



CSOPAKI Hírek

Csopak Község közéleti havilapja

2022. november :: XI. évfolyam 10. szám

Tartalom

Október 23-i megemlékezés	1., 3. oldal
Őrtűzgyújtás Csopakon	1., 4. oldal
Őszi faluszépítő nap Csopakon	2. oldal
Csopak Agóra	4. oldal
HEMINA avagy Pannonhalmán járt a Sáner János Kertbarát Kör	5. oldal
Szeptember 30.: A Népese Napja	6. oldal
Elindult az iskola felújítása	6. oldal
Megtelt a Plul Malom kertje a Pont Csopak idei eseményein	7. oldal
Ringató foglalkozás Csopakon	7. oldal
Az egészségmegőrzés közös célunk	7. oldal
Az első Taekwon-do edzéstől a világcupa győzelemig	8-9. oldal
Világcupa győztes Csopakon	9. oldal
A Nyugdíjas Klub október havi programjairól	10. oldal
Időseinket köszöntöttük!	11. oldal
Bemutakozik János atya	11. oldal
Adventi gyertyagyújtás	12. oldal

Október 23-i megemlékezés

Idén október 21-én, 17:00 órakor került megrendezésre az 1956-os forradalom és szabadságharc megemlékezésére szóló ünnepség a csopaki Kultúrházban.



Ünnepi műsort adtak a Csopaki Református Általános Iskola tanulói, majd Szabó Attiláné tanárnő ünnepi beszédet mondott.



Az előadás után a hagyományokhoz híven a résztvevők fáklyás felvonulással vonultak végig a Kossuth utcán a Hősi emlékműhöz, ahol az önkormányzat, az iskola, az óvoda, a bölcsőde és a csopaki civil szervezetek is megkoszorúzták az emlékművet.

(Folytatás a 3. oldalon)

Őrtűzgyújtás Csopakon

Október utolsó vasárnapján a Székely autonómia napján Csopakon a Csonka toronynál is meggyújtották az Őrtűzet.



Csopak Településért Közalapítvány és Csopak Község Önkormányzata szervezésében második alkalommal került sor az eseményre, amelyben kifejezzük összetartozásunkat, szolidaritásunkat Székelyföld autonómiai törekvéseivel Erdélyben élő honfitársainkkal.

Karáth János köszöntőjében elmondta, hagyományteremtőnek szánták a tavalyi őrtűzgyújtást, és nagy öröm, hogy egyre többen csatlakoznak kezde-



ményezéshez. Az Európai Unióban hét ország polgárai összefogásával eljuttatott petíció, ami az Unióban élő őshonos kisebbségek érdekeit képviselte, sajnos nem volt Brüsszel számára fontos. Erdélyben élő honfitársaink most egyre nehezebben élnek meg magyarságukat. Ezért gyúlnak meg most ország-szerte őrtűzek, hogy kifejezzük támogatni és kiállni kell székely testvéreinkért, hogy megőrizhessék identitásukat otthonukban. „Szeretnénk, hogy a jövőben az őrtűzből örömtűz legyen, ezért kérjük önök és Isten segítségét.” – mondta Karáth János.

(Folytatás a 4. oldalon)

Őszi faluszépítő nap Csupakon

A település szépítése, virágosítása mindig is fontos szempont az Önkormányzat számára, ezért szervezi meg évente két alkalommal a faluszépítő napot, melyen önkéntes alapon vesz részt a lakosság.



Az őszi alkalommal október 22-én szombaton a fő feladat az árvácskák ültetése volt, amit a Csupaki Nyugdíjas Klub és a Nagycsa-



ladosok egyesülete 6 helyszínen végzett. Az ültetésen kívül festésre és szemétszedésre volt még lehetőség, amire az egyéni jelentkezők lettek beosztva.



A munkálatokban részt vettek a Mandulavirág óvoda, a Fecskefészek bölcsőde és az Hivatal dolgozói is.

A munka befejeztével egy finom ebéd és egy kellemes koncert várta a résztvevőket az Üdülőfaluban!

Köszönjük minden Önkéntesnek és dolgozónak a munkáját!

Csupak Község Önkormányzata



Amikor úgy érzed, nincs időd lazítani, tudd, hogy akkor van rá a legnagyobb szükséged... (Matt Haig)

dr. Veres Márta vagyok. Feleség, anyuka és dolgozó nő.

Saját bőrömön tapasztalom milyen az, amikor összecsapnak fejünk fölött a hullámok. Tudom milyen az, amikor azt érezzük, nehezen tudunk lépést tartani az elvárásokkal, egyszerűen túl sok a tennivaló. Vállalkozásunk létrehozását éppen ezek a túlszorduló feladatok ihlették.

Vegye igénybe vasalás szolgáltatásunkat a Balaton észak-keleti régiójában. Természetesen tisztítást is vállalunk.

Levesszük válláról a vasalás terhét, a felszabaduló idejét pedig töltse családjával, barátaival, szeretteivel. Vagy egyszerűen csak fordítsa magára! Higgye el, megérdemli!

Szükség esetén a textiliékért házhoz megyünk és a frissen mosott/vasalt ruhákat vissza is szállítjuk.

Kérheti 24 órás VIP szolgáltatásunkat is.

Munkánkat professzionális (Miele, Bosch, Philips) gépekkel, megbízható, gyakorlott, precíz munkatársakkal végezzük.

Részletekért kattintson ide: www.vasalasbalaton.hu

Üdvözléssel:



dr. VERES MÁRTA
 telefonon
 +36 30 264 9326
 marti.veres@gmail.com
 8239 Pálacsanak
 vasalbalaton.hu

Október 23-i megemlékezés

(Folytatás a címlapról)

1956 az összetartozásra tanít bennünket



Az 1956-os forradalom és szabadságharcra emlékeztek meg a résztvevők a csopaki kultúrházban pénteken délután.



A Csupaki Református Általános Iskola növendékeinek megemlékező műsora elevenítette fel az, akkor történeteket. Az előadás után Szabó Attiláné tanár mondott ünnepi beszédet.



