggelén asszonyok mennek Jézus sírjához. Az lenne a természetes, ha dicsőíteni mennének a feltámadott királyt, hiszen tudták, hogy Jézus azt mondta, hogy harmadnapon feltámad. De ők az elmaradt balzsammal való megkenést mennek pótolni, ők a halott mesterhez mennek. Nem értették meg az ígéretet, így azonnal el is felejtették.

A követ elhengerítették. Eszükbe jut az asszonyoknak az ígéret? Nem.

Bemennek, üres a sír. Elkezdenek gondolkozni? Nem.

Pedig az üres sír kétezer év távlatából is perdöntő bizonyíték a feltámadás mellett. Hogy a sír üres volt, azt még Jézus akkori ellenségei, a főpapok sem vitatták el. A sír, melyben a megkínzott és megölt Jézus feküdt, tényleg üresen állt.

Az asszonyok tehát látva a kereszthalált és látva az üres sírt mindent megtapasztaltak, mindent láttak, amiért Jézus a földre jött, amit itt értünk elvégzett. A húsvét értelméről mégsem tudtak semmit. A ma embere tud egyet, s mást Isten értünk végzett munkájáról, de sokszor nem válik számára örömezetté, életét megváltoztató evangéliummá.

Ebbe a maihoz is hasonlítható alaphelyzetbe hasít bele Isten két küldöttének szava, Isten megértető és megvilágosító igéje: **Mit keresitek a holtak között az élő? Nincs itt, hanem feltámadott: emlékezzetek rá, mint beszélt néktek, még mikor Galileában volt, mondván: Szükség az ember Fiának átadatni a bűnös emberek kezébe, és megfeszíttetni, és harmadnapon feltámadni.**

Itt fordul meg a húsvéti történet. Isten igéje nyomán vizsgálva nemcsak az értelmet nyernek a történetek: Jézus szavai, tettei, ígéretei és legfőképpen kereszthalála.

A feltámadásról szóló hírt nem ember mondta ki elsőnek. A mennyből érkező követ, az angyal (angyalok) adták hírül, mint annak idején Krisztus születését is. Nem emberi ügy ez, nem itt van a gyökere. Nem emberi viszonylatok között támad. Ha ember szívében fogant volna meg a hír, ha emberi agy találmánya lenne talán könnyebben elfogadható, sokkal kevésbé megbotránkoztató volna az üzenet. De nekünk nem magunk szülte kétes bölcsességre, nem a mi szívünkől kipatantó álmokra és reménységre, hanem a mennyből való, mennyből származó örömeztetésre van szükségünk.

Mint a gyermek elveszett játékának, úgy az embervilág elveszett Krisztusának hiányát érzi és nyögi. A ma embere úgy érzi, meghalt számára Krisztus, nincs Istene. Sír és jajgat az embervilág, hogy jaj, minden – minden odalett. Kívánom, hogy 2012-ben halljuk meg a mennyből származó örömeztetést. **Mit keresitek a holtak között az élő? Nincs itt, hanem feltámadott!**

Rácz Tibor lelkipásztor

Vár az iskola!

A gyermekek és szüleik életében meghatározó esemény az első iskola kiválasztása. Ebben szeretnék segítséget nyújtani községünk általános iskolájának bemutatásával. Engedjék meg, hogy néhány gondolatot megosszak Önökkel iskolánkról.

Fontosnak tartjuk, hogy tanulóink jól érezzék magukat az iskola falai között. Ennek érdekében az intézmény a kor elvárásaihoz és kihívásaihoz igazodva, folyamatos átalakuláson, korszerűsítésen (fűtés, világítás, nyílászárók cseréje, bútorfelújítás) ment keresztül az elmúlt évek folyamán. Ebben a tanévben kerül sor az épület külső hőszigetelésére és színezésére, mely által energiatakarékossá és esztétikusabbá válik az épület.

A gyermekeknek nagy fordulópontot jelent, amikor az óvoda után az iskola első osztályába lépnek. A zavartalan átmenet megkönnyítése érdekében fontos a két intézmény szoros együttműködése, kapcsolattartása.

Már hagyománynak számító, kedvcsináló program keretében, iskolánkban március végén rendezzük meg a „Vár az iskola” című mese- és bábfigyelőprogramot, melyre minden nagycsoportos óvodást és szülőket szeretettel várunk.

Továbbá a kapcsolattartás keretein belül áprilisban a leendő első osztályos tanító néni látogatást tesz az óvoda nagycsoportjában, bepillant az óvodai életbe és megismerkedik leendő tanítványaival. Majd a gyerekeknek is lehetőségük nyílik arra, hogy az óvónők kíséretében részt vegyenek egy iskolai tanítási órán, s így megismerkedhetnek az épülettel, a tantermekkel, beülhetnek az iskolapadba, illetve bekapcsolódhatnak az órai munkába (számolás, versmondás, éneklés...) is. Az első osztályos tanulók a nagycsoportos óvodásokkal közös foglalkozáson (mese, éneklés, kreatív...) vesznek részt az óvodában.

Április hónapban Csicsmann János tagintézmény-vezető szülői értekezletet tart a leendő első osztályos tanulók szülei számára, bemutatva, **miért is érdemes iskolánkat választaniuk gyermekeik második otthonául?**

- A sikeres óvodai munkát folytatva, a beszédfejlesztésre szoruló tanulóinkkal, nagy tapasztalattal rendelkező logopédus foglalkozik. A következő tanévtől kezdődően a tanulási nehézségekkel küzdő gyermekek felzárkóztatását fejlesztő pedagógus végzi iskolánkban, ezzel is növelve az oktató-nevelő munka hatékonyságát.
- Ahogyan már az óvodában is tapasztalhatták, ugyanúgy iskolánkban is nagy hangsúlyt fektetünk nemzeti oktatásunk során a hagyományok megőrzésére, ápolására.
- Nagyon fontosnak tartjuk, hogy megfelelő alapot adjunk a gyerekek későbbi idegen nyelvi tudásának. A második és harmadik évfolyamon heti egy órában, szakkör formájában, a negyedik évfolyamtól kezdődően heti három órában van lehetőség szabadon választható angol vagy német nyelv tanulására.
- Jól felszerelt számítógéppark és internet áll a gyermekek rendelkezésére, melyet a 4. osztálytól kezdve a számítástechnika órák keretein belül használhatnak.
- Felső tagozaton interaktív táblával felszerelt tantermekben tanulnak a diákok, mely változatosabbá, élményszerűbbé teszi a tanulást.
- Lehetőség van napközi igénybevételére is, ahol biztosított az étkezés, a tanulás és egyéb programokon való részvétel, pedagógus irányításával, felügyeletével.
- A gyermekek szabadidejének hasznos eltöltésére szakkörök nyújtanak segítséget.

