

Alapítva: 1990-ben

Bogárd és Vidéke

„A társadalom egyetlen önvédelmi fegyvere a nyilvánosság”

2016. április 7. - XXVII. évf. 14. szám
20 oldal, 250 Ft

Elmulasztott segítség – elrejtett BMW	2
Uszoda-előkészítés	4
Demenciafalva	9
Veszélyben Magyarország legidősebb erdői	10
Meditáció a kereszténységben	11
Emlékbunker.	12

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

A Dél-Mezőföld független hetilapja

www.bogardesvideke.hu

HALOTTAL SZEMBEN NINCS KÖTELEZETTSÉG?

(2. oldal)

RÁGÁS IGEN – MOBIL NEM

(3. oldal)

VÁGOD?

(4. oldal)

Állati

Hetek óta itt vannak már köztünk szeretett gólyáink, de a fránya madarakat nehezen sikerült lencsevégre kapni, mert számtalanszor házon kívül voltak, amikor felkerestük fészkeiket. Persze, elmentek békára és csőrükre való falatokra vadászni! Amikor meg végre otthon találtuk őket, akkor szemtelen módon a hátsó felület mutogatták felénk, szüntelenül a fészket rendezgetve, takarítva.

Bezzeg a varjak kilakoltatásra kerültek a Hősök tere fáiról, mivel a város tavaszi csinosítása kiterjedt a lombkoronákra is, lombnyírás révén.

Sebaj, a MÁV közleményéből kiderül, hogy állatok is utazhatnak a vonaton, így a varjak költöztetése megoldott. A közlemény kiemeli: az állatoknak az utasok testi épségét, biztonságát, a vonatok, vagyontárgyak tisztaságát és sértetlenségét meg kell óvniuk. Megtudhatjuk azt is, hogy eme új, állatbarát rendszer kísérleti ideje alatt egyetlen panasz sem érkezett. Hozzátenném: ha mondjuk vérnyulat, vagy krokodilt szállított valaki, és az kiszabadult, akkor nyilvánvalóan nem hagyott tanúkat...

Lapunk más cikkeiből kiviláglik, hogy kutyák, macskák nélkül is közlekedik elég „állat” az utakon.

Hargitai–Kiss Virág



Egyik kedves Olvasónk küldte az alábbi levelet és a mellékelt fotót szerkesztőségünknek, bizonyítékként arra, hogy újságunkat a világ számos szegletében előszeretettel forgatják; híreink a távoli keletre, a szent tehének országába is eljutnak.

Kedves Bogárd és Vidéke!

Mellékeltlen küldök egy képet arról, hogy a lapot még Indiában is forgatják. :)

Üdvözlettel: Dr. Csomós Rita

ELMULASZTOTT SEGÍTSÉG – ELREJTETT BMW

2013 augusztusában két fiatal autós versenyének esett áldozatul az 57 éves Boros Jánosné a 63-as út belvárosi szakaszán, a Túry Miklós utca kereszteződésétől nem messze, a Huszár órással szemben. A halálos baleset fölkavarta a közvéleményt. Az Opelt vezető elkövetőt, Ny. Milánt 2014 szeptemberében ittas állapotban elkövetett járművezetés büntetében és kábítószer birtoklásának vétésében bűnösnek mondta ki a másodfokú bíróság, és 5 év börtönre, 5 év közügyektől való eltiltásra, 7 év közúti járművezetéstől eltiltásra ítélték. A közúti raliban résztvevő, BMW-t vezető társa segítségnyújtás elmulasztása és egyedi azonosító jel meghamisítása miatt állt a vádlottak padjára 2016. március 31-én, csütörtökön, a Sárbogárdi Bíróságon.

Az ügyész által ismertetett vád szerint a vádlott le akart kanyarodni a főútról a Túry Miklós utcára, amikor Ny. M. leelőzte őt és elütötte Boros Jánosnét. A vádlott nem ajánlotta fel a segítségnyújtást, illetve rendszám nélküli kocsival közlekedett, amire édesapja Trabantjáról kölcsönzött rendszámtáblát, és a helyszínről távozva elrejtette a kocsit egy ponyva alá.

Korábban tett, fenntartott vallomásában a vádlott vitatja saját bűnösségét, és úgy nyilatkozik, hogy nem volt köze Ny. M.-hez. Állítása szerint körülbelül 60 km/órával ment. Azért nem nyújtott segítséget, mert megérkezett a rendőrség a helyszínre, és ő maga a balesetnek se okozója, se részese nem volt. Hivatkozott arra, hogy egy korábbi baleset, aminek szemtanúja volt, megviselte. A közlekedési múltja tiszta. Az azonosító jel meghamisításának ügyében nem kíván nyilatkozni.

A vádlott és védőügyvédje közölte a bíróval, hogy a vádlott kórházban volt és memóriazavarai vannak.

A megjelent tanúk elmondása alapján a következő részletek bontakoztak ki a baleset körülményeiről: az Opelt és a BMW-t látták azon az estén korábban Sárszentmiklós felé menni megközelítőleg 120-130 km/órával. Amikor a két gépkocsi Székesfehérvár irányába tartott, mindkettő ugyancsak nagy sebességgel közlekedett. Az Opel megelőzte a BMW-t, de elvesztve uralmát a járműve fölött először a Túry Miklós utca torkolatánál lévő zebránál nekiment a virágtartónak, ami szinte szétrobbant az ütközés erejétől, és darabjai egy, a Túry kereszteződésében álló gépkocsinak csapódtak. Az Opel ezután tovább sodródva a Sörpatikával, Huszár órással szembeni emeletes lakóépület előtt elütötte az ott szabályosan, biciklivel haladó Boros Jánosnét. A szemtanúk szerint a BMW megállt a zebra után, a járdán, vezetője (a vádlott) kiszállt egy pillanatra, de az Opel vezetője odakiáltott neki, hogy

„Menekülj, mert baj van!”, mire a BMW-s gumicsikorgatva elment Kislók irányába. A rendőrség később, a vádlott édesapjának üzletének udvarán végzett házkutatás során megtalálta ponyva alatt a BMW-t.

A tárgyaláson elhangzott, hogy a Takarékszövetkezet biztonsági kamerája rögzítette a történeteket. Az ügyész javasolta bizonyítéknak beszerezni ezt a felvételt, ami tisztázhatja, hogy valóban rodozózott-e a két gépkocsi a városban, hogy volt-e és milyen rendszám a BMW-n, és hogy a vádlott milyen magatartást tanúsított a balesetben. Az ügyész indítványozta az Ny. M. ügyében hozott székesfehérvári ítéletet is megismerni, a pontos körülmények tisztázása végett. A vádlott felelőssége ezek alapján állapítható meg pontosan.

A vádlott védőügyvédje megjegyezte: halottal szemben nincs kötelezettség segítségnyújtásra, ezért védecét nem lehet ennek elmulasztásával vádolni.

A döntést elnapolta a bíróság, megvárva az ügyész által említett iratok és felvételek eredményét. A következő tárgyalás április 26-án 8.30 órakor lesz.