A tanárnő kiemelte, mire tanít még bennünket 1956? Felelősségvállalásra, helyállásra. Az Isten képére és hasonlatosságára teremtett ember vágyik a kapcsolatokra, szeretetre, békességre, igazságra, szabadságra. Elemi igénye, hogy kaphasson és adhasson ezekből. Természetesen nem mindegy, hogy hogyan. Ez tesz bennünket boldoggá vagy boldogtalanná, hogy hogyan is döntünk. Ezekben a történelmi időkben, amely most emlékezésünknek a tárgya, a szabadság és az



igazság súlyosan megsérült és az emberek felléptek az igazságért és a szabadságért. Az összecsapás kemény volt, ahogy hallottuk is, és olvashatjuk a történelemlétkönyvekben, az elnyomók tankjaival találták magukat szembe, hősi halált haltak sokan. Mondhatják, hogy most nem élünk ilyen történelmi időkben. Nincs szükség hősökre, más szelek folynak. De mindig, minden korszakban, mindenhol a történelem nagy színpadán nagy történelmi időkben élünk. Folyik a küzdelem a jó és a rossz között, mindig és mindenhol. És mi döntünk minden élethelyzetünkben, hogy egyik vagy a másik oldalra állunk. Így válnak hőökké, a hétköznapok hőseivé. – mondta el Szabó Attiláné.

A hagyományokhoz híven a megemlékezők, élükön a diákokkal fáklyákkal vonultak végig a Kossuth utcán a hősi emlékműig, ahol az önkormányzat, az iskola, az óvoda és a csopaki civil szervezetek is elhelyezték a megemlékezés koszorúit, virágait.

Falukarácsony

a Csonkatoronynál

2022. december 16-án 17 órakor



Kérjük, hozzanak magukkal BÖGRÉT, amiből el tudják fogyasztani a forralt bort, forró teát, ezzel ÖVJUK EGYÜTT KÖRNYEZETÜNKET! KÖSZÖNJÜK!

A programváltozás jogát fenntartjuk

Őrtűzgyűjtés Csupakon

(Folytatás a címlapról)

Vas Albert – Üzenet haza című versét Vitéz Csaba mondta el.



Az eseményen közreműködött Vesztergom Miklós tárogatóművész, a Csupaki Református Általános Iskola 7. osztálya, valamint a Csupak Táncegyüttes, beszédet mondott Gajdics Ottó újságíró, szerkesztő, a Hír Tv korábbi tartalomigazgatója. Beszédében hangsúlyozta, szerencsénkre egyre több ilyen tűz gyullad meg, egyre inkább rádőbben magyar honfitársaink közül a józan többség, hogy vagy összefogunk, vagy tönkre tesznek bennünket azok, akiknek nem jelent



semmit az a négy szó, ami a mi életünket meghatározza: nemzet, haza, szülőföld, anyanyelv. Kiemelte, az őrtűzek gyűjtásaival sokan azt szeretnék elérni, kifejezni igényünket a Székelyföld autonómiái iránt, de leginkább kifejezni mély együttérzésünket székely nemzettestvéreink sorsa iránt.

„Nem először gyúlnak ezek az őrtűzek, hogy tájékozási pontként szolgáljanak a mindennapjainkat beborító, már-már áthatolhatatlannak tűnő sötétségben Európa szegénye ugyanis, hogy a sokszínűségre, a másság elfogadására, a más földrészek szerencsétlenebb sorsú embereinek nehézségeivel szembeni megértésre, máskor oly büszke Európai Unió egyáltalán nem foglalkozik az őshonos nemzeti és nyelvi kisebbségek problémáival.” – mondta el Gajdics Ottó.

A beszéd elhangzása után az egybegyűltek közösen elénekelték a magyar, majd pedig az székely himnuszt Vesztergom Miklós tárogatómű-



vész közreműködésével, közben pedig fellobbant az őrtűz testet és lelkét melengető lángja.

Az esemény szeretetvendégséggel ért véget, ahol a Csupak Településért Közalapítvány és a Csupaki Nyugdíjasklub önkéntesei forró teával, süteménnyel és zsíros kenyérral kínáltak meg minden jelenlevőt.

Csupak Agóra

Kedves csopakiak, nyaralótulajdonosaink, vállalkozóink!

Október 15-től megnyílt a „Csupaki Agóra”, egy virtuális közéleti tér, ahol célunk biztonságos teret nyújtani a Csupak helyi ügyeit megvitatni kívánó érdeklődők számára. Ezen az oldalon olyan információkat, híreket fogunk megosztani Önökkel, amelyekkel kapcsolatban várjuk a kérdéseiket, véleményeiket, ötleteiket, ahol – reményeink



szerint – megvalósulhat a kétirányú kommunikáció. Számos olyan feladat áll előttünk, amit szeretnénk Önökkel együtt megtervezni, és minél szélesebb egyetértés alapján végrehajtani. A Csupaki Agóra privát Facebook csoportként fog működni, ahová csak a nevüket és arcukat vállaló, Csupakhoz kötődő (itt élő, nyaraló, vállalkozó) tagokat várunk. Felhívjuk a figyelmüket, hogy a belépéshez kapcsolódó kérdések kitöltése kötelező és annak valóságtartalmát ellenőrizzük.

Ezzel egyidőben megváltozik Csupak Facebook oldalának működése is. Továbbra is közérdekű eseményekről, információkról fogjuk itt tájékoztatni Önöket, azonban a kétoldalú kommunikáció helye a Csupaki Agóra lesz.

Várjuk Önöket a Csupaki Agorán, kérjük, „hozzák magukkal” gondolataikat, véleményüket, ötleteiket, kérdéseiket!

Facebook -> Csupaki Agóra

Ambrus Tibor, polgármester

HEMINA avagy Pannonhalmán járt a Sáter János Kertbarát Kör



Négy civil szervezet – a csopaki nyugdíjas klub, sportkör, kertbarát kör és a Paloznaki Szőlőhegy Egyesület (PiSZE) – összefogásával, két önkormányzat – csopaki és paloznaki – támogatásával, október 15-én Pannonhalmán jártunk.

Paloznaki barátainkkal ez immár a harmadik közös rendezvényünk volt, tavaly együtt ünnepeltük a két falut összekötő olaszrizling tanösvény 15. születésnapját, a tavaszi település-szépítő napon pedig együtt szépítettük a tanösvényt, amiből a két falu barátságát kifejező hagyományt szeretnénk teremteni. A PiSZE 15. születésnapját is együtt tervezzük ünnepelni novemberben.

Pannonhalmán délelőtt tárlatvezető kalauzolásával bejártuk a főapátság bejárható épületeit, majd közös ebéd után szakmai látogatást tettünk a főapátsági pincészetben.

