

Alapítva: 1990-ben

Bogárd és Vidéke

„A társadalom egyetlen önvédelmi fegyvere a nyilvánosság”

2016. március 3. - XXVII. évf. 9. szám
20 oldal, 250 Ft

Kavics: az élet és ember egysége.	2-3
Királyság Margarétával	4
„Gáz”ügyek	5
Már megint kábítószer!	5
CSOK 3.	10
Bravúros győzelem	16

Főszerkesztő–kiadó: Hargitai Lajos
Felelős szerkesztő: Hargitai–Kiss Virág - 06(30)3483 320

A Dél-Mezőföld független hetilapja

www.bogardesvideke.hu

**„ANYA,
KÉREK CUMIT!”**

(2-3. oldal)

**ALMA, ALMA,
PIROS ALMA**

(5. oldal)

**BÁTOR,
HARCIAS VAX**

(16. oldal)

Öndiktatúra

Egy amerikai diákot mutat a híradó. Az életéért könyörög egy észak-koreai bíróság előtt. Az ellene felhozott vád az, hogy a szülőföldjében, ahol megszállt, kihozott egy politikai propagandaplakátot a személyzeti részről, ami államellenes bűnnek számít a kommunista országban.

Furcsa ezt látni és hallani pár nappal a kommunista diktatúrák áldozatainak magyarországi emléknapja, február 25-e után. Közel 30 évvel ezelőtt még hazánkban is ez a nyomasztó éra uralkodott. A Wikipédián olvastam, hogy a világon körülbelül 100 millióra, Kelet-Közép-Európában 1 millióra tehető a kommunizmus áldozatainak száma; de a rendszer áldozata az is, akit börtönbe zártak, vallattak, kínoztak, megbélyegeztek, üldöztek, testileg, lelkileg megnyomorítottak.

Sokan élnek, akik ezeknek a borzalmas évtizedeknek a tanúi, akiket meghurcoltak, akiknek folyamatos félelemben, szigorú kontrollban kellett boldogulniuk, túlélniük. Ha gyermekeik, unokáik közvetlenül nem is tapasztalták meg ezt a világot, a szülők, nagyszülők révén lenyomatot hagyott a fiatalabb generációkban is a diktatórikus „rend”.



Még mindig vannak, amit se a tanúk, se a történészek nem tudnak. Egy másik hír épp arról számol be, hogy 400 darab 1956-os titkosított dokumentum most lesz nyilvánossá. Bármilyen is áll bennünk, nem hordozhatjuk a félelmeinket, haragunkat, mert abba belenyomorodunk. Ahogy a magyar nyelv találóan megfogalmazza: mardos a gyűlölet, félelem, megesz a méreg, felemész a bánat. Ez önpusztítás. Azt is mondhatnám: öndiktatúra.

Hargitai–Kiss Virág

Királyság

Margarétával

Kavics: az élet és ember egysége

– beszélgetés a beszédfejlődés fontosságáról –

Folyamatosan, de mostanában különösen fennforgó téma a köznevelés, közoktatás problémáinak kezelése. Az alábbi beszélgetés – melyet a sárbogárdi Pedagógiai Szakszolgálat négy logopédusával folytattunk a logopédia európai napja, március 6-a kapcsán – rávilágít egy olyan alapvető szegmensre is, hogy a szülők mit tehetnek annak érdekében, hogy a gyermekek a közoktatási rendszerbe kerülve megfelelő alapokkal rendelkezzenek, amikre aztán tovább lehet építkezni. Nemcsak műveltséget, hanem értelmi és érzelmi intelligenciát fejleszteni! Mert a társadalom is akkor lehet csak kiteljesedett, ha kiteljesedett emberekből áll. Tehát a nevelés–oktatás reformját az egyéneken, családokon belül kell kezdeni.

Illés Györgyi nyolcadik éve dolgozik a szakszolgálatnál. Nagyon szeret a munkatársaival együtt dolgozni.

Rohár Alexandra öt éve dolgozik a szakszolgálatnál, mellette jelenleg is iskolába jár.

Molnárné Koncz Éva logopédushallgató logopédiai asszisztensként dolgozik a szakszolgálatnál.

Hargitai Enikő logopédus ebben az évben nem terápiás munkát végez elsősorban, hanem a gyermekek logopédiai szempontú vizsgálatát.

– Az asztalon néhány kő egyensúlyoz egymáson. Mit jelképez ez a logopédiában?

Illés Györgyi: – A kő és kavics önmagában a logopédiát jelképezi, ugyanis Démoszthenész dadogott, és úgy próbálta meg ezt saját magának gyógyítani, hogy kavicsokat tett a nyelve alá. Természetesen a logopédia ma már nem ilyen módszerekkel dolgozik, hanem ennél szebb, jobb, az emberre kevésbé veszélyes metódusokat alkalmaz, de a szimbólum megmaradt. Nemcsak a logopédiát jelképezi a kavics, hanem az élet és az ember egységét is; az érzéssége a különböző eltéréseket, a simasága a folyamatosságot.

– A logopédia európai napja közeledik. Miért fontos ez? Miért csatlakozott hozzá többek között a szakszolgálat is?

Rohár Alexandra: – A magyar logopédusok szakmai szövetsége csatlakozott az európai logopédusokhoz, és azóta március 6-án ünnepeljük mi is a logopédia napját. Megemlékezünk azokról a gyermekekről, fiatalokról, akik logopédiai ellátásban részesülnek, illetve azokról a szakemberekről, akik ebben dolgoznak. Minél szélesebb körben kívánjuk az információkat terjeszteni.

– A Pedagógiai Szakszolgálat milyen programokkal várja a szülőket, gyerekeket, érdeklődőket a logopédia európai napja kapcsán?

Hargitai Enikő: – Mivel a Fejér Megyei Pedagógiai Szakszolgálat tagintézménye vagyunk, megpróbáltunk olyan programot összeállítani, ami a megyében más tagintézménynél nem zajlik. A kollégák javaslatára született meg az a programsorozat, ami szülőket szólít meg, ugyanakkor szakemberek is részt vehetnek rajta, óvodape-

dagógusok, tanítók. Minden óvodában előadásokat tartanak a logopédusok a beszédmegértéssel, -észleléssel kapcsolatosan. Minden logopédus a saját intézményeiben tart előadások, de ugyanazt a tematikát követik, a saját egyéniségüket, gondolataikat is beépítve.

– Hány éves korban érdemes logopédiai szempontból megnézni a gyerekeket?



Rohár Alexandra: – Amikor az 5 éves kort betöltik, van egy kötelező logopédiai szűrés, de mi mindig javasoljuk az óvó néniknek, szülőknek, hogy amint bármi problémát tapasztalnak, vagy csak elbizonytalanodnak, hogy megfelelő szinten van-e a gyermek beszéd- vagy nyelvi fejlettsége, azonnal forduljanak szakemberhez, mert sok dolog van, ami már 2 évesen is előle jelezhet egy későbbi problémát. Más-más életkorban mások a tünetei annak, hogy esetleg probléma lehet a későbbiekben.

– Hogyan történik egy felmérés?

Molnárné Koncz Éva: – Az óvodások logopédiai szűrése minden év végén, illetve tanév elején valósul meg, ahol bizonyos részterületeket nézünk meg: artikulációt, beszédészlelést. Azokat a gyerekeket vesszük be a terápiába, akiknek ez szükséges a további fejlődésükhöz.

– Ilyenkor elbeszélgetnek a szülőkkel is a logopédusok? Hiszen pszichológiai okai is lehetnek egy-egy problémának.

Molnárné Koncz Éva: – A szűrésekről és eredményekről a szülőket tájékoztatjuk. A szűrés egy előrejelzés. Ha probléma lenne

a gyermek kommunikációjával, beszédével, akkor részletesebb vizsgálatot végzünk, ahol már a szülőket is megkérdezzük, hogyan fejlődött a gyermek csecsemőkorától kezdve.

Illés Györgyi: – Azért választottuk az előadás módszerét idén, hogy átfogó képet kapjanak a szülők. Nemcsak azok, akiknek a gyerekei ezután kerülnek be a logopédiára, vagy már bent vannak, hanem azok is, akiknek majd ezután fog kisbabájuk születni. Kaphatnak a beszédfejlődési folyamatról egy megfelelő tájékozódást, másrészt egy megfelelő szülői látásmódot. Ugyanis úgy vettük észre, hogy az utóbbi időben bizonyos ösztönös anyai cselekvések háttérbe szorultak a családi életben. A gyerekek a biológiai szükségleteiket megkapják, enni kapnak, szép öltözetet, vigyáznak rájuk, de egy csomó dolog nem

történik meg, ami az előző évtizedekben az anyák részéről természetes volt. Most meg kell tanítani az anyukákat újra azokra az ősi technikákra, hogy a szemükkel, a szívükkel és a beszédükkel is forduljanak a gyerek felé. A előadásnak ez a célja, hogy meglássa a szülő, mi az ő dolga a gyerek beszédfejlődésével kapcsolatban, hogyan kísérheti végig a gyerek fejlődését a beszédészleléstől az iskolai tanulmányain át a szövegértésig. Bizonyára hallott már mindenki arról, hogy milyen gondokat okoz mostanában a szövegértés. Szeressenek a gyerekhez beszélni, szembe fordulva beszéljenek vele, viszonylag tisztán, érthetően próbáljanak hozzá szólni, sokat olvassanak a gyerekeknek, mesekönyveket lapozgassanak, nézzék a képeket, mondják hozzá a szöveget, ritmizáljanak, csináljanak ritmushangszereket, tehát érzelmileg és fizikailag is legyenek a gyerekekkel!

– Fölmerült bennem a kérdés: ahogy a generációk váltják egymást, vannak-e tipikus beszédproblémák, amik feljönnek?

Hargitai Enikő: – Nem generációs problémák vannak, hanem a mostani generáció-

nak vannak beszédproblémái. Amíg az infokommunikáció nem uralkodott el a társadalomban, nem használtak az emberek számítógépet, okostelefont, nem néztek annyit televíziót, addig nem mutatkozott meg az a fajta beszédprobléma, kommunikációs probléma, amit manapság gyakran észlelünk. Most nagyon jellemző, hogy a gyerekeknek beszédmegértési problémáik vannak. Ez általában nem azért alakul ki, mert valamiféle idegrendszerteljesítési problémája van a gyermeknek, vagy a születés előtt, alatt történt vele olyan esemény, ami minimális sérülést okoz és akadályozza a beszédértést, beszédészlelést, beszédet, hanem egyszerűen azért, mert nagyon sok vizuális inger éri a gyermekeket igen korán. Már a csecsemők ágát is úgy helyezik el a szülők gyakran a szobában, hogy a csecsemő lássa a tévét. Tapasztaltunk ilyet személyesen is. Ez igen káros, hiszen a televízió olyan erős vizuális ingert bocsát ki, ami teljesen elfedi a többi ingert a baba előtt. Ehhez szokik hozzá, és a halláson keresztüli ingerek nem lesznek fontosak.

Illés Györgyi: – A másik a passzivitás. Ugyanis a gyerekeknek nem kell a tévére reagálni. Ez a tragédia benne. Míg élő beszédben, ha feltesznek nekem egy kérdést, reagálok és viszont. És nincs a gyerekeknek saját hang-élménye. Mikor beszélnek a szülőkkel, mindig ki szoktam említeni, hogy a gyerekeknek fontos a beszédfejlődése során, hogy a saját hangját hallja. Ezeket a saját hangokat máshol rögzíti, mint az idegen hangot, és a saját hangját, élményeit elő tudja hívni. Ha egy gyereke nem kényszerül arra, hogy kifejezze a vágyát, azaz nem kommunikál, akkor nincs saját hang-élmény, passzív befogadó csak, aki várja, hogy majd vele történjen az események. A passzivitás mellett van olyan is, hogy a gyerek beszél, de a tartalmat, összefüggéseket tekintve teljesen közömbös. Nem tudja kifejezni, amit szeretne, nincs szerkezete, a nyelvtanával is probléma van. Nincs folyamata a beszéd épülésének.

Rohár Alexandra: – A beszédre való figyelem is megváltozott. A szülők sokszor úgy beszélnek a gyerekekhez, hogy közben mást is csinálnak, és a gyermekben emiatt nem az marad meg, hogy ha valakivel beszélnek, akkor ránéznek és odafigyelek.

Hargitai Enikő: – Szaporodik azoknak a gyerekeknek a száma, akiknél megkésik a beszédfejlődés, nem indul meg 2 éves korig sem, és 3 éves korban is alig beszélnek. Ennek is részben az az oka, amikről már beszélünk, illetve hogy szinte meg is akadályozzák a szülők, hogy beszélhessen a gyerek, mert amint kinyitná a száját, bele-tömnek egy cumit. Ez a beszédigert gátolja. Erősen harcolunk azért, hogy ne cumizzanak a gyerekek, vagy csökkentjük a cumizást. Olyan csecsemővel nem találkozott még, aki azt mondta volna, hogy „Anyá, kérek cumit!” – a cumit mindig a szülő adja a gyerek szájába.

– **A beszédproblémáknak vannak következményei – az iskolában az írással is lesznek emiatt gondok. Egy időben gyakran lehetett hallani például a diszlexia, disz-**

gráfia kifejezéseket. Ha nem tud úgy teljesíteni a gyerek az iskolában, akkor lemarad, és ez göngyölyti magát éveken át. Nem tud olyan teljes fiatallá, felnőtté válni, mint amilyen lehetne.

Illés Györgyi: – Az előadássorozatnak az is a célja, hogy rávilágítson azokra az apró hajszaalkotásokra, amelyekből a későbbiekben kinőnek a kultúrfunkciók: írás, olvasás, beszédértés, szövegértés. Nagy hangsúlyt fektetünk azokra az idegrendszerteljesítési és funkcionális dolgokra, melyekre nagyon oda kell figyelni a gyerek fejlődése kapcsán. Fontos azokat táplálni, megtámasztani. Lényeges pontja ennek a történetnek a taktikus kinezteziás észlelés, mert a gyermek, amikor világra jön, szüksége van a külvilágból különböző impulzusokra. A kezdeti időszakban a tapintási és mozgási érzékelése rendkívül erős, ezt neki folyamatosan meg kell erősíteni. Hang- és vizuális élményeket is kell kapnia, de a tapintási rendkívül fontos ekkor. Erre épülnek rá majd azok az érzékletek, amik az írás-, olvasásfunkciót fogják erősíteni. Ha nincs a gyerek karba véve, nem történik meg a ringatás, ritmikus mozgás, simogatás rendszeresen, mozgatás, kis torna, játékok, a bőrérzékelését nem fejlesztjük, akkor ennek következményes tüneteként a külvilág ingereinek feldolgozása hiányt szenvedhet.

