



Kész az új székelyhídi bölcsőde

Két húszfős napközis és egy húszfős bölcsődés csoportot vár tárt karokkal az új intézmény



A bölcsődés csoport a földszinten foglalhatja el majd helyét, míg a napközis csoportok az emeleti termekben fognak tanulni

Műszaki szempontból átadták a református napközi és bölcsőde befejezett épületét Székelyhídon. A város oktatási intézményrendszerének legújabb helyszínét, melynek alapkövét 2019 nyarán helyezték el, a Kárpát-medencei Óvodafejlesztési Program keretében építették fel.

A kétemeletes, már első pillantásra otthonosan festő épület napfényes, korszerű tantermekkel és más rendeltetésű kisebb helyiséggel rendelkezik, a törvényi előírásoknak megfelelően. Ezek között találunk hálótermet, konyhát, ebédlőt, orvosi ellátót és elfekvőt, illetve adminisztratív termeket és fürdőszobákat. A következő tanévtől a létesítmény hatvan gyereket fog foglalkoztatni, azaz két húszfős napközis és egy húszfős bölcsődés csoportot. Amint azt a helyi református egyházközség lelképásztora, Rákosi Jenő elmondta, a telek és az épület az egyház tulajdonában vannak, a tanintézmény fenntartásáért a Petőfi Sándor Elméleti Líceum felel majd.

A műszaki átadás-átvétel során jelen volt az építést kivitelező fővállalkozó, az építőt református egyház, a helyi önkormányzat vezetése és városrendezési osztályának



A nagyjából hétszáz négyzetméteres épület kevesebb mint másfél év alatt készült el

munkatársa, a Petőfi Sándor Elméleti Líceum igazgatója és különböző szakhatóságok képviselői. Miután a szakemberek a műszaki tervek mentén ellenőrizték a tűzvédelmi és biztonsági megfigyelő rend-

szereket, illetve a villany- és vízhálózat működését, az építés végrehajtója írásba adta, hogy a kivitelezési szerződésben foglaltak szerint az építési munkákat befejezte, azok műszaki helyességének a kivitelezési tervek

szerint eleget tett, így használatba bocsájtja az épületet.

Az átadáson jelen levő Szabó Ödön Bihar megyei RMDSZ-es parlamenti képviselő véleménye szerint a magyar kormány óvodaépítő és felújító programja, és az, hogy egy újabb épület készült el, nagy jelentőséggel bír. Az átadott épületek a nagyvárosi napközikkel vetekedő minősége mellett a politikai hangsúlyozta: a program azt bizonyítja, hogy a Magyarország Alaptörvényében foglalt kisebbségi passzusok nem csak szavak, de ilyen tettekben megnyilvánuló elkötelezettség is.

Ahogy azt Béres Csaba városvezető már az alapkövetétkor kiemelte, ez a mérföldkő a már 2008-ban, az első polgármesteri megbízása elején elkezdett oktatási-nevelési infrastruktúra megújításának egyik fontos pontja. A református templom szomszédságában épített oktatási egység lesz a város első magyar nyelvű bölcsődéje és napközije, amely hivatalos, ünnepélyes átadása a járványügyi helyzet miatt még várat magára, de az biztos, hogy a 2020–2021-es tanévben már tárt kapukkal várja a gyerekeket.

BÍRÓ ORSOLYA

Újabb aszfaltozások Székelyhídon és a hozzá tartozó falvakban

Elindulhat annak a 16,5 millió lej összértékű pályázatnak megvalósítása, amely Székelyhíd, Csokaly, Érköbölkút és Érolászi bizonyos utcáinak korszerűsítését, aszfaltozását tűzte ki célul. Habár a szerződést már szeptemberben aláírták, a szükséges engedélyek beszerzése időigényes adminisztratív folyamat, amely nélkül a megvalósítás nem kezdődhet el. Az első utcák, melyeken megkezdődhet az út burkolása a székelyhídi Victor Babeş és a Dunárii. A beruházást a Fejlesztési Minisztérium Helyi Fejlesztéseket Célzó Országos Programja támogatja. Jelenleg még zajlik az a projekt is, mely a nagykányai és hegyközségek közlekedési utca modernizálását teszi lehetővé. A beruházás összértéke 11 441 471,33 lej (áfával), mely révén több, mint 13 kilométernyi útszakaszt aszfaltoznak le a két településen. Ez a pályázat a Nemzeti Vidékfejlesztési Program révén valósul meg.

ANTAL NOÉMI



Szentmiklóson a református kápolnához vezető földutat is járhatóbbá teszik az aszfaltozással

Különleges vendégszolgálat a szentmiklósi istentiszteleten

Istentiszteletre hívtak bennünket a hangok vasárnap, november 15-én, a hegyközsentsentmiklósi református templomba. A falusi ember számára fontos az Isten háza, a hit és az istentisztelet. Számára olyanok ezek, mint egy szikla, amihez kapaszkodik, miközben bízik abban, hogy Istennél meghallgatást és kegyelmet talál.

A vasárnapi istentiszteleten Kiss Imre vendégeológus szolgált, a Kolozsvári Protestáns Teológiai Intézet II. éves hallgatója. Az ige Jób könyvéből (Jób 1,21)szólt, amely szerint Jób egy feddhetetlen, derék ember volt, aki félt az Istent és kerülte a rosszat. Ezért Isten nagy családdal és gazdagsággal ajándékozta meg. Miután a Sátán meglátogatta, majd elvette tőle gyermekeit és vagyonát, Jób így szólt: „Az Úr adta az Úr elvette, legyen áldott az Úr neve!” Vendégeológusunk az igéi üzenetet a mindennapi életből vett példák ma-

gyarázta. Azokhoz a megfogalmazhatatlan érzésekhez hasonlította, mint amikor elbúcsúzunk egy szerettünkől, aki elutazik, vagy amikor elveszítünk valakit, aki fontos számunkra.

Az istentisztelet további részében a 2019-ben alakult SzómiSzó együttes lemezbemutató koncertjét hallgathatta meg a gyülekezet. Az együttes tagjai: Bai Attila – zongora, Major Arnold – hegedű, Szukits Éva – brácsa, Szerefi Ilona – ének, Veres Lóránd – nagybőgő. Az októberben megjelent album *Az eget, földet nézzétek* címet viseli, és magyar költők megzenésített verseit tartalmazza.