Pannonhalmán bizonyára mindannyian jártunk már, ki diák-, ki nyugdíjas korában, ki a kettő között, a több mint 1000 éves bencés főapátságról már sok mindent tudunk és amit nem azt megtudhatjuk legegyszerűbben a főapátság honlapjáról (<https://pannonhalmifoapatsag.hu/>), de vajon mi az a címbeli hemina?

A pincészet egyik csúcspora a *Pannonhalmi Hemina Fehér 2021*. Tényleg az, megkóstoltuk: burgundi típusú, 50% chardonnay, 20% pinot blanc, 15% sauvignon blanc, 10% viognier, fahordóban, finomseprőn 6 hónapig érlelt remek fehérbor.

A palackon egy idézet áll a bencés rendet alapító Szent Benedek regulájából, amit a szerzeteseknek írt az ital mértékéről, a VI. században: „Kinek-kinek saját ajándéka van Istentől, az egyiknek így, a másiknak meg amúgy. Éppen ezért némi töprengéssel rendelkezünk mások táplálkozásának

mértékéről. Mégis, ha tekintetbe vesszük az erőtlenség gyöngegségét, azt tartjuk, hogy minden egyesnek elég lesz napjában egy hemina bor”. Igen ám, de mennyi az az egy hemina bor?

A pincészetben a fiatal, csinos idegenvezetőnk véleménye szerint Szent Benedek bölcs ember volt, mert elsősorban nem mértékegységre gondolt: a hemina az a mennyiség, amit a szerzetes nyugodt lélekkel, tiszta lelkiismerettel megihat, amitől megtalálja Istent, de nem kísérti meg az ördög.

Megszívlelendő tanács, de valójában mire gondolhatott Szent Benedek, aki bizonyára tudta, hogy a hemina egy ókori római űrmérték, az amphora 1/96-a (a rómaiak – mint oly sok egyéb bölcsességet – ezt is az ókori görögöktől vették át, nevezetesen az attikai űrmértékeket).

Rómában az etalon a capitoliumi amphora volt, mai mértékkel 26,26 liter, azaz 1 hemina csupán 2,7 dl, hasonlóan a hozzánk közelebb álló iccéhez, ami cca. 3-4 dl. Szent Benedek tudhatta, hogy ez bizony nem lesz elég, ezért a reguláját így folytatta: „40.6. Bár azt olvastuk, hogy „a bor egyáltalán nem való szerzeteseknek”, de mivel korunkban lehetetlen a szerzeteseket erről meggyőzni, legalább abban egyezzzünk meg, hogy ne igyunk a telíttségig, hanem mértékletesebben”. Ez még megszívlelendőbb tanács, a ma élő bencés szerzetesek is bizonyára inkább ehhez tartják magukat, mint az ókori 1 hemina mértékhez, ezért javasolom, hogy mi is tekintsünk egységnek egy palack *Pannonhalmi Hemina Fehér 2021*. bort, és nem fogunk csalódn benne!

Kovalóczy György


Szeptember 30.

Benedek Elek születésnapja

A Népmese Napja



2005 tavaszán a Magyar Olvasótársaság – a népmesék fennmaradása és az azokban rejlő bölcsességek továbbadása céljából – Benedek Elek születésnapját nevezte ki a Népmese Napjának, amely felhíváshoz több száz pedagógus, könyvtáros, mesével foglalkozó szakember, sok-sok gyermek és felnőtt csatlakozott.

Évek óta a csopaki Mandulavirág Óvoda mindhárom csoportjában megünnepeljük ezt a napot. A kisgyermek minden nap hallgatnak mesét, de ezen a napon kiemelt figyelmet fordítunk a magyar népmesékre, melyek a valódi értéket közvetítő, a magyar nyelv szerteágazó kifejezésvilágát megmutató, a csoda, a kaland, az igazságba vetett hit és a játékos világát elbeszélő történetek.

A kiscsoportosokat a Magyar népmesék ismerős dallama hívta a mesekuckóba, ahol *A kiskakas gyémánt félkrajcárja* című népmesét mesélték el közösen. A kiskakas báb és az énekek segítettek a mese fonalának követését, fordulatainak kiteljesedését.

A középső csoportos gyermekek *A só* című népmeséhez készítettek síkbábokat, így tették még gazdagabbá a mese feldolgozását.

A nagycsoportosok *A csókalányok* című népmesét hallgatták meg. Majd pedig azt játszották el, hogy moziba mennek, ahol szintén ezt a mesét vetítették. Moziműsört, jegyeket készítettek hozzá.

„Őseinktől kincsekkel teli tarisznyát kaptunk örökségbe, de mint-ha egyre gyakrabban tétlenül néznénk ennek háttérbe szorulását, elfelejtését. Vegyük birtokba, ismerjük meg, fényesítsük újra és adjuk tovább az eleinktől kapott, élethosszig érvényes, értékes, unokáink számára is feltétlenül megőrzendő, mesebeli kincseket!”

(Részlet a Magyar Olvasótársaság 2005-ös felhívásából)

Nyirőné Németh Marianna
 Óvodapedagógus

Elindult az iskola felújítása

Egy hosszú és váratlan akadályokkal nehezített közbeszerzési eljárás lezárulta után végre alá tudtuk írni a kivitelezővel a szerződést és az iskola felújításának első üteme megkezdődhetett.

Sokan kérdezték, hogy miért a tél kezdete előtt állunk neki a munkának. Nos sajnos a válasz nem a mi akaratunktól és szándékunktól függ.



Az egyik ok, a fent említett elhúzódnak közbeszerzés, a másik pedig, hogy több esetben tudomást szereztünk arról, hogy az el nem kezdett beruházási támogatásokat visszavonták. A harmadik érv pedig a folyamatos drágulás, így a tavaszi kezdés az elvégezhető munka tartalmát is jelentősen befolyásolná.

Mire elég az elnyert 300 milliós támogatás?

A tervezési és közbeszerzési költségek levonása után megvalósul a Kossuth utcai front teljes tetőcseréje, a tetőtér beépítéshez szükséges új födém szerkezet és magasztás, tetőtéri nyílászárók, szigetelés és a feljárat új lépcsőház.

A szülőktől, tanulóktól és kollégáktól sok türelmet és kompromisszumot kívánt és kíván az épület részleges használhatósága. Így több helyszínen, az iskolaépület két másik szárnyában a Gyülekezeti és Kultúrházban, illetve a Szent Imre házban folyik az oktatás.

Köszönjük a megértést és a türelmet akár a reggeli tumultust vagy a változó oktatási helyszíneket illetően.