- Tornatermünkben a tanulók minden délután találnak kedvükre való elfoglaltságot.
- Iskolánkban már több éve hagyomány, hogy a 3. osztályos gyerekek úszásoktatáson vesznek részt a csolnoki uszodában. Az oktatás célja, hogy a gyerekek tanuljanak meg úszni és biztonságban érezzék magukat a vízben.
- Fontosnak tartjuk a család és az iskola együttműködését, melynek egyik fontos eleme az évente több alkalommal tartott szülői értekezlet, továbbá a tanév folyamán novemberben nyílt napra várjuk az alsós gyerekek szüleit, mely alkalomból betekintést nyerhetnek a tanórai munkába, láthatják gyermekük mindennapi közösségének színterét.
- A tanév során a Szülői Közsséggel együttműködve több programot, rendezvényt (családi sportnap, Mikulás, farsangi forgatag, gyermeknap...) szervezünk.
- Év végén a tanulmányi kirándulás és a szlovák nyelvi tábor sem maradhat el.
- Legkiválóbb tanulóink az év végén a jutalomkönyveken kívül a legjobb tanuló-sportoló díjban is részesülhetnek.

Ezekkel a gondolatokkal szerettem volna felkelteni érdeklődésüket, és szeptemberben szeretettel várjuk intézményünkben az Önök gyermekeit, mint iskolánk legfiatalabb tanulóit.

*Hidasiné Horváth Anna
munkaközösség-vezető*

Érzelmi nevelés óvodánkban

Óvodai programunknak, az „Óvodai nevelés a művészetek eszközeivel” alappillére kettős: egyrészt az érzelmekre épít, másrészt a gyermek esztétikai tevékenységét, alkotó készségének fejlesztését hangsúlyozza. Az érzelmeknek rendkívüli jelentősége van az óvodás gyermek életében. Az óvodás gyermek jellemző sajátossága a magatartás érzelmi vezéreltsége. Személyiségében az érzelmek dominálnak, ezért elengedhetetlen, hogy a gyermeket úgy, mint otthon, az óvodában is érzelmi biztonság, szeretetteljes, derűs légkör vegye körül. Ennek hatására alakul ki az érzelmi kötődés társaihoz és a felnőttekhez egyaránt. Óvodánkban az érzelmi nevelést számos új módszerrel próbáljuk megerősíteni.

A befogadás időszaka meghatározza a gyermek óvodához való érzelmi kötődését. Az „én mondókám, versem” jó módszer a beszoktatáshoz, amit a gyermek elsőként el-sajátít jelével együtt. A beszoktatáskor a szülőkkel együtt teremtik meg azt a szeretetteljes légkört, amely biztosítja, hogy a gyermek minél hamarabb elfogadja az új környezetet. A kicsiket idén „A kanári fiókák” című bábműsével köszöntötték az óvó nénik. A többi korcsoportnak Fazekas Mihály: Ludas Matyi című művének előadásával kedveskedtünk. Az ezt követő napokban a gyerekek játék közben újra átélhették a meséből számukra fontos érzelmi szituációkat.

A gyermek biztonságérzetének fokozása érdekében „Megérkeztem,” jelrendszert vezettünk be. Megkértük

a gyermekeket, hogy óvodába érkezésük pillanatában tegyék ki jelüket, fényképüket és vegyék le, ha elmennek. A gyermekek helyes ítélőképeségének kialakításánál - hogy különbséget tudjon tenni jó és rossz között - kiemelt feladatot szánunk a jeles napoknak, meséknek, verseknek, énekes játékoknak. Az idei „Törpfarsang” jó példa erre, hiszen a rossz tulajdonságokkal felruházott Hókuszpókról kiderült, hogy „nagylelkű is tud lenni. (A nagylelkű Hókuszpók: Óvó nénik drámajátéka).

*Harcosfalvi Zsoltné
óvónő*





Annavölgy és Sárísáp Kertbarátainak és Borbarátnőinek Egyesülete életéből

Idén 27. alkalommal rendezzük meg a borversenyt Sárísápon, a Bányász Művelődési Házban. Hagyomány, hogy a borverseny megrendezésére mindig február végén kerül sor. Ez talán egy kicsit túl korai időpont szakmai szempontból, ugyanis az új borok ilyenkor még nem készek teljesen. Főleg a vörös borok érnek később. Mégis ez az időpont már a borversenyek kezdetének időszaka, mivel a szakképzett és elismert zsűritagokért nagy verseny folyik a települések között.

A rendezvény szervezője, az Annavölgy és Sárísáp Kertbarátainak és Borbarátnőinek Egyesülete már több alkalommal rendezett térségi nyílt borversenyt. A mostani egyesületi zárt borversenyként került meghirdetésre, ugyanis Sárísáp rendezi idén az Ister-Granum Eurorégió Vándor Borversenyt. Két nagy verseny megszervezése pedig költségigényes feladat.

A borverseny 3x3 tagú zsűrijének elnöke Vikukel László volt Esztergomból. A nevezett bormintákat február 23-án, csütörtökön hozta Sárísápra a versenyzők hada, február 25-én, szombaton pedig elbírálta azokat a zsűri. Az ünnepélyes eredményhirdetésre március 3-án került sor.

Az egyesület 196 tagú szervezet 17 településről. Külön öröm, hogy településeinken vannak fiatal borászok és a boráskodást a hölgyek is bevállalják a gasztronómia mellé, mint ahogy férfi borász, és egyúttal pálinkász tagjaink a gasztronómia hódolói is egyben.

A rendezvényen résztvevő borászokat köszöntötte Kollár Károly, Sárísáp polgármestere, aki gratulált az elért eredményekhez.

10 településről 49 borász (7 nő, 42 férfi) nevezett 109 bormintával. Ebből 55 volt a fehérbor, 19 rozé- és 35 vörösbor érkezett.

101 újbort és 8 óbort értékelhetett a szakmai zsűri. 37 bor készült saját szőlőből, 73 bor pedig vásárolt szőlőből. 29 borász (3 nő és 26 férfi) szerzett érmet. 58 érmet osztottunk ki.

58 érmet : 109 borminta = a nevezett borok 53,21%-a kapott érmet.

Legeredményesebb borász: Vitek János (Sárísáp) – 6 érmet

Legjobb fehérbor: Kis Csaba (Piliscsaba)

Legjobb vörösbor: Vitek János (Sárísáp)

Legjobb rozébor: Solymosi Attila (Pilisvörösvár)

Legjobb saját szőlőből készült fehérbor:

Szolnoki László (Annavölgy)

Legjobb saját szőlőből készült vörösbor:

Szolnoki László (Annavölgy)

Legjobb saját szőlőből készült rozébor:

Marcso Tamás (Sárísáp)

Annavölgyről 2 borász 3 bormintával, Sárísápról 30 borász 58 bormintával nevezett.