– **Régebben talán az volt egy kicsit a szülőknél, hogy logopédushoz vinni a gyereket egyfajta szégyen. Most is így van? Vagy nagyobb bizalommal fordulnak a szakszolgálat szakembereihez?**

Hargitai Enikő: – Az évek során ez sokat változott. Vannak visszatérő szülők, akiknek a sokadik gyermeke jár logopédiára. Vannak, akik minél előbb szeretnék foglalkozásokra hozni a gyermekeiket, mert tudják, hogy ez jó, és hogy milyen jelentősége van. A szakemberek olyan légkört próbálnak létrehozni a foglalkozásokon, ami a gyerek életkori sajátosságaihoz alkalmazkodik. Nemcsak a logopédiához, hanem a más ellátásokhoz való viszony is megváltozott, ami segítséget nyújt a gyerekeknek, szülőknek. Ez annak is köszönhető, hogy intézményes keretek közt nyújt a szakszolgálat ellátást közel 10 éve. A járás minden intézményébe járunk, a szülők, gyerekek, pedagógusok folyamatosan találkoznak a szakemberekkel. Sokkal közelebb kerültünk mi is a szülőkhöz.

Rohár Alexandra: – Vannak intézmények, ahol már megtörténtek a logopédia európai napjához kötődő előadások, és vannak, ahol március első két hetében lesznek. De bármikor kereshetnek minket a szülők, amikor az intézményekben vagyunk. Törekvésünk, hogy a szülőkkel minél jobb együttműködés alakuljon ki, de fontos az óvónőkkel, tanárokkal, tanítókkal, védőnőkkel való közös szakmai munka is.

A Pedagógiai Szakszolgálat munkatársait felkereshetik Sárbovárdon a József Attila utcában is, a gimnázium mellett, a volt zenekola épületében.

Hargitai-Kiss Virág

FELHÍVÁS

Sárbovárd város Sárbovárdi Zengő Óvoda – valamint telephely és tagóvoda – nevelési intézménybe beiratkozásra.

Értesítjük az érintett szülőket, hogy a 2016/2017-es évre a város nevelési intézményében a beiratásokra az alábbi időpontokban kerül sor:

2016. április 26-27-28.

A pontos időpontokról az intézmények adnak tájékoztatást.

Óvodai beiratás

A nemzeti köznevelésről szóló 2011. évi CXCV. törvény 2015. szeptember 1-jétől hatályba lépő rendelkezése szerint a gyermeknek abban az évben, amelynek augusztus 31. napjáig a harmadik életévét betölti, a nevelési év kezdő napjától legalább napi négy órában óvodai foglalkozáson kell részt vennie. Ez a kötelezettség azon gyermekekre vonatkozik, akik 2013. szeptember 1-je előtt születtek, és még nem járnak óvodába.

Demeterné dr. Venicz Anita jegyző

TÁJÉKOZTATÓ

Tájékoztatom a tisztelt Lakosságot, hogy Sárbovárd Város Önkormányzatának képviselő-testülete a Sárbovárdi Zengő Óvoda nyári részleges zárva tartását a 28/2016. (II. 12.) kth. sz. határozatban foglaltak alapján az alábbiak szerint állapította meg:

Óvoda címe, zárva tartás időpontja:

székhely (Sárbovárd, Mikes köz 3.) 2016. augusztus 1-jétől augusztus 31-éig;

tagóvoda (Sárszentmiklós, Gesztenye sor 1.) 2016. július 4-étől július 29-éig;

telephely (Töbörzsök, Szent I. út 49.) 2016. július 4-étől augusztus 31-éig;

(Pusztagegres, Hatvani út 50.) 2016. augusztus 1-jétől augusztus 31-éig.

Óvoda címe, ügyeleti nyitva tartás:

székhely (Sárbovárd, Mikes köz 3.) 2016. július 4-étől július 29-éig;

tagóvoda (Sárszentmiklós, Gesztenye sor 1.) 2016. augusztus 1-jétől augusztus 31-éig;

telephely (Pusztagegres, Hatvani út 50.) 2016. július 1-jétől július 29-éig félnapos a nyitva tartás, 7.30 órától 13.30 óráig (azon pusztagegresi szülők gyermekei részére, akik munkahelyi elfoglaltságuk miatt nem tudják délután biztosítani a gyermekük elhelyezését, az ügyeletet biztosító óvoda egész napos ellátást nyújt Sárbovárdon).

A gyermekek napközbeni ellátását folyamatosan biztosítja az Nkt. 2011. CXCV. tv. vonatkozásában az intézmény a kijelölt óvodában.

Demeterné dr. Venicz Anita jegyző

Királyság Margarétával

Farkas Margaréta, a nemrég emlegetett egykori sárbogárdi Black Time hetes fogatának táncosa hamarosan ismét többször tűnik fel városunkban, ezúttal az Art Kingdom táncegyület tanáraként. Találkozásunkat kihasználva kikérdeztem, merre sodorta őt a szél az elmúlt években.

– Számodra mit jelentett a Black Time-ban táncolni?

– A Black Time adta meg a löketet, hogy a táncospályába belekezdjek. Szerelem volt.

– Emlékszem rád, amikor táncoltál, látszott az arcodon, hogy akkor nem létezik számodra senki és semmi.

– Így van. Tudni kell rólam, hogy én nagyon izgulós vagyok a mai napig, a legkisebb fellépés előtt is remegek, de imádom.

– De tánc közben nem izgulsz?

– Amikor már belekezdjek, akkor nem.

– Hogyan csatlakoztál a csapathoz?

– 2001-ben, amikor Hartmann Gábor kezdett nálunk versenycsapatot létrehozni. A 2000-ben indult tanfolyamból választott ki hét embert, így kerültem a csapatba. 7 évig voltam a Black Time oszlopos tagja.

– Hiányoznak a lányok?

– Szép emlék, nagyon meghatározó, de nem hiányzik, mert egy más út felé sodródtam, ami – azt gondolom – a legjobb nekem.

– Merre sodródtál? Mert teljesen eltűntél a szemünk elől. Tudtam, hogy a bátyáid Angliában vannak, és te is kimentél.

– A gimnázium után mentem Angliába egy évre. Egy év után hazajöttem, addig nyelvet tanultam, dolgoztam.

– Mit dolgoztál?

– Az au-pair-kedéstől a szórólapozáson át a kutyasétáltatásig mindent. Kemény volt, de jó tapasztalatszerzés. Nem is tudtam annyit foglalkozni a táncsal, mint amennyit terveztem, mert nem jutott rá annyi idő. Választanom kellett, hogy tánc, vagy munka. De a tánchoz pénz kell, így az anyagiak miatt sok munkát vállaltam.

– Nem próbáltál belesni, bekéredzkedni egy-egy tánciskolába? Mert Londonban vannak jó iskolák.

– Jártam táncolni, viszont nem napi rendszerességgel, csak heti egyszer-kétszer. Sokat tanultam így is, inspirált, és úgy jöttem haza, hogy nyitott gondolkodású lettem a táncsal kapcsolatban.

– Nem volt benned olyan titkos vágy, hogy hátha valaki felfedez?

– Persze, mindenkin van. A nyelv nagy gátlás volt nálam. Sokat tanultam, de nem tudtam úgy használni egy év alatt, ahogy szerettem volna, ezért nehéz volt nyitni mások felé. Meg hát ott sok jó táncos van.

– Az utcán is lehet látni performance-okat.

– Amikor Rihanna táncosaival edzek egy teremben, ha csak ülök és nézem őket, már abból rengeteget tanulok. Vágyom vissza, és szoktam visszajárni időnként.

– Mikor jöttél haza?

– 2011 tavaszán. Egyből beiratkoztam az Art Kingdomba, ahol jelenleg is oktatok és a csapat részét képezem.

– Ez milyen iskola? Hogy találtál rájuk?

– Még mielőtt Londonba mentem, magyar versenyeken találkoztam először ezzel a csapattal. Akkor még No Comment-es voltam, és lenyűgözött, hogy annyira mást csinálnak, és annyira művészi. Akkor eldöntöttem, hogy miután hazajövök, ez az álomom, hogy itt táncoljak. Felkerestem az oktatót, Börzsi Barbarát. Ő ismert engem, mert ő is Hartmann Gábor-tanítvány volt, csak akkor már a felnőttcsapatot erősítette. Hamar lehetőséget kaptam tőle, két hét alatt bekerültem a formációba, ami számomra elképzelhetetlen volt előtte, és olyan stílusokat kellett egy hét alatt elsajátítanom, amivel már versenyre is mentünk, amivel még életemben nem találkoztam. Nagy kihívás volt. Azóta is ott vagyok. Egy évre rá kaptam lehetőséget tanárként. Kezdőcsoporttal, 3 tanít-



vánnyal kezdtem. Nemrégiben alakult egy versenycsoportom, velük szeretnék tavasztól versenyekre járni. De nemcsak tanítok, hanem tanulok is, amit nagyon fontosnak tartok, mert csak így lehet fejlődni.

Az Art Kingdombban én voltam a legelső tanár Barbi és Dani mellett. Most már 7 tanár van. Nagyon családias az egyesület, 90-en vagyunk a tánciskolában. Azt gondolom, hogy hozzánk csak az elhivatottak járnak, vagy azok, akik nagyon mély érzelmekkel rendelkeznek. Mert ez több mint hiphop, ez művészet.

– Mitől művészi?

– Más technikákat is használunk, a kortárs tánctól kezdve a krumpon át mindent vegyítünk. A tanári gárdánk is 7 különböző tudást képvisel.

– Van, aki táncművészetiről került hozzátok?

– Van, de nem jelent semmit. Egy darabig nekem is nagy álmom volt, hogy oda menjek, de sajnos nem foglalkozik olyan stílusokkal a táncművészeti, amikre nekem szükségem van. Régi gondolkodásúak, ami egyébként nem baj, mert erős alapot ad; aki onnan kikerül, az valóban táncművész, efelől kétségem sincs. Viszont a tánc szeretetét veszítik el az emberek.

– Van egy újdonság, ami miatt Sárobgárdon ismét többször láthatunk: indítasz egy tanfolyamot.

– Az Art Kingdombmal szeretnénk az én vezetésemmel egy kezdő szintű tanfolyamot indítani, ahova várok mindenkit sok szeretettel, legfőképpen 12–18 éves korig, de bárki jöhet. Az ingyenes nyílt óra a József Attila Művelődési Központban lesz március 8-án, kedden, 18.00–19.30 óráig. Nemcsak azokat várom, akiknek komoly céljuk van a hiphoppal, hanem azokat is, akik fejlődni szeretnének személyiségben, kiállásban. Én sokat fejlődtem a tánc által. Visszahúzódtam gyerek voltam, felelni is alig mertem. Ebben is segített a tánc. Adott egy magabiztosságot, amit fel tudtam használni a hétköznapiakban is. Vannak 28 éves üzletasszony tanítványaim, akiknek ez a tánc csak hobbi, de sokat segített nekik az életben.

– És mozgásnak sem utolsó.

– Főleg velem! Én nagyon szeretem a jógát, ezért a jógaalapokat (erősítést, nyújtást) is elhelyezem a tréning során. Fontosnak tartom, hogy ne csak táncot tanítsak, hanem testtudatot is építsek. Jelentkezni a helyszínen lehet, vagy a következő elérhetőségeken: e-mail: marga.farkas.ak@gmail.com, telefon: +36 (20) 365 7159.

Az Art Kingdomról készült két felvételt is érdemes megnézni az interneten:

<https://www.facebook.com/barbara.borczi/videos/vb.100000175466995/1128522037163634/?type=3&theater>

<https://www.youtube.com/watch?v=RUDvAvB5EII>



Almakérdés

Egy sárbogárdi szülő fordult szerkesztőségünkhöz azzal a panasszal, hogy a gyermekek az iskolában – ahol az Eurest látja el a közétkeztetést – kicsi, sérült, rohadó almákat kapnak. Behozta a szóban forgó gyümölcsöket, amiket lefényképeztem egy olyan alma mellett, amit a szülő a Hankooknál kapott.



A szülő – állítása szerint – jelezte kifogását az érintett konyhán, de azt válaszolták neki, hogy az alma grammra megvan, és panaszának nem volt foganatja. Ezért is fordult hozzánk, abban bízva, hogy a nyilvánosság segítségével megoldást nyerhet az ügy.

A szülő kérdezi: mennyiért és honnan szerzi be az Eurest az almát? A havi étkezési díjért elvárható, hogy egészséges, ehető, megfelelő méretű gyümölcsöt kapjanak a gyerekek.

A panaszt és kérdést tolmácsoltam az **Eurest Kft. ügyvezető igazgatója, Nyerges János** felé, aki az alábbi tájékoztatást küldte szerkesztőségünk részére:

„Szolgáltatásunkat a közétkeztetésre vonatkozó 37/2014. (IV. 30.) EMMI-rendelet szabályozza. A rendelet 1. számú melléklete szerint a gyümölcs mennyisége alsós gyermek esetében 70-120 gr, felsős esetében pedig 70-150 gr között mozoghat. Közepes méretű almát rendelünk, darabonkénti tömege 100-120 között változik, mely a rendelet engedélyezett tartományán belül van.

Az alma minőségére vonatkozó kifogás – az Önökénél is jelentkezett szülőt kivéve, akitől ezúton is elnézést kérek – nem érkezett helyi üzletvezető kollégáinkhoz. Munkatársaim a gyümölcsöt átválogatják, ennek ellenére előfordulhat, hogy egy-egy darab nem megfelelő alma is a jók közé keveredik, ezért a jövőben a még alaposabb válogatáson túl figyelemfelkeltő táblát helyezünk ki a gyermekeknek, melyben megkérjük Öket, hogy hibás alma esetén kérjenek másikat a konyhas nénitől.

Egyébként csak magyar almát szerzünk be, különböző hazai szállítóktól.”