Laiikus kérdések

A vádlott honnan tudta, hogy meghalt Boros Jánosné, ha oda sem ment, meg sem nézte, hogy tud-e segíteni, azaz meg sem kísérelt semmilyen formában segítséget nyújtani?

Miért nem vállalja és vállalja be a felelősségét, amit tanúk sora bizonyít?

Miért nem tanúsít őszinte megbánást?

Hargitai-Kiss Virág

Nem tudott szondát fújni

A vajtai körzeti megbízott 2016. április 1-jén a délelőtti órákban Cecén, az Ady Endre utcában intézkedett. Egy 59 éves helyi férfit ellenőrzött, aki segédmotoros kerékpárral közlekedett. Az igazoltatáskor a férfin erős alkoholszag érződött, azonban mivel az alkoholszondát betegségére hivatkozva nem tudta megfújni, a rendőrök a cecei férfit előállították a sárbogárdi orvosi ügyeletre vér- és vizeletvétel céljából.

Elrepült díztárcsa

2016. április 1-jén a kora délutáni órákban egy 61 éves sárszentágótai nő közlekedett segédmotoros kerékpárjával a 63-as számú főúton Sárkeresztúr irányából Sárbogárd irányába. Haladása során Sárkeresztúron a Dózsa György úton egy szemből érkező személygépkocsi egyik kerekéről leesett egy díztárcsa, ami a segédmotoros kerékpár első kerekének repült. Ennek következtében a 61 éves nő a kormányt jobbra elrántotta, majd járművével az útestre esett. A baleset következtében könnyű sérülést szenvedett.



Hamis a kocs

A járőrök 2016. április 3-án délután Sárkeresztúron a Szent István utcában ellenőriztek egy Suzuki típusú személygépjárművet. Az intézkedés során megállapították, hogy a járműre nem a hozzá tartozó hatósági jelzés van felhelyezve, és az alvázsza sem egyezik a forgalmi engedélybe bejegyzett adatokkal. A gépjármű 26 éves vezetőjét a rendőrök a helyszínen elfogták, és előállították a Sárbogárdi Rendőrkapitányságra, ahol egyedi azonosító jel meghamisítása büntetnének megalapozott gyanúja miatt gyanúsítottként hallgatták ki.

Sárbogárdi Rendőrkapitányság

ÉLESÍTETT TRAFFIPAXOK – biztonság gyalog és keréken

Kiss Zoltán Edward, a Fejér Megyei Rendőr-főkapitányság szóvivője szerkesztőségünknek adott, havi aktualitásokról szóló tájékoztatójában a héten beélesített fix traffipaxokról, valamint a gyalogosok és kerékpárosok számára fontos közlekedési tudnivalókról beszélt.

– Április 5-én 8 órától indult el a VÉDA intelligens közúti kamerahálózatunk. Éles üzemben kezdtek el dolgozni ezek a berendezések, amik már több mint fél éve működtek, csak eddig a szabálysértések nem vontak szankciót maguk után. A rendszer teljesen automatizált.

– **Ez azt jelenti, hogy ha készül valakiról egy felvétel, akkor az adott (ha jól emlékszem, a mi esetünkben Vas megyei) rendőr-főkapitányságról érkezik egy felszólítás, hogy túlléptük a sebességet?**

– Igen, de ez a rendszer még zártabb lett, szinte teljesen emberi beavatkozás nélkül érkezik meg a szabálysértőhöz a szabálysértési bírságról szóló határozat. A kamera dolgozik, ha szabálysértést észlel, azt rögzíti; komoly informatikai rendszerek vannak mögé téve, így a rendszámot, s az alapján a tulajdonost azonosítja, és postázza is a határozatot.

– **Gondolom, szigorúbb ez a rendszer abban is, hogy ahol a megengedett sebesség mondjuk 70, ott nem megengedett a 75, hanem tényleg 70-nel kell menni, vagy inkább alatta.**

– A jogszabályok meghatározzák ezeket a dolgokat. Tűrészhatárok vannak itt is, ahogy más sebességmérő eszközöknél, viszont ebbe nem szeretnék belemenni.

– **Ez már műhelytitok?**

– Az a biztos, ha valaki betartja a jogszabályokat, és akkor nem kell attól tartani, hogy bármiféle bírságot kap. Én mindenkit erre biztatnék inkább.

– **Szó volt arról az interneten, hogy most már a rágást is büntetik. Gondolom, a rágógumirágást nem, csak azt, ha valaki a kezében tart egy poharat, vagy egy szendvicset, bármit, ami zavarja a vezetésben.**

– A KRESZ nem tiltja az evést. Mobiltelefont a kézben tartva telefonálni nem lehet, az szabálysértésnek minősül. Nagyon korszerű kamerákat szereltünk fel, amik olyan jó képet tudnak készíteni, hogy meg lehet állapítani, hogy be volt-e kapcsolva a biztonsági öv, vagy mobilozott-e valaki, amiket az objektív jó fókuszának köszönhetően tudunk kielemezni, ha erre szükség van. A megyében 8 helyre vannak telepítve ezek a kamerák. Nyilvános az információ, hogy hol vannak felszerelve, bárki rákereshet az interneten, de a televíziók, újságok is tele voltak és vannak ezzel a témával.

– **A sárbogárdiak és környékben élők figyelmét fölhívnanék arra, hogy az egyik ilyen szerkezet Abánál található, illetve az M7-esen.**

– Ki szeretném emelni, hogy a sebességmérés egy eszköz a közlekedésbiztonság javításában. A halálos kimenetelű közlekedési baleseteknek 3 fő oka van, amit 3 gyilkosnak is szoktak hívni: a bódult, ittas állapotban történő járművezetés, a passzív biztonsági eszközök nem használata (pl. biztonsági öv, gyermekbiztonsági ülés) és a sebességtúllépés. Nem a bírságolás a cél a sebességméréssel. Arra kellene inkább gondolni, hogy van egy család, akik két-három gyerekkel beülnek az autóba és elindulnak. Ők nem az a kategória, akik szabályt sértenek; felelősségteljes szülők, vigyáznak a gyerekekre, és betartva a szabályokat közlekednek A-ból B-be. Viszont aki szembe jön és esetleg nem ilyen felelősségteljes, alkoholt fogyasztott előtte, vagy túllépi a sebességet, akkor ennek köszönhetően történik egy baleset, családi tragédia. És sok eset-

ben a véletlen fél jár rosszabbul. A sebességmérés ezeknek a baleseteknek, tragédiáknak az elkerülése céljából van. A rendőrség próbál ez ellen tenni a saját eszközeivel, tájékoztatással, figyelmeztetéssel, bírságolással. Ezért vagyunk sokszor a közutakon, hogy felhívjuk erre az emberek figyelmét, illetve rászorítuk a renitens személyeket, akik nem hajlandók tudomásul venni, hogy a jogszabály, ami leírja, hogy mennyivel lehet közlekedni, ugyanolyan jogszabály, mint az emberölésre vonatkozó paragrafus a Büntető Törvénykönyvben. Közlekedési balesetben jóval több ember hal meg, mint emberölés miatt, mégis el van bagatellizálva a gyorsajtás veszélye, kockázata.