A koncerten elhangzott művek: *Ringató* (József Attila), *Éjszaka* (Juhász Gyula), *Az eget, földet nézzétek* (Serfőző Simon), *Virágének* (Radnóti Miklós), *Strófák* (Czigány György), *Európa csendes* (Petőfi Sándor).



BÉRES ANGÉLA

A SzómiSzó együttes adventi ihletéssel, gondolatébresztő szándékkal választotta ki albumának verseit

Megszépült Érolaszi református temploma

Teljes belső és külső felújításon van túl az érolaszi református templom. A belső felújítás pár évvel ezelőtt már megtörtént, a külső tatarozás 2020-ban zajlott. A felújítás a székelyhádi polgármesteri hivatal hathatós támogatásával történt.

A. T.



Oltóvesszők szedése és tárolása tavaszi oltáshoz

Akinek kertje és elegendő területe van, érdemes gyümölcsfát ültetnie, hiszen akkor saját termesztésű gyümölcsöt ehet, amiről tudni fogja, hogy nincs tele mérgező permetszerekkel.

Ennek leggyorsabb módja, ha kész gyümölcsfacsemetét vásárolunk. Azonban ha a szomszédban vagy, egy távoli rokonnál kóstoltunk egy izletes gyümölcsöt, aminek már senki sem tudja a fajtáját vagy már nem kapható a kereskedelemben, akkor is van rá mód, hogy a saját kertünkben tudjunk egy ilyen gyümölcsöt termő fát. Csupán némi elszántságra és odafigyelésre van szükség, hogy saját kezűleg szaporítsunk gyümölcsfát, melyhez az első lépés az *oltóvessző megszedése*.

Az oltáshoz mindig jól beérett egyéves vesszőket kell megszednünk. Vigyáznunk kell arra, hogy a megszedett oltóvessző fajtája azonos legyen a kiszemelt alanyval. Az oltóvesszőket a lombhullás után szedjük, melyre legalkalmasabb időszak a november és december, mielőtt még a vesszők fagykárt szenvednének. Viszont túl korán sem érdemes oltóvesszőt szedni, mivel a fáknak át kell esniük egy 8–10 °C-os hidegen ahhoz, hogy nyugalmi állapotba kerüljenek.

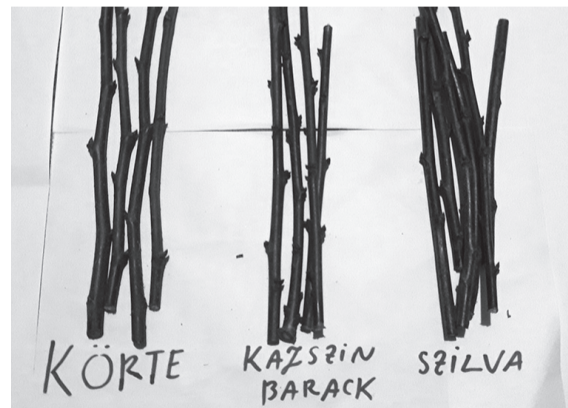
A csonthéjas gyümölcsfélékről származó oltóvesszőket (őszibarack, kajszibarack, szilva, cseresznye, meggy) még a fagyok előtt szedjük meg, mert ezek sokkal érzékenyebbek mint az almatermésűek (alma, körte, birs, nospolya). Az almatermésűek oltóvesszőjének megszedése is november–decemberben a legideálisabb, de ezt is legkésőbb februárban tegyük meg.

Az oltóvesszőket a termő anyafák déli oldaláról kell szedni, mert ott az ágak mindig fejlettebbek. Az oltóvesszők tövét és hegyét ne használjuk oltásra, mert ott a rügyek éretlenebbek és fejletlenebbek. A túl vastag vagy túl vékony vesszők sem alkalmasak az oltásra. Legjobb a ceruza és az ujjnyi vastagság közötti vesszők (5–12 mm). Maga az oltóvessző hossza 30–40 cm legyen, amin levélrügyek vannak. A levélrügyeket onnan ismerhetjük fel, hogy hegyesebbek és hosszúkásabbak, mint a virágrügyek, melyek kerekdedebbek. Figyeljünk arra, hogy a vesszők egészségesek legyenek, ne legyen rajtuk betegség vagy kártevő.

Ha többféle oltóvesszőt gyűjtünk, akkor ezeket érdemes kisebb csomókba kötni és jeltáblával ellátni, felcímkézni. A felcímkézett oltóvesszőket tárolhatjuk pincében vagy akár hűtőszekrényben is. Ha pincében tároljuk a vesszőket, akkor ezeket homokba vermelve kell tartani, ami azt jelenti, hogy a vesszőket kb. fele hosszúságig homokba dugjuk. Ha túl nagy a homok nedvessége, az oltóvesszők megpenészednek, megfeketednek. A pincének szellősnek is kell lennie, mert nedves melegben a vesszők megindulhatnak, így alkalmatlanok lesznek az oltásra. Hűtőszekrényben 1–5 °C között tárolhatjuk az oltóvesszőket tavaszig műanyag

zacskóba csomagolva vagy frissen tartó fóliába tekerve (semmiképp se tegyük fagyasztozóba).

Ahhoz, hogy saját gyümölcsfát állítsunk elő, a vegetatív szaporítási módok közül az **összenövesztés** technikáját kell elsajátítanunk és alkalmaznunk. Az összenövesztés nem más, mint az egy növényről származó növényi rész ránövesztése egy másik növényre, vagyis az **alanyra**. Ez történhet **szemzéssel** vagy **oltással**. Szemzésnél rügyet illesztünk az alanyra, míg oltásnál, általában két-három rügyes vesszőt. Tehát az összenövesztés során legyen az oltás vagy szemzés, ágat, gallyat, vesszőt, hajtást vagy rügyet növesztünk össze az alanyval. Mindkét növényen sebet ejtünk és e sebeket át az átültetett rész összeforr az alanyval, így a két növényi szervezet egy közös növényt alkot, amit **oltványnak** nevezünk. Az oltvány gyökérrendszere az egyik, míg hajtásrendszere a másik növényről származik. Amit tudnunk kell azonban az, hogy csak azonos növénycsaláddhoz tartozó fajok és fajták növeszthetők össze sikeresen és adnak tartós életű oltványt.