Hargitai-Kiss Virág

Az egyetemes gáz ügyfelek átadása során történt adathibát az E.ON azonnal javítja

Az E.ON egyetemes gázszolgáltatásban vételező ügyfeleinek az átadása 2016. január 1-én megtörtént. Az ügyfél- és számlázási adatok egyeztetése és átadása során a két szolgáltató szorosan együttműködött, és több ellenőrző pontot is beépített a folyamatba – ennek sikerességéről és eredményességéről ez év elején közös sajtóközleményben adott tájékoztatást az E.ON és a Főgáz Zrt.



A folyamatos egyeztetés ellenére az adatszolgáltatás közben hibásan becsült adatok is átkerültek az E.ON-tól a Főgáz Zrt.-hez, ami egyes ügyfelek esetében egyszeri számlázási problémát okozott.

A téves számlázásban a minden hónapban valós fogyasztási adatokat rögzítő, havi diktálási elszámolást választó ügyfélkör érintett. Ezen ügyfelek esetében

a megszokottól eltérő módon becslés alapján készült el az új szolgáltató első számlája, a becslésnél az E.ON adataiban volt a hiba. A problémát az okozta, hogy a decemberi átadás-átvételi mérőállás alapján kiszámított napi átlagfogyasztás értékét nem az éves fogyasztásból határozta meg a számítást végző rendszer, hanem a decemberiből, így magasabb várható fogyasztást kalkulált. Az adatok ellenőrzése során ez a probléma nem jelentkezett.

Ezek az adatok korábban nem okoztak problémát, mivel a számlázás nem ezek alapján történt, a becslés kizárólag az átadás-átvételi folyamathoz volt szükséges.

Az E.ON azonnal javítja az érintett adatot, és szorosan együttműködik a Főgáz Zrt.-vel a probléma minél előbbi megoldása érdekében.

Az E.ON az okozott kellemetlenségért mind a Főgáz Zrt.-től, mind az érintett ügyfelektől elnézést kér.

KÉKHÍREK



Már megint kábítószer!

Kábítószer birtoklása vétség elkövetésének gyanúja miatt indítottak eljárást a sárbogárdi rendőrök, miután 2016. február 27-én Sárkeresztúron, a Nyárfa utcában közúti ellenőrzés alá vontak egy személygépkocsival közlekedő férfit, és az autójában kábítószeranyagot találtak. A 38 éves helyi lakost mintavételre előállították, és a nála talált anyagot lefoglalták.

Fejér Megyei Rendőr-főkapitányság

Tájékoztató szirénapróbáról

A Fejér Megyei Katasztrófavédelmi Igazgatóság tájékoztatja a lakosságot, hogy a Paksi Atomerőmű Zrt. 30 km-es körzetébe eső településeken a lakossági tájékoztató- és riasztórendszer működőképességének ellenőrzése érdekében **Alap, Alsószentiván, Cece, Előszállás, Nagykarácsony, Sáregres, Vajta településeken**

hangos üzemű (teljes körű) szirénapróba végrehajtására kerül sor

2016. március 7-én, hétfőn, 13.00 órakor.

A szirénapróba során a „Katasztrófariadó”, valamint a „Riadó elmúlt” jelzéseket lehet majd hallani. A szirénák megszólalása ezekben az időpontokban csak a rendszer próbája, a lakosságnak semmiféle teendője nincs.

Szabó-Bisztricz Anett tűzoltó főhadnagy, megyei katasztrófavédelmi szóvivő

Farsangi mulatság a Cecei Általános Iskolában

Kicsit megkésve a minősítések és a Zrínyi matematikai verseny miatt, pénteken délután tartották a cecei iskolában a hagyományos farsangi mulatságot. A diákok, szülők és pedagógusok nagy izgalommal készültek az alkalomra, sok szép jelmez és produkció is „született”.

A négytagú zsűrit igazán nehéz döntés elé állították a jelmezesek, hiszen az egyéni és a csoportos kategóriákban is nagyon sokan jelmezükbe „bújtak”. A sok tanakodás után a következő eredmények születtek:

Az egyéni versenyben

I. helyezést értek el: Kleopátra és katonái;

II. helyezést értek el megosztva: A természetes történet, Polip, Spagettifőző;

III. helyezést értek el: Mama és a tyúk, Kutyák és sétáltatójuk, Kakukkos óra, Páva, Bohóc, Madárijesztő, Indián, Optimusz fővezér, Mickey és Minnie.

Csoportos kategóriában

I. helyezést értek el a Kleopátra bevonulása Rómába című produkció szereplői;

II. helyezést értek el A tyúkudvar című produkció szereplői;

III. helyezést értek el a Hófehérke és a 10 törpe című produkció szereplői.

A verseny végén természetesen az iskola diákönkormányzata jóvoltából senki sem távozott üres kézzel, mindenkinek megköszönték a sok-sok munkát, amivel a rendezvényre készültek!

A jelmez felvonulás után büfével és tombolával várták a vendégeket a szülők és a diákönkormányzat jóvoltából.

Mindenkinek szeretnénk megköszönni a sok munkát, amivel sikeresebbé és élvezetesebbé tették az iskolások 2016-os farsangi mulatságát!

Cecei iskola



MEGHÍVÓ

A Cecei Általános Iskola szülői közössége szeretettel meghívja Önt, kedves családját és baráti társaságát a

**2016. március 5-én
(szombaton) 18 órakor
kezdődő báljára
a cecei művelődési házba.**

A jó hangulatról Szabó László és Várady-Szabó Márton gondoskodik. Tombola, büfé, süti, szendvics várja a vendégeket.

Az iskola pedagógusai, a vajtai-sáregresi-cecei szülők humoros, vidám, táncos esttel kedveskednek Önöknek.

Belépődíj: 500 Ft.

Támogatói jegyeket az iskola titkárságán lehet vásárolni.

Mindenkit szeretettel várunk!

Angol és német nyelvi verseny a gimiben

2016. február 26-án hatodik alkalommal rendezett a gimnázium a sárbogárdi és környező általános iskolák 7-8. osztályos tanulói számára német és angol nyelvi versenyt. Az őszi első fordulón továbbjutott diákok a döntőben csapatban mérték össze tudásukat. Rövid jeleneteket adtak elő, nevezetességeket, híres embereket kellett felismerniük, dalt tanultak és játékos feladatokat oldottak meg.

Az angol versenyen az I. és II. helyezett a Sárszentmiklósi Általános Iskola két csapata lett (I. helyezés: Lendvai Gábor, Pörgye Zsanett, Tatai Boglárka, Zelman Fanni; II. helyezés: Bogárdi Richárd, Fekete Márk, Harangozó Roland), a III. helyen a sárosdi Farkas Gyula Baptista Általános Iskola végzett (Halász Herman, Hamburger Nikander, Lucai Dominika, Pintér Gergő).

A német versenyen nyelvi feladatlapokat töltöttek ki a csapatok és földrajzi ismereteikről adtak számot. Az I. és II. helyen a Mezőfalvi Petőfi Sándor Általános Iskola csapatai végeztek (I. helyezés: Antal Dénes, Bartek József, Benze Balázs, Mihályi Daniella; II. helyezés: Jézsov Vivien, Katona Kitti, Koppányi Noémi, Vámosi Noémi), a III. helyezett a Mészöly Géza Általános Iskola csapata lett (Asbóth Adél, Huszár Tamás, Jákob Ágnes, Simon Alexandra).

PSG



Tisztelettel és szeretettel meghívjuk Önt
a Sáregres–Rétimajorban

2016. március 12-én 10 órától rendezendő

**VI. SÁRBOGÁRDI
KOLBÁSZTÖLTŐ FESZTIVÁLRA.**



A Sárszegi Múzeum Egyesület
tisztelettel meghívja Önt

**EGY HAGYOMÁNYŐRZŐ SÉTÁRA
március 15-e alkalmából.**

Gyülekezés: az ünnep napján 9 órakor
a Hősök terén, majd autóval a Huszár-temetőbe megyünk,
ahol 9.30 órakor megemlékezés lesz a kopjafáknál,
utána autóval vissza a Hősök terére, s innen indul
a séta a következő útvonalon:

Petőfi-emléktábla –
Boross Mihály-
emlékoszlop –
Huszár-kúria –
Tompa Mihály-
emléktábla – Úri utca –
Hősök tere

Csatlakozzon hozzánk!



Mészöly-hírek

Ovisok a Mészölyben

Az idei tanévben – rendhagyó módon, de hagyományteremtő szándékkal – leendő elsőseinket több alkalommal is vendégül látjuk iskolánkban. Ennek köszönhetően már ismerős közegben kezdik meg általános iskolai tanulmányaikat.

Az első ovi–suli foglalkozást február 24-én tartottuk, mely az ének és tánc jegyében telt. Az 1. b osztályosok meglepetésműsorral kedveskedtek a nagycsoportosoknak. Ismert gyermekdalokat furulyáztak, amelyeket az ovisokkal együtt elénekeltünk, eljátszottunk, miközben megismerkedtek néhány hangszerrrel is. A foglalkozás énekes népi gyermekjátékokkal folytatódott. Kicsik és nagyok jókedvűen lépegettek, örömmel vettek részt a körjátékokban.



Hangországba tett kirándulásunk jó hangulatban telt, játékoránk nagy sikert aratott gyermekek és szülők körében egyaránt.

Szeretettel várjuk a nagycsoportosokat a következő játékos ovi–suli foglalkozásra!

Tanító nénik

A PontVelem Nagykövete

Iskolánk Ökoiskola, így mindent megteszünk környezetünk megóvása érdekében. Több éve csatlakoztunk a PontVelem Okos Programhoz is, amely játékos formában ösztönzi a gyerekeket a szelektív hulladékgyűjtésre, az okos, környezettudatos életvitelre. A meghirdetett gyűjtőversenyben, a szülők segítségével, rendszeresen dobogós helyen végzünk. Minden lehetőséget kihasználunk, melyet a program kínál.



Az idei tanévben, kiválasztott iskolaként, az Utazó Iskola önkéntes oktatói segítségével pénzügyi ismeretterjesztő játékos foglalkozásokon vehettek részt a PontVelem-es osztályok.

A hathetes regisztrációs versenyen minden regisztrált diák indulhatott. Így tett Jákob Zoltán második osztályos tanulónk is, aki az országos harmadik helyet szerezte meg magának. Zolika ezzel az eredménnyel a PontVelem Nagykövete címet nyerte el. A tisztség felelősségteljes munka, hiszen a PontVelem program népszerűsítésével a környezetvédelmet, a pénzügyi tudatosságot és a karitatív tevékenység fontosságát is hangsúlyozza az iskola nagykövete.

Gratulálunk a cím elnyeréséhez!

Toldi Lászlóné, MGÁI

Kiszézés a Sárbogárdi Zengő Óvodában



2016. február 29-én a kiszebáb égetésével egy régi néphagyomány megelevenítésére került sor a Sárbogárdi Zengő Óvoda Mikes közti épületében. A Süni és Bóbita csoportos gyermekek már hetek óta közösen készültek erre az alkalomra. A kiszező mondókák, énekek és versek mellett a gyermekek közösen készítették el a kiszebábot és újrashasznosított anyagból az alkalomhoz illő zajkeltő eszközöket. A kiszebábbal együtt elégettük a korábban gondúzó cédulákra felírt gyermeki félelmeiket, így próbáltuk magunktól elengedni mindazt, ami rossz érzést kelt gyermeke-

inkben, mint például a rossz álmok, betegségek.

Az előkészületekben és a lebonyolításban segítségünkre volt egy Bóbita csoportos kisgyermek édesapja, Kis Csaba, akinek ezúton is szeretnénk megköszönni a közreműködést.

Nagy örömünkre szolgált a többi Zengő óvodás kisgyermekkel együtt megszólaltatni a ritmushangszereket. Reméljük, hogy sikerült a kiszebáb égetésével jó messzire kergetni a telet, elűzni minden rosszat és a betegségeket.

„Jöjj el tavasz, várva várlak,

Hozz zöld ruhát fűnek-fának!

Azt mondják a cinegék,

Itt a tavasz, nyitnikék!

Kék ibolya, hóvirág,

Csupa öröm a világ!

Fúj szél, meleg szél

Jön a tavasz, fut a tél!”

Farkasné Tálai Gabriella, Bóbita csoport

Adó 1%

A „TEPLOMUNK” Alapítvány mindenkinek köszönetet mond, aki az elmúlt, 2015. évben a személyi jövedelemadójának 1%-át felajánlotta az alapítvány számára.

Az alapítvány célja a megalakulás óta a sárbogárdi római katolikus templom és plébánia épületének tatarozása és a szükséges részek felújítása, állagmegóvása.

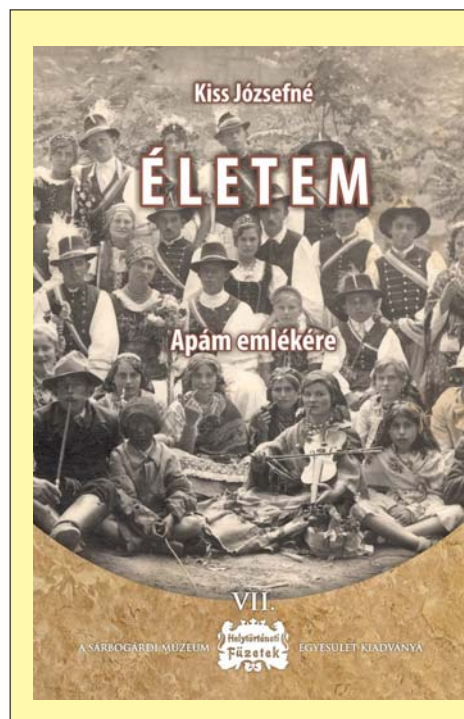
Kérjük, hogy továbbra is támogassák a fenti célok megvalósítását adójuk 1%-ának felajánlásával.

Név: TEMPLUMUNK Alapítvány

Adószám: 18490499-1-07

Isten fizesse mg!

Tisztelettel: a kuratórium



A Sárbogárdi Múzeum Egyesület meghívja Önt

**Kiss Józsefné
Életem című,
a Helytörténeti Füzetek
sorozatunk újabb kötetét
bemutató beszélgetésre.**

**Vendégünk
dr. Lukács László professzor úr
és a könyv szerkesztője,
Hargitai Lajos.**

Mindenkit szeretettel várunk!

**2016. március 21-én (hétfőn)
18 órakor a könyvtárban
(Hősök tere 16.)!**

CSOK

3. rész

GYAKRAN ISMÉTELT KÉRDÉSEK (folytatás)

Ha később mégsem tudott 3 gyermeket vállalni, milyen feltételekkel kell visszafizetnie a támogatást?