– **Tegyük hozzá: nemcsak a kapuk mérnek, hanem továbbra is felbukkanhatnak a hagyományos traffipaxokkal a rend őrei.**

– Igen, azért, hogy akik betartják a szabályokat, azok is biztonságban hazaérhessenek.

– **Jó időben mindenki igyekszik szabad levegőn lenni, sétálni, kirándulni, biciklizni. A gyalogosok, kerékpárosok sokkal védteletlenebbek a közlekedésben, mégis, sokan nem figyelnek a szabályok betartására.**

– A 2016-os évet az Országos Baleset-megelőzési Bizottság a rendőrség irányelvei alapján a kerékpárosok és gyalogosok közlekedésbiztonsági évének nevezte ki. Ez a két csoportja a közlekedésben résztvevőknek rendkívül szenzitív, mivel nem szükséges KRESZ-oktatásban részesülniük. De ez az a két csoport, akik ha baleset van, nagy valószínűséggel meg is sérülnek. Egy gépjárműnél az ember körül van másfél-két tonna, biztonsági öv, légzsákok, tehát van, ami megvédje. A kerékpárosok hibájából elkövetett baleseteket száma évek óta stagnál. Ezen is szeretne segíteni a rendőrség. Próbáljuk leszorítani ezt a számot, hogy ne legyenek sérültek ilyen jellegű balesetekből.

– **Vannak jellemző biciklis balesetek?**

– Igen. Az egyik legkiemelkedőbb az, amikor a kerékpáros nem tudja eldönteni, hogy járműként vesz-e részt a közúti forgalomban, vagy gyalogosként. A kerékpár járműnek minősül. Neki az úttest jobb szélén kell haladnia, lehetőség szerint minél jobban lehúzódvá az útpadkára, ha nincs felfestve, illetve nincs kerékpárút kialakítva. Ezt előírja a jogszabály. Probléma, ha egy kerékpáros a járdán kerékpározik, és egy gyalogátkelőhelyhez érve 10-20 km/h sebességgel hirtelen áthajt az úton. A kis íven jobbra kanyarodó autónak gyalogosok esetén van annyi ideje, hogy megálljon, de ha egy kerékpáros hajt a zebrára, az autós nem tudja olyan hirtelen felmérni.

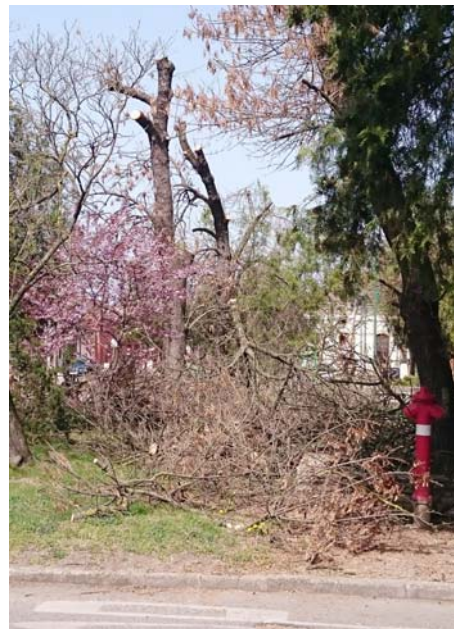
– **A biciklisnek a zebránál le kell szállni és át kell tolnia a járművet. Ha nem így tesz, meg is büntethetik. Jár ez az év oktatóprogramokkal, tájékoztató jellegű kisfilmekkel, írásos anyagokkal, amikből a gyalogosok, kerékpárosok megismerhetik, hogy milyen szabályokhoz kell tartaniuk magukat?**

– Kollégáim folyamatosan járnak az óvodákba, iskolákba oktatni, de öregek otthonába is elmennek. Nem az a célunk, hogy pénzt szedjünk be, hanem az, hogy csökkentjük a balesetek számát, amik személyi sérüléshez, halálhoz vezethetnek.

Portacsinosítás

Uszoda-előkészítés

A leendő sárbogárdi sportkomplexum (jelenlegi sárbogárdi sporttelep) területén folyamatban vannak az önkormányzat részéről szükséges előkészítő munkálatok. A gázkiváltást az önkormányzat megtervezte, megrendelte, és már a kivitelezés is megtörtént. A villany kiváltása a soron következő feladat, illetve fák is kivágásra kerültek/kerülnek, mivel a nyírfa egyrészt tájidegen növény, másrészt hajlamos a dőlésre. A kivágott fákat természetesen pótolják majd olyan fajtákkal, amik stabilabban állnak a helyükön. S aztán kezdődhet az uszoda alapjainak kiásása!



Fiatalítás a központban

Vasárnap motoros fűrész hangjára lettünk figyelmesek, és aztán láttuk a kosaras daruban fenn a magasban azokat a szakembereket is, akik az önkormányzat megrendelésére fiatalítást végeztek a Hősök tere fáin. A rengeteg ágat, gallyat az önkormányzat emberei hordták el a munka végétével. Reméljük, hamarosan új, friss lombkoronát hoznak a rakoncátlan fürtjeiktől megszabadított fák.

Hargitai–Kiss Virág

Gólyanép hazatér



Bizonyára sokan fölfedezték már, hogy népesednek be a gólyafészkek – itteni szállásaikra visszaköltöznek a vándormadarak. Ez biztos jele annak, hogy most már tényleg itt a tavasz! Köszöntésükre és tiszteletükre álljon itt egy kis vers.

Szalai Borbála: A gólya csizmája

Jaj, de csinos,
de szép piros
a gólya csizmája!
Mért megy benne
térdig bele
pocsolyába, sárba?!

– Sose bánjad
a csizmámat! –
feleli a gólya.
– Minden este
szép fényesre
mosom én a tóban!

**A Sárbogárd–Sárszentmiklós
Borbarát Kör
meghívja a borosgazdákat a**

**2016. április 9-én 9 órakor
rendezendő**

**XVIII.
BORVERSENYÉRE,**

**mely Horváth István
Sárbogárd–Rétszilás,
Fehérvári út 21. szám alatti
– nádfedeles – „BORHÁZÁBAN”
kerül megrendezésre.**

Borok leadása: a borverseny helyszínén 2016. április 8-án 17 és 20 óra között. Nevezés: fajtánként 2x0,7 l üveggel, évjárat megjelölésével. Nevezési díj: borfajtánként 1.000 Ft. A bírálatot követően ebéd (1.500 Ft/fő, melynek ára a bor leadásakor fizetendő), eredményhirdetés, oklevelek, kupák átadása.

További érdeklődési lehetőség: **Szilveszter Jánosnál**, a Borbarát Kör elnökénél a **06 (30) 237 5658-as**, és **Gróf Ferencnél**, a Borbarát Kör titkáránál a **06 (30) 301 6321-es** telefonszámon.

Szabad-e tüzet gyújtani?

A tüzesetek megelőzése és a lakosság biztonsága érdekében a szabadtéri tűzgyújtást minden esetben jogszabályban rögzített előírások és ideiglenes rendeletek szabályozzák, a tűzgyújtás arany szabálya azonban állandó: csak akkora lángot élesszünk, amekkorát el is tudunk oltani.