A rendezvényen felhívtuk az egyesület borászainak figyelmét arra, hogy az Ister-Granum Eurorégió Vándor Borversenyére – amelyet idén április 20-án Sárísáp rendez – nevezzenek minél többen. Erre a magasabb kategóriájú borversenyre április 17-én, kedden fogadjuk a bormintákat 10 – 18 óra között. A borverseny eredményhirdetésére május 5-én, szombaton kerül sor a Sárísápi Művelődési Ház színháztermében.

Kérjük közsegeink aktívan dolgozó lakosságát, hogy SZJA adójuk 1%-a felett úgy rendelkezzenek az APEH felé, miszerint azzal egyesületünk munkáját kívánják támogatni. Továbbá várunk minden érdeklődőt tagságunk sorába

*Schummel Tamás
az egyesület elnöke*



Vártúra

Februárban Csicsmann János tanár úrral 15 gyerek elutazhatott egy vártúrára. Mi is köztük voltunk. Reggel -18 fokra ébredtünk (árnyékban). A hosszan tartó gyülekező után egyórányi buszozás várt ránk, míg megérkeztünk első úticélunkhoz, a komáromi Monostori erődhez.

Az 1850-71 között épült erőd a II. világháború után a szovjet csapatok legnagyobb kelet-európai lőszerraktára volt. 1989-ben 10.000 vagon lőszert és robbanóanyagot szállítottak el innen.

Az erőd ágyújánál csoportképet készítettünk, majd bejártuk a külső épületeket. Megtekintettük az istállókat, a legénységi és tisztai szárnyat, felmáshattunk



a Tüzérbástya tetejére is. Szép látványt nyújtott a zajló Duna. A hideg elől a múzeumba menekültünk melegedni.

A gazdag gyűjtemény fegyverekből, egyenruhából és egyéb használati tárgyakból állt. Egy terepasztalon nyomógombok voltak, amit megnyomva

hangszórókból hallottuk az oda illő érdekességeket.

A kazamaták következtek, ahol 3 fős csoportokban elemlámpával kellett megtalálnunk a helyes utat. Néhányunknak sikerült eltévedni a „labirintusban”. A következő játékunk „rókavadászat” volt. A sötét folyosókon elrejtett dobozokat kellett elemlámpa és térkép segítségével felkutatni. Ezekben cukorkák lapultak. Nagyon izgalmasra sikerült a játék, mert a másik négy csapat elől kellett megszerezni ezeket a kincseket.

Másodszor Tatán, a várnál álltunk meg. A várudvart és a bástyákat körbejártuk, megnéztük a hattyúkat, lementük az Öreg tó partjára és egy jót csúszkáltunk a jégen.

Utolsó úticélunk Gesztes vára, ahol a hangulatos étkezőben melegedhettünk egy kicsit. Megnéztük a lovagtermet, ahol annak idején vadászatok után Zsigmond király lakomázott. A vár tetejére is felmászhattunk, ott állt egy kilátó, innen jól beláttuk a környéket.

Hazafelé Vértessomlón megálltunk egy

sütire a Krisztina Cukrászdában, amit ezúton ajánlunk minden arra járónak.

A nap végére, bár mindenki elfáradt, új élményekkel gazdagodva értünk haza.

Nagyon tetszett a kiállítás, sok érdekességet láttunk, hallottunk. Reméljük, lesz még ilyen túrában részünk.

Résztevők: Ballabás Elizabet (8.b),

Csicsmann Lilla (5.a), Dávid József (8.b), Dénes Olivér (6.a), Gombola Réka (7.o), Gurin Patrik (7.o), Jurásek Jázmin (6.a), Molnár Andrea (5.a), Pelyva Máté (6.a) Priegl Zsófia (6.a), Révész Éva (6.a), Somodi Róbert (7.o), Somodi Virág (7.o), Urbanics Anna (6.a) Varga Kristóf (7.o),

Köszönet a kántori szolgálatért Szabó Miklósné Borika néninek

*„Aki nekem szolgál, az engem kövessen, s ahol én vagyok, ott lesz a szolgálom is.
Aki nekem szolgál, azt megtiszteli az Atya.”*

1945 februárjában Urbanics Ferenc atya golyók között tett meg néhány km-es távolságot, hogy egy kislányt megkereszteljen Annavölgyön. Talán Ferenc atya fejében megfordult ott a háború közepette, hogy az utolsó gyermeket fogja megkeresztelni, mert eltévedhet egy puskagolyó, és élete véget érhet, de a papi hivatása vezette, hogy Isten gyermekévé tegye a kis Borbálát. Akit már óvodás korában vittek a Szentkereszti búcsúba, és ott a Lourdes-i barlangnál rácsodálkozott az idősek imájára és Boldogságos Szűz tiszteletére.

Az imádság mellett azért erős volt az öntudat is, amit meg kellett védenie a múlt hibás és hazug ideológiájával szemben. Gyermekfejjel megtanulta tisztelni a magyar és a szlovák értékeket, és nagymamája révén részesült a népviselet szépségében és a két nyelv sajátosságaiban. Ma, amikor az általánosítások világát éljük, mikor egy szóval megbélyegzünk másokat, nagy szükség van más nemzetek értékeinek a tiszteletére és az elismerésre. Borika a mai napig is vállalja a szlovák énekek éneklését a templomban és a temetéseken.

Egyházi szolgálatát 1957-58 körül kezdte el, mikor katolikus újságokat kezdett el osztogatni a hűgával. 1959 november 1-jétől a sekrestyési teendők ellátásával bízták meg Annavölgyön. Alig négy hónappal később már a kántorságot is elvállalta 15 évesen. A

megbízható és képzett kántor hiányát mutatta az, hogy az annavölgyi szolgálat mellett szükség lett rá Sárísápon is. 17 évesen férjhez ment és 5 leánygyermeknek adott életet, akiket az Isten és az egyház szolgálatára nevelt. Közöttük többen hittant tanítottak, volt aki a templom díszítésében vállalt szerepet, volt aki kántorizált. Nem kis áldozat volt a nagy család mellett ellátni nap, mint nap a két falu szolgálatát, amelyek közti távolságot nem ritkán naponta többször, hol gyalog, hol kerékpárral, hol autóbusszal tette meg.