Nagyvonalú a gesztus, amit ezekben a nehéz időkben az Önkormányzat a Kultúrház egyik termének rendelkezésre bocsátásával tett, illetve hálásak vagyunk a Római Katolikus Egyháznak, hogy a katolikus hittan órák a Szent Imre Házban folyhatnak.

A szerződésben 185 nap szerepel a munkálatok befejezéséig. Addig még biztosan sok erőfeszítésre és kintartásra lesz szükségünk. A cél azonban úgy hiszem, hogy felülírja ezeket a nehézségeket.

Tavasza, talán éppen Húsvétra, a Feltámadás ünnepére egy funkciójában és küllemében megújuló Református iskola várja 195 tanulóját.

A mai nehéz időkben igazán szükségünk van olyan történetekre, melyek a megújulásról, hitről és külső belső, testi lelki építkezésről szólnak. Bízom benne, hogy ez a munka egy ilyen történet kezdete, amiért a Biblia Ígéljével „szüntelenül hálát adunk Istennek”.

Tislér Géza
 református lelkész

Megtelt a Plul Malom kertje a Pont Csopak idei eseményein

Gyerekelőadással, cirkuszi showval, koncertekkel, kiállítással valamint díjnyertes játék- és dokumentumfilmekkel tért vissza a Pont Csopak 2022-ben.



Májustól szeptemberig minden hónapban egyetlen hétfőjére kertmozi és kulturális helyszínné változott a Plul Malom mesébe illő kertje. A Pont Csopak programjai egy-egy tematika köré szerveződtek: generációk, női szerepek és környezetvédelem is szerepelt a témák között. A látogatók finom falatokat és csopaki borokat kóstolhattak miközben élvezhették a többi kertmozi kínálatából rendszerint hiányzó alkotásokat.

A Pont Csopak megálmodói Balogh Rita a Budapesti Nemzetközi Dokumentumfilm Fesztivál (BIDF) egyik alapítója, valamint doku-



mentumfilm producer és Fränk Barbara független tartalomgyártó producer célkitűzése az volt, hogy programjait kontextusba helyezve kínálják a közönségnek. Így minden esemény egy összetett kulturális élménnyé válhatott annak a több száz látogatónak akik jegyet váltottak az eseményekre.

A program misszióját, a közösségépítést a Veszprém-Balaton 2023 Európa Kulturális Fővárosa program támogatta.

A Pont Csopak jövőre új programokkal és témákkal tér vissza a Plul Malomba.

Ringató foglalkozás Csopakon

„Az énekkel, az ölbéli játékokkal nem pusztán a zenét közvetítjük, hanem a kicsi számára egy magasabb szintű odafigyelést, tudást, az érzelmek intenzívebb átadását.”

Gróh Ilona



Nagy boldogsággal tölt el, hogy megoszthatom Önökkel, Csopak elindult havi egy alkalommal a Ringató foglalkozás a kisgyermekes családok számára.

Mit is értünk Ringató foglalkozás alatt?

A Ringató foglalkozások célja, hogy egy biztonságos, szeretettel teli légkörben a kisgyermekes családokkal megismertessék a zenei nevelés lehetőségeit. A szülők és a gyerekek átéljék a közös éneklés és játék élményét. Nem a fejlesztés a cél, hanem szeretnének kedvet ébreszteni a felnőttekben, hogy merjenek énekelni gyermekeiknek. Segítség adni, bátorítást, útmutatást az értékes zenei anyag válogatáshoz. Emellett céljuk még, hogy a gyermekek fogékonyabbakká váljanak a jó zene, a művészetek iránt.

Élő énekszóval, mondókákkal, dajkarímekkel, hangszerjátékkal vannak körbevéve, és ha kedvük van bekapcsolódhatnak az ölbéli játékokba is.

A Ringatókra már néhány hónapos kisbabákkal lehet érkezni. A foglalkozások általában 30 percesek. Családi program, ahol a felnőttek és a gyerekek egyaránt élményhez jutnak. A Ringatóval épül a gyermeki lélek, erősödik a családi összetartozás.

Foglalkozást tartja: Rábaközi Rita foglalkozás vezető, énekművész, zeneterapeuta

Köszönöm szépen Polgármester Úr, az Önkormányzat támogatását!

Az egészségmegőrzés közös célunk



MANDULAVIRÁG
GYÓGYSZERTÁR

Összhangban Csopak Község Önkormányzatának Egészséges Csopakért Programjában megfogalmazott célkitűzésekkel, illetve figyelemmel a rendszeres testmozgás egészségi állapotra gyakorolt jótékony hatására, illetve a gyermekkorban végzett komplex mozgásformák kiemelt jelentőségére a gyermek egészséges fejlődése érdekében, a csopaki Mandulavirág Gyógyszertár (8229 Csopak, Kosuth u. 28.) 2022. szeptember hónaptól támogatja a csopaki Hullámtörők Taekwon-do Klub keretein belül folyó edzőmunkát, elismerve annak az egészséges életmódra nevelés szempontjából történő fontosságát, valamint Csopak, és a környező települések lakossága jól létének elősegítése, és megőrzése érdekében tett eredményes tevékenységét.

Köszönjük szépen!

Gábor Farkas
Hullámtörők TKD Klub
klubvezető

Az első Taekwon-do edzéstől a világcupa győzelemig

– amikor „A tanító és a tanítvány együtt hozzák létre a tanítást.”

Egy csopaki családi ház nappalijában ragyog a 8. ITF Taekwon-do Világcupa egyik legfényesebb kupája. Lakatos Marco I. danos mester, a csopaki Hullámtörők Taekwon-do Klub tagja, a férfiak 46+ év formagyakorlat csoportban fantasztikus teljesítménnyel világcupa győztesként tért haza nemrég Szlovéniából.

A 2022. október 1-9. között, Koper városában megrendezésre kerülő Világcupán összesen 1304 versenyző állt tatamira, 2904 nevezéssel. A 22 fős magyar csapat kiemelkedő eredménnyel, az összesített éremtáblázat 7. helyét szerezte meg. Ezzel Magyarország volt a leghatékonyabb csapat a 2022-es ITF Világcupán – a versenyzői nevezéshez mért eredményeket nézve.

Cikkünkben Lakatos Marcoval és Mesterével, Gábor Farkas III. danos Mesterrel, a nemrég 10 éves jubileumát ünneplő csopaki Hullámtörők Taekwon-do klub vezetőjével beszélgettünk.