Amennyiben az igénylő önhibájából nem tudta teljesíteni határidőben vállalt gyerekszámot, abban az esetben a 3 gyermek, illetve 3 vállalt gyermek után járó CSOK összegét (illetve a ténylegesen meglévő gyermekek száma alapján a különbözetet) 60 napon belül vissza kell fizetnie, a jegybanki alapkamat ötszörösének megfelelő büntető kamattal terhelt. Ha a házaspár a CSOK igénybevételét követően elválik, akkor a támogatás utáni visszafizetési kötelezettsége a CSOK-ból vásárolt lakás eladásából származó bevétel bírósági határozat szerinti vagy a közöttük létrejött házassági vagyonmegosztási szerződésben rögzített arányban terheli. Amennyiben a házasságot felbontó jogerős bírósági határozat vagy a házassági vagyonmegosztási szerződés alapján az egyik fél a másik féltől megszerzi a CSOK igénybevételével épített vagy vásárolt lakás tulajdonjogát, és valamennyi gyermek elhelyezésére a lakás tulajdonjogát megszerző félnél kerül sor, a tulajdoni részét elidegenítő volt házastársat visszafizetési kötelezettség nem terheli.

Már építés alatt álló ingatlanra is érvényesíthető-e az áfacsökkentés?

Ha a vevő a kedvezményes 5 százalékos adómértékkel adózó lakóingatlan-értékesítéshez kapcsolódóan 2016. január 1. napját megelőzően fizet előleget, az előleg után a 2016. január 1. napját megelőzően hatályos rendelkezések értelmében 27 százalékos adómértékkel kell az adót megállapítani. Amennyiben a felek nem rendelkeztek kifejezetten az áfáról, a bírósági gyakorlat értelmében a megállapított ellenértéket úgy kell tekinteni, hogy az az áfa összegét is tartalmazza. Amennyiben az ellenérték áfával növelt ár (bruttó ár), ebben az esetben a bruttó (áfával növelt) árból kell az előleg bruttó (áfát is tartalmazó) összegét levonni, majd a különbözetre jutó adót az új adómérték (5 százalék) alkalmazásával, felülről számolva (4,76 százalék) kell megállapítani, mivel a kivonás eredményeként kapott összeg is bruttó összeg.

Hány év alatt kell elkészülnie az új háznak?

Az otthonteremtési program által támogatott új háznak 10 év alatt kell elkészülnie. Amennyiben 10 évig nem készül el a tervezett ingatlan, automatikus bontási kötelezettség keletkezik.

FOGALMAK

Egyedülálló: az a személy, aki hajadon, nőtlen, özvegy, özvegy bejegyzett élettárs, elvált, elvált bejegyzett élettárs, vagy az, akinek a házassága, bejegyzett élettársi kapcsolata megszűnt és nincs élettársa.

Fiatalkorú házaspár: házastársak, akik közül a rendelet szerinti lakáscélú állami támogatás iránti kérelem benyújtásának időpontjában legalább az egyik fél még nem töltötte be a 40. életévét.

Gyermekek:

- a) a magzat vagy az ikermagzat a várandósság betöltött 24. hetét követően, valamint
- b) aki az igénylő vér szerinti, vagy örökbefogadott eltartottja és
 - ba) a 20. életévét még nem töltötte be,
 - bb) a 20. életévét már betöltötte, de felsőoktatási intézmény nappali tagozatán tanul és a 25. életévét még nem töltötte be, vagy
 - bc) a 20. életévét már betöltötte, de megváltozott munkaképességű személy és ez az állapota legalább egy éve tart, vagy egy év alatt előreláthatóan nem szűnik meg.

Hasznos alapterület: az országos településrendezési és építési követelményekről szóló 253/1997. (XII. 20.) korm. rendelet (OTÉK) fogalom-meghatározásának keretein belül a következő helyiségek alapterületének összege, amelyek a lakáson mint önálló rendeltetési egységen belül találhatóak: a) előszoba, közlekedő; b) nappali; c) hálószoba; d) étkező; e) konyha, étkezőkonyha; f) fürdőszoba; g) WC; h) kamra, tároló; i) gardrób; j) mosókonyha; k) kazánhelyiség és l) egyéb fűthető helyiség, ide nem értve a gépjárműtárolót és a pinceszint helyiséget.

AZ IGÉNYLÉS ALAPVETŐ FELTÉTELEI

A családi otthonteremtési kedvezményt igényelheti:

- a) a magyar állampolgár és az a személy, akit a magyar állampolgárságról szóló törvény alapján magyar állampolgárnak kell tekinteni;
- b) a szabad mozgás és tartózkodás jogával rendelkező személyek beutazásáról és tartózkodásáról szóló törvény hatálya alá tartozó személy, aki a szabad mozgás és a három hónapot meghaladó tartózkodás jogát Magyarország területén gyakorolja;
- c) a harmadik országbeli állampolgár, ha a harmadik országbeli állampolgárok beutazásáról és tartózkodásáról szóló törvényben foglaltak szerint bevándorolt, vagy letelepedett jogállással rendelkezik;
- d) a hontalan, ha a harmadik országbeli állampolgárok beutazásáról és tartózkodásáról szóló törvényben foglaltak alapján ilyen jogállásának ismerték el, vagy
- e) a menedékgjogról szóló törvényben foglaltak szerint menekült vagy oltalmazott jogállással rendelkező személy.

A nem magyar állampolgár támogatott személy részére a családi otthonteremtési kedvezmény a három hónapot meghaladó tartózkodási jogosultság fennállásának időtartama alatt nyújtható, ha Magyarország területén bejelentett lakóhellyel rendelkezik.

Nem veheti igénybe a családi otthonteremtési kedvezményt az, akit a támogatás igénylését megelőző öt évben az e rendelet vagy az egyéb lakáscélú állami támogatásokról szóló jogszabályok szerint igénybe vett vissza nem térítendő lakáscélú állami támogatás vagy ezt megelőlegező kölcsön vonatkozásában a kormányhivatal, a Kincstár, vagy bíróság jogerősen visszafizetésre kötelezett. Kizáró ok az adóhatóságnál nyilvántartott köztartozás és a bíróság által megállapított büntetőjogi felelősség meghatározott bűncselekmény elkövetése miatt, kivétel, ha a családi otthonteremtési kedvezmény igénylésének időpontjában az igénylő e bűncselekmény vonatkozásában a büntetett előlethez fűződő hátrányos jogkövetkezmények alól már mentesült.

Forrás: MAGYAR KÖZLÖNY 16. szám, 2016. február 10., szerda, 16/2016. (II. 10.) korm. rendelet az új lakások építéséhez, vásárlásához kapcsolódó lakáscélú támogatásról; 17/2016. (II. 10.) korm. rendelet a használt lakás vásárlásához, bővítéséhez igényelhető családi otthonteremtési kedvezményről

Filmjánlók

The Night Manager



Angol akciófilm-sorozat

Az egykori brit kommandós, Jonathan Pine (Tom Hiddleston) szállodaportásként sem tud hátat fordítani az erőszak világának. Ismét felbukkan életében a világ legromlottabb embere, a nemzetközi fegyverkereskedő, Richard Onslow Roper (Hugh Laurie). Hogy beférközzön Roper belső köreibbe, magának Pine-nak is bűnözővé kell válnia.

AMC csatorna, minden hétfőn, 21 órakor.



Deadpool

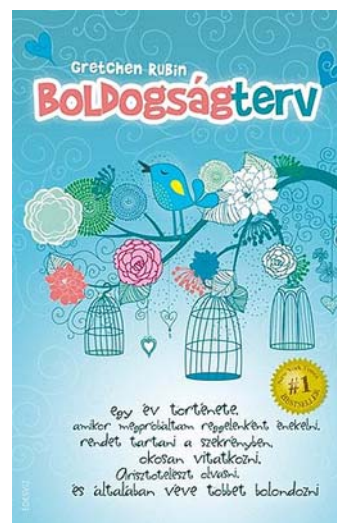


A Deadpool egy 2016-ban kiadott amerikai superhős-film, amely az ugyanazon a néven futó Marvel Comics képregényes karakterén alapul. Ez a nyolcadik X-Men film, de története külön áll a sorozattól. A különleges erőknél szolgált, kiváló katonára, Wade Wilson (Ryan Reynolds) szervezetében megállapítják, hogy rákos. Egy aligha legális kísérlet során, a műtét közben furcsa dolog történik; hihetetlen módon, de meggyógyul, és bármilyen sérülést szerez, beforr. Szabad szájú, ronda, mint a bűn, mindene a chimicanga és szeret a nézőjéhez/olvasójához beszélni. A Deadpool évek óta Ryan Reynolds szenvedélyét képezte, és addig-addig próbálta beadni a fejeseznek tervét, mígnem végre zöld utat adtak neki. Az eredmény – nemcsak az ajnázó külföldi kritikák szerint egy komisz, üdítően éretlen képregénymozsi lett, aminek a karakter rajongói mindenképpen örülni fognak, és az sincs kizárva, hogy majd újakat is toboroz.

Könyvajánló

Gretchen Rubin:
Boldogságterv

Egy esős délutánon Gretchen Rubin a föld legprózaibb helyén, egy belvárosi buszon megvilágosodik. Rádöbben, hogy vánszorog a nap, de rohannak az évek, múlik az idő, ő pedig nem koncentrálna eléggé azokra a dolgokra, amelyek igazán számítanak. Ott, abban a szent pillanatban eldönti, hogy rászán egy évet a boldogságára. A Boldogságterv ennek az egy évnek a friss, lenyűgöző nyomon kísérése, humoros, bölcs krónikája. Annak a tizenkét hónapnak a kalandjait meséli el, amikor Rubin az ókori bölcsesek, a modern tudomány, valamint a popkultúra tanácsait alkalmazva a boldogságot kereste.



A tanulságos, mégis szórakoztató, gondolatébresztő, de lenyűgözően olvasmányos könyv nyomán mindannyian kedvet kapunk életünk megváltoztatásához. Azonnal hozzá akarunk látni, hogy kis lépésekkel nagy változást vigyünk véghez.



HÁZIORVOSI RENDELÉSEK

Dr. Csanádi József háziorvos

a Sárbogárd, Ady E. út 79. szám alatt (SZTK), a 2. emeleten rendel. Tel.: 06 (25) 462 641. H: 8-12, K: 12-15.30, Sze: 8-10, Cs: 8-12, P: 8-12. Nagyhőrcsök: Sze: 10.30-12.00.

Dr. Farkas János háziorvos

Sárbogárd, István u. 96. Tel.: 06 (25) 466-597: H-K: 8-12, Sze: 12-16, Cs-P: 8-12.

Dr. Horváth Endre háziorvos

Pusztasárges, Köztársaság tér 10. Tel.: 06 (25) 470-007, mobil: 06 (30) 2373-700. H: 8-15, K-Sze-Cs: 8-12, P: 10.30-12.30. Sárhatvan: P: 8-10.

Dr. Jarabán János háziorvos

Sárbogárd, Köztársaság út 151. Tel.: 06 (25) 467-339: H-K-Sze: 8-12, Cs: 11.30-15.30, P: 8-12.

Dr. Nemes Mária háziorvos

a Sárbogárd, Ady E. út 79. szám alatt (SZTK), a 2. emeleten rendel. Tel.: 06 (25) 461 742. H-P: 8-11.30. Csütörtökön terhesnácásadás: 12-13.

Dr. Oroszlány László háziorvos

a Sárbogárd, Ady E. út 79. sz. alatt (SZTK), a 2. emeleten rendel. Tel.: 06 (25) 460 165. H-K-Sze: 8-12, Cs: 8-11, terhesnácásadás 11-13-ig, P: 12-15.

Dr. Somogyvári Katalin háziorvos

a Sárbogárd, Tompa M. u. 2. sz. alatti orvosi rendelőben rendel, tel.: 06 (25) 460 013. H: 12.30-15.30, K-Sze-P: 8.30-11.30. Rétszilás, Fehérvári u. 95.: Cs: 9.00-11.00. Rendelkezésre álló idő: H-P: 7.30-15.30

Dr. Abdalla Roshdi házi gyermekorvos

a Sárbogárd, Tompa M. u. 2. sz. alatt rendel, tel.: 06 (25) 463 489; Töbörzsök, Szt. István u. 96., telefon: 06 (25) 465 080.

hétfő: 8.00–11.00, Tompa M. u. 2.; kedd: 8.00–11.00, Töbörzsök, Szt. István u. 96.; szerda: 8.00–11.00, Tompa M. u. 2.; csütörtök: 8.00–11.00, Töbörzsök, Szt. István u. 96.; péntek: 8.00–10.00, Tompa M. u. 2.; 11.00–12.00, Töbörzsök, Szt. István u. 96. Tanácsadás: kedd: 11.00–12.00, Töbörzsök, Szt. István u. 96., szerda: 13.00–14.00, Ady E. út 126.

Dr. Mányoki Lídia házi gyermekorvos

Sárbogárd, Köztársaság út 151. Tel.: 06 (25) 468 214. H: 8-11, K: 13-14, Sze: 8-11, Cs: 10-12, P: 8-11, tanácsadás: Cs: 8-11. Tel.: 06 (30) 573 4908. Sárbogárd, Ady E. út 79., tel.: 06 (25) 463 220. H: 11-12, K: 9.30-10.30, tanácsadás: K: 10.30-11.30, Sze: 8-11, Cs: 13-14, P: –.

KÖZPONTI ÜGYELET MINDEN NAP 15.30 órától

Ady Endre út 79-83., 06 (22) 311 104

SÁRVÍZ KISTÉRSÉGI KÖZPONTI ÜGYELET: Aba, Káloz, Sárkeresztúr, Sárszentágota: Aba, Béke tér 2., 06 (22) 593 010. Zöldház orvosi rendelő.

Ügyelet munkanapokon: 16 órától másnap reggel 8 óráig, munkaszüneti napokon, utolsó munkanapokon 16 órától az első munkanap reggel 8 óráig.

SÁRBOGÁRDI KÖZPONTI ÜGYELET: Sárbogárd, Hantos, Nagylók: Sárbogárd, Ady E. út 79-83., 06 (22) 311 104.

Ügyelet munkanapokon, hétfőtől péntekig, délután 15.30-tól reggel 7.30-ig, szombattól hétfő reggelig, 7.30–7.30-ig.