Az oltási módoknak is több fajtája ismert, mint például a hasítékoltás, párosítás, kecskeláb-oltás, lapozás, héj-alá oltás, héj-alá oltás rüggyel, csukaszáj oltás, sípolás, ablakos oltás stb. Bármilyen oltási módot válasszunk a korona magasságában lévő ágakba végezzük el az oltást. A hasítékoltás és a párosítást kora tavasszal, a fagyok elmúltával tudjuk alkalmazni, általában februárban és márciusban. Ekkor a gyümölcsfák még nyugalmi állapotban vannak, szünetel a nedvkeringés és a fa héja nem válik le a fatestől, „nem adja le a héját”. Az oltási módok közül a kecskeláb-oltás, lapozást, héj-alá oltást, héj-alá oltást rüggyel, csukaszáj oltást, sípolást és ablakos oltást akkor kell alkalmazni, amikor a fában már megindul a nedvkeringés és az alany héja már könnyen elválik a fatestől, „feladja a héját”. Erre majd április–májusban kerülhet sor.

Ha a kedves olvasót még több részlet érdekli, javasoljuk Veress István *A gyümölcskertész kézikönyve* című írását (1961) és Jeszenszky Árpád *Oltás, szemzés, dugványozás* című munkáját (1968).

ANTAL JÓZSEF falugazdász

Megvan a köztisztasági szabályzat

Székelyhíd közigazgatási területének lakosai novembertől a városkasszába fizetik az illetéket

Elfogadta november végén Székelyhíd városi tanácsa azt a köztisztasági szabályzatot, amely az új szemétszállítási rendet hivatott világos keretek közé helyezni. Az idei ősztől érvénybe lépett szelektív hulladék-gazdálkodási eljárás ugyanis nem az egyetlen újdonság a lakosság számára: novembertől az úgynevezett sajátos köztisztasági díjat már csak a vállalkozások fizetik az Ave Bihor Kft.-nél, míg a magánszemélyek a polgármesteri hivatal pénztárában egyenlítik számlájukat.

A köztisztasági szabályzat részletesen kitér a háztartásokban előforduló legkülönbözőbb esetekben szükséges lépésekre, amelyek azt biztosítják, hogy egyetlen magánszemély vagy vállalkozás se maradjon ki a köztisztasági adó befizetéséből.

A szabályzat olyan kérdésekre ad választ, mint például: ingatlanbér-

lés esetén a főbérő vagy a bérlő köti szerződést a köztisztasági céggel és melyikük fizeti be az illetéket? Hogyan és hol kell bejelenteni a háztartásban élők létszámát, ami alapján a díjszabás történik? Kik azok az egyének, akik mentesülhetnek a köztisztasági adó kifizetése alól, és nekik mit kell csatolniuk a mentesülési kérvényhez? Fizet-e az, aki Székelyhíd területén házzal vagy lakással rendelkezik, de külföldön él? És ki ellenőrzi, hogy az önkormányzati tulajdonban lévő ingatlanok bérlői is helyesen járnak-e el?

A szabályzat román és magyar nyelven hamarosan elérhető lesz a lakosság számára Székelyhíd város honlapján (sacueni.ro) illetve a lakosság tájékoztatást kap majd a köztisztasági feladatokat ellátó vállalat és a helyhatóság munkatársaitól is.

BÍRÓ ORSOLYA



A köztisztasággal kapcsolatos minden eljárás és azok szabályzása a városiadás folyamatának szerves része

Rekordmennyiségű használt étolajat gyűjtötték a környezettudatos lakosok



A használt étolaj nagy részét a kellő eljárások után aszfaltkeveréshez használják fel

Minden várakozást felülmúlt a használtétolaj-gyűjtési akció: míg a tavalyi évben 156 liternyi, addig idén körülbelül 320 liter elhasznált étolajat és zsiradékot adtak le városunk környezettudatos polgárai. Az eredményes akciót ötödik alkalommal szervezte meg az Erdélyi Kárpát-Egyesület '91 és a székelyhídi polgármesteri hivatal.

A gyűjtés célja az volt, hogy a lakosság két helyszínen – a polgármesteri hivatal előtt és a városi piac bejáratánál – történő leadással környezetkímélő módon szabadulhasson meg a használt étolajtól,

hiszen egy liter olaj akár egymillió liter vizet is beszennyezhet, ha az kiöntve bekerül a csatornarendszerekbe.

Nagyobb mennyiségű használt étolaj leadása esetén tombolajegy járt ajándékba, így a november 20-i sorsoláson étolajat nyertek: Koncz Kálmán és Szabó Csaba, illetve 2021-es naptárat vihettek haza Nagy Ida és Todoszi Miklós.

Minden résztvevőnek köszönjük a támogatást és a pozitív hozzáállást!

ÉR HANGJA

Nem elég a jó bor, annak cégér is kell!

Borcímke-kiállítást tervez a Székelyhídi Borászok Egyesülete a Partiumi Keresztény Egyetem (PKE) grafika és vizuális kommunikáció szakos, mesterképzős hallgatóinak és a városunk képzőművészeinek munkáiból. Ennek jegyében, a törvény előírta szabályok betartásával találkoztak az érdekeltek Székelyhídon november 19-én. A tervezési munkafolyamatot, amely a helyi borok címkéjétől a Székelyhídi Borászok Egyesületének teljes arculati tervének megalkotásáig terjed, dr. Balázs Zoltán, a PKE Képzőművészeti tanszékének adjunktusa vezeti. A részben fizikai, zömében viszont online térben bemutatott munkák az Érmellék jellegzetességeit hozták: népi motívumokat, a hajdan kiterjedt lőpvidék, mocsárvilág csodáit s volt olyan közöttük, ami a sósúti pincesor látképeit idézte. A székelyhídi képzőművészek csoportját Angyal Olívia és Guba-Kerekes Zsuzsa, míg az egyetemet több mint húsz érdekelt hallgató képviselte, így rendkívül változatos munkákat tekinthettek meg a jelen lévő érmelléki borászok.