Marco, mikor, miért, hogyan kerültél közel a Taekwondo-hoz?

Körülbelül 8 és fél évvel ezelőtt a párom figyelt fel egy a helyi óvodában kitett plakátra, amin Taekwon-do edzést hirdetett a csopaki Hullámtörők Taekwon-do klub. A meghirdetett edzésre elvittem az 5 éves fiamat, hogy kipróbálja a focin kívül mást is. Gábor Farkas akkor II. danos Mester tartotta az edzést. Javaslatára én is részt vettem az edzéseken annak érdekében, hogy támogassuk fiam integrálását, mert anno még nem volt külön gyerek csoport. Nem volt egyéb elképzelésem vagy célom, csak mentem; edzésről edzésre és hagytam, hogy hasson rám a Taekwon-do, a Mester, a közösség. Maga az edzés és a mozgásanyag mellett nagyon tettszett, hogy a mai világban jelentőségét veszítő értékek, mint az elkötelezettség, önzetlenség, az összetartás, állhatatosság, a tisztelet, az egyik legfontosabb pillére eme csodás harcművészetnek. Így néhány év távlatában úgy érzem ez volt életem egyik legfontosabb fordulópontja.



Kik segítettek, segítenek az úton?

Az ember nem tudhatja, hogy miképp alakul minden, ha más emberekkel találkozik, máshol és más körülmények között. Azt hiszem, igazán szerencsésnek mondhatom magam, mert meggyőződésem, hogy az „úton” pont azokkal az emberekkel találkoztam, akikkel kellett. Mesterünk kiváló tanító, útmutatása az edzéseken túl is meghatározó. A csapatunk rendkívül összetartó, nagyon figyelünk egymásra az edzéseken, önzetlenül és nagy odaadással segítjük egymást. Ugyanakkor a család támogatása is elengedhetetlen, hiszen ha versenyzel a heti 5 edzés sok időt elvesz a családi életből. A klubban kívül is sok támogatásban volt részem más mesterektől, edzések és versenyek kapcsán. De nem szeretnék senkit külön-külön kiemelni, mert mindenki nagyon sokat segített és segít.

Aranyérem... világcupáról... megnyerted... mit jelent Neked ez az érem?

A versenyzés terén a formagyakorlatra koncentráltam, talán mert a Taekwon-do tradicionális részéhez állok a legközelebb. A formagyakorlatban látom a gyökereket, a Taekwon-do alapját. Nem mondhatom magam áldott formázónak, több volt bennem az akarás, mint a tehetség. De mit is mondjak, egyszerűen megszerettem ezt a harcművészetet. A legfontosabb talán az az elhatározás volt, hogy nincs megállás. A versenyzést a megszokott úton, megyei szinten kezdtem,

majd országos szinten folytattam, többször értem el dobogós helyezést is. Az elmúlt években már komolyabb sikerek születtek, többek közt háromszor magyar bajnoki címmel.

A világcupán való részvétel számomra ugrás volt a mélyvízbe, de ahol akarat van, ott út is van, így a Mester támogatásával belevágtam. A közel 4 hónapos felkészülés része volt válogatott edzés és edzőtábor is. A versenyre ugyan felkészültnek éreztem magam, de ezzel az eredménnyel nem számoltam. De persze jó érzés volt egy világversenyen a dobogó legfelső fokán állni, én ott képviselhettem Mesteremet és csapatomat. Bízom benne, hogy ezt egyszer más csapattársam is átélheti.

Mit üzennél azoknak a felnőtteknek, akiknek most megfordul a fejében, hogy csatlakoznának a Taekwondo családhoz?

Kezdd el és soha ne állj meg! Nyilván elfogult vagyok, de nagyon jó érzés, amikor látom a korom béli kezdőket, akik 40-50 évesen szinte „ifiként” élnek meg az edzéseket és versenyeket. Bizonyára már elcsépelet szavak ezek, de elsősorban magadért teszed. Úgy gondolom, ha megvan benned az elhatározás és eljöttél az első edzésre, akkor már elindultál az „úton”.

Mi itt vagyunk, ránk számíthatsz!

10 éve alapította a csopaki Hullámtörők Taekwon-do Klub-ot, amely azóta is folyamatos sikereket ér el, óráról órára közel 50 fő vesz részt az edzéseken. És most az egyik tanítványa világcupa győztes lett. Gábor Farkas III. danos Mester gondolatai következnek múltból, jelenről és jövőről.

Ha azt mondom Taekwon-do, Te azt mondd...

Egy szóban? Princípium. Vezérelv, egy biztos alap, amely az egész Életet áthatja.

Mióta és milyen formában van jelen életedben a Taekwon-do?

38 évvel ezelőtt, 17 éves koromban kezdődött minden. Meglátni és megszeretni egy pillanat műve volt. Ahogy beléptem az angyalföldi dojangba (Taekwon-do edzőterem), rögtön tudtam, hogy „megérkeztem”. Emlékszem, rá egy évre mutatták be Budapesten, a Filmmúzeumban, a Sárkány közbelép című Bruce Lee filmet, ami megadta számomra a kegyelemdőfést, és onnantól már nem volt visszaút. :-)

Hogy milyen formában van jelen?

Áthatja az életemet, a személyiségemet. Amilyen vagyok, olyan a „taekwon-dom”, amilyen a „taekwon-dom”, olyan vagyok. Nincs formája, és nincs jelen, mert a Taekwon-do a személyiségem része. Nem képezi az életem részét, mert ez nem egy tőlem kívülálló dolog, hanem bennem van. Amíg létezem, addig velem lesz.

Egyik tanítványod aranyéremmel tért haza a koperi világcupáról. Nagyon nagy eredmény. Neked mit jelent Mesterként ez, mennyiben és hogyan változtatta meg az edzői világot, hogyan élted meg Marco szereplését?

Óriási öröm számomra! A világ legjobbait legyőzni... fantasztikus siker, óriási eredmény. Rengeteg gyakorlás, lemondás, valamint elkötelezett, következetes, és áldozatos munka van mögötte. A versenyeken elért siker visszaigazolás mind a versenyzőnek, mind az edzőnek, hogy a befektetett munka nem volt hiábavaló. Természetesen rámutat arra is, hogy bárki, aki eredményes, sikeres versenyző szeretne lenni, annak mindig a szeme előtt kell, hogy lebegjen ez a célja, hogy ha el-



bizonytalanodik, ha nincs kedve edzeni, ha enervált, rosszkedvű, akkor is felül tudjon kerekedni ezeken az érzéseken, és a lehető legnagyobb energiákat mozgósítva tudjon beleállni az edzésekre...