CECEI KÖZPONTI ÜGYELET: Alap, Alsószentiván, Cece, Sáregres, Vajta: Cece, Jókai u. 11., 06 (25) 234 841.

Ügyelet munkanapokon, hétfőtől péntekig, délután 15.30-tól reggel 7.30-ig, szombattól hétfő reggelig, 7.30–7.30-ig.

Közérdekű telefonszámok

Ha velünk vagy környezetünkben bármilyen baj van, az első, hogy azonnal feltesszük a kérdést: „Hova forduljunk segítségért?” Egy cím, egy név, egy telefonszám ilyenkor sokat jelent, olykor az időben érkező segítség életet menthet. Úgy gondoltuk, rendszeresen, havonta közreadjuk itt azokat a legfontosabb közérdekű információkat, melyekre bármikor szükség lehet. Hova forduljunk...?

Ha nem működik az utcai közvilágítás:

Éjjel-nappali ügyelet: 06(25)433-444, 06(80)205 020. Polgármesteri hivatal: 06(25)520-200.

Ha a lakásban áramkimaradás van:

E.ON hibabejelentés: 06(80)205-020, ügyfélszolgálat: 06(40)545-545 (H-P: 7.30-20.00). Honlap: eon-hungaria.com Postacím: 7602 Pécs, Pf.:197.

Ha nem ég a gáz...!

Műszaki hibabejelentést a következő számon lehet tenni: 06(80)42-42-42. Ügyfélszolgálat: 06(40) 220-022. (H-P: 7.30-20.00). Postacím: 7602 Pécs, Pf.:197.

Ha „süket” a telefon...!

Telefonos ügyfélszolgálat: 1443. (H-P: 8.00-18.00, Szo: 8.00-13.00) Hibabejelentés: 1445.

Ha baleset szemtanúi vagyunk...!

A rendőrség 107-es, a mentők a 104-es, a katasztrófavédelem a 105-ös telefonszámon hívhatók. A mentők, a rendőrség, a katasztrófavédelem egyetlen számon is elérhetők még: 112.

Orvosi ügyelet:

Tel.: 06 (22) 311 104.

Ha sérült, kóbor ebet, rókát látunk, elhullott vagy elütött állati tetemet fedez fel,

hívja a polgármesteri hivatalban Mikóné Vollár Veronika Diánát: 06(25)520-261, 38-as mellék, vagy Sárközy Károly gyepmestert 06(30)342-1493

Ha valahol tűz üt ki...!

Hívják a tűzoltóságot a 105-ös, vagy a 06(25)460-053-as számon.

Ha hulladékégetést észlel:

hívja a Közép-dunántúli Környezetvédelmi Felügyelőség alábbi telefonszámait: 06(22) 514-300, 06(22)514-310, 06(22)514-314.

Kéményseprés:

Kémény Zrt. 06(22)550-100

Ha nincs víz, csőtörés van a mérőórán kívül, eldugult a kerítésen kívül a szennyvízcsatorna:

Körzetünk településein a Fejérvíz Zrt. üzemeltet. Ügyfélszolgálat munkanapokon: 7.30-14.30-ig, minden csütörtökön 7.30-18.00-ig. Hívható telefonszám: 06(25)460-101.

Ha nem viszik el a szemetet időben,

síkos a járda, a belterületi utakon hó vagy egyéb akadály van: Közév Kft.: 06(25)508-990, 06(25) 508-991, 06(25)463-481.

Ha közúton...

(61, 62, 63-as út, kislóki, dunaújvárosi, kálozi út stb.) kidőlt fa, hó vagy egyéb akadály van: Közútkezelő KHT. Sárbogárd 06(25)465-126. Megyei utak esetén a 06(22)316-271, országos útinform: 06(1) 3227-052, 06(1)3227-643 hívható éjjel-nappal.

Ha megbetegszik háziállata:

hívható az állatorvosi ügyelet (ld. alább, havonta közöljük az ügyeleti listát.)

Tömegközlekedés

Menetrendi információk:

távolsági busz: Alba Volán: 06(22)514-714, 06(22)506-168, MÁV információ: 06(1) 515 9137 (állandó sárbogárdi ügyelet).

Helyi buszjárat: Régió 2007 Kft. 8083 Csákvár, Berényi út 2072/11 hrsz. Lics Zoltán ügyvezető: 06(20)6613 958

Belvíz, árvíz, vegyi stb. katasztrófa esetén:

Fejér Megyei Katasztrófavédelmi Igazgatóság: 06(22) 311-120, 06(22)512-150. Sárbogárdon polgármesteri hivatal: napközben hívható a 06(25) 520-260, 06(25) 520-240, egyéb időben a katasztrófa-elhárítási bizottság elnöke: dr. Sükösd Tamás a 06(30)5300-858 számon bármikor riasztható.

Kussoltat a sors

Egyedülálló élményben lehetett része azoknak, akik február 29-én a Madarász József Városi Könyvtárban tartózkodtak 17 órai kezdettel. A Magyar Érdemrend Lovagkeresztjével kitüntetett színművész, Pálffy Margit „Kussoltat a sors” című önálló estje volt ugyanis műsoron. Az est Latinovits Zoltán emlékére született, Szokoly Tamás rendezésében. Az eredeti előadásban huszonkilencen játszottak, s Pálffy nem kisebb feladatra vállalkozott, mint hogy egyedül viszi színpadra az Ady Endre, Alföldi Jenő, Csoóri Kósa, Csoóri Sándor, Csurgó István, Déry Tibor, József Attila, Juhász Ferenc, Nagy László, Simonyi Imre,



Utassy József, Veress Miklós, Zelk Zoltán és Zombor Béla verseiből készült előadást. A vállalkozás sikeres volt, a műfaj kedvelői emlékezetes pillanatokat szerezhettek az előadás nézése közben.

Leszkovszki Máté

A Madarász József Városi Könyvtár szeretettel meghívja Önt és családját

2016. március 7-én 17 órára

Varga Csaba „Kegeleti barangolás az Isonzó mentén” című, vetítéssel egybekötött úti beszámolójára.

A diashow-val egy időben kiállítás nyílik Varga Csaba válogatott fotóiból, amely megtekinthető a könyvtár nyitvatartási idejében.

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!



LESZKOVSZKI ALBINT,
lapunk hűséges publicistáját március 1-jei,
tavaszt nyitó névnapja alkalmából
Arany János Köszöntő vers című költeményének
egy részletével köszönti szerkesztőségünk:

„Ha galambot adnál, az sem lenne káros,
Akkor azt kívánom: legyen élted páros,
Rétesed a túrót ahányszor takarja,
Annyi boldogsággal légy te eltakarva.
Örömed legyen a cékla pirossága,
Reményed a zeller zöld-szín koronája,
Napjaid legyenek édes ízű kompót,
Meg ne keserítse gyógyszertári kontó.”

EX LIBRIS

A címbeli latin kifejezés azt jelenti: *könyvekből*. Ha egy személy-név is kapcsolódik hozzá, olyan jelentést kap, hogy *könyveiből*, vagy *könyvei* közül. Praktikusán: *iksz, ipszilon egyik könyve*. Azért van többes számban, mert ha a mi szokásunk szerint ez volna odaírva, hogy „iksz ipszilon könyve”, az a latin gondolkodás szerint azt jelentené, hogy *ez az ő egyetlen könyve*, többje nincs is.



A könyvtulajdonosok zöme ma is szívesen írja föl a nevét az újonnan beszerzett kötet elejére, hogy ha esetleg ott felejt a villamoson, vagy elveszíti, a becsületes megtaláló tudja kihez visszajuttatni. Az elmúlt századokban a tulajdonukra büszke vagy óvatos könyvgyűjtők, könyvtártulajdonosok a nevük egyszerű beírása helyett egy ilyen *ex libris* ragasztottak a kötet belső címlapjára. Az érdekesség: a kis szöveg mellett a lapocska tartalmazott egy képet is, fametszetet, rézkarcot, sőt néha egész kis festményt. Ez igen tetszetős volt, a példánynak adott egy megkülönböztetést, rangot, a tulajdonosnak pedig valamiféle méltóságot. Nem mindenki engedhette meg magának, hogy sok könyve legyen, és ezt ezzel a kis ékítménnyel még ki is nyilvánítsa.

Nem is gondolná az ember, hogy milyen sok *ex libris* létezik. Sok ezer. Azt vélhetnénk, hogy a kultúrának periférikus jelensége ez, a kis cédulák kevesek jelentéktelen szenvedélyét jelentik. Amikor aztán megtudjuk, hogy hatalmas művészek, Dürer, Monet vagy a magyar Gross Arnold is szántak időt egy-egy ilyen lapocska elkészítésére, megváltozik a véleményünk.

A bennünk élő bacilusok befolyásolják a hangulatunkat

206 darab csont. 650 izom. Körülbelül 5 liter vér. 78 különböző szerv. Nagyjából ezekből áll a testünk. Meg abból a több mint 100 billió mikrobából, amik a testünkben és a testünkön élnek. Ez azt jelenti, hogy tízszer több mikroba van bennünk, mint emberi sejt. Ha csupán a valóban elkülöníthető, velünk élő lényeket tekintjük, mennyiségileg is megdöbbentő számot kapunk. Körülbelül két kilót nyomnak, ami az agyunk súlyának nagyjából kétszerese. Mikrobáink többnyire baktériumok, de vannak vírusaink, állati jellegű egysejtűink, körülbelül tízezer különböző faj, akikkel évmilliók óta élünk szimbiózisban, és akik észrevétlenül hatással vannak az egészségünkre, testünk működésére, befolyásolják a hangulatunkat és olyan komplex folyamatokat, mint az emlékezet vagy a tanulás. De hogy az ördögbe csinálják?

A második agyunk és kis barátaink

Mi irányítja a testünk és a lelkünk működését? A racionális válasz az, hogy az agyunk, nyilván. Mert az agy gyűjti, elemzi az információkat, visszajelzéseket kap a testből, parancsokat osztogat, kontrollál, szabályoz. De az agyunkon kívül létezik egy második, kisebb agy is a testünkben, ami a másiktól szinte függetlenül működik, és amiben annyi idegsejt található, mint egy átlagos macska agyában. Ez az agy, vagyis a bélidegrendszerünk az emésztőrendszerünkben tevékenykedik a bennünk élő mikrobák többségével együtt.

Mind a tradicionális hindu, mind a kínai medicina régóta vallja, hogy az emésztőrendszerünk szoros összeköttetésben áll az elménkkel, és befolyásolja testi és lelki egészségünket. Ez utóbbi, mondjuk, elsősorban furának hangzik, pedig a hétköznapiokban mind tapasztalhatjuk. Amikor például idegesek vagyunk, szorongunk, az emésztőrendszerünk is felbolydul – innen az érzés, hogy összeszorul a gyomrunk, hogy pillangók zsirogznak benne, vagy az a tapasztalat, hogy a negatív hangulatunkat felgyorsult, esetleg elakadt emésztés kíséri.

Persze az önmegfigyelésen túl erre a szoros bél–agy kapcsolatra számos tudományos bizonyíték is létezik. Pontosabban a mikrobiom–bél–agy kapcsolatra. Az elmúlt években kutatásai bebizonyították, hogy a bennünk élő mikrobiom (a bennünk élő mikroorganizmusok ökológiai rendszere) nemcsak a kórokozó baktériumok megtelepedésének kivédésében, az immunrendszer hatékonyságának fokozásában és az emésztésben, a vitaminok hasznosításában segítenek. Hatással vannak a bélidegrendszer-aktivitásra, annak következményeire, a vérnyomás szabályozására, az autoimmun betegségek kialakulására, a migrénre, a krónikus fájdalomra, és hatással vannak arra is, hogyan viszonyulunk társainkhoz, hogyan érezzük magunkat a bőrünkben.

Ez utóbbi területen a legtöbb kutatási eredmény állatkísérletekből született: a kutatók laborokban létrehozott, steril, mikroba-mentes egereken tesztelték a különböző kis lények hatását a viselkedésre. Ezekből a vizsgálatokból kiderült, hogy a bélben élő mikrobáknak szerepe van az autizmus, a szorongás, a depresszió, a kognitív hanyatlás megjelenésében és fennmaradásában, de még az emlékezet működésében, a tanulásban és a motivációban is. Azt, hogy ez a szerep mennyire jelentős, jól mutatja, hogy amikor a szorongó viselkedést mutató állatok bélbaktériumait erendően nyugodt állatokba ültették, azok is szorongó viselkedést kezdtek mutatni.

Az emberekkel végzett kutatások közül az egyik legérdekesebb eredmény, hogy a négy héten át tartó napi joghurt – vagyis a bélfloórának jó probiotikumok – fogyasztása nyugodtabbá teszi az embereket. Egy másik izgalmas emberi kutatásból tudjuk, hogy a probiotikumok pozitív hatással vannak arra is, hogy a szomorúság ne mélyüljön mentális problémává, hogy a nehéz élethelyzetben lejjöjünk a múlttal való kínzó rágódásról.

A mikrobiom–bél–agy kapcsolatot tisztán mutatja az a tény is, hogy számos emésztőrendszeri érintő betegség, így az irritábilis bél szindróma, vagy az étkezési zavarok (az anorexia, bulímia) esetében az emésztőrendszerünkben élő mikrobák is érintettek, ahogy az autizmussal diagnosztizáltak 75 százalékánál is megtalálható valamilyen emésztőrendszeri zavar, ételallergia, vagy gluténérzékenység. A Kolumbia Egyetem kutatója, dr. Michael D. Gershon azt találta, hogy a krónikus emésztőrendszeri problémákkal küzdők 70 százaléka élt át kora gyermekkori traumákat, tehát a korai évek stresszes környezete a későbbi életszakaszokban gyakran emésztőrendszeri betegségeket okoz.

A bélrendszerünkben tehát egy minket segítő, az életünket befolyásoló mikrobiom él, amiben ha zavar keletkezik, az betegségekhez vezet. Az, hogy pontosan milyen a bennünk található mini ökológiai rendszer, emberenként változó, de a kutatásokból úgy tűnik, hogy kortól, nemtől és rassztól függetlenül három fő típust különböztethetünk meg. Olyanok ezek, mint a különböző égővi erdők: önmagukat fenntartó, egyensúlyon alapuló rendszerek, különböző élőlényösszetétellel. A mikrobiom kialakulásában szerepe van a korai életeveknek, annak, hogy milyen lényeket kaptunk az anyánktól, hogyan táplálták minket, milyen élőlényekkel osztoztunk az otthonunkban, ahogy szerepe van később annak is, hogy kikkel érintkezünk, hol élünk, hogyan táplálkozunk, milyen életmódot folytatunk.