A jó idő beköszöntével egymást érik a szabadtéri teendők és programok, ilyenkor országsszerte megnő a füstölő avarral, lángholó aljnövényzettel és égő gazzal összefüggő tüzesetek száma, az esetek döntő többségében emberi gondatlanság következtében. Az erdő- és szabadtéri tüzek megelőzése, illetve a lakosság biztonsága érdekében kiemelten fontos, hogy minden esetben a szabadtéri tűzgyújtást szabályozó rendeletek előírásai szerint járjunk el.

Általános érvényű szabály, hogy amennyiben a lángok gyújtását jogszabály, vagy rendelet nem tiltja, kizárólag akkora tüzet keltsünk életre, amekkorát el is tudunk oltani. A lángokat egy pillanatra se hagyjuk felügyelet nélkül, és még a tűzgyújtás előtt gondoskodjunk azokról az eszközökről és oltóanyagokról, amelyekkel a tüzet később elfojthatjuk. Különösen fontos, hogy ne csak a lángokra, de a parázsló részekre is figyeljünk, a hirtelen feltámadó szél ugyanis könnyedén felkaphatja a parázsakat, amely a tűztől akár több tíz méterre is újabb lángokat okozhat.

Ugyanez vonatkozik a kerti sütögetéshez és grillezéshez használt tüzekre is: az efféle tűzgyújtást a jogszabályok és a rendeletek alapesetben nem tiltják, a lángokat azonban ez esetben sem szabad felügyelet nélkül hagyni.

A szabadtéri tűzgyújtást szabályozó kormányrendelet értelmében a kerti munkákból – például növényzetvágásból vagy növénytermesztésből – származó elszáradt hulladékok tilos meggyújtani, kivéve, ha ezt külön jogszabály engedélyezi. Ilyen engedélyező rendeletet csak az adott település önkormányzata adhat ki, azonban még ez esetben is kötelező betartani az égetéshez rendeletben megjelölt helyszínt, időpontot és módszert. A külterületi ingatla-



nokon gyújtott szabadtéri lángokat ráadásul előzetesen jelenteni és engedélyeztetni is kell a tűzvédelmi hatósággal.

Erdőtűzveszélyes időszakokban a vidékfejlesztési miniszter által hatályba léptetett országos szintű, illetve az erdészeti hatóság által kiadott területi szintű tűzgyújtási tilalom minden részletében felülírja a szabadtéri tűzgyújtásra vonatkozó szabályokat, így ilyen tilalom esetén általános jellegű tiltás lép érvénybe. Tüzet gyújtani ilyenkor még a kijelölt tüzrakó helyeken is tilos.

A jogszabályi és a rendeleti tilalom ellenére, illetve az érvényben lévő szabályozástól eltérő, vagy hatósági engedélyt nélkülöző tűzgyújtás miatt az önkormányzat, a környezetvédelmi hatóság és a tűzvédelmi hatóság bírságot szabhat ki.

A tűzgyújtási tilalommal és az erdőtüzekkel kapcsolatos további információkért,

kérjük, keresse fel a katasztrófavédelem központi és megyei weboldalait (<http://www.katasztrofavedelem.hu>, illetve http://www.katasztrofavedelem.hu/index2.php?pageid=szervezet_teruleti), vagy a NÉBIH Erdészeti Igazgatóság honlapját (www.erdotuz.hu).

Az Országos Tűzmelegelőzési Bizottság tájékoztató kisfilmjei az alábbi linkeken tekinthetők meg:

http://www.katasztrofavedelem.hu/index2.php?pageid=press_video_index2&vid=39

http://www.katasztrofavedelem.hu/index2.php?pageid=press_video_index2&vid=32

<http://fejer.katasztrofavedelem.hu/hirek/2800-szabad-e-tuzet-gyujtani>

*Farkas-Bozsik Gábor tűzoltó alezredes,
megyei katasztrófavédelmi szóvivő*

Tisztelt Szülők! Tisztelt Partnereink!

A Cecei Általános Iskola egy egyedi, de nagyon kedves kezdeményezéshez szeretne kapcsolódni, amelyhez az Önök segítségét is kérnénk!

A szentendrei Ferenczy Múzeum egy művészeti kompozíció elkészítése végett használaton kívüli, fémből készült kulcsokat szeretne összegyűjteni az ország minden részéről. A kezdeményezéshez csatlakozott egy cég is, amely felajánlotta, hogy a legtöbb kulcsot összegyűjtő intézményt 500.000 forintos támogatásban részesíti, amelynek részeként új és modern zárakkal látja el a győztes iskolát, illetve vállalja, hogy 2 éven keresztül ingyen szervizeli az intézmény ajtóit.

A fentiek értelmében ezért szeretnénk felkérni partnereinket, hogy segítsék gyűjtésünket, és „túrják” fel otthon a szekrényeket, fiókokat és az azok mélyén talált régi, már semmire sem jó kulcsokat juttassák el hozzánk, hogy eséllyel pályázhassunk a fődíjra!

A kulcsgyűjtés határideje: 2016. április 17.

Kérjük, segítsék gyűjtésünket, mert most szó szerint Önöknél van a megoldás kulcsa!

Előre is köszönettel: Király László intézményvezető

Miklósi hírcsokor

Bendegúz Nyelvész – megyei forduló

Március 18-án, pénteken, Székesfehérváron rendezték a Vasvári Pál Általános Iskolában a Bendegúz Nyelvész megyei fordulóját, melyre iskolánkból több mint 10 tanuló is bejutott.

Órák után különjáráttal indultunk a helyszínre. A regisztrációt követően elfoglaltuk a helyünket a teremben, ahol egy emléklap és egy kis csoki várt bennünket. Ezután elkezdődött verseny. A 24 feladat megoldására 45 percünk volt. A feladatsor különböző anyanyelvi feladatokat tartalmazott, melyek között némelyik a helyesírási készségünkre, némelyik a szókincsünkre volt kíváncsi. De volt több olyan is, amely közmondásokkal foglalkozott. A verseny végeztével az ebédlőben kakaós csigával vártak bennünket. Az eredményhirdetésre öt órákor került sor. Minden évfolyamról az első 8 helyezettet hirdették ki. Nagyon örültem, mikor meghallottam, hogy a 7. évfolyamon a 2. helyezést értem el. Egy oklevelet, egy pólót és egy könyvet is kaptam a szervezőktől. Remélem, hogy az idén is sikerül eljutnom Szegedre, az országos versenyre.

Tatai Boglárka 7. b

ÖKO-divatbemutató és verseny az Árpád Szakképzőben

2016. március 23-án immáron harmadik alkalommal rendezték meg a „Vedd fel a szemetet” című ÖKO-modellversenyt az Árpád Szakképző Iskolában, amelyre az ország több általános és kö-



zépiskolájából érkeztek versenyzők. A háromrészes verseny egyik meghirdetett versenyszámára, az ÖKO-divatbemutatóra nevezünk be a 2. osztállyal. Feladatunk az volt, hogy újrahasznosított anyagból készítsünk divatos ruhát, melyet egy hattagú zsűri előtt kellett bemutatnunk. PET-palackból, kukászsákból, műanyag asztalterítoből készítettük el a „Tavasztündér” fantáziavéru ruhánkat. Az eredmény nem maradt el. A zsűri az általános iskolák kategóriában a mi ruhánkat ítélte a legötletesebbnek, így az első helyezésért járó kupát, ajándékokat mi hozhattuk el. Ezen a színvonalas, ötletektől hemzsegő rendezvényen most szerepeltünk először, de nem utoljára. Jövőre újra ott leszünk!