Borikát az erő és a kitartás jellemzi, hiszen a mai napig megtartotta a hitet önmagában és másokban még az üldöztetés idején is. A sok nehézség és megpróbáltatás közepette az maradt a legnagyobb vigasza, hogy kántorként nap, mint nap dicsérhette és áldhatta az Istent. Kitartását és erejét jelzi, hogy az utóbbi években már négy templom szolgálatába kellett bekapcsolódnia, amit a fiatalokat megszégyenítő lendülettel, áldozathozattal végzett.

A mai világban jó példa Borika élete arra, hogy az Isten kegyelme mellett a család segítő erejére is szükség van, hogy a hétköznapi teendőit képesek legyenek ellátni. Mindezek mellett nem felejtkezhetünk el arról, hogy ez az 52 éves szolgálat élő keresztény közösségekben történt, ahol mindennapi esemény az emberek egymás iránti szeretete és a

megbocsátó szeretet gyakorlása.

Munkája elismeréseként 2010-ben az Esztergom-Budapesti Főegyházmegegye a Szent Adalbert –kitüntetés, Sárísáp Község Önkormányzata a Sárísápi Kitüntető Címet adományozta neki.

Borika hűséges munkáját nyugdíjba vonulása alkalmából az annavölgyi Szent Borbála, a sárísápi Szent Imre egyházközségek nevében köszönjük!

*Kollárné Mázsi Krisztina
egyházközségi képviselő-testületi tag*



JÓGA, AYURVÉDA, ÉS REIKI SÁRISÁPON

Lassan másfél év is eltelt, hogy megtartotta első jógaóráját Vívék Madar Sárísápon. Minden szerdán este hét órakor az iskola tornatermében egy vidám kis csapat jógázik, ahová sok szeretettel várunk mindenkit, aki szeretné egy kicsit megmozgatni elfáradt izmait. A hiedelmekkel ellentétben a jóga nemcsak meditáció, hanem elég kemény testmozgás is lehet.

A szerdai napok mellett vidám és hasznos kirándulásokat is szervezünk. Tavaly medvehagymát szedtünk a pusztamaróti erdőben, nyáron pedig Pilisszentkereszten a Máriakútnál jógáztunk és bográcsoltunk mielőtt megtöltöttük kulacsainkat a különleges forrásvízzel.

Az Ayurcenter csapata idén is szervez kirándulásokat a kör-

nyező erdőkhöz, nevezetességekhez, ahová a „jógások” családtagjai is szívesen jönnek velünk, természetesen ide is várunk sok szeretettel mindenkit 0-99 éves korig.

Most röviden, mire is jó a jóga?

A jóga sok ezeréves hagyománya Indiából származik. Bár a jóga kultúrája és folyamata rendkívül összetett, mégis mindenki számára kivitelezhető testgyakorlatok, valamint relaxációs és meditációs technikák által segít megőrizni biológiai és lelki egyensúlyunkat. A jóga hatása elsőként a fizikai test szintjén megvalósulva az egészség és az életerő fenntartásában nyilvánul meg. Amellett, hogy a csont- és izomrendszer mozgékonyágát és erejét növeli, fejleszti a test hajlékonyságát és tartósan serkenti a vérkeringést, javítja az anyagcsere-folyamatokat, növeli a tüdő kapacitását, segít a túlsúlytól való megszabadulásban, csökkenti a vér koleszterin- és vércukorszintjét. Bizonyos gyakorlatok a belsőelválasztású mirigyek működésére is pozitívan hatnak. Túlzott stresszhatás, koncentrációs zavarok és ideggyengeség esetén is jótékony hatásúak. Speciális gyakorlatai révén a jóga bizonyos látászavarok (rövid, és távollátás, a szemmozgató izmok gyengesége stb.) javításában is segíthet. Mindezek mellett azonban a betegségek megelőzésében van felülmúlhatatlan szerepe. Tehát érdemes kipróbálni a betegségek megszüntetése és megelőzése szempontjából is.

Az Ayurcenter másik fő tevékenysége az ayurvéda.

Mit jelent az ayurvéda?

Az ayurvéda annyit tesz: az Élet Tudománya. Nevéhez hűen valóban megoldást kínál életünk valamennyi aspektusára. Az Indiából származó ayurvéda mintegy 5000 éves múltat tekint vissza. Az ayurvéda holisztikus megközelítéssel szem-

léli a problémát és a gyógynövényekkel és masszázssal való gyógyítást helyezi előtérbe. Az ayurvéda olyan betegségeket kúrál eredményesen, mint a magas vérnyomás, idegrendszeri gondok, alvásproblémák, mozgásszervi fájdalmak, allergiás tünetek, ízületi bántalmak, emésztési panaszok és a sort még hosszan lehetne folytatni. Az ayurvéda ezek gyógyítására egy olyan módszert kínál, amely a megfelelő életmód felé terel minket. Ez a módszer nem a betegség tüneteit, hanem az okokat szünteti meg.

Az Ayurcenter harmadik főtevékenysége a reiki. A reikivel való kezelés természetes és egyszerű gyógy mód, amely több energia felvételét teszi lehetővé. Ez a természetes gyógyító energia, erőteljes koncentrált formában a reiki közvetítőkezei áramlik át. A gyógy mód általában segít mindenféle gyógyulásban és nagyon gyorsan enyhíti a fájdalmat, valamint az egyéb heveny tüneteket.

Dénes Roland



Amiről mostanában a médiában olvashattunk:

a Magyar Légiközlekedési Vállalat megszűnéséről, egy egykori alkalmazott szemével:

Egy öreg pilóta kesergései

Kedves Olvasó!

Szeretném előrebocsátani, hogy a témában, amiről néhány sort szeretnék papírra vetni, eddigi életemben elfogult voltam, vagyok és az is leszek mindig. Pilóta vagyok, és mint ilyen elfogult, ha repülésről van szó. Ne várják el egy pilótától, hogy kibírja könnyek nélkül azt, hogy valaki elveszi tőle a munkaeszközét, az álmait, a repülőgépet. Igen, eltalálták, a MALÉV-ről van szó. Arról a magyar vállaltról, amelyről mindenki tudta, hogy a miénk, a nyíregyháziaké, a soproniaké és természetesen a sárisápiaké is. Biztosan vannak sokan Önök között is, akik repültek a MALÉV-vel és remélem kellemes emlék maradt a repülés néha kicsit háborzongató élménye. Én magam minden alkalommal libabőrös lettem, ha sikerült odasimítani – meggurítani – leszálláskor a gép kerekeit a kifutópályán. Ré-

gen, egyszer egy oktatóm azt mondta a leszállási manőver megkezdésekor, hogy „fiúk, teljes figyelmet kérek, mert alkotunk! Ha az utasok nem tapsolják meg a leszállást, akkor nem voltunk 100 százalékosak, és azt nem engedhetjük meg magunknak.....”