A szervezők, Pálfi Noémi, az Erdélyi Magyar Borászok Egyesületének



(EMBE) titkára és Domahidi Lóránd, a Székelyhídi Borászok Egyesületének elnöke ez úttal is kikérték dr. Balla Géza véleményét, aki sajnos most csak virtuálisan, de megtisztelte jelenlétével az eseményt.

A tervezett kiállítás időpontja még kérdéses, de amint a vírus-helyzet és ennek megfékezésére hozott szigorítások enyhülnek és a terjedésének visszaszorítására hozott intézkedések ezt lehetővé teszik.

RUPÁRCSICS J. CSILLA

**Ön is az ingyenesen terjesztett Ér hangja havilap rendszeres olvasója?
Esetleg az Ér Tv nézője vagy a Rádió Ér hallgatója?**

Ha fontosnak, értékesnek tartja munkánkat, támogassa Ön is az Ér Hangja Egyesület nonprofit tevékenységét bármilyen összegű felajánlással, hogy továbbra is felkereshessünk és megismertessünk Ön-nel érdekes helyeket, személyeket, foglalkozásokat, hogy értékeket menthessünk, hogy a fiatalok látókörét bővíthessük nemzetközi ifjúsági programjainkon keresztül, és hogy segítse mottónkat: tájékoztatás és folyamatosság. Felajánlását küldje a RO58 CECE BH35 30RO N066 7728-as bankszámlaszámra vagy további tájékoztatásért keresse egyesületünket a www.erhangja.ro honlapon és az erhangja1@gmail.com e-mail-címen! Adni jó!



Ünnepi gondolatok



Reménységgel, hittel és Isten iránti bizalommal tekintsünk előre

Ilosvai Selymes Péter *Toldi Miklós* *historiájában* a következőképpen fogalmaz: „Az idő akkoron szép folyással vala”. Bárcsak mi is elmondhatnánk ezt 2020 adventjén.

Mögöttünk testet-lelket próbára tevő napok, hónapok sokasága van. A világjárvány áldozatait gyászoló fájdalom, a betegséggel küzdők és szeretteik kétségbeesése, az egyedül élők vagy családban levők félelme, az egymástól való elszakítás keserősége, a hitélet és az Istennek való szolgálat korlátok közé szorítása mind-mind rányomja bélyegét 2020 adventjére.

De a magasságot, a lelki felemelkedést csak az tudja igazán értékelni, aki már megjárta a mélységek bugyrait. A világosságot, a fényt csak az tudja igazán megbecsülni, aki a halál árnyékának völgyében már megtapasztalta a sötétség rémisztő valóságát.

A próbatételnek eme nehéz időszakában, az adventi időszak kezdetén, reményt keltenek és erőt nyújtanak Ézsaiás próféta szavai: „A nép, amely sötétségben jár, nagy világosságot lát. A halál árnyékának földjén lakókra világosság ragyog.... Mert egy gyermek születik

nekünk, fiú adatik nekünk.” (Ézs 9,1.5)

Az advent különleges időszak. Arra kaptuk, hogy Isten még közelebb jöhessen hozzánk szavával, bátorításával, reményt és vigaszt nyújtó Lelkével. A mélyből a magasba, a sötétebből a világosságra akar vinni bennünket az értünk is megszületett gyermek, a Fiú által!

Az egyházi esztendő elején, az adventi időszakban, reménységgel, hittel és Isten iránti bizalommal tekintsünk előre. Ne feledjük egy pillanatra sem, hogy a megígért gyermek, Jézus Krisztus már

megszületett, és elhozta az örök élet világosságát számunkra. Ne feledjük, Ő Úr mindenek felett: a világjárvány és személyes életünk felett is! Ezért „*semmiért se aggódjatok, hanem imádságban és könnyörgésben mindenkor hálaadással tárjátok fel kéréseiteket Isten előtt. És Isten békessége, mely minden értelmet meghalad, meg fogja őrizni szíveteket és gondolataitokat a Krisztus Jézusban*” (Fil 4,6–7).

Áldott adventet és boldog, békés karácsonyt kívánok mindenkinek!

RÁKOSI JENŐ

református esperes-lelképásztor



Gânduri la apropierea Crăciunului

Sărbătoarea Nașterii Domnului nostru Iisus Hristos este sărbătoarea iubirii milostive a lui Dumnezeu pentru oameni. Fiul lui Dumnezeu Cel veșnic S-a pogorât din ceruri, S-a intrat de la Duhul Sfânt și din Maria Fecioara și S-a făcut om, pentru a dăruia oamenilor, păcătoși și muritori, iertarea păcatelor și viața veșnică.

Domnul nostru Iisus Hristos vine în lumea ca să mântuiască lumea pe care Dumnezeu o iubește permanent (conform Ioan 3, 16-17), chiar dacă mulți oameni din lume ignoră acest adevăr.

Biserica ne îndeamnă pe toți să devenim colindători, martori și vestitori ai venirii lui Hristos-Mesia în lume, pentru a dăruia lumii pace și bucurie, mântuire și viață eternă!

Sărbătoarea Nașterii Domnului să ne fie prilej de înnoire sufletească pentru toți: pentru copiii și tinerii noștri, pentru familiile noastre, pentru comunitățile noastre, dar și pentru noi înșine. Lumina Fiului Ceresc să lumineze chipurile noastre, să alunge în tinericul întristărilor și al suferințelor.

La cumpăna dintre ani, și în ziua de Anul Nou, să înălțăm rugăciuni de mulțumire lui Dumnezeu pentru binefacerile primite de la El în anul care se încheie și să-I cerem ajutorul în toată lucrarea cea bună și folositoare din Anul Nou în care intrăm.

Să pomenim în rugăciunile noastre pe toți cei bolnavi precum și pe toți cei dragi care nu pot fi alături de noi în aceste clipe.

Să aveți parte de clipe cu pace și cu bucurie sfântă în aceste minunate zile de prăznuire, iar Anul Nou, care se apropie, să ne găsească sănătoși, mai bogăți în credință, în bunătate, în iertare și mai aproape de Dumnezeu.