Kovácsné RehákJudit tanító

Mesemondók Cecén

Illyés Gyulára, a nagy mesegyűjtőre emlékeztünk március 23-án, Cecén, hiszen 14 diákkal indultunk útnak a Sárszentmiklósi Általános Iskolából a hagyományos mesemondó versenyükre. A mesemondás a régi paraszti kultúrában gyakorta eseményhez, illetve közös munkálkodáshoz kötődött. Ezen a szép márciusi napon a tavasz beköszönte szolgáltatva az alkalmat a gyerekeknek a mesemondásra. A versenynek helyszínt adó általános iskola tanárai és diákjai ünnepi műsorral és finom süteményekkel fogadtak bennünket. Egy-egy évfolyamon 13-15 versenyző is mondott mesét, mely mesék között volt olyan, amely arról szólt, hogy kell a feleséget munkára szoktatni, a farkast jobb útra téríteni, illetve a kapzsiságtól eltéríteni.

Iskolánk szép eredménnyel tért haza, hiszen Huszár Emese (2. c) 1., Palotás Panna (2. c) 4., Ihász Levente (3. b) 2., Bartók Hanna (4. b) 2., illetve Huszár Anna (7. a) 1. helyezést értek el. Gratulálunk minden versenyzőnek és az őket felkészítő tanároknak!

„MiSulink” újságíró szakkör

Iskolatárogató

A Sárszentmiklósi Általános Iskolában 2016. március 23-án tartottunk a leendő elsősöknek az iskolatárogatót. A gyermekek bejárhatták iskolánkat, megismerték annak jellegzetességeit. A programot Kovács Zoltánné igazgatóhelyettes asszony nyitotta meg, majd a zeneiskolások és a Kendermórza népdalcsoporthoz tartozók hallgatták meg az izgatott nagycsoportosok. A fiatal tanítók bábműsorát követően hat csoportban, hat helyszínen vettek részt a gyermekek a foglalkozásokon; megismerték a Hét szokást, találkoztak fejlesztő pedagógusainkkal, népi játékokat játszottak a tornateremben, Hang-fény terápian vettek részt, ÖKO-kézműves-foglalkozáson nyuszt készítették újrafelhasznált elemekből, megismerték a termekben található interaktív táblát. A gyermekek és a szülők is egyaránt találkoztak, beszélgettek pedagógusainkkal.

Simon Anna tanító

Környezetvédelem

Április 5-én Székesfehérváron a Széna Téri Általános Iskolában szervezték meg a megyei környezetvédelmi vetélkedőt. Iskolánk „Kék bolygó” csapata (tagjai: Tatai Boglárka, Farkas Margit, Pörgye Zsanett, Bogárdi Richárd) az előkelő 3. helyezést szerezte meg a „Hétvezér” (1.) és a „Tóparti” (2.) csapata mögött. A megyei versenyt a Fejérvíz Zrt. szervezte, nekik köszönhetően értékes jutalmak kerültek kiosztásra. Felkészítő tanáraink: Németh Mária, Gajgerné Erős Mária, Térmegné Nyári Katalin. Büszkék vagyunk a „Kék bolygó” csapatra!”

Horváth Ferencné igazgató

Gratulálunk! Bál a töbörzsöki óvodáért



A Mozdulj a Városért Egyesület rajzpályázatát hirdetett Összefogás-barátság címmel. A rajzpályázat eredményhirdetésére 2016. március 12-én Rétimajorban, a VI. Sárbogárdi Kolbásztöltő Fesztiválon került sor. A benevezett csapatok közül a „Töltők és öntők” csapata mindhárom korcsoportban különdíjat ajánlott fel, melyből a 7–10 éves korosztály különdíját iskolánk 3. osztályos tanulója, Szegedi Emese vehette át. Gratulálunk a munkájához!

Szent István Általános Iskola

2016. március 19-én tartottuk meg a hagyományos óvodai bálunkat a Patkó csárdában. A bált a Pillangó csoport középsős és nagycsoportos gyerekeinek mesedramatizálása nyitotta meg. A középsősök *A három pillangó*, a nagyok *A kis kakas gyémánt félkrajcárja* című mesét játszották el. A vacsora elfogyasztása után a Trióda zenekar szolgáltatta a talpalávalót hajnalig. A tombolasorsolást mindenki izgatottan várta, hogy megnyeri-e a kinézett tárgyat. Sokan örültek nyeregyüknek. Megfáradva a sok tánctól, kellemes hangulatban térünk haza.

Köszönjük mindenkinek a segítségét, aki bármilyen formában részt vett a bál sikeres lebonyolításában (részvétellel, tombolatárgy-adással, gyűjtéssel, süteménysütéssel stb.).

A bevételt a gyerekekre fordítjuk.

Az óvoda dolgozói, gyermekei nevében:

Pál Ildikó óvodapedagógus



Egészséges táplálkozás és étrend

Az egészséges táplálkozás és a sikeres fogyás ott kezdődik, hogy több friss gyümölcsöt és zöldséget, valamint halat és szárnyast eszünk, és a szénhidrátbevitel csökkentése mellett megpróbáljuk visszaszorítani a sok cukrot, sót és állati zsírt tartalmazó élelmiszereket.

A túlsúly egyébként hazánkban lassan nemzeti üggyé válik, hiszen Magyarország lakosságának köze fele túlsúlyos, és az elhízottak aránya is magas. Sajnos nassoló nemzet vagyunk, a statisztikák is ezt mutatják, így az ártatlannak tűnő ropogtatásból komoly betegségek származhatnak.

Persze érdemes megjegyeznünk, hogy a túlsúly hátterében betegség, vagy genetikai hajlam is állhat, mégis legtöbbször az egészséges táplálkozás hiánya és a nassolás vezet a kilók gyarodásához. Az egészséges táplálkozás azonban nemcsak segít megszabadítani a plusz kilóktól, hanem a közérzetünket, az életminőségünket és az egészségi állapotunkat is javítja.

Az egészséges táplálkozás és étrend alapelvei

Mielőtt továbblépnénk, nézzünk meg pár fontos alapelvet:

Törekedjünk az egészséges táplálkozásra az ételek megfelelő és kiegyensúlyozott kiválasztásával. Minden táplálék része lehet a kiegyensúlyozott, egészséges táplálkozásnak.

Olyan ételeket fogyasszunk, amelyek energiát adnak. Korlátozzuk a finomított lisztből készült kenyér és tésztafélék, a burgonya és az édességek fogyasztását, és a szénhidrátbevitel nagyobbik részét gyümölcsök és egyéb alacsony, vagy közepes glikémiás indexű tápanyagok (például zabkorpa) fogyasztásából fedezzük.

Lehetőleg ne hagyjuk ki a reggelit, különben ebédre sokkal többet ennénk. Étkezünk rendszeresen és naponta többször (reggeli, tízórai, ebéd, uzsonna, vacsora), de egyszerre csak kis mennyiséget.