Nem akarok moralizálni, főleg nem politizálni, de ezt valakik (csupa kisbétűvel) hagyták, hogy így legyen és ami szörnyűbb, az is lehet, hogy valakik akarták. A nemzeti légitársaságot, a Magyar Légitársaságot hagyták tönkremenni. Utcára került százak légi utaskísérő – Istenemre a legtöbb nagyon csinos – , közel háromszáz jól képzett pilóta, és ezenkívül még közel kétezer ember, akik az egyéb területeken dolgoztak. De ez nem minden! Tönkrement sok anyag, alkatrész, élelmiszer, fehérnemű, egyenruhaszabó és nem tudom én, hogy mennyi, a MALÉV-re épített, létrehozott vállalkozás.

Ugye Önök is hallják azt a csendet ami a politika részéről hallható – vagyis NEM hallható. Nincs a döntésnek gazdája!

Remélem, elhiszik nekem amikor azt állítom, hogy nem a pilóták, a stewardessek, a jegyeladók, vagy az agyonhajszolt takarítószemélyzet tette tönkre a céget. Biztosan Önöket is vélemény alkotásra kényszeríti az olyan információ, hogy az elmúlt 35 évben a MALÉV-nek több, mint 22 azaz huszonkettő vezérigazgatója volt. (Lehet, hogy csak 21, bocsánat). Mit tetszenek gondolni, ennyi vezérigazgatóból hányan tudták azt, hogy melyik a repülőgép eleje? Egy pártfunkcionárius honnan értett volna egy ilyen speciális terület irányításához, mert nagy részük az volt. Aki pedig értett hozzá, azt gyorsan félretették. Nekem nagy szám van, de ne vegyék rossz néven tőlem, ezt már nem merem leírni, hogy miért.

Akárhol, akárkivel beszélgetek az országban, mindenki egy kicsit a magáénak érezte a MALÉV-et.

Néhány évvel ezelőtt kétszáz pilóta összeállt, és csinált egy részvénytársaságot azért, hogy esetleg az évek múltával ez az RT. szerepet kaphasson a magyar repülésben. Hát itt az alkalom.

Elő a kidolgozott tervekkel, elő a be-

fektetőkkel és hajrá, legyen, új magyar légitársaság.

Úgy fogják hívni, hogy „Blue Nose” vagyis Kék Orr. Emlékeznek, a MALÉV gépeinek az orra kékre volt fújva. Nekem tetszik az ötlet.

Hát kérem! Eddig mindennel találkoztak a pilóták - amit az ügy érdekében kereszthe lehet tenni - de segítőkészség-

gel nem. Meg tudnák ezt magyarázni? Én talán igen, de ezt megint csak nem merem leírni.

Befejezem, mert az újság terjedelme kevés lenne a további kesergéshez, de a sorok végére még egyszer képzeljenek el egy könnycseppet. Nem szégyellem!

KG

El Camino – Az út

„Egy ezermérföldes utazás egyetlen lépéssel kezdődik.”

Lao-Ce

- Mi is az a sokszor hallott El Camino?

Az El Camino, vagy Szent Jakab út több, mint 800 km hosszú, 1800 épület, templom és történelmi műemlék szegélyezi. A francia Pireneusokban kezdődő, az észak-spanyolországi Santiago de Compostelába, Jakab apostol sírházához vezető történelmi zarándokutat ezer év óta már milliók járták végig. Az úton fiatalok, középkorúak és idősebbek, akár 70 év felettiek is vígan gyalognak, először vagy visszatérőként egyaránt, nemzetiségtől függetlenül.

- Hogy jutottál arra a döntésre, hogy te is elindulsz az úton?

Sokáig érlelődött bennem is a gondolat, aztán egyszercsak úgy éreztem, kész vagyok a legizgalmasabb „utazás-

ra”.

„A Camino a belső meditáció ideje, nem turistaút” (Jesus Jato)

És tényleg, az úton nem volt más dolgom, mint gyalogni. Nem vonta el a figyelmemet a hétköznapi „taposómalom”. Testsúlyom tíz százalékát cipeltem a hátamon az anyagi világból, és még az is túl soknak bizonyult néha. Az alaposan megtervezett kilencszáz kilométer, a visszafelé szóló repülőjegy is időkorlát közé szorítja az embert, naponta kell teljesíteni, nem lehet megállni, nem lehet betegnek, fáradtnak lenni.

A 33 nap történései szavakban: repülőút Párizsba, vonatozás, Saint-Jean Pied-De-Port a zarándokútlelől kiváltása, a napi átlag 28-30 km gyaloglás, szálláskeresés, tisztálkodás, mosás, néha vízhólyag, hátfájás, étkezés, alvás, korai kelés, városnézések, fényképezés, szép tájak, a fésűs kagyló jelképe mindenütt,

a soknemzetiségű zarándoktársaim, igazoló oklevél kiváltása a megtett útról Santiagóban, még 100 km gyaloglás Finsterra-ig ahol a szárazföld tényleg véget ér és kezdődik a végtelen óceán... Testi, lelki, szellemi próbatétel, új energia, feltöltődés, új erő, emlékek, barátságok...

- Megtennéd-e újra ezt a zarándok utat?

Szeretnék én is egy lenni azok közül, akik újból és újból nekivágnak Szent Jakab útjának.

Varga Viktor szavait lejegyezte
Vargáné Urbanics Mária



EGY KICSI MOZGÁS MINDENKINEK KELL!

“A mozgás sok mindenre gyógyszer, de nincs olyan gyógyszer, amely a mozgást helyettesítené”
/ görög mondás /

A mozgás bizonyítottan több, mint gyógyszer, mert többek közt: jót tesz a szívnek, segíti a súlycsökkentést, megszabadít a súlyfeleslegtől, megelőzi a csontritkulást, csökkenti a magas vérnyomást, kiváló stresszoldó, késlelteti az öregedést, csökkenti a cukorbetegség szövődményeit, fejleszti a mentális egészséget, segít az alvási problémák megoldásában, javítja a test oxigénellátását, erősíti az izmokat és ízületeket, önfegyelemre nevel, javítja a közérzetet stb.

A sport minden életkorban az egészség fontos része. A következő gyakorlatokat kortól függetlenül mindenki végezheti.

Nyak-váll torna

Üljünk egy támla nélküli székre, hátunk legyen egyenes, karok a törzs mellett! A gyakorlatokat 8-10-szer ismételjük!