De mit csinálnak bennünk a mikrobáink? És főleg miért?

Még nem teljesen tiszta, hogy pontosan hogyan, milyen mechanizmusokon keresztül hatnak ránk a mikrobáink, de nagyon úgy tűnik, hogy erre számos módszerük van, és a különböző lények ezek közül más és más lehetőségekkel élnek. Vannak például baktériumok, amik az idegsejtek közötti kommunikációban használt anyagokat, neurotranszmittereket, így a hangulatunkra is hatással lévő szerotonint, dopamint, GABA-t termelnek, mások azt befolyásolják, hogy mi történik a szervezetünkben ezekkel az anyagokkal. Vannak olyan mikrobák, amik az emésztőrendszer és az agy közötti köz-



vetlen összeköttetést biztosító bolygóideget képesek ingerelni, megint mások az immunrendszerünk működését befolyásolják. Ezt azért is könnyű megtenniük, mert az immunsejtjeink nagyobb része is az emésztőrendszerben található.

Már körvonalazódik tehát, hogy a mikrobák mit, és azt is sejtjük, hogyan csinálhatják, de vajon miért? Erre a kérdésre John Cryan ír agykutató szerint a válasz az evolúcióban keresendő: a mikrobák évmilliók evolúciójuk során a gazdatesthez idomultak, és megtanulták, hogyan vegyék rá ők a saját túlélésükhöz legelőnyösebb viselkedésekre, hogyan formálják működésüket. A szorongás és a depresszió enyhítése például a mikrobák számára jó: szociálisabbá teszi az embert, így több esély van az újabb gazdatest megszerzésére, a szaporodásra. Vannak olyan elképzelések is, hogy a mikrobák a halálunkban is jelentős szerepet töltenek be: ha már nem vagyunk megfelelő közeg a szaporodásra, a szimbiótáink ellenünk fordulnak, a gazdatestet kizsigerelő élősködővé válnak, és ezzel a halálunkat okozzák. Borzasztó! Nem?

Nagyon úgy tűnik tehát, hogy nem független, magányos emberként érdemes tekinteni magunkat, inkább egy szuperorganizmusként, egy két lábon járó baktériumkolóniákként, egy olyan lényként, aminek életben maradásához szükséges feladatainak egy részét a szimbiótái végzik el. Ha sikerül megismernünk a bennünk élő lények pontos működését és hatását, az segítségünkre lehet mind a testi, mind a mentális betegségek gyógyításában: a mikrobáink ugyanis pontosabb, mint a gyógyszereink és kevesebb a mellékhatásuk is. Éppen ezért a táplálkozás szerepe például a jövőben jóval nagyobb hangsúlyt kaphat a gyógyászatban. Friss vizsgálatok szerint a zöldség, gyümölcs, hal, teljes kiőrlésű gabona fogyasztása (mind jó a bélbaciáknak) csökkenti a depresszió kialakulásának valószínűségét, ahogy a probiotikumok is segítenek az autizmus tüneteinek enyhítésében.

A bennünk élő bacilusok és vírusok tehát nem az ellenségeink, sokkal inkább – ameddig az érdekeik így kívánják – a barátaink, a társaink, akiknek ha megfelelő közeget teremtünk, boldogabbá tehetnek minket. Ráadásul, ha szuperorganizmusként definiáljuk magunkat, kiderül, hogy a magány csak illúzió: valójában sohasem vagyunk egyedül.

Forrás: internet – Dívány, Sákovics Diana, 2016. február 20.

NAGYMAMA RECEPTJEI

Tejszínes, csirkés paradicsomleves

Hozzávalók: 200 g csirkemellfilé, 1 fej vöröshagyma, 2 gerezd fokhagyma, 3 ek olívaolaj, 1 db sárgarépa, 1 db piros kápia paprika, 150 g hámozott, darabolt paradicsom (konzerv), 150 g sűrített paradicsom, 1 nagy tk liszt, 300 ml zöld-szálalaplé, 1 kk kristálycukor, 1 tk morzsolt bazsalikom, 60 ml főzőtejszín (15-20 %-os), 0,5 marék friss bazsalikomlevél, só, tört fekete bors.



A csirkemellet kisebb kockákra vágjuk, sózzuk, borsozzuk és kevés olívaolajon egy serpenyőben kb. 4-5 perc alatt lepirítjuk. A hagymát apróra vágjuk, a sárgarépát pedig vékony karikákra, és elkezdjük kevés olajon üvegesre pírítani, majd pár perc után hozzáadjuk a fokhagymát és az apróra vágott paprikát is, majd hozzáadjuk a lisztet és jól elkeverjük a zöldegekkel. Hozzáadjuk a hámozott, darabos paradicsomkonzervet, a sűrített paradicsomot, cukrot, sózzuk, borsozzuk, kevés oregánót szórunk hozzá, majd felöntjük az alaplével, és 10-15 percig főzzük a levest. Hozzáadjuk a csirkemellet és a tejszínt a leveshez, és épp csak egy pillanatra felforraljuk. Friss bazsalikommal megszórva tálaljuk az elkészült paradicsomlevest.

Arancini olasz rizsgolyó

Hozzávalók (16 db rizsgolyóhoz): 2 bögre fehér főtt rizs, 150 g reszelt trappista sajt, 1 db tojás, 16 db mini mozzarella, őrölt fekete bors. A panírhoz: 2 db tojás, 50 g zsemlemorzsa.



A rizshez adjuk a reszelt sajtot, tojást, borsozzuk, majd jól összedolgozzuk. Kis golyókat formázunk belőle, majd a közepébe belenyomjuk az ujjunkat, és ide helyezük be a mini mozzarellát, majd alaposan összenyomkodva gömböt formázunk belőle. Arra figyeljünk oda, hogy a mozzarellát mindenhol fedje a rizs, mert a forró olajban elkezd kifolyni, ha kilátszik. Ha ezzel megvagyunk, bepanírozzuk. A tojásokat felverjük egy tálban, egy másikba zsemlemorzsa tesztünk. Előbb a tojásba forgatjuk a golyót, majd a zsemlemorzsa. Bő, forró olajban szép aranybarnára sütjük, papírtörőre szedjük. *(Ha nem lapos edényben sütjük, amibe ugyan sok befér, hanem magasabb falú edényben, amibe több, magasan lehet az olaj, akkor a rizsgolyók megfordulnak maguktól.)* Az elkészült rizsgolyókat forrón fogasszuk!

Ropogósra sült csirke

Hozzávalók: 1 db csirke (kb. 1,30 dkg), 1 db vöröshagyma, 4-5 gerezd fokhagyma, 1/2 citrom, 5 dkg vaj, só, őrölt fehér bors, 1 dl fehér bor.

A csirkét megmossuk, majd alaposan lecsepegtetjük, papírtörővel szárazra töröljük a bőrét. A belsejét sózzuk, borsozzuk, majd behelyezzük a félbevágott, közepes méretű vöröshagymát és a 1/2 citromot. Ezután a két lábát összekötjük, hogy sütés közben ne tudjon szétterülni a tepsiben. A puha vajat összekeverjük a sóval és az őrölt borssal (mivel kívülről nem lett beszóva a csirke, így ne sajnáljuk ki a vajból a sót, mert különben sóltan lesz a csirke sütés után). Ezután a fűszerezett vajjal körös-körül jól bekenetjük a csirke bőrét. Egy tepsi alját kibéleljük alufóliával, majd egy rácsot teszünk rá. A rácsra helyezük az előkészített csirkét, majd aláöntjük a fehér bort, és beleszeleteljük a fokhagymát (ha öreg a fokhagyma, akkor egészben, pucolás nélkül helyezük a tepsibe a gerezdeket, ha új, megpucolva és szeletelve tegyük a csirke mellé). Ezután alufóliával lefedjük a tepsit, és előmelegített sütőbe helyezük. Közepes lángon puhára pároljuk. Végül levesszük az alufóliát, majd visszahelyezzük a tepsit a sütőbe, és szép pirosra sütjük a csirkét (közben nem kell locsolgatni, mert így is szép piros és főleg finom ropogós lesz a bőre).

Fűszeres sült banán köret

Hozzávalók: 2 db banán, 20 dkg vaj, 1 fej vöröshagyma, 1 gerezd fokhagyma, 2 csapott ek kókuszreszelék, 0,5 db citrom leve, 1 késhegynyi őrölt curry, 1 késhegynyi safrány, só.

A vajat felolvasztjuk, és az apróra vágott vöröshagymát és fokhagymát megpirítjuk rajta. Hozzáöntjük a citromlevet, és folytonos kevergetés közben a kókuszreszeléket, a safrányt és a curryt is hozzáadjuk. Ízlés szerint sózzuk. A banánt 1-2 cm-s karikákra vágjuk, és a forró mártásba forgatjuk óvatosan, hogy ne törjön össze. Körülbelül 15 perc alatt aranybarnára sütjük. Forrón tálaljuk. Bármilyen sült csirke mellé tálalhatjuk.

Almás-fahéjas kókuszgolyók sütés nélkül

A legjobb benne, hogy abból készül, ami otthon van. Tehetünk bele kekszet, de akár diót is. A jól variálható, gyorsan elkészíthető, sütés nélküli receptek kedvelőinek ezt ki kell próbálni!

Hozzávalók: 6 nagy alma, 20 dkg darált dió, vagy mandula, vagy keksz, őrölt fahéj, méz, kókuszreszelék.



A meghámozott almát üveg almareszelőn lereszeljük, kicsit kinyomkodjuk a levét és egy tálba tesszük. A darált diót, vagy mandulát, vagy kekszet hozzákeverjük. Attól függően, milyen édesen szeretjük, adunk hozzá mézet, majd a fahéjjal fűszerezük. A masszát jól összekavarjuk és vizes kézzel golyókat formálunk belőle. Kókuszreszelékbe forgatjuk a golyókat és lehűtve tálaljuk.



Fogható ALAPON, ALSÓSZENTIVÁNON, ALSÓTÖBÖRZSÖKÖN, CECÉN, VAJTÁN, PÁLFÁN, SÁRBOGÁRDON, SÁREGRESEN, SÁRSZENTMIKLÓSON, a Tarr Kft. rendszerén az 0 05-ös csatornán, a 93 Mhz-es frekvencián, valamint az LRT-COM hálózatán a C7-es csatornán, a 189,25 MHz-es frekvencián.

Március 4., P: 7.00 Lapszemle 8.00 Hitélet 13.00 és 18.00 Lapszemle 19.00 Projektátadó Sárboárdon (65p), A Takács házaspár 60. házassági évfordulója (26p), Borbarátság Sárboárdon (ism. 44p) 23.00 és 0.00 Lapszemle

Március 5., Szo: 7.00 Lapszemle 8.00 Sport 13.00 Lapszemle 14.00 Projektátadó Sárboárdon (65p), A Takács házaspár 60. házassági évfordulója (26p), Borbarátság Sárboárdon (ism. 44p) 18.00 Lapszemle 19.00 Boross Mihály-emlékest (71p), Iskolából Sárszentmiklóson (41p), Klubtalálkozó Sárhatvanban (31p) 23.00 és 0.00 Lapszemle

Március 6., V: 7.00 Heti híradó 8.00 Projektátadó Sárboárdon (65p), A Takács házaspár 60. házassági évfordulója (26p), Borbarátság Sárboárdon (ism. 44p) 14.00 Boross Mihály-emlékest (71p), Iskolából Sárszentmiklóson (41p), Klubtalálkozó Sárhatvanban (31p) 18.00 Heti híradó 19.00 Hitélet: Vallások együttélése egykor és most: Szécsi József előadása (ism. 23p), Szélrózsaelőtalálkozó 2016 (77p) 23.00 és 0.00 Heti híradó

Március 7., H: 7.00 Heti híradó 8.00 Hitélet: Vallások együttélése egykor és most: Szécsi József előadása (ism. 23p), Szélrózsaelőtalálkozó 2016 (77p) 13.00 és 18.00 Heti híradó 19.00 Interjú a Pedagógiai Szakszolgálat logopédusaival (25p), Pálffy Margit önálló estje (45p), Fiatal tehetségek: Tóth Sándor (ism. 15p) 23.00 és 0.00 Heti híradó

Március 8., K: 7.00 Heti híradó 8.00 Sport 13.00 és 18.00 Heti híradó 19.00 Interjú Farkas Margaréta hiphop tánctánárral (16p), Alapítványi bál a Mészölyben (ism. 32p), III. Hagyományörző bál Sárboárdon (ism. 31p) 23.00 és 0.00 Heti híradó

Március 9., Sze: 7.00 Heti híradó 8.00 Interjú a Pedagógiai Szakszolgálat logopédusaival (25p), Pálffy Margit önálló estje (45p), Fiatal tehetségek: Tóth Sándor (ism. 15p) 13.00 Heti híradó 18.00 Lapszemle élőben 19.00 Sport 23.00 és 0.00 Lapszemle

Március 10., Cs: 7.00 Lapszemle 8.00 Sport 13.00 és 18.00 Lapszemle 19.00 Hitélet: Vallások együttélése egykor és most: Szécsi József előadása (ism. 23p), Szélrózsaelőtalálkozó 2016 (77p) 23.00 és 0.00 Lapszemle

Az élőadás alatt hívható telefonszámunk: 06 (25) 508 901. A Lapszemle és a Heti híradó megtekinthető internetes oldalunkon: www.bogarditv.blog.hu. A rendkívüli eseményekről és műsorváltozásról a képűrság futószövegében adunk tájékoztatást. A műsorokról szereplő időtartam körülbelül értendő. A műsorváltoztatás jogát fenntartjuk. **Hirdetésfelvétel** a Hírházban (Bogárd és Vidéke szerkesztősége). **Ha gondjuk van a vétellel**, kérjük, hívják a szolgáltatókat: TARR Kft. – 06 (40) 416 000, LRT-COM Kft. – 06 (40) 811 911.

Bravúros győzelem a listavezető otthonában

BDSE Nemesvámos – VAX KE Sárbogárd 29–32 (16 – 15)



Veszprém Megyei Férfi Kézilabda-bajnokság, 13. forduló
Vezette: Huszti G. – Tari T., nézőszám: 60 fő.