Lefekvés előtt másfél-két órával már ne együnk, vagy legalábbis ne zsíros és nehéz ételeket, amelyeket a szervezet csak lassan tud lebontani.

Gondoljunk minden nap a megfelelő folyadékbevitelre: igyunk sok vizet, friss gyümölcsök levét és teát. Kedvező élettani hatásai miatt a zöld teát ajánljuk rendszeres fogyasztásra.

Csoki vagy chips helyett fogyasszunk inkább friss vagy cukrozatlan aszalt gyümölcsöt, dióféléket, magokat, mandulát.

Törekedjünk a megfelelő testsúly megőrzésére. Az ételeket a napi testmozgásnak megfelelően válasszuk ki, minél többet mozgunk, annál több energiára van szükségünk.

Amennyiben kiegyensúlyozottan táplálkozunk, minden tápanyagcsoport bejut a szervezetünkbe. Ha viszont diétázunk, vagy nagy fizikális és pszichés megterhelésnek vagyunk kitéve (például sportolunk), akkor fogyasszunk multivitaminokat és táplálékkiegészítőket. Rendszeres sportolás esetén ne feledkezzünk meg a megfelelő szénhidrátbevitelről sem, mert az ad energiát a teljesítményhez.

A napi tápanyagbevitel elengedhetetlen része a rostok biztosítása. Együnk sok zöldséget, salátát és rostos ételt.

A tápanyagforrások és az egészséges táplálkozás

Húsok és húskészítmények, belsőségek

Fogyasszunk sok csirkét, pulykát, marhát és halat, bármilyen formában: főzve, párolva, sütve (de inkább sütőben, mint olajban); fűszerezünk változatosan. Kerüljük a húsipari készítményeket (felvágottak, szalámi-félék, virsli, kolbászfélék), a kész-ételeket és a konzerveket, mivel ezek rengeteg nátriumot (sót) tartalmaznak, és a különböző adalékanyagok miatt egyébként sem egészségesek. A halat viszont mindenképpen illesszük be az étrendünkbe, legalább heti 1-2 alkalommal (pl. csendes-óceáni, vagy alaszakai vadlázacot, amelynek alacsony a higanytartalma).

Sajtok, tejtermékek és tojás

A sajtok és tejtermékek a szervezet számára fontos kalciumforrások, ezért ha nem vagyunk rá érzékenyek, akkor szerepelhetnek az étrendünkben. Érdemes az alacsonyabb zsírtartalmú előnyben részesíteni. A sajtok magas nátrium- és zsírtartalmúak, ezért csak korlátozott mennyiségben fogyasszuk őket. Ha nagy mennyiségű tojást fogyasztunk (napi 3-6 darab), akkor a koleszterincsökkentés érdekében érdemes főleg a tojásfehérjét fogyasztani.

Javasolt fehérjék: bio-, vagy omega-3, tojás, tojásfehérje, alacsony zsírtartalmú sajtok, túró.

Kenyér és péksütemények, gabonatermékek

Ezek fogyasztását – különös tekintettel a péksüteményekre – mindenképpen csökkentjük minimálisra, mivel magas szénhidrát-tartalmuk miatt durván megnövelik a vércukorszintet, hizlalnak, eltelítenek, puffadást okoznak, és egyébként is rengeteg adalékanyagot és sót tartalmaznak (például 10 dkg kenyér átlagosan 700 mg nátriumot tartalmaz).

Javasolt szénhidrátok: barna rizs, zabkorpa, teljes kiőrlésű extrudált kenyér, teljes kiőrlésű barna kenyerek, illetve találhatóak különféle, csökkentett szénhidrát-tartalmú termékek is az üzletekben.

Zöldségek és gyümölcsök

A friss zöldségek és gyümölcsök rendkívül magas vitamin-, ásványianyag- és rosttartalommal rendelkeznek, és rendszeres fogyasztásuk kedvező hatással van egészségi

állapotunkra. Szárított és aszalt formában is fogyasztathatjuk őket (cukor nélkül).

Javasolt zöldségek és gyümölcsök: bármilyen zöldség és gyümölcs (például az áfonya kiváló választás), de ha tehetjük, biotermékeket válasszunk.

Hüvelyesek

A bab- és borsófélék alacsony nátrium, magas kálium, magnézium, jelentős B1-, B2-, B6-vitamin tartalmú élelmi anyagok. A növényi eredetű táplálékok sorában kiemelkednek magas kalcium-, vas- és cink-tartalmukkal. Viszont csak korlátozott mértékben érdemes őket fogyasztani, mivel a tejtermékekhez és a gabonából készült ételekhez hasonlóan puffadást, bélirritációt, gyulladást és autoimmun-reakciókat okozhatnak a szervezetben.

Diófélék, olajos magvak

Alacsony nátriumtartalmú, illetve magas kálium-, kalcium- és magnéziumtartalmú élelmi anyagok. Mértékkel fogyaszthatjuk őket, de csak sötét és természetes formában. Fogyókúrában viszont érdemes kerülni őket, mivel kis mennyiség (néhány marék) is meglepően sok kalóriát tartalmazhat.

Javasolt diófélék és olajos magvak: dió, mandula, fenyőmag, szezámmag, tökmag, napraforgómag.

Trükkök a konyhából

Az élelmiszergyártás során jelentős mennyiségű só és adalékanyag kerül az egyes élelmiszerekbe, a legnagyobb veszélyt azonban mégis az ételkészítés és az utána-sózás jelenti az egészséges táplálkozásra. Ezért a konyhatechnikai eljárások közül azokat érdemes előnyben részesíteni, amelyek a sütés-főzés közben a legjobban felszínre hozzák az élelmiszerek természetes zamatát, és új ízekkel gazdagítják az étrendet. Ily módon igen kevés só felhasználásával készíthetünk ízletes ételeket.

Pirítás

Az élelmiszer külső rétegén a pirítás zamatanyagokat termel, és kellemes ízanyagok mellett színt is ad az ételnek. Piríthatunk olajban, vagy szárazon. Nemcsak húsonál alkalmazható, hanem magvagnál és zöldségféléknél is. A fűszernövényeket is piríthatjuk zsiradékban, mert így a bennük levő növényi festékanyagok kioldódnak, és az ehhez kötött zamatos illóolajok megmaradnak a zsiradékban.

Fűszeres párolás

Nélkülözhetetlen konyhatechnikai művellet a sószegevény ételek készítésénél. A fűszernövényekkel, illetve zöldségfélékkel együtt párolt élelmiszerek átveszik a fűszernövények zamatát és feledtetik a sóhiányt. Ez lehet sárgarépa, zeller, petrezselyemgyökér, gomba, spárga, vöröshagyma, fokhagyma, paradicsom, zöldpaprika, citromkarika, zellerlevél, petrezselyem zöld, kapor, tárkonylevél.

Fűszeres pácolás

Ugyancsak jó zamatosító eljárás. A páclébe is lehet fűszernövényeket, száraz fűszereket tenni, gyümölcsacettel, citrommal savanyítani. Pácolni lehet tejben is, amely felpuhító hatásán kívül különlegesen jó ízt ad az élelmi anyagoknak.