- vállunkat húzzuk a fülünkhöz, majd engedjük le
- fejünket lassan hajtjuk előre, majd emeljük vissza
- vállakat húzzuk hátra, zárjuk a lapockát, majd lazítsunk
- fejet lassan balra hajtjuk, majd jobbra
- lassan fél-fejkörzést végzünk csak elől egyik válltól a másikig /hátra nem/

- vállra érintjük a két kezet, könyököt oldalra megemeljük vállmagasságig, és leengedjük
- könyök oldalt, elől közelítjük a könyököket, majd hátra húzzuk, a lapockát összezárjuk
- könyök oldalt, karokat oldalra kinyújtjuk, majd visszahajlítjuk a vállra
- kéz a vállon, könyök vezetésével vállkörzést végzünk előre, majd hátra
- tarkóhoz emeljük a kezeket, majd le a csípőre
- kéz csípőn, innen a derék mögé csúsztatjuk- de nem dőlünk előre-, majd vissza a csípőre
- derék mögött a két kéz, hátrahúzzuk a vállakat és a könyököket, majd lazítunk
- törzs mellé engedjük a karokat, váltott karral lefelé nyújtózunk, a törzs egyenes marad
- vállakat hátrahúzzuk, mély belégzést végzünk, majd hosszan kifújuk a levegőt és ellazítunk

Kedves egészségünkre! Szép tavaszt mindenkinek jó erőben, egészségben!

Kanovszki Pálné

ÉRDEKES EMBEREK – KÜLÖNLEGES HOBBIK

Madárház a fák között

Aki a Mező utca és a Köztársaság utca felé sétál Újtelepen, érdekes építményeket, madárházakat és úgynevezett „röptéket” láthat az egyik családi ház udvarán.

A tulajdonos Urbanics Norbert – akinek valamikor régen a nagyszülei laktak itt – 1997-ben költözött ide a családjával Dorogról, visszavágytak a falusi életbe. Megkértem mesélnen különleges szenvedélyéről, hobbijáról: a papagájokról, hiszen ezekkel az egzotikus, Magyarországon nem őshonos madarakkal foglalkozik, ezeket gyűjti.

- **Mióta foglalkozol madarakkal és mi adta az ötletet, hogy gyűjteni kezd őket?**
- Már 9 – 10 éves koromban is voltak papagájaim, már akkor nagyon szerettem őket, szívesen foglalkoztam velük. Komolyan 1995-96 körül kezdtem gyűjteni őket itt, a sárisápi háznál. Akkor még nem laktunk itt, de papagájaim már voltak, rendszeresen kijártam etetni, gondozni őket. Amikor kiköltöztünk, az egész család – feleségem és a gyerekeim is – segítettek a madárházak építésében, a röpték kialakításában, az állatok ellátásában, és ez így van azóta is.
- **Milyen fajtájú papagájaid vannak és mennyi van belőlük?**
- Szeretném elmondani, hogy csak papagájokat gyűjtök – a kicsiktől az óriásokig – másféle madaraim nincsenek. A legkisebb a „kecskepapagáj”, aztán van „kis Sándor”, vagy „örvös papagáj”, ezek többféle színben pompáznak. A „nagy Sándor papagájok” viszont csak zöldek. A „rozella” piros, sárga és fekete színű, de van még „jákó” papagájom, vannak „amazonok” is. Ezek már nagyobbak és négy fajuk van: a kék homlokú, a sárga homlokú, a venezuelai és az őszi amazon. Összesen 25 pár van belőlük. Fontos, hogy ezeket a madarakat mindig párban kell tartani. Valamennyi közül a legnagyobb az „ara” papagáj. A hangja is neki a legnagyobb, 100 dB felett is képes kiabálni. Különösen időjárásváltozás előtt hallatja a hangját, tavasszal a jó idő érkezésekor, illetve költési időszakban. Ők nagyobb röptét is kaptak, este korábban kerülnek a madárházba, reggel pedig csak 8 után jöhetnek ki. Ez azért van így, hogy a szomszédok nyugalma ne zavarják. Érdekes lehet, hogy bármilyen hangosak, ha ragadozó madarat látnak, azonnal elhallgatnak.
- **Úgy tudom az arák közül van kedvenc is. Ő nem párban él és a lakásban tartjátok. Mesélnél róla?**
- Igen. Kittikének hívják és egy nagy kalitkában lakik benn a lakásban. Különleges madár – mert bár egy kicsit hisztis – de ő beszélő papagáj. Különböző hangszínekben képes mondani, hogy anya, hello, Kittike, szia, jó, oké. De időnként az állat vakargatja, úgy tesz, mintha gondolkodna. Ám ha ismeretlen ember van a közelében megmakacsolja magát és hallgat. (Ezt magam is megtapasztaltam – L.V.É.)
- **Milyen különleges bánásmódot igényelnek ezek az állatok és mivel eteted őket?**
- Madárházban laknak, a röptét pedig különösen erős drótból készítettem, hiszen az arák képesek még ezt is szétbontani a csőrükkel. Ezek a madarak Amerikában, Afrikában és Indiában őshonosak, de az enyémeik már Magyarországon tenyésztett állatok. Jól bírják az itteni klímát, -16 fok-

ban is kinn alszanak.

Különleges madárkeveréket esznek, ami 32 féle összetevőből áll, de összedarabolt zöldségeket, gyümölcsöket is adok nekik. A piros ara a diót és a mandulát is képes megtörni a csőrével. Költési időszakban – ez februárban van – csírázott magvakat kapnak, több vitamint, tojásos lágy eleséget, speciális madáreléséget, ami kendermagot és piskótát is tartalmaz.

- **Azt hallottam, időnként „madársütivel” kedveskedsz neki. Mi is ez?**
- Igen. Ha van időm összekeverem a marhahúst sárgarépával, háromféle liszttel, tojással, sóval és egy formában megsütöm. Olyan lesz, mint a piskóta.
- **Előfordult már, hogy az odafigyelés ellenére elrepült valamelyik madarad?**
- Egyszer megszökött egy „jákó” papagájom. Csőrével kibontotta a drótot, így repült el. Csak másnap vettem észre, hogy hiányzik, azt hittem költ. Aztán rájöttem, hogy nem repült messzire, a szomszédos fákra ült, onnan feleltetett a párjának. Folyamatos estetéssel csaltam mindig közelebb a ketrecéhez, így sikerült befogni.
- **Ellenőrzi-e valamilyen hivatalos szerv a hobbi madártartást?**
- Igen. A Természetvédelmi Hivatal. Előírják a ketrecméreteket, - az én madárházam 120 m²-es - a tartási feltételeket. Ők adják a madarak igazolását, hiszen ezek az állatok bejelentés-kötelesek.
- **Hordod-e bemutatóra a madaraid?**
- Csakis hobbiból, a saját szórakozásomra tartom őket, de időnként elutazom a „madárbörzére”, ez Monoron van évente. Sokszor voltunk itt családotul is. Ha madárkiállításra meghívnak, szívesen elmegyek. 2008-ban a leányvári madárkiállításon „énekes papagáj” kategóriában értem el eredményt.