Întru mulți, sănătoși și binecuvântați ani!

Gondolatok karácsony közeledtével

Jézus Krisztus Urunk születésének ünnepe Isten emberek iránti irgalmas szeretetének ünnepe. Az örök Isten Fia leszállt a mennyből, megtestesült a Szentlélekben és Szűz Máriában, és emberré lett, hogy embereknek,

bűnösöknek és halandóknak adjon bűnbocsánatot és örök életet. Jézus Krisztus Urunk azért jön a közénk, hogy megmentsen az a világot, amelyet Isten örökké szeret (v.ö. Jn 3,16–17), annak ellenére, hogy a világon sok ember figyelmen kívül hagyja ezt az igazságot.

Az egyház arra szólít fel minket, hogy legyünk énekesei, tanúi és hírmondói Krisztus, a Messiás világra jövetelének, amely azért történik,

hogy békét és örömet, üdvösséget és örök életet adjon ez által!

Legyen az Úr születésének ünnepe alkalom lelki megújulásunkra, mindenki számára: gyermekeinknek és fiataljainknak, családjainknak, közösségünknek, de magunknak is. A Mennyei Fiú fénye világítsa meg arcunkat, hajtsa el a bánatot és a szenvedés sötétségét.

A két év fordulópontján és újév napján is imában adjunk hálát Istennek azokért az áldásokért, amelyeket tőle kaptunk a lezáródó évben, és kérjünk tőle segítséget minden jó és hasznos munkához az újévre, amelybe belépünk. Említsük meg imáinkban mind a betegeket, mind az összes szerettünket, akik nem lehetnek velünk ezekben a pillanatokban.

A béke és szent öröm pillanatai legyenek velünk ezekben a csodálatos ünnepi napokban és a közeledő újévben, hogy egészségesebben, hitben, jószágban, megbocsátásban és Istenhez közelebb találjon minket.

Boldog új esztendőt és áldott éveket kívánok!



párintele ortodox
VLAD-SERGIU ȘUTEU
 ortodox lelkész



Sziasztok Pajtikák!

Nagy öröm érte a kedves öreg Mikulás bácsit. Amikor meglátta a róla készült rengeteg rajzot, még a szava is elállt. Azt mondta nagyon sokszor lerajzolták már, de ennyi gyerek egyszerre még sosem. Biztos vagyok benne, hogy világjáró körútja során az ügyes kis rajzolókat is

meglátogatta és nem érkezett üres kézzel. De csak ha nem felejtettétek el december 5-én este a megtisztított cipőteket az ablakba tenni! Viselkedjetek nagyon jól, mert tudjuk, hogy a Mikulás egész évben a jó gyerekek listáján dolgozik!

KÓPÉ

KÓPÉ ÜZENETE: az oldalon a hozzám beküldött gyerekrajzoknak csak egy válogatását láthatjátok, az összes beküldött alkotásokat hiánytalanul megtalálhatjátok az erhangja.ro/havilap honlapon!



BERECKZY ZSELYKE (II. C osztály)



KISS FRUZSINA (I. B osztály)

Mikulás

ZELK ZOLTÁN

Égi úton fúj szél,
 hulldogál a hó.
 Nem bánja azt, útra kél
 Mikulás apó.

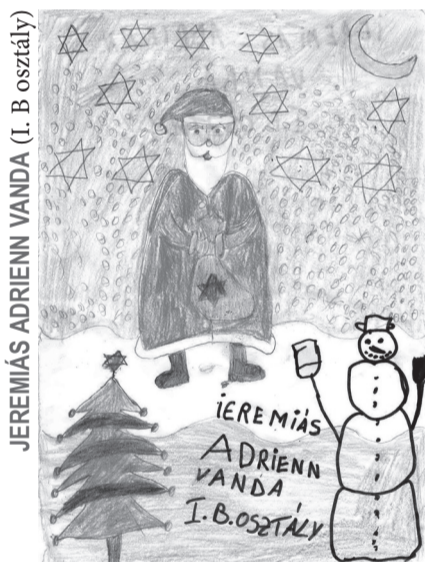
Vállán meleg köpönyeg,
 Fújhat már a szél,
 Nem fagy meg a jó öreg,
 míg a földre ér.

Lent a földön dalba fog
 száz és száz harang,
 Jó hogy itt vagy Mikulás,
 gilingi-galang.

Ablakba tett kiscipők,
 várják már jöttödet,
 Hoztál cukrot, mogyorót,
 jóságos Öreg?!

-Hoztam bizony, hoztam én,
 hisz itt az idő.
 Nem marad ma üresen
 egyetlen cipő.

Hajnalodik. Csillagok
 szaladnak elé.
 Amint ballag Mikulás
 már hazafelé.



JEREMIÁS ADRIENN VANDA (I. B osztály)



SZEGECS VIVIEN (I. B osztály)



SZABÓ VIKTÓRIA (II. C osztály)



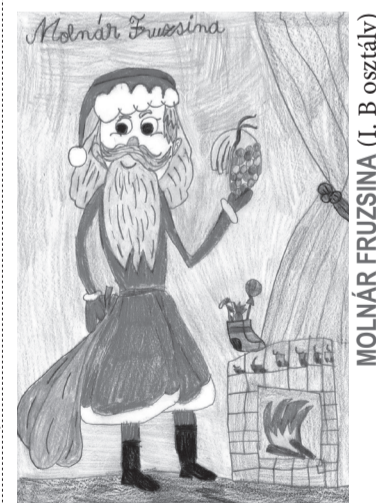
HEGYESSY ZSÓFIA (II. C osztály)



BÉRES ABIGÉL (II. C osztály)



SEBASTIAN PUŞÇAŞ (I. B osztály)



MOLNÁR FRUZSINA (I. B osztály)



DANDÉ JÁZMIN (II. C osztály)



DEÁK BIANKA LILI (előkészítő B o.)



VARGA DORINA (5 éves)



VARGA SZABINA (előkészítő B o.)