Gőzölés

Elsősorban zöldségfélék készítésekor használhatjuk ezt az ételkészítési eljárást. Ezen konyhatechnikai eljárás őrzi meg legjobban az élelmiszerek természetes vitamint- és ásványianyag-tartalmát. Gondoljunk csak a roppanósra párolt répára vagy brokkolira.

Ízesítés

Használjunk nyugodtan különböző száraz és zöldfűszereket vagy zöldségféléket, de kerüljük a cukor használatát (főleg diéta esetén).

Ételkészítés során fokozatosan igyekezzünk minél kevesebb só felhasználásával készíteni az ételeket. Magas vérnyomás esetén kerülni kell a már elkészült ételek utólagos sózását és a nyers zöldségfélék (paprika, paradicsom) sózását.

Az ételek savanyú ízhatását elérhetjük citromlé, vagy ecet, esetleg fűszerezett ecet felhasználásával.

Az alapízestőkön kívül zöld és szárazfűszerek, valamint különféle ételízesítők egész sorát használhatjuk. A teljesség igénye nélkül: vöröshagyma, fokhagyma, metélőhagyma, petrezselyemzöld, kapor, tárkony, babérlevél, bazsalikom, lestyán, szerecsendió, kakukkfű, szurokfű (oregánó), vassfű, fűszerpaprika.

Az egészséges táplálkozás és a nassolás

Naná, hogy nem egy jó kombináció! A nassolás valójában olyan pótcselekvés, amit azért végzünk, hogy valamivel elfoglaljuk magunkat. Eközben azonban teljesen üres (hasznos tápanyagot nem tartalmazó) kalóriaezreket tömünk magunkba, a sok sóval és E-betűs adalékanyaggal együtt. Hosszú távon ezt szépen mutatja a bőrünk alatt felhalmozódó zsírréteg, amitől később igen nehéz lesz megszabadulni.

Alkalmazzuk az alábbi tippeket a nassolás csökkentésére:

Próbáljuk meg átgondolni, miért is nassolunk! Feszültek vagyunk? Idegesek? Stresszelünk? Határidőre dolgozunk? Ha

igen, vigyünk rendszert az életünkbe, szervezzük meg a dolgainkat, gondolkodjunk előre, és készítsünk napirendet.

Pörgessük fel az anyagcserénket: reggelizzünk, tízóraiizzunk rostgazdag élelmiszereket, gyümölcsöket és zöldséget.

Ha mégis nassolnánk valamit, rágcsgáljunk el pár szem cukrozatlan aszalt gyümölcsöt.

További tippek az egészséges táplálkozáshoz és életmódhoz

Orvosi vizsgálatok eredményei támasztják alá, hogy az életmód helyes megváltoztatásával befolyásolhatjuk egészségi állapotunkat. Melyek ezek az életmódbeli változások?

Kiegyensúlyozott táplálkozás

Mindig gondoskodjunk a szervezet szükségletének megfelelő energia- és tápanyagbevitelről. Az étrendünket alakítsuk dinamikusan, az aktuális egészségi és fizikai állapotunknak megfelelően.

Minimális sófogyasztás

Csökkentsük minimálisra a konyhasó bevitelét (kiemelten fontos tanács magas vérnyomás mellett). A helyes sóbevitel értékei felnőtteknél: optimális – napi 2000 mg-nál kevesebb, elfogadható – napi 2001-4000 mg, nem megfelelő – napi 4000 mg-nál több.

Fokozatos fogyás

Túlsúly, vagy elhízás esetén a lassú és fokozatos étrendváltásra törekedjünk, majd a normális testtömeget elérve se térjünk vissza a korábbi rossz szokásainkhoz.

Testmozgás

Mozogjunk rendszeresen, mivel ez bizonyítottan oldja a stresszt, javítja a közérzetet, valamint csökkenti a magas vérnyomást, illetve a szív- és érrendszeri betegségek kockázatát.

Az egészséges táplálkozás nem diéta és nem fogyókúra. Az egészséges táplálkozás egy olyan életmód, amely egyszerű változtatásokat eszközöl a megszokott étrenden a jobb életminőség és a boldogabb élet érdekében.

Emlékezzünk arra, hogy a diéta és a fogyókúra csak átmeneti megoldás. Ráadásul sokszor maradunk közben éhesek, és miután befejeztük az aktuális fogyókúrát, gyakran visszatérünk az eredeti szokásainkhoz, és hamar visszahízunk a leadott kilókat.

Az egészséges, kiegyensúlyozott és változatos ételek hosszú távú fogyasztása sokkal hatékonyabb módszer. Sőt, ha mindez rendszeres testmozgással párosítjuk, akkor az átmeneti fogyókúrákhoz képest sokkal nagyobb valószínűséggel érjük el optimális testsúlyunkat.

Demenciafalva

Időskori kóros szellemi hanyatlásban (demenciában) szenvedő idősök élnek zavartalan mindennapjaikat egy kerítéssel elkerített faluban. A személyzet csupa képzett szakemberből áll, akik igyekeznek megkönnyíteni az öregek mindennapjait. A falu egy teljesen felépített és kidolgozott látogatási lehetőség, sok itt lakó idős nem is tudja, hogy egy nekik kialakított speciális otthonban vannak.

A történet valós. Nem egy író agyából pattant ki, bármennyire is hihetetlennek hangzik. Hollandiában, Amszterdamtól félóránnyira található Hogeweyk városa, amelyet a köznyelv csak Demenciafalva-ként emleget.

A település elődje egy hagyományos szemléletű, hatemeletes, kórházszerű épület volt. Itt a demens idősök egész nap az ágyaikban feküdtek vagy a televíziót nézték. A dolgozók fehér ruhában járkáltak közöttük. Nos, azt hiszem, hogy senki nem így képzelte el magának az eszményi időskort. Néhány itt dolgozó is erre jutott a kilencvenes évek elején, és megszületett a fejükben Demenciafalva alapötlete. Közel húsz év kellett, hogy a tervek megvalósuljanak, hiszen Hogeweyk 2010-ben nyitotta meg kapuit.

De hogyan is néz ki ez a speciális település? A falunak van boltja, kávézója, fodrászüzlete, sőt színháza is. Buszok és autók nem közlekednek, de az itt élő idősöknek lehetősége van biciklire ülni. Igaz, ezt elég kevesen veszik igénybe az életkorukból adódóan. A lakosok 6-8 fős házakban élnek, együtt a gondozókkal. Ha kedvük tartja, besegíthetnek a napi háztartási feladatokban. Szabad idejükben rengetegféle klub közül válogathatnak. Van itt festő-, főző-, bingóklub, olvasóköri és még rengeteg más lehetőség. Egy háztartásban hasonló érdeklődési körű emberek élnek. Az otthon nagy gondot fordít arra, hogy lakói élete ne forduljon fenekestül fel betegségük miatt. A hétköznapi feladatok elvégzése ebben sokat segít.