A kérdés ilyenkor az, hogy ha sok év edzőmunkáját követően sikerül elérnie a célját, akkor mi lesz utána? Jellemzően megelégedettség, céltalanság, kiégés, váltás.

De itt nem erről van szó.

Visszatérve Marcora. Marco érett felnőtt korban, mintegy 8-9 éve kezdte el a Taekwon-dot. Lehet, hogy már a kezdeti időszakban megfogalmazódtak benne olyan célok, hogy kiemelkedő versenyeredményeket szeretne elérni, ezt nem tudom. De arra határozottan emlékszem, hogy kiemelkedő érdeklődést mutatott a Taekwon-do tanulása iránt, nagy odaadással edzett, gyakorolt, folyamatosan csiszolta, javította a technikáit, és szívvel-lélekkel jelen volt az edzéseken. A tanítást mindig nyitottan és alázattal fogadta, az egyre magasabb szintű felkészültségével sohasem kérkedett, amit elsajátított, megtanult azt önzetlenül, és nagy türelemmel osztotta meg a társaival. Amikor versenyzett, és nem úgy alakultak a dolgok, ahogy szeretne volna, tanult belőle, és gyakorolt tovább. Ha úgy alakult, ahogy szeretne volna... tovább lépett, és gyakorolt tovább.

Én azt vallom, és azt tanítom, hogy pusztán a verseny a Taekwondoban, illetve bármilyen harcművészetben nem lehet cél. Az egy eszköz csupán, egy lehetőség, amely megmutathatja, hogy a többi versenyzőhöz képest milyen felkészültségi szinten állsz. Ott, és akkor. Aztán másnap irány a dojang, végre, gyakorolhatsz tovább. :-) Persze, ha jól sikerült a verseny, az érzés sokáig Veled marad.

Marco világbajnok győzelme számomra nem ott nyer igazi értelmet, hogy ha valaki a Taekwondoban nagyon el szeretne érni egy célt, akkor az annak elérése érdekében befektetett rengeteg edzőmunka előbb-utóbb meghozza a gyümölcsét, hanem ott, hogy ha rendszeresen, szívvel-lélekkel gyakorolsz, ha – úgy, mint Marco – szereted, amit csinálsz, és jelen van az Életed mindennapjaiban a Taekwon-do, akkor ahogy az Úton jársz, és „belebotlasz” egy versenybe, akkor ennek akár kézzelfogható eredményességét is megtapasztalhatod. Akár Monoron, akár Koperben. :-)

Láthatóan, edzésről edzésre egyre több tanítvány vesz részt a csopaki edzéseken... mint egy nagy Család. Hogyan kell elképzelni egy ilyen másfél órás edzést?

Mondhatnám, hogy nem lehet elképzelni. :-) Annak idején, amikor kezdtem a Taekwon-dot, akkor minden korosztály, lányok és fiúk, nők és férfiak, minden tudásszinten lévő tanuló egyszerre, egy időben edzett, gyakorolt. Az évek, évtizedek múlásával ez a tradíció – alapvetően a harcművészet „elsportosodása” miatt – lassacskán megszűnt látszik, és a versenyekre történő minél hatékonyabb felkészülés érdekében – a többi versenysporthoz hasonlóan – a Taekwondoban is megjelentek a kategorizált edzések.

Nálunk ez nem így van. A Hullámtörők Taekwon-do Klub egyik alapvető küldetése, hogy a Taekwon-do által, annak közös gyakorlásán és értelmezésén keresztül egy valós közösségi teret teremtsünk, hogy – ahogy a kérdésben is megjelent – egy nagy Családot, Csapatot formáljunk, olyan emberekkel, felnőttekkel és gyerekekkel, akik támogatják és tisztelik egymást, akik az edzéseken kívül is szívesen töltik el szabadidejüket egymás társaságában, akik bátran fordulhatnak egymáshoz a dojangon kívül is, ha segítségre van szükségük.

Az edzéseken tehát egyszerre van jelen a 7 éves gyermek és a 60. életévéhez közeledő felnőtt, anyukák és apukák a lányokkal és a fiaikkal, gimiszek, egyetemisták, dolgozó felnőttek... Rendkívül színes a paletta, mint ahogy az övfokozatok is, hiszen értelemszerűen a tudásszint szerint sem történik meg a csoportok – edzésidőpontok szerinti – különválasztása.

Az edzésekben mindenki azt találja meg, amit keres benne. Aki az egészséges mozgást, az azt. Aki a versenyzést, az önvédelmet, a tanulást, az azt. Aki a közösséget, aki a gyógyulást, aki a rendszeres nyújtást, aki a fogyást... megtalálja. Nincsenek egységes elvárások, nem kötelező versenyezni, nem kötelező küzdeni, nem kötelező

edzőtáborba jönni... Bár a legutóbbi edzőtáborunk ettől függetlenül is „teltházás” volt.

Ja igen, hogy „hogyan kell elképzelni az edzést”?

Amikor már csak 15-20 perc van hátra az edzések kezdetéig, sorra érkeznek meg a terembe a tagok, ahol meghajlás után csöndesen beszélgetnek egymással, vagy éppen önállóan, vagy kisebb csoportokban küzdelmi technikákat, formagyakorlatot gyakorolhatnak, vagy nyújtanak. Aztán ahogy elérkezik a 18.00 óra, sorakozó, tiszteletadás, és kezdődik az edzés. A mintegy 40 tagból álló, korábban részletezett összetételű, minden szempontból heterogén csapat egy püsszenés nélkül, egységesen, fegyelmeltesen végzi el az edző által meghatározott feladatokat, a csendet csak a vezényszavak, a talpak csusszanó hangja a talajon, és a fehér Taekwon-do ruhák halk neszezése törlik meg. Mindenki a mozgására, a mozdulatok helyes kivitelezésére koncentrálnak, olyan az egész, mint egy aktív meditáció. A test, a tudat és a lélek egy EGYséget képeznek, a sulí, a témazárók, a beadandók, a munka, határidős feladatok, a gondok, és egyéb nyűgök elvesznek.

Csak a TAEKWON-DO van.

(A riportot készítette: Fenyőfalvi Anett)

Ha szeretnél Te is csatlakozni a csopaki Hullámtörők Taekwon-do Klub csapatához, várunk sok szeretettel minden szerdán és pénteken, 18:00-19:30 között a Csepaki Református Általános Iskola tornatermében.