SZABÓ VIKTÓRIA (II. C osztály)

Főzős-evős hét a spanyol önkéntesekkel



A virtuális terítőken: forrócsokiba mártott churros, illetve az összetevőkben gazdag mediterrán saláta

Spanyol gasztrovideókat készítettek az Ér Hangja Egyesület nemzetközi önkéntesei. Almudena Muñoz Soberón és Maria Vives Requena öt napon keresztül töltöttek fel olyan felvételeket a közösségi médiára, melyekben megmutatták a különböző spanyol ételek hozzávalóit és elkészítési módját, mivel a koronavírus lehetetlenné tette, hogy ezeket élőben, novem-

berben esedékes kulturális eseményükön oszthassák meg az érdeklődőkkel.

Elsőként a *pa amb tomaquet* mutatták be, mely összehasonlítható a hagyományos pirítóssal, azzal a különbséggel, hogy ezt paradicsommal kell átáztatni és olívaolajjal, illetve a megmaradt ételekből is elkészíthetjük, így egyszerre dobhatunk össze percek

alatt finom reggelit és válhatunk takarékoskává. Továbbá mediterrán alapanyagokból elkészült saláta, sült étel és desszert receptjét is megosztották velünk a spanyol önkéntes lányok, melyekre érdemes rátekintenünk az Ér Hangja Egyesület hivatalos Instagram-oldalán vagy az Erhangja International Facebook-oldalon.

MAGYAR SABINA

A kézilabdacsapat egyfajta család

Környékünkön már viszonylag jól ismert a székelyhádi kézilabdacsapat. Ennek edzője Kozma Sándor, aki három csoportot edz a városban: 11, illetve 14 év alatti lányokat, valamint egy fiúcsapatot.

A csapat legkiemelkedőbb eredményeiről kérdezve az edző a nagyobbak csoportját említette, akik „öt évvel ezelőtt kezdtek el edzeni. Két éve rendeztek egy barátságos, helyezési nélküli versenyt azzal a céllal, hogy a gyerekek kedvet kapjanak és megismerjék ezt a nagyszerű sportágat”. Kétszer játszottak Budapesten versenyszintű mérkőzésen, a tavalyi érmelléki versenyen pedig harmadik helyezést értek el. A nagyobb versenyeken viszont nehezebben oldható meg a részvétel, mivel a gyerekek gyakran cserélődnek, így a csapatfelállítás is folyamatosan változik.

Ami az erőforrásokat és az anyagok beszerzését illeti, például „a nagyobb gyerekeknek nagyobb sportruházatra és mezekre van szükségük, esetleg jó lenne megújítani azokat”, mondja Kozma Sándor. A csapatot segíti a Magyar Kézilabda-szövetség, amellyel 2016-ban indítottak közös projektet. Szoktak támogatást kapni a közösségtől, a tavalyi évben pedig segítségükre volt a

városháza is, hogy egy helyi versenyt rendezhessenek. Emellett néhány jó edző, többek között Elek Gábor, a Ferencváros női csapatának trénera eljöttek Székelyhídra, hogy képzést tartsanak az oktatók számára.

A kézilabdacsapat segít a gyerekeknek a társadalmi életük javításában, míg általa megtanulhatnak együttműködni is. Számukra a csapat egyfajta család. Nehéz azonban több gyereket bevonni a csapatba, az edző szerint „a fiatalok jobban szeretik az új technológiákat, viszont a gyerekeknek meg kellene ismerniük, hogyan kell kézilabdázni, amiben a nyári táborok sokat segíthetnek”.

A jelenlegi járványhelyzetre való tekintettel viszont az edzések korlátozva vannak, a magyarországi versenyt le kellett mondani, a többit pedig elhalasztották. Ugyanebből az okból kifolyólag nem indulhatott idén ősszel a legkisebb gyermekek csoportja sem.

Elmondása szerint Kozma Sándor szívesen tanítaná a kézilabdát bárkinek, aki csak szeretné megismerni azt. Igyekszik lehetővé tenni, hogy „a gyerekek nagyobb szintet érjenek el – az igazán csodálatos és célszerű lenne”.

ALMUDENA MUÑOZ SOBERÓN



Győzelem! mutatják a lelkes kézis lányok, egy jól sikerült edzés után

A hovatartozás érzését erősíti a vívóklub

„Úgy kell tartani a párbajtört, mintha egy képet festenél.” Ez a kifejezés a vívás számos alapvető lépésének egyike, és tükrözi a sport eleganciáját. Székelyhídnak van egy vívóklubja, amelyet Rupárcsics J. Csilla alapított. Ő tartja a vívóedzéseket a helyi sportszarnokban, hetente háromszor. Egyelőre körülbelül tíz gyermeknek van szerencséje gyakorolni a vívást.

Az edzések lebonyolítása és a vívóklub életben tartása nagyon összetett. Kezdve azzal, hogy a vívás egy olyan sport, amely sok felszerelést követel. Csilla magánadományokból oldja meg, hogy a tevékenységek folyamatosan működhessenek. Elhatározása elképesztő, ha nem lenne odaadása és kitartása, talán a klub sem létezne.

mint az agilitás, az egyensúly és a koordináció. A Csilla által vezetett foglalkozások teljes testedzést tartalmaznak, növelik a fittséget, sebességet, erőt és javítják az időzítést.

Mentális téren, amint azt korábban említettük, ez a sport a stratégiához kapcsolódik, így az elemzéshez, a taktika, a pszichológiai kontroll és a mentális tudatosság kulcsfontosságú, súlyozva a vívó mozgékonyágát, éberségét és állóképességét. Ugyanakkor a gyerekek megtanulják kezelni a nyomást és enyhíteni a stresszt, dolgoznak azon a képességen, hogy megfigyeljenek másokat és megértsék mások terveit, elképzeléseit. Végül, de nem utolsó sorban a vívás elősegíti a fejlődést a problémamegoldásban, a sikerrel



A spanyol önkéntesünk (bal oldalon) örömmel próbált ki egy újabb sportot

Az elismerést és a hangsúlyt olyan tevékenységekre kell fordítani, mint például az ilyen kezdeményezések.