Sokakban felmerülhet a kérdés, hogy ez az egész intézmény vajon mennyire etikus, hiszen a legtöbb itt élő nem is tudja, hogy egy látogatási lehetőségben éli a mindennapjait. Ahhoz azonban, hogy árnyaltabban láthassuk a kérdést, ismernünk kell egy demens idős agyműködését. Ezek az emberek egyre inkább elszakadnak a valóságtól, felesleges rájuk erőltetni azt. Éppen elég, ha ismerik a környezetüket és biztonságban érezhetik magukat. Nem célravezető szembeesíteni őket a téveszméikkel, csak hagyni kell, hogy ellenőrzött körülmények között éljék az életüket. Ha valaki még mindig szkeptikus, azt sem árt tudni, hogy a Hogeweykben élő betegek kevesebb gyógyszert szednek, és hosszabb ideig élnek, mint a hagyományos intézményekben ápolott társaik.

Veszélyben Magyarország legidősebb erdői



A WWF Magyarország friss statisztikai elemzése aggasztó adatokat közöl a hazai idős erdők állapotáról és azok természetvédelmi helyzetéről. Az ország erdőterületének alig két százalékát teszik ki az élővilág megőrzése szempontjából kulcsfontosságú, 120 évnél idősebb erdők, melyek harmadát semmiféle természetvédelmi oltalom nem védi. A védett és fokozottan védett állami területen található öreg erdők több mint felén jelenleg is fakitermelés folyik. A legidősebb alföldi tölgyeseink, hegyvidéki bükköseink faanyagként történő hasznosítása veszélyezteti a biológiai sokféleség védelmét és alapvető közjóléti értékek megsemmisülésével fenyeget.

Mai erdőterületeink kevesebb, mint fele természetes eredetű, „igazi erdő”. Idős erdők csak elvétve maradtak meg, nehezen megközelíthető hegyoldalakon, szurdokokban. Az Országos Erdőállomány Adattár szerint hazánk erdeinek kevesebb mint 2 %-a idősebb 120 évnél. A 150 évnél korosabbak pedig csupán 0,35 %-ot tesznek ki. A 200 évnél is magasabb erdőtervi korú erdőből hazánkban mintegy 30 erdőrészlet található, amelynek összterülete 186 hektár – ez körülbelül akkora terület, amekkora néhány városi közpark.

Sajnálatos, hogy a hazai viszonyok között korosnak számító erdőknek egyharmada nem áll védelem alatt, így általában hagyományos fakitermelés zajlik bennük. Az állami, védett területen található idős erdők több mint fele szintén fakitermeléssel érintett.

A kocsányos tölgyesek, Alföldünk egykori ékességei mára kritikus mértékben megfogyatkoztak. Ennek ellenére az alig 1800 hektárt kitevő, 120 évnél idősebb állományaik 90 %-ában fakitermelés folyik, döntően tarvágás. A Nyírségben ez az arány eléri a 98 %-ot. Jelenleg a teljes hazai erdőterület több mint 95 %-án zajlik fakitermelés.

„Álláspontunk szerint a védett és fokozottan védett állami erdőkben a természetvédelmi és közjóléti szempontok érvényesítése kiemelt fontosságú. Ennek feltétele, hogy a csaknem másfél évszázadot megélt, idős erdők megőrzését minden eszközzel biztosítsuk” – mondta Gálhidy László, a WWF Magyarország Erdővédelmi Programjának vezetője.

A tanulmány elérhető: http://wwf.hu/media/file/1459777556_wwf_idoserdok_3.pdf

További információ:

Zanin Éva PR-kommunikációs munkatárs



Kiesni a kegyelemből?

Mérhetetlen sok lelki gyötrellem született ebből az Igéből: „kiestetek a kegyelemből...” (Gal 5,4).

A felületes Biblia-olvasó könnyen átsiklik ez Ige felett, de akik komolyan veszik a dolgot, akik személyes üzeneteket kérnek és várnak a Szentírásból, azokat nagyon meg tudja kínozni ez a néhány szó. Mi lesz velem, ha én is kiesek (vagy: máris kiestem!) a kegyelemből? Ahol ez valóban megtörténik, ott *van* ok a gyöt-rődésre, mert aki „kiesik”, az elveszíti a lélek békességét, örö-möt, elveszíti a belső világosságot és erőt.

De hát ki az a hívó ember – mert nyilvánvaló, hogy az apostol itt a Krisztus gyülekezetéhez beszél –, aki kiesik a kegyelemből? A természetes ész, sőt a kegyes gondoskodás is így válaszol a kér-désre: aki vétkezik, aki valamilyen nagy kísértésben, bűnben el-esik, az esik ki az Isten kegyelméből. Nos, nagy nyomatékkal mondjuk: nem igaz, hogy nem így van! Ha nyomon követjük az apostol gondolatmenetét, meglepő igazság, hatalmas evangéliu-mal ragyog fel elménkben és szívünkben.

Úgy kezdődött a dolog, hogy az apostol hirdette a galáciabeli-eknek az evangéliumot. „Úgy írtuk le szemetek előtt a Krisz-tust, mintha közöttetek feszítettet volna meg.” Ezt az ígéri-detést Isten a Szentlélek ajándékaival pecsételte meg: új élet, öröm, erő, szabadság született a galata keresztyének körében. Ámde alighogy kitétte lábát az apostol közülük, jöttek a „belo-pózkodó hamis atyafiak” és elkezdtek valami egészen mást hir-detni. Ilyesmit: nem elég az, hogy hisztek a megfeszített és fel-támadott Jézusban. Cselekedni is kell valamit, nem is keveset, ahhoz, hogy üdvözüljete. Szombatot ünnepelni, böjtölni, csakis „tisztá” ételeket enni. Jézus mellett Mózes is tisztelni... Pál szerint hitünk által teljesen bizonyosak lehetünk az üdvös-ségünk felől. Az utána jött tévtanítók viszont azt állították, hogy csak a vallásos cselekedetek sorozatából nyerhetünk üdv-bizonyosságot. Ha ezek híjával találtnak, akkor nincs kegye-lem!

Erre mondja az apostol keserűen, de még inkább az övéi iránti féltő szeretettel: ha *erre* az útra tévedtek, *akkor* kiestek a kegye-lemből. Éles fogalmazásban: ha a vallásos cselekedeteitekben bíztok, kiestek a kegyelemből. Még élesebben: nem a bűnünk, hanem a vallásos gyakorlatozásunk (és főként az ezekben való bizakodás) veszélyezteti a kegyelemben maradásunkat. Ez olyan vakmerő állítás, hogy ha igazán végiggondoljuk, szinte el-akad a lélegzetünk. Hogyan lehetségesek ezek?

Először is az „esni” szót kell komolyan vennünk. A kegyelemben befelé is csak „esni” lehet. Öntelt, önelégült, gőgös életünknek magas dobogójáról nem lehet könnyed lépéssel belépni a kegyelem világába. Emberlétünk nyomorúságait átélve mintegy „szabadesséssel” kell belezuhanunk – Isten tenyerébe, irgal-mas szeretetébe. Aki nem hajlandó erre, aki nem vállalja ezt az üdvösséges „szabadessét”, hanem inkább verejtékes vallásos cselekedeteivel akarja „kiemelni” magának Isten szeretetét, annak ugyan mire volna jó a „kegyelem”? Akkor lehet kiesni a kegyelemből