Sárbogárd: Németh I. – Goldberger 9, ifj. Bodoki 7, Várady-Szabó, Rehák 5, Kaló, Tutuc 3.

Cserék: Sohár, Schvarcz – Aranyos, Suplicz 1, Pluhár 1, Vorsléger 1, Szabó J. Zs. 5, Botka.

Edző: Bodoki György.

Hétméteresek: 6/6, ill. 6/5.

Kiállítások: 2, ill. 12 perc.

Az elmúlt hétvégén csapatunk a bajnokság eddigi egyetlen veretlen együtteséhez, az élvonalas Nemesvámos csapatához látogatott. Az előzetes várakozásoknak megfelelően nem mi voltunk a mérkőzés esélyesei.

Sikerült kellő lendülettel és akarattal kezdenünk. Nem esett kétségbe senki, hogy Bodokit emberfogással követték már az első perctől. A többiek nagyszerűen verték meg lábbal a nemesvámosiak nehezkesebb védőit és a 12. perc végén már 3 góllal vezetünk. A hazaiak viszont nem adták könnyen a dolgokat, Tóth Szabolcs vezetésével az első félidő hajrájára megfordították a meccset. Ezt a minimális előnyt meg is tartották a szünetig, így hátrányban mehettünk pihenni az öltözőbe.

A második játékrészt ismét mi kezdtük jobban. Támadásban az egy az egy elleni játék továbbra is nagyon jól működött. Többször jutottunk el ziccerig, vagy harcoltunk ki hétmétereseket. A 40. percben ismét 3 gólos előnyt mutatott az eredményjelző a javunkra. A továbbiakban már nem volt megingás, a védekezésünk is összeállt. Középen a Botka–Suplicz duó keményen tette a dolgát, és sikerült tovább növelni az előnyünket. 8 perccel a vége előtt már 5 góllal vezetünk, innen már nem volt visszaút a hazaiaknak. A végén, jól sáfárkodva előnyünkkel, magabiztos, okos játékkal nyertük meg a mérkőzést 3 góllal.

Igazi csapatként sikerült megnyernünk ezt a meccset. Senki nem esett kétségbe egy pillanatra sem. Támadójátékunk bátor és nagyon harcias volt. Védekezésünk a második félidőben nagyon jól összeállt, többször is passzív játékba kergettük a hazaiakat. Mindenki rengeteget tett ma hozzá a sikerhez, egyénileg viszont két embert mindenképpen ki kell emelni. Goldberger Marcell a má-

sodik félidőben kiváló vezérnek bizonyult a pályán. Lábbal a nemesvámosiak védőit bármikor képes volt megverni. A csereként beszálló Szabó József „Totó” hibátlanul lőtt a balszélről, és tavasszal – eddig úgy néz ki – ismét régi önmagát idézi. Nagyon megérdemeltük már ezt a sikert. Ez egy építő jellegű győzelem volt, amit a helyén kell kezelni. A továbbiakban is ilyen egységgel és akarattal kell játszsanunk, bárki legyen az ellenfél. Elbizni magát senkinek sem szabad, hiszen ezért a győzelemért is két pontot adnak ugyanúgy, mint a többiért.

A hétvégén hazai környezetben lépünk pályára. Szombat délután a tabella hátsó felébe tartozó Tapolca érkezik. Kötelező lenne a két pont begyűjtése. Várunk minden érdeklődőt és szurkolót a Mészöly-csarnokba!

Március 5. (szombat) 18.00 óra: VAX KE Sárbogárd–Tapolca VSE

Tabella:

1. Bajnok DSE Nemesvámos	12	11	0	1	351	300	51	22
2. Veszprémi Egyetemi SC	11	10	0	1	374	293	81	20
3. Ercsi SE	12	9	0	3	396	311	85	18
4. VAX KE Sárbogárd	12	7	2	3	340	320	20	16
5. Alsóörsi SE	12	5	1	6	308	328	-20	11
6. Ősi Andreotti SE	11	4	1	6	336	334	2	9
7. Martonvásári KSE	11	4	1	6	283	288	-5	9
8. Simontornyai KK	11	4	0	7	330	353	-23	8
9. Tapolca VSE	12	3	1	8	338	385	-47	7
10. Rácalmás SE	12	2	2	8	301	366	-65	6
11. Bicskei TC	12	1	0	11	262	341	-79	2

A hétféve további eredményei:

Alsóörs–Ercsi 23-17 (9-9)

Veszprémi Egyetem–Bicske 31-15 (15-8)

Tapolca–Rácalmás 29-32 (13-16)

Miklósi focidömping

A napsütés ellenére fáztunk

Sárszentmiklós–Martonvásár 1-3 (0-1)

Sárszentmiklós: Lieszkovszky Z. – Lajtós A., Gráczer B., Kőkuti T., Hegedűs Gy., Kecskeméti K., Benke V., Vámosi D., Badi B., Horváth Á., Bezerédi Á.

Csere: Gráczer G., Nagy K., Szabó B., Nagy Á., Sükösd G., Deák M.

Edző: Sárai György.

Martonvásár: Nagy Gy. – Elek A., Radics Á., Neuvert Á., Magyar B., Kővári F., Udvaros Zs., Hernádi Á., Molnár A., Bajor B., Szilágyi I. R.

Csere: Szigeti A., Bozsó F., Vörös F., Bognár K., Laczkó L., Molnár T., Mikolás T.

Edző: Patkós Csaba.

Tapogatózó játékkal kezdődött a mérkőzés. Az első 15 percben nem történt említésre méltó esemény. A 16. percben Benke V. végzett el szabadrúgást a kaputól 18 m-re. A lövése a jobb kapufa mellett hagyta el a játéktérrel. A 29. percben váratlanul megszerezte a vezetést a vendégcsapat. Nagy Gy. kirúgása átszállt a védők felett. Magyar B. lecsapott a labdára, és 12 m-ről a jobb sarokba lőtt, 0-1. Meddő hazai főlény helyzetek nélkül jellemezte a féldíőig a mérkőzést.

A második féldíő sorozatos sárszentmiklósi támadásokkal kezdődött. Az 59. percben megszületett az egyenlítés. Jobb oldali támadás végén Horváth Á. középre cselezte magát, és 16 m-ről a bal sarokba lőtt, 1-1. Tovább támadott a hazai csapat, de a 65. percben ismét a Martonvásár szerzett gólt. A kinyíló védelem mellett a jobb oldalon felfutó Bajor B. kilépett, és a kifutó kapus mellett a bal sarokba helyezte a labdát, 1-2. Az egyenlítésért küzdő hazai csapat sorra

dolgozta ki a helyzeteket, de a martoni védelem és Nagy Gy. biztosan védtek kapujukat. A 92. percben ismét zavar támadt a hazai védelemben. Benke V. „lányos zavarában” áttemelte a labdát a kimozduló Lieszkovszky Z. felett, és a labda a kapu közepében landolt, 1-3.

A körülményesen, helyenként elképzelés nélkül játszó Sárszentmiklós otthonában értékes győzelmet aratott a Martonvásár. A tabellán a csapat a hetedik helyre esett vissza. Ercsi és Martonvásár is beelőzött.

Folytatódik az ősz?

Kisláng–Sárszentmiklós II. 4-1 (2-1)

Sárszentmiklós II.: Plézer N. – Somogyi L., Németh K., Fülöp T., Juhász G., Demeter D., Bartók Z., Szabó Z., Gráczer B., Szakács S., Vámosi G.

Csere: Dombi Z., Csikós G., Simon Cs., Rigó L., Mádi L.

Edző: Pajor László.

A dobogó 3. fokán álló Kisláng csapata magabiztos győzelmet aratott a vendégek ellen. Még várat magára a kilábalás, a felkapaszkodás a gödörből.

Góllövők: Komlós, Dudar, Willerding, Lelkes, illetve Juhász G.

Folytatódik az ősz

Sárszentmiklós U19– Martonvásár U19 3-0 (2-0)

Sárszentmiklós U19: Simon Cs. – Pajor T., Németh K., Szabó B., Horváth I., Nagy K., Gráczer B., Demeter D., Sükösd G., Nagy Á., Rác P.

Csere: Brúza S. P., Márkovics D., Szűnyogh R., Húsvéth T., Pető A., Vagyóczki P., Csizmadia B.

Edző: Pajor László.

19 percet kellett várni a tavasz első góljára. A kapujához szegezett vendégcsapat ellen szögletűrúgáshoz jutottak el a hazaiak. Sükösd G. bal oldalról beívelt labdáját Demeter D. éles szögéből kapura lőtte, és a védőről kipattanó labdát Rác P. a hálóba passzolta, 1-0. A 35. percben Gráczer B. ellen elkövetett szabadrúgáshoz Nagy Á. állt oda, és 20 m-ről a sorfal mellett a jobb sarokba helyezte a labdát, 2-0. A hazai támadások a 44. percben ismét gólszerzési lehetőséghez juttatták a miklósi ifjakat. Nagy Á. jobb oldalon becslezte magát a büntetőterületre, ahol buktatták. A megítélt büntetőt Demeter D. a felső kapufára lőtte.

A második féldíőben tovább tartott a hazaiak fölénye. A 77. percben Gráczer B.–Sükösd G.–Nagy Á. volt a labda útja, és Nagy Á. 17 m-ről a jobb sarokba lőtt, 3-0.

Magabiztos hazai győzelem a foggal-körömmel védekező Martonvásár csapata ellen.

Jó a csapat!

A hétvége sportprogramja:

2016. március 6., vasárnap:

14.30: Sárszentmiklós II.–Nagykarácsony

12.30: Iváncsa U19–Sárszentmiklós U19

14.30: Iváncsa–Sárszentmiklós

Szurkoljunk együtt csapatainknak!

Szántó Gáspár

Hirdetmény

Tájékoztatom a lakosságot, hogy Sárbovárd Város Önkormányzatának képviselő-testülete a 2016. február 12-ei ülésén elfogadta:

– a 2/2016. (II. 24.) önkormányzati rendeletet a Sárbovárd Város Önkormányzatának 2015. évi költségvetéséről szóló 3/2015. (II. 26.) önkormányzati rendelet módosításáról;

– a 3/2016. (II. 24.) önkormányzati rendeletet Sárbovárd Város Önkormányzatának 2016. évi költségvetéséről;

– a 4/2016. (II. 24.) önkormányzati rendeletet az egyes szociális ellátásokról szóló 4/2015. (II. 27.) önkormányzati rendelet módosításáról;

– az 5/2016. (II. 24.) önkormányzati rendeletet a települési szilárd hulladékkal kapcsolatos hulladékkezelési helyi közszolgáltatásról szóló 38/2015. (IX. 24.) önkormányzati rendelet módosításáról;

– a 6/2016. (II. 24.) önkormányzati rendeletet a képviselő-testület és szervei szervezeti és működési szabályzatáról.

A rendeletek megtekinthetők ügyfélfogadási időben a polgármesteri hivatal szervezési csoportjánál.

Demeterné dr. Venicz Anita jegyző

**Bogárd
ÉS
Vidéke**

Főszerkesztő és kiadó: Hargitai Lajos. **Felelős szerkesztő:** Hargitai-Kiss Virág, tel.: 06 (30) 3483 320. **Szerkesztőség, kiadóhivatal és nyomda:** 7000 Sárbovárd, Hősök tere 12. **Nyitva tartás:** H-P: 8-17 óráig. **Telefon:** 06 (25) 508-900. **E-mail:** bogardesvideke@gmail.com **Honlap:** www.bogardesvideke.hu **Lapszemle látható:** a Bogárdi Tévéen és az interneten **Állandó és időszaki rovatok szerzői, szerkesztői:** Gróf Ferenc, Hargitai Lajos, Hargitai-Kiss Virág, Horváth István, Huszárné Kovács Márta, Horváthné Mikuli Erzsébet, Menyhárt Daniella, Mágocsi Adrienn, Hargitai Gergely, Jákob Zoltán, Hargitai-Kiss Balázs, dr. Müller Viktória, Tauzné Piroška, Leszkovszki Albin, Pajor László, Rehák Sándor, Rehák Tamás, Szántó Gáspár és még sokan mások. **Tördelőszerkesztő:** Huszár Anikó. **Grafikai szerkesztő:** Hargitai-Kiss Balázs. **Előkészítés és utómunka:** Heiland Agnes, Müller Viktória. **Készült:** a Bogárd és Vidéke Lapkiadó nyomdájában. **Megjelenik** minden csütörtökön. **Kéziratok leadási határideje:** kedden 17 óráig. Kéziratot egy hónapon túl nem őrzünk meg. Fenntartjuk jogunkat, hogy a beküldött írásokat a tartalom és a szerző szándékának tiszteletben tartása mellett, közlésük esetén megrovidítsuk. A lapban közölt vélemények nem mindig tükrözik a szerkesztőségét, azokért a felelősséget a nyilatkozók, illetve szerzők viselik. Ugyanez vonatkozik a hirdetések tartalmára is. **Hirdetésfelvétel:** keretes hirdetések: kedden 16 óráig, apróhirdetések: szerdán 10 óráig adhatók le. Csak a törvénybe nem ütköző tartalmú hirdetéseket fogadunk el. **Lapzárta:** szerdán, 12 órakor. **Terjesztés:** saját terjesztőhálózattal egyéni előfizetéssel házhoz szállítással, illetve megvásárolható Sárbovárd és a környező hús település boltjaiban, hírlapárúsító helyeken. **Előfizethető** a terjesztőknél és a szerkesztőségben. **Negyedévre:** 2700 Ft, **félévre:** 5100 Ft, **egész évre:** 9600 Ft. **Eng.sz.:** HU ISSN 0866 4382.

Lapunkat rendszeresen
szemléli a megőjelt

OBSERVER

www.observer.hu

Lapunkat rendszeresen szemléli
Magyarország legnagyobb
médiatitkára, az

»OBSERVER«
BUDAPEST MÉDIATITKÁR KFT.

1139 Budapest, Frangepán utca 7.
Tel.: +36 1 303 47 38

Fax: +36 1 303 47 44

Email: ugyfkapcsolat@observer.hu

KIEMELT APRÓHIRDETÉSEK: a Bogárdi TV-ben is látható!