Beszélgetésünk végén, Norbi büszkén mutatja az eredményt igazoló oklevelet, én pedig megköszönöm, hogy mesélt érdekes és szép hobbijáról. Jó egészséget és kitartást kívánva elköszönök az Urbanics családtól és a ketrecéből bizalmatlanul rám kacsingató szépséges ara papagájtól, Kittikétől.

L.V.É.



Sportegyesületünk elsődleges és legfontosabb feladatának tűzte ki, hogy a két meglévő szakosztályunkat a lehetőségeinkhez mérten minél eredményesebben működtessük. Az eredményes működéshez a feltételek adottak voltak, hiszen a polgármesteri hivatal és az akkor még Sikér Kft, ma már Sikér Zrt. támogatásával különösebb anyagi gondok nélkül tudtak csapataink a bajnokságokra felkészülni, illetve eredményesen szerepelni. Ezt azért tartom nagy dolognak, mert a tekéseinink az NB II-ben, a labdarúgóink pedig az NB III-ban álltak helyt, ami a labdarúgás esetében lényeges költségkülönbséget jelent a megyei bajnokságokkal szemben.

A tekecsapatunk olyannyira helyt tudott állni az NB II-ben, hogy folyamatosan az élmezőnyhöz tartoztak. Ezt a teljesítményt sikerült megkoronázniuk egy harmadik helyezéssel abban az évben, mikor egyesületünk a 70. évfordulóját ünnepelte. Az a megtiszteltetés ért, hogy az ünnepség alkalmával én akaszhattam a nyakukba a bronzérmeiket. Nagyszerű sikernek tartom, és mindannyian büszkéek vagyunk a teljesítményükre. Sajnálatos, hogy egy szerintem átgondolatlan átszervezéssel lehetetlenné tették azoknak a csapatoknak a további szereplését az NB II-ben, akik továbbra is amatőr szinten szeretnék üzni ezt a sportot, és nem tehetik meg sem anyagilag, sem az időbeosztásuk miatt, hogy egy-egy idegenbeli bajnoki mérkőzésre akár két napot is rááldozzanak. Ezért nem vállalták az NB II-t, és jelenleg az NB III-ban szerepelnek.

A labdarúgóink éremig nem jutottak ugyan, de azért összességében elégedettek lehetünk, hiszen sok magas színvonalú és kemény csatát hozó mérkőzést láthattunk a dolinában. Felejthetetlen élmény volt számomra, amikor egy vesztes mérkőzés után is felállva tapsolta meg játékosainkat a megfelelő hozzáállás miatt az egyébként igényes, és kritikus közönségünk. Volt olyan évünk az NB III-ban, a 2007-2008-as, amikor a statisztikák alapján a Sárísáp Sikér a 16-os mezőnyben a Csepel mögött a második helyen zárt 418,75-ös átlag néző számmal, szemben például a Dorog 227,78 átlaggal. A rendező szövetségekkel is sikerült megtalálni a közös nevezőt.

A mérkőzések megrendezését a polgárörök segítségével sikerült a különböző előírásoknak megfelelően megoldani. Külön köszönet ezért a polgáröröknek, akik mindig megfelelő létszámban oldották meg a jegyeladási és rendezői feladatokat.

2010 nyarán a Sikér Zrt. központjában folytatott megbeszélés során Blázsik Ferenc a cég tulajdonosa elmondta, hogy a soron következő szezonban a kialakult gazdasági helyzet miatt csak lényegesen kevesebb támogatást tudnak felelősséggel vállalni. Ez az összeg egyértelműen nem volt elegendő az NB III-hoz. Ennek ellenére úgy tűnt, hogy a hiányzó összeget, sőt még annál is többet kapunk egy külföldi cég magyarországi kirendeltségén keresztül. Azt a tájékoztatást kaptuk, miszerint a cég óriási beruházásokat tervez Magyarországon, a projekt vezetőjével tárgyaltunk, aki azt állította, hogy a beruházási összegből elkülönítettek 20.000.000 Ft-ot az NB III-as Sárísáp Sikér csapata számára, amit a cég vezetői jóváhagytak és aláírtak. Azt az ígéretet kaptuk, a pénz már úton van és a nevezési határidőig a bankszámlánkon lesz. Sajnos nem így történt. Az ígért összegnek egy töredéke sem érkezett meg.

A Sikér által megígért összeget megkaptuk, ebből kellett kigazdálkodni az őszi szezont. Ezután fel kellett tennünk a kérdést, hogyan tovább? A bajnokságnak, amibe beneveztük a csapatot, csak a fele telt el. Ha nem tudjuk lejátszani a tavaszi szezont, az szankciókkal járt volna, nem beszélve a presztízsvesztéséről. Ekkor jött megint a Sikér, és korábbi döntésüket megváltoztatva megnyílt a lehetőség, hogy egybetartsuk a csapatot, és a folytatásban még akár újra jól is szerepeljünk. Sajnos ez a sok hónapon át húzódó probléma olyan mély nyomokat hagyott, hogy a csapat már nem tudott felpörögni. Csapatunk négy év után kiesett az NB III-ból. Ezután újra nevezni kellett a következő bajnokságra. Tatabányán a Sikér irodában tájékoztattott Blázsik úr arról a döntéséről, mely szerint akkor támogatja a továbbiakban a sárísápi sportot, ha NB III-as felkérés esetén hozzájárulunk ahhoz, hogy Sárísáp-Task néven, tatabányai fiatalokkal, tatabányai szakmai stábbal induljanak az NB III-ban. Feltétel volt még, hogy a bajnoki mérkőzések Tatabányán legyenek. A megegyezés része volt az is, hogy a megye III. bajnokságban indítunk egy önálló csapatot, melyet sikerült javarészt helyi fiatalokkal feltölteni. Ez tehát a jelenlegi helyzet. Nagyon szépen köszönöm mindazoknak, akik a nehéz helyzetben is mellettünk maradtak, és segítettek, ahol csak tudtak. Természetesen köszönöm azoknak a fiataloknak is, akik a hívó szóra jöttek.