A vívást a sakk fizikai változatának tekintik. Koncentráció, sebesség, stratégia és az okosság kulcsfontosságú a sikerhez. Két vívót érint, egymással szemben, akiknek a cél az, hogy megérintsék az ellenfél testét a karddal, törrel vagy esetünkben a párbajtörrel. A sok előre-hátra mozgásnak hála az ember egy elegáns tánc tanúja lesz, amely sokkal többet jelent, mint a fizikai művelést.

A vívásban is, is mint bármilyen más sportban, a résztvevő gyerekek fizikai műveltséget fejlesztenek, amely magabiztosságot és motivációt ad, hogy egész életükben élvezhessék a sportot, vagy bármilyen mozgást. Azon gyerekek számára, akik bármilyen sporttal kapcsolatba kerülnek korai életkortól kezdve, meghatározóvá válik, hogy aktív és egészséges életmódot folytassanak. Ezenkívül a vívás olyan kulcsfontosságú motoros készségeket fejleszt,

való megbirkózásban. A gyerekek bekerülése a vívóklubba kedvez a nevelésüknek, és olyan tulajdonságokat szerezhetnek itt, mint a hozzáértés, motiváció, elkötelezettség, együttműködés, vezetés, fegyelem, öntudat, csapatmunka, sportszerűség, időbeosztás és kommunikációs készségek, sőt, a kapcsolatok és az edzéseken felépített barátságok szoros támogatási hálózatot hoznak létre a gyerekek között.

Ezek az edzések az összetartozás érzetere építenek, hogy a gyerekek hovatartozást érezzenek a világban. Azt gondolom, a helyieknek egy közösségként kell összefogniuk, hogy ösztönözzék az iskolákat és a helyi intézményeket, hogy több sportprogramot szervezzenek és támogassanak (a tanórákon kívül), így például a vívóklubot. Ez messze túlmutat a sporton és a fizikai aktivitáson, arról szól, hogy lehetőséget adjon a gyerekeknek, hogy egy csoport tagja, egy család részévé legyenek.

MARIA VIVES REQUENA

A mozgás maga az élet

Tóth-Gardó Gertrúd székelyhídi mozgásterapeuta segít a betegeknek kihozni magukból a legjobbat

Mindig mosolygós, vidám, nagyon segítőkész és végtelenül szerény. Véleményem szerint arra született, hogy segítsen az embereknek, gyógyítson, amit az életútja is teljes mértékben igazol. Ő Tóth-Gardó Gertrúd, mozgásterapeuta, aki a telefont is mindig mosolyogva veszi fel, hisz a szeretet, a vidámság a vonalon túlra is elér.

– Milyen érzések kötnek gyerekkorodhoz?
– Csupa jó érzéssel tudok csak a gyerekkoromra gondolni. Olyan szeretetteljes családban nőttem fel, amely annyi mindent hozza adott az életemhez, hogy igazából mindenben, ami velem történik, vissza tudok nyúlni a gyerekkoromhoz. Négy évvel nagyobb fiútestvérem volt, akire igazán felnéztem és akivel nem volt külön szobánk. Édesapám igazi családfenntartóként azt mondta, hogy egy édesanyának otthon, a gyerekeivel van a helye. Édesanyámnak, a tökéletes anyukának mindig volt ideje arra, hogy meghallgasson bennünket és minden kívánságunkat leste – persze nem anyagi értelemben véve –, a lelkünkkel, érzéseinkkel foglalkozott igazán. Visszagondolva a gyerekeimre én semmit sem csinálnék másképp, mint ahogyan történt, minden úgy volt jó, ahogy volt.

– Kisgyerekként volt-e valamilyen válaszd, a „mi leszel, ha nagy leszel?” klasszikus felnőtt kérdésre?

– Nagyon sokáig nem voltak konkrét terveim a jövőmmel kapcsolatban, de most három kép is előbukkan az emlékezetemből. Az egyik a testvéremhez kötődik, aki mindig azt mondta nekem, hogy „te leszel majd az orvos, én meg a sofőröd”. A másik édesanyámhoz kötődik, aki egészen kicsi gyerekkoromtól kezdve nagyon beteges volt, így igen hamar megtanultam, hogyan tudok neki segíteni, ha elájulna. Mikor pedig már olvasni is tudtam, szinte kívülről megtanultam az összes gyógyszer összetevőit és használati útmutatóját. A harmadik képen kisgyerekként látom magam, amint a beteg kiscsibéket, próbálom újraéleszteni, tornáztatni, majd pedig ott lenni mellettük, segíteni nekik, hogy könnyebb legyen elmenniük ebből a világból. Mindezek azt erősítik, hogy valahol mindig bennem rejtőzött a terézanyaság.

– Mikor találtál rá a neked szánt útra?

– Székelyhídon jártam ki az iskoláim és itt is tettem le az érettségi vizsgát. Nagyon szerencsésnek mondhatom magam, mert én még egy olyan erős tanári kart fogtam ki – Wilhelm Sándor, Bordás házaspár, Hegyessy Viktor és sokan mások –, akik mind igazi nagybetűs Tanárok voltak.

Egész későn, talán tizenegyedik éves koromban jöttem rá, hogy engem nagyon vonz és

végtelenül szeretem az anatómiát. Emellett a másik nagy szerelem a torna volt, amely kiskoromtól kezdve az életem részévé vált, sportkörre, versenyekre jártunk Viki bácsival. Az érettségi vizsga letétele után tudtam, hogy hiába vonz annyira a tornatanári szak, sajnos túl magasak az elvárások és a román nyelvizsga egy olyan kemény szűrő volt a magyar ajkú diákoknak, amelyet nagy valószínűséggel nem tudnak megugrani. Így gyógytornász szakra jelentkeztem Nagyváradra, ahová bár szintén szükséges a román vizsga, de az anatómiatudásomban nagyon biztos voltam. Második próbálkozásra fel is vettek, 1995-ben kezdtem el az egyetemet és 1999-ben fejeztem be a tanulmányaim. Végül is így mindkét szerelmem, a torna és az anatómia is egy helyre került.

– Mit hozott magával a nagybetűs élet?