Világbajnok győztes Csepakon



2022. október 1. és 9. között került megrendezésre a VIII. ITF Taekwon-do Világbajnok Szlovéniában, Koperben. A világ egyik leg-rangosabb taekwon-do versenyére 52 ország 123 csapata nevezett. A több, mint 1300 sportoló egy héten keresztül minden nap, reggeltől estig, 8 páston, mintegy 3000 versenyszámban mérte össze tudását, felkészültségét.

A csopaki Lakatos Marco – háromszoros magyar bajnok és AETF European Open e-Tournament nemzetközi ITF Taekwon-do európai kupa győztes, a Hullámtörők Taekwon-do Klub versenyzője – a magyar válogatott tagjaival együtt utazott el a versenyre, és október 6-án lépett pástra korosztályos I. danos formagyakorlat kategóriában, amelyben az Argentínából, Lengyelországból, Chiléből, Skóciából, és Norvégiából érkezett ellenfeleit legyőzve Világbajnok győztes lett.

Hatalmas gratula, és elismerés Marconak a sok év áldozatos munkájának, tanulásnak, kitarásnak, lemondásnak, állhatatosságnak, és nem utolsósorban hitnek köszönhetően elért fantasztikus eredményért, és köszönjük, hogy e nem mindennapi teljesítménnyel megkoronázta a csopaki Hullámtörők Taekwon-do Klub 2022. évben ünnepeelt 10 éves fennállását.

Gábor Farkas
klubvezető

A Nyugdíjas Klub október havi programjairól

A „Gyalogló Világnap“ kezdeményezést 1992-ben indították útjára a Rio De Janeiroi Föld Konferenciához kapcsolódóan. 1992 óta világszerte, így Magyarországon is októberben a „Gyalogló Világnap” alkalmából szerveznek túrákat. Klubunk is minden ősszel



kirándulást szervez ebben az időszakban. Idén a Cuha völgyébe látogattunk el október 5-én. A veszprémi vasútállomásról induló csapatunk vonattal közel 1 óra alatt ért Porva-Csesznekre. Onnan kanyargós erdei ösvényen, vízmosásokon át sétáltunk Vinyére. Útközben gyönyörködtünk a természetben. Az élménybeszámoló helyett beszéljenek helyettem az alábbi képek... Csodálatos napot töltöttünk ismét együtt! Jó volt veletek!

Ez év utolsó kirándulásán vettünk részt október 8-án, szombaton. Kényelmes autóbusszal utaztunk Székesfehérvárra, ahol a Bory várat csodálhattuk meg. Mindenkit elvarázsolt a Bory család által működtetett tornyokkal, külső folyosókkal, szűk lépcsőkkel rendelkező vár sokszínűsége, egyedi stílusa. A vár belső termeiben található szebbnél szebb festmények, szobrok, a rendezett udvar méltán arat tetszést az idelátogatók körében. A várbeli séta után tovább utaztunk Buda-



pestre, ahol a Budapest Operett Színházban az Abigél című musicalt néztük meg. A mindenki által ismert történet megjelenítése a színpadon felejthetetlen élményt nyújtott.

Köszönjük a szervezőknek ezt a csodálatos napot!

Október 12-én Karáth János nyugdíjas kollégánk tartott előadást az időseket érintő egészségügyi problémákról. Felhívta a figyelmet a pontos gyógyszeradagolásra, a kontroll vizsgálatok fontosságára, tekintetre a járványos időszakokra a higiéniai szabályok fokozott betartására.

Az idősök világnapját október 19-én ünnepeltük meg, az Önkormányzat és a Nyugdíjas Klub közös szervezésével. Az ünnepséget Huszár Péterné a Csopaki Református Iskola Igazgatónöje Nyitotta meg, majd Ambrus Tibor Polgármester tisztelet teljes szavakkal köszöntötte a falu idős polgárait. Az iskola tanulói látványos műsorral kedveskedtek a jelenlévőknek. Kovács Zoltán az idősök nevében megköszönte a szervezőknek a munkájukat. Gál Tamás és csapata finom vacsorával készültek, illetve a Nyugdíjas Klub asszonyai pogácsát sütöttek. Mindkettő nagy sikert aratott a vendégek körében. Tóth Gyula bora mellett kellemes baráti beszélgetés alakult ki.



A meghirdetett telepítés szépítő napon a Nyugdíjas klub tagjai is szép számmal megjelentek. A felső buszmegálló környékét, a Polgármesteri Hivatal, illetve a Nemzeti Park előtti virággyásokat ültették be árvácskákkal. A jó hangulatú munka után az Önkormányzat egy ebédre várta az önkénteseket.

A jelenlegi energiai helyzet miatt november elsejétől a Kultúrház zárva lesz, ezért a szerdai programjainkat bizonytalan ideig nem tudjuk megtartani.

A gyógytorna és a Szenior örömtánc a megbeszéltek szerint lesz megtartva.

Időseinket köszöntöttük!



75 év feletti lakosainkat műsorral és vacsorával láttuk vendégül. Köszönöm nyugdíjasklubunk tagjainak az ünnepség lebonyolítását, iskolásainknak, Horváth Katalin felkészítő tanárnak a színvonalas műsort.



Ezúton is kívánok jó egészséget minden csopaki idős polgárnak!



(Az összefoglaló a csopak.tv youtube csatornán látható.)

Bemutatkozik János atya

Kedves Olvasó!

Dr. Udvardy György érsek úr 2022. augusztus 1-től Vitéz Ajtós József prépost atya utódjává Csopak lelkipásztori ellátására kért fel. Azért, hogy a találkozások Önökkel – amelyek remélem gyakoriak lesznek – könnyebbek lehessenek, engedjék meg, hogy magamról megosszak pár gondolatot.



1977-ben születtem szüleim harmadik gyermekeként, gyermekkoromat a Szabolcs-Szatmár-Bereg megyei Apagyon töltöttem. Szüleim végtelen tisztelettel és szeretettel gondozták a növényeket és állatokat, engem is a teremtett világ szépségének észrevételére tanítottak. Középiskolába vendéglátóipari szakközépiskolába jártam, később szakácsként és felszolgálóként is kipróbálhattam magam.