A másik fontos feladatunk az volt, hogy folyamatosan tegyünk valamit annak érdekében, hogy a sportoláshoz szükséges körülmények javuljanak. Sikerült világítást varázsolni az edzőpályánkra, új modern kispadokat, és labdafogó hálókat a centerpályára. Ezeknek a munkáknak a nagy részét sárísápi polgárok - függetlenül, hogy szeretik a focit vagy nem - oldották meg. Tiszteletre méltó, amit csinálnak. Ezeken kívül elkezdtük a kiszolgáló épületünk felújítását. Elkészült már két új öltöző vizesblokkal, egy nézőtéri WC hölgyeknek, uraknak. Egy MVH-s pályázat útján sikerült kicserélni a nyílászárókat modern műanyagokra, és egy új zsindeletető is került az épületre. A polgármesteri hivaltól kaptunk egy új modern kazánt és melegvíztárolót. Jelenleg is folyamatban van egy MVH-s pályázatunk, amivel a belső átalakítást tudjuk befejezni. Ezen kívül a TAÓ pályázaton pedig a külső szigetelésre fektetjük a hangsúlyt. Köszönöm a sárísápi polgármesteri hivatal dolgozóinak, a polgármester úrnak és a képviselő-testületnek, hogy teljes mellszélességgel támogatták a felújítási törekvéseinket.

A 2012. február 17-én tartott közgyűlés megválasztotta az elkövetkező négy év elnökségét, majd a soron következő elnökségi ülésen megszavaztuk a tisztségviselőket, és meghatároztuk a feladatokat.

Az új elnökség tagjai: elnök: Tittmann János, elnökhelyettes: Friedrich Zoltán, technikai vezető: Friedrich Zoltán, labdarúgó-szakosztályvezető: Piroksa József, teke szakosztályvezető: Bercsényi Sándor, utánpótlás-szakág vezető: Gombola Gábor, Sasvári Gyula, Bánlaki István, Ligeti András.

Ellenőrző Bizottság: elnök: Szekeres Tibor, tagok: Bercsényi László, Bérces Károly.

*Tittmann János
SE elnök*

Ahogy a gyermekek látják

Miért szeretem Sárísápot?

Szép és csendes falu. Barátságos, segítőkész emberek lakják. – Nyugalmas környék, nincs nagy forgalom. – Utcátláblak segítik az eligazodást. – Lehet kirándulni a környéken. – Ide köt az összes emlékem. – Van saját focipályánk és tekepályánk. – Tiszta a levegő. – Felújították a játszótereket. – Jó a falusi életmód. – Mindenki ismer mindenkit.

Mit szeretnék az iskolában?

Iskolabüfét, és iskolarádiót. – Élénkebb színű falakat. – Egy jó lövőtermet, ahol télen is lehetne löni. – Több iskolán kívüli programot. – Több testnevelés órát. – Korcsolyapályát, pingpongaszt az udvarra. – Asztalifocit a folyosóra. – Interaktív táblákat az alsós osztálytermekbe. – Ne szemeteljének

a gyerekek! – Okosodni szeretnék. – Új padokat és székeket szeretnék.

Mi az, ami hiányzik neked a faluból?

Uszoda. – Bicikliút. – Egy jó kis mozi. – Új kátyúmentes autótutak. – Több olyan rendezvény, ahol híres ember szerepel. – Ruházati bolt. – Tenispálya és edzőterem. – Egy olyan hely, ahol mi (nyolcadikosok) szórakozni tudunk. – Több álláslehetőség.

Akik írták: Gálicz Barbara; Schüller Álmos; Urbanics András; Ragány Mariann; Szakács Alexandra; Lakatos Andrea; Káté Viktor; Héjas Anna; Csúri Dávid; Jurásek Jónás, Kollár Kata; Ágfalvi Tamás; Urbanics Pál; Horváth Lili; Wibling Krisztián; Csicsmann Blanka; Zsombok Eszter; Mészáros Regina; Tóth Anita és Krisztián; Thier Bettina; Papp Fruzsina

A FÖLD NAPJA

2012. április 23-án (hétfőn) 9⁰⁰-14⁰⁰ óra között a **Föld Napja** alkalmából az 1121. sz. Fő út mentén nagytakarításra (szemétszüretre) hívjuk az ott lakókat. A Magyar Közút Nonprofit Zrt. biztosítja a láthatósági mellényeket, kesztyűket, szemétyűjtő zsákokat, konténereket és elszállíttatja az összegyűjtött szemetet. Kérjük, lakóinkat, civil szervezeteinket, minél nagyobb létszámmal vegyenek részt lakókörnyezetünk tavaszi nagytakarításában. Mindannyiunk felelőssége, hogy milyen környezetben élünk ma, és milyen környezetet örökölnék tőlünk utódaink.

Önkormányzati felhívás

Kérjük a lakosságot, az önkormányzat által közterületen elültetett díszfákat ne vágják vissza, mivel azt az Annavölgy Sárísáp Kertbarátainak és Borbarátnőinek Egyesülete a közeljövőben szakszerűen elvégzi.

A téli Hírmondó rejtvényének nyertesei

Diószegi Georgina 6. a., Pelyva Máté 6. a., Rezsnyik Bálint 5. a., Mali Sándor 5. b., Friedrich Máté 8. a., Kerekes Barbara 7. o.

A leggyorsabb beküldő Vitek Luca 7. o., az „Angyalka” feladó különdíjat kapott (Kollár Kata 4. a.) A felnőtt megfejtők között a szerencsés nyertes: Varga Viktor.

Gratulálunk!

Sárísápi Szlovák Önkormányzat

Hóvirág

A hóvirág a langyos tavasznak hírnöke
a föld még fagyos, de ő már bújik sietve

A hó alól is kidugja kis fehér fejét
fázik, de büszkén mutatja erejét

Meghajlik a szélről, majd újra egyenes
a tél elmúltával vakítón integet

Távollétem után első pillantásommal
a kertemben pompázó hóvirágokat láttam

Szívemet, lelkemet öröm töltötte el
éreztem, hogy vártak nagy szeretettel

Kis hófehér fejüket lehajtvá
mintha engem köszöntöttek volna

Hálásan köszönöm a nagy Teremtőnek
mert engedte, hogy még lássam őket.

Sipeki Jenőné



Községünk valamennyi lakójának Kellemes Húsvéti Ünnepeket kívánunk:

Sárísáp Község Önkormányzat
Képviselő-testülete,
Polgármesteri Hivatal dolgozói



Szerkesztők: Farkasné Bánhidi Zsuzsanna, Harcosfalvi Zsoltné, Hunyadiné Dombovári Éva,
Jurásek Pfluger Éva, Ligetiné Vass Éva

Felelős kiadó: Kollár Károly polgármester

Nyomdai munka: Táltos Nyomda, Győr - **Tördelés:** Kollár Gábor János - **ISSN** 2062-9303