– Az egyetem befejezése után édesanyámról bízott egy hatalmas titkot, amit addig senkinek sem árult el, még a családban sem. Kiderült, hogy súlyos oxigénhiánnyal, többszörösen ráng csavarodott köldökzsinórral születtem és az orvosok azt jósolták neki, hogy nemigen lesz belőlem soha egészséges ember. De ő hatalmas anyai szeretettel csak várt, vigyázta minden léptem, óvott és hatalmas öröm és visszaigazolás volt neki, mikor a gyógyítás szakmáját választottam. Ezért ezt az alkalmat látta a legmegfelelőbbnek, hogy megossa velem a csodákat nem mellőző nagy titkát, ami igazolja azt, amiben mindig is hittem, hogy nincsenek véletlenek senki életében, minden okkal történik velünk.

– Hogyan kezdődött, alakult a szakmai életed?

– Igen változatosan, sokféle, sok helyen megfordultam és mindenhol tanultam valamit.



A mozgásterapeuta olyan sajátos gyógymódokban is járta, amelyért Bihar megyében csak hozzá lehet fordulni



Az első években, a szakmámon kívül, nevelőként dolgoztam a nagygyógyi szociális otthonban, majd 2003-tól gyógytornászként alkalmaztak ugyanitt. Hamarosan éreztem, hogy benne ragadok egy szerezben, mert ilyen helyen, az ember egy idő után már nem tud továbbfejlődni, plafonálódik a szakmájában. Ekkor keresett meg véletlenszerűen egyik volt egyetemi tanárom egy lehetőséggel, amit rövid habozás után el is fogadtam. Tudtam, hogy ez csak ideiglenes állás, hisz az egyik szülői szabadságon lévő kolléganőmet helyettesítettem, de akkor ez volt a legjobb döntés, hogy fejlődhessek. A nagyváradai Május 1. fürdőn dolgoztam a rehabilitációs részlegen gyerekekkel az ország minden részéből. Kemény évek voltak, mégis rengeteget tanultam időközben. Napi 17–22 gyerekkel foglalkoztam, akik húszpercenként váltották egymást, hajnalban keltem és későn értem haza,

mégis nagyon szerettem, életem meghatározó része volt ez is.

Ezután 2007-től a gyermekvédelemben helyezkedtem el, több gyerekrehabilitációs központban tevékenykedtem, egy évig Nagygyógyán igazgatói tisztséget is betöltöttem egy felnőtt központban, míg végül Érmi-hályfalván helyezkedtem el koordinátorként a felnőtt-rehabilitációs központban, magánpraxisban pedig gyógytornászként tevékenykedtem.

– A nagyváradai Május 1. fürdőn töltött időszakban újabb váratlan lehetőség került az utadba...

– Igen, időközben részt vehettem egy két éves továbbképzésen, amit német oktatók tartottak Nagyszebenben a Vojta-terápiáról és elmondhatom, hogy talán erre a diplomámra vagyok a legbüszkébb az összes közül. Szinte anyai tudással gazdagodtam ezalatt a két év alatt, mint az egyetem négy éve alatt. Olyan fantasztikus perspektí-

vából mutatták be a rehabilitációt, amellyel addig még sehol sem találkoztam. A legelső Vojta-terapeuták egyike voltam Romániában, és akkoriban még nagy ellenállásba ütközött ez a fajta gyógymód a szakma részéről. De a jó dolgok mindig visszaigazolást nyerne, azóta a kollégáim szinte 90%-a alkalmazza ezeket a módszereket a betegek gyógyítása során.

– Mi a szakmád legjobb oldala?

– A legjobb nyilvánvalóan az, mikor segíteni tudok. Amikor például ki tudok szedni egy agyvérzések beteget az ágyból, vissza tudom adni az emberi mivoltát, normális életminőséget. Ez természetesen a gyerekek esetében is igaz, mert bár hosszú az út, de sikerül nagy lépéseket tennünk a fejlődésben.

Persze mindezekhez hozzá kell azt is tenni, úgy tartom, hogy soha nem én gyógyítom meg a betegeim, csak segítek nekik kihozni magukból a legjobbat, mert a gyógyulás bennük van, végső soron ők gyógyítják meg saját magukat. Véleményem szerint attól válsz igazán jó szakemberré, ha ki tudod hozni a legjobbat az emberekből.

– Mi a munkád legnehezebb része, hogyan lehet erre nőként, édesanyaként felkészülni?

– Nagyon nehéz elvonatkoztatni, de muszáj. Rengetegféle betegséggel találkozom a mindennapokban. Vannak neurológias, poszttraumás (balesetek, törések, ficamok), reumás és pediátrias (gyerekgyógyászati) eseteim, melyek lehetnek kevésbé, de akár nagyon súlyosak is.

A legfontosabb, hogy tényszerű tudjon maradni az ember. Nem látok a jövőbe, nem tudok senkinek sem nagy ígéreteket tenni, azonban sok apró kicsi lépést tudok mutatni, amivel el tudunk indulni az úton.

Az orvosok sokszor nem veszik kellőképpen komolyan a szakmájukat, holott egy gyermeknél a Vojta-módszerekkel már egynaposan nagyon sok mindent ki lehet szűrni és a gyerekek nagy százaléka küzd kisebb-nagyobb gerincproblémákkal, melyek nagy részét a kisgyerekkorukra vagy a születésükig vissza lehet vezetni.

Nagyon nehéz a szülőknél is. Főként az édesanyáknak, akik sokszor nagyon magukra maradnak a beteg gyerekükkel, és nekik is nagy szükségük lenne támogatásra, szeretetre, amit a családban nem mindig kapnak meg. Így nagyon sokszor egy kicsit pszichológus is vagyok, aki meghallgatja őket, hisz a gyerekekhez mindig az édesanyán keresztül vezet az út.

Mint anya, mint ember, minden nap hálát kell adnunk, azért amink van, hisz a legfontosabb az egészségünk, ami nem magától értetődő, ma még van, de holnap akár el is veszíthetjük.

– Van-e olyan idézet, amely a legjobban jellemzi az életedet?

– Igen, van egy kedvenc Leonardo Da Vinci idézetem, amiben minden benne van, amit az életről gondolok: „Minden élet forrása a mozgás.” Hisz a mozgás maga az élet.

VÁNYA BLANKA