GÁZKÉSZÜLÉKEK javítása, karbantartása
06 30 440 5790

**AUTÓBÉRLÉS OLCSÓN,
RÖVID/HOSSZÚ TÁVRA, KÜLFÖLDRE IS.**
06 70 539 7882

AUTÓMENTÉS, AUTÓSZÁLLÍTÁS
06 20 3426 091

**AUTÓBUSZVEZETŐKET KERESÜNK
hosszú távú FEJÉR MEGYEI MUNKÁRA!**
Sárbogárd és 30 kilométeres körzetéből.
Jelentkezés önéletrajzzal: tibor@buszrent.hu

IRODA- ÉS ÜZLETHELYISÉG KIADÓ.
06 20 437 7036

**A KITE Zrt. Sárbogárdon található
alközpontja pályázatot hirdet**

KISEGÍTŐ-RAKTÁROS

munkakör betöltésére.

Feladata:

- Árukiadás-áruátvétel
- Anyagmozgatás raktáron belül és raktárak között
- Raktári rend fenntartásának biztosítása

Követelmények:

- Targoncavezetői engedély
- Precíz, pontos, szorgalmas munkavégzés
- Erkölcsi bizonyítvány
- Megbízhatóság

Előnyt jelent:

- Raktározásban szerzett tapasztalat
- Méregraktár kezelői bizonyítvány

Munkavégzés időtartama:

- 3 hónap

Jelentkezés:

Amennyiben állásajánlatunk felkeltette érdeklődését, fényképes szakmai önéletrajzát a bartfaine@kite.hu e-mail címre küldheti el **2016. március 15-ig**, vagy keresse **Bártfainé Szalai Évát** személyesen vagy az alábbi elérhetőségen: **06 (30) 384 9734**.



APRÓHIRDETÉSEK

Redőnyös. 06 (30) 966 8446

Szántóföldet, rétet vásárolnék, bérelnék. 06 (30) 569 6870 (3261338)

Paplanok eladók 06 (20) 405 7366

Ház eladó. Sárbogárd, Dobó u. 28. 06 (70) 290 7676

Törzsvásárlókat, munkatársakat keresek az EU legjobb biohálózatába. pinferenc@freemail.hu

Erdély rajongóit várja július 18-i sárbogárdi indulással 4 napos moldvai útra (Koltó, Szaplónca, Máramaros, Nagybánya stb.) a Neszebár Iroda. 06 (70) 334 1611

Tojtyúkok rendelhetők március közepi szállítással, 550 Ft/db. 06 (70) 398 1519

Sárbogárd központjában családi ház kiadó. Havi 25.000 Ft+ rezszi, valamint összkomfortos melléképület is kiadó (egy szoba), 15.000 Ft+ rezszi. 06 (30) 912 9400 (3261440)

Sárbogárd 0326/49 hrsz-ú külterület eladó. 2,72 ha, 74,26 Ak és a hozzá kapcsolódó 7368 hrsz-ú zártkert (volt bodzás, külső szőlő). Telefon: 06 (30) 834 5541

B- és/vagy C- kategóriás jogosítvánnyal rendelkező férfi munkatársakat keresünk mozgóbolti értékesítésre, akár azonnali munkakezdéssel. 06 (30) 382 4133

Családi ház Alapon eladó 06 (70) 367 4029 (2100707)

Rántani való csirke kapható Bethlen u. 25. 06 (70) 339 6137 (2100706)

Mozgóárus keres művelődési házakban árusításhoz munkaerőt, bejelentett munka, napi 5.000 Ft nettó 06 (30) 578 4117 (3261481)

Sárbogárd központjában háromszobás gázfűtéses családi ház, kis telken eladó. Érdeklődni: 06 (30) 269 5353 (2100678)

Fiatal gazda szántóföldet bérelne támogatás feletti áron. Területek: Káloz, Nagyhorcsók, Sárhatvan, Őrspusztá, Sáregres, Pusztáegres, Mezőszilas, Dég (Alsótöbörzsök, Sárszentmiklós), minimum 2,5 hektártól. 06 (30) 613 0823

Gyerekszőnyegek eladók. 06 (70) 9439 338 (2100672)

Sárszentmiklóson a Munkácsy utcában 2200 m² építési telek villannyal, kerítéssel, közművesítési lehetőséggel, gazdasági épületekkel, hozzá tartozó egy hektár zártkerti szántóval eladó. 06 (20) 316 0950 (2100667)

Kaszálással, fűnyírással, sövénynyírással foglalkozó, Sárbogárd környéki kisvállalkozásomat egészségügyi okok miatt megszüntetem. A vállalkozás gépei eladók meglévő ügyfélköröm átadásával. 06 (70) 413 6048

Heti időjárás

Folytatódik a változékony, gyakran szeles és csapadékos időjárás. Szinte mindegyik nap előfordulhat eső, vagy zápor, pénteken még a Dunántúlon havas eső, havazás is előfordulhat. Ugyanakkor a csapadéktömbök között átmenetileg némi napsütés is lehetséges. Folytatódik az enyhe idő, éjjel ugyan egy-két helyen lehet gyenge fagy, napközben azonban továbbra is többféle elérheti, illetve meghaladhatja a hőmérséklet a 10 fokot. A magasabb értékek általában délkeleten lesznek jellemzőbbek, de hévtőlén nagyobban területen is 10 fok fölé emelkedhetnek a csúcstértékek.



FEJÉR MEGYEI KORMÁNYHIVATAL SÁRBOGÁRDI JÁRÁSI HIVATAL

Sárbogárd, Hősök tere 2.; tel.: 06 (25) 520 260, fax: 06 (25) 520 290;
hivatal@sarbogard.fejer.gov.hu

Tájékoztató a Sárbogárdi Járási Hivatal ügyfélfogadási rendjéről és elérhetőségeiről

KORMÁNYABLAK OSZTÁLY Sárbogárd, Hősök tere 2.; tel.: 06 (25) 520 290, fax: 06 (25) 520 290; kormányablak@sarbogard.fejer.gov.hu;

H 7.00–17.00, K 7.30–12.00, Sze 7.30–16.00, Cs 8.00–18.00, P 7.00–12.00

HATÓSÁGI ÉS GYÁMÜGYI OSZTÁLY Sárbogárd, Hősök tere 2.; tel.: 06 (25) 520 291, fax: 06 (25) 520 290; hivatal@sarbogard.fejer.gov.hu;

(hatósági és szociális igazgatási hatáskörök tekintetében) **H 8.00–11.30, Sze 8.00–11.30 és 12.30–15.00, P 8.00–11.30;**

(gyámügyi hatáskörök tekintetében) **H 7.30–11.30, Sze 7.30–11.30 és 12.30–16.00**

FOGLALKOZTATÁSI OSZTÁLY Sárbogárd, Túry M. u. 3.; tel./fax: 06 (25) 508 175; fejermsarbogardjh-mk@lab.hu;

H 8.00–14.00, Sze 8.00–14.00, Cs 8.00–14.00, P 8.00–12.00

FÖLDHIVATALI OSZTÁLY Sárbogárd, Hősök tere 17.; tel.: 06 (25) 508 615, 06 (25) 508 020, fax: 06 (25) 518 021; sarbogard@takarnet.hu;

H 8.00–15.30, K 8.00–10.00, Sze 8.00–15.30, P 8.00–12.00

CECEI KIRENDELTSÉG Cece, Deák F. u. 13.; tel.: 06 (25) 505 150/21, fax: 06 (25) 234 389; nagy.gaborne@sarbogard.fejer.gov.hu, kiss.monika@sarbogard.fejer.gov.hu; **H 8.00–12.00, K 8.00–12.00, Cs 8.00–16.00, P 8.00–12.00**

ÜGYSEGÉDEK:

ALAP: Sze 8.00–10.00, Dózsa Gy. u. 31. **ALSÓSZENTIVÁN:** Sze 10.00–11.00, Béke u. 56/a.

HANTOS: H 8.00–9.00, Nagylóki u. 3. **IGAR:** K 7.30–9.00, Fő u. 1. **MEZŐSZILAS:** P 7.30–10.00,

Fő u. 111. **NAGYLÓK:** H 9.00–10.00, Hunyadi J. u. 1. **SÁREGRES:** H 15.00–16.00, Kossuth u.

10. **SÁRKERESZTÚR:** Sze 8.00–12.00, Fő u. 34. **SÁRSZENTÁGOTA:** Cs 8.00–10.00, Május 1.

u. 1. **VAJTA:** Cs 13.00–14.00, Szabadság tér 1.

Simon János hivatalvezető

Változások a munkarendben

Nemzeti ünnepünkhöz, március 15-éhez közeledve már e héten munkanap-áthelyezések lesznek a munkáltatóknál, így a Fejér Megyei Kormányhivatalban is.

Március 4-én, pénteken a hétfői munkarend szerint dolgoznak és várják az ügyfeleket a kormánytisztviselők a Fejér Megyei Kormányhivatalban.

Március 5-e, szombat munkanap lesz, pénteki munkarend szerint, e napon 12 óráig tart az ügyfélfogadási idő a megyei kormányhivatal szervezeti egységeiben, beleértve a járási hivatalok okmányirodáit és kormányablakait is.

Március 14-e, hétfő pihenőnap lesz hazánkban.

Fejér Megyei Kormányhivatal

POLGÁRŐRVONAL

Lakossági bejelentések
és segítségkérések
a polgárőrségtől éjjel-nappal
a következő telefonszámon:

06 (30) 62 10 651,
e-mail: polgarorseg@indamail.hu

A SÁRBOGÁRDI RENDELŐINTÉZET SZAKRENDELÉSEINEK IDŐPONTJAI

Szakrendelés Telefon: 06(25)460-163	Rendelési idő					Rendelő orvos	Beutaló-köteles
	Hétfő	Kedd	Szerda	Csütörtök	Péntek		
Belgyógyászat		12.00-18.00		12.00-18.00		Dr. Oroszlány László (kedd) Dr. Kádas Zsófia (csütörtök)	Igen
Kardiológia: március 4-én és 18-án szünetel.					10.00-14.00	Dr. Kovács Attila	Igen
Sebészet: március 5-én szünetel	8.00-14.00					Dr. Baros Péter	Nem
Nőgyógyászat: március 5-én szünetel	8.00-14.00	8.00-14.00	8.00-14.00	8.00-14.00	8.00-14.00	osztályról változó	Nem
Urológia		8.00-14.00				Dr. Rác Lajos	Nem
Fül-orr-gégész				8.00-14.00		Dr. Bedő Adél	Nem
Bőrgyógyászat: március 1-11-ig szünetel.		8.00-14.00			8.00-14.00	Dr. Jaskó Sándor	Nem
Szemészet		12.00-18.00	8.00-12.00	8.00-12.00 minden páros héten		Dr. Kaprielián Zaven (délelőtt) Dr. Tóth István (délután)	Nem
Ortopédia: március 25-én szünetel					8.00-14.00	Dr. Kozma Péter	Igen
Neurológia		8.00-14.00				Dr. Soós Judit	Igen
Pszichiátria					8.00-14.00	Dr. Lakatos László	Nem
Reumatológia: március 5-én és 24-én szünetel.	8.00-14.00		8.00-14.00	8.00-14.00		Dr. Ivády Veronika – hétfő Dr. Somlyai Márta – szerda Dr. Miklovicz Imola – csütörtök	Igen
Tüdőgyógyászat: március 5-én és 18-án szünetel.	8.00-13.00	8.00-13.00		12.00-17.00	8.00-13.00	Dr. Lévai Katalin	Igen
Tüdőszűrés: március 5-én és 18-án szünetel	8.00-13.00	8.00-13.00	8.00-13.00	10.00-17.00	8.00-13.00		40 év alatt igen
Tüdőszűrő lelet kiadás: március 5-én és 18-án szünetel.	13.00-14.00	13.00-14.00	13.00-14.00	17.00-18.00	13.00-14.00	Dr. Lévai Katalin	
Gyermekgyógyászat		10.30-13.30	11.00-13.00	12.00-14.00		Dr. Mányoki Lidia	Igen
Fizioterápia (nem szakorvosi óra): március 5-én szünetel.	7.00-14.00	7.00-14.00	7.00-14.00	7.00-14.00	7.00-14.00		Igen
Gyógytorna (nem szakorvosi óra): március 5-én szünetel.	8.00-14.00	8.00-14.00	8.00-14.00	8.00-14.00	8.00-14.00		Igen
Röntgen	7.00-14.00	7.00-14.00	7.00-14.00	7.00-17.00	7.00-14.00		Igen
Ultrahang: március 5-én szünetel.	14.00-18.00					Dr. Patócs Tibor	Igen



DÓRI
konyha 200/60 cm

divian

~~99.800 Ft~~ - 30%
69.800 Ft

FAIR BÚTORHÁZ
„Kényelem és praktikum”
Sárbogárd, Köztársaság u. 93. Tel: 06-20-545-1958

**A PILLANTÁS OPTIKÁBAN
GYEREK ÉS FELNŐTT SZEMÉSZET
SZEMÉSZ SZAKORVOSI VIZSGÁLAT
KONTAKTLENCE ILLESZTÉS**

Vizsgál: hétfőn 9-18-ig Szabóné Fenyvessy Mária optometrista
pénteken 13-17.30-ig dr. Csobay Ildikó szemész szakorvos

Szemüvegekészítés és javítás helyben

BEJELENTKEZÉS: Sárbogárd, Ady E. út 139. (Coop mellett)
TELEFON: 06-25-460-480, 06-70-594-5012
NYITVA: hétköznap: 9-18, szombat: 8-12 óráig

Egészségpénztári és SZÉP kártyák, Erzsébet és Sodexo utalványok elfogadása

Március 15. Sárbogárdon

**Fáklyás megemlékezés
nemzeti ünnepünk alkalmából
Március 15-én 18.30-kor a Hősök terén
és a Petőfi emléktáblánál.**

**Ünnepi beszédet mond
Dr. Sükösd Tamás polgármester.**

**Közreműködnek:
a Huszics Vendel Kórus,
a Sárbogárdi Fúvózenekar és
a Petőfi Sándor Gimnázium tanulói.**

**Mindenkit szeretettel vár
Sárbogárd Város Önkormányzata!**

Nőnap alkalmából sok szeretettel
köszönt minden hölgyet

Gerlai Zsolt
önkormányzati képviselő és
Árgyelán János
megyei önkormányzati
képviselő

Tisztelt Hölgyem!

*Tisztelettel és
megbecsüléssel köszöntöm
nőnap alkalmából.*

*Dr. Sükösd Tamás
polgármester*



bogárdi tv

**Minden nap 8 órányi műsor
Sárbogárd és környéke eseményeiről**