A középiskolás évek alatt éreztem az Isten hívását, jelentkeztem lelkipásztori képzésre Egerbe, majd P. Jális Ferenc lelkigyakorlatos házában tanultam lelkivezetést Griesben. 2002-ben szenteltek pappá, ebben az évben elkezdtem pasztorálpszichológiát tanulni Debrecenben a Református Egyetemen. A képzés során fókuszban a klinikai lelkigondozás állt, amit szerettem volna az egyetem elvégzése után tovább kutatni. Így kerültem Grazba a Karl-Franz Egyetemre, ahol később PhD-t szereztem.

A papszentelés előtt és után több helyen is szolgáltam, mindenütt azzal a vágygal, hogy a helyiek lelkiéletét gazdagítsam.

Plébániai feladataim mellett tanítok a Veszprémi Érseki Főiskolán, miközben az egyházmegyénk Családpasztorációs referenseként is tevékenykedem.

Közel áll hozzám a szentignáci lelkiség, személyesen kísért lelkigyakorlatot vezetek rendszeresen Püspökszentlászlón az Életrendezés Házában, ami sok belső tapasztalattal gazdagít engem is.

Nagy kincsnek tartom azt a bizalmat, ahogyan az emberek megosztják lelki életük kincseit, életükben mi is foglalkoztatja őket. Ezért is fontos számomra, hogy lelkivezetőként és családterapeutaként is dolgozzam.

Remélem a Csopakon együtt töltött idő, sok lelki kincset, élményt és fontos belső megtapasztalást kínál mindannyiunknak, aminek segítségével az Istent mélyebben fogjuk tudni szeretni, felebarátainkat és önmagunkat pedig ajándékként látjuk.

Dr. Fodor János

Csopak..., ...mert szeretem!

Újszülött baba Csopakon

Schmidt Réka
 legifjabb csopaki polgárunk
 megszületett 2022. 09. 30., 3650 gr. súllyal.

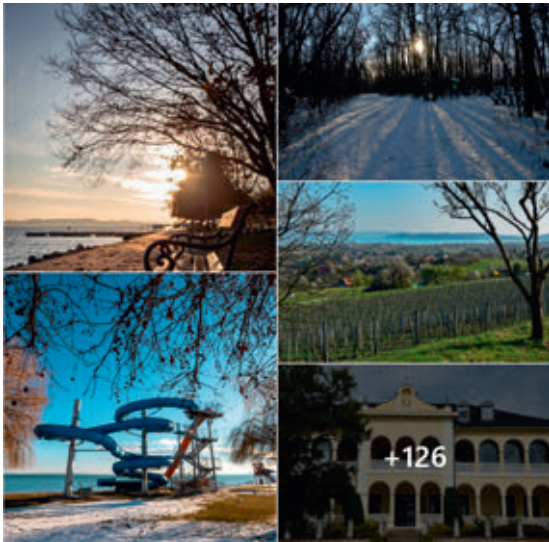
Kocsmáros Bejke
 legifjabb csopaki polgárunk
 megszületett 2022. 10. 16., 3600 gr. súllyal.

Horváth Bende
 legifjabb csopaki polgárunk
 megszületett 2022. 10. 30., 3150 gr. súllyal.

Csontos Rebeka
 legifjabb csopaki polgárunk
 megszületett 2022. 11. 1., 2850 gr. súllyal.

A szülőknek és az újszülöttnek jó egészséget, sok örömet kívánunk!

Naptárfotó pályázat 2023



A jövő évi naptárhoz idén is rengeteg szebbnél szebb kép érkezett, melyekből már folyamatban van a naptár összeállítása! Köszönjük mindenkinek a képeket!

Gyász hírek

Szabó János
 életének 74. évében elhunyt

Jánka István
 életének 72. évében elhunyt.

Őszinte részvétünk a gyászoló családoknak!

IMPRESSZUM

Csopaki Hírek (ISSN 2063-5206) - Csopak Község Önkormányzatának közéleti havilapja
 Tördelés, grafika, képszerkesztés: Kiss Csaba
 Nyomda: Tradeorg Nyomda Kft, Balatonfüzű-gyártelep
 Szerkesztőség/hirdetésfelvétel: 8229 Csopak, Polgármesteri Hivatal, Petőfi S. u. 2.
 Telefon: 87/799-100 e-mail: marketing@csopak.hu

Az újságban közzétett cikkek, fotóművészeti alkotások, egyéb szerzői művek csak a szerző, illetve a szerkesztő írásbeli engedélyével többszörözhetők, közvethetők a nyilvánosság felé, tehetőek nyilvánosság számára hozzáférhetővé a sajtóban [Sztj. 36. § (2)]. Ez a nyilatkozat a szerzői jogról szóló 1999. évi LXXVI. törvény 36. § (2) bekezdésében foglaltak szerinti tiltó nyilatkozatnak minősül.

Partnereink:



Adventi gyertyagyújtás

a Csonkatoronynál

2022. november 27-én 17 órakor

Ünnepi beszéd:
 Dr. Fodor János
 plébános

Közreműködik:
 a Csopaki Református Általános Iskola

Kérjük, hozzanak magukkal BŐGRÉT, amiből el tudják fogyasztani a forralt bort, forró teát, ezzel ÖVJUK EGYÜTT KÖRNYEZETÜNKET! KÖSZÖNJÜKI!

A programváltozás jogát fenntartjuk

Naprakészen Csopakról

Ha Önt is érdeklik a legfrissebb információk, aktualitások a falu életéről, programajánló, rendezvényeinkről képesbeszámoló, egy-egy szép fotó Csopakról, kövessen minket nyilvános fórumainkon: Friss képek, hangulatok: **Instagram @csopakhivatalosoldala**
 Naprakész lehet a rendezvényeinkről, beszámolókat olvashatnak a programjainkról. **Facebook @csopakhivatalosoldala**



Aktuális hírek: www.csopak.hu

Videós tartalmak: www.csopak.tv

Aplikációnk, amely elérhető Apple storeból és Play áruházból is: **Csopak smart app**

„Csopak... mert szeretem”

Hirdetési lehetőség

Hirdetésfelvétel: a szerkesztőség címén vagy a +87/799-100 telefonszámon vagy e-mailben a marketing@csopak.hu e-mail címen.
 Hirdetési árak: 1/8 oldal 5.000 forint+ÁFA/egyszeri megjelenés,
 1/4 oldal 10.000 forint+ÁFA/egyszeri megjelenés,
 1/2oldal 17.500 forint+ÁFA/egyszeri megjelenés,
 1/1 oldal 35.000 forint+ÁFA/egyszeri megjelenés.
 Lapzárta: minden hónap 25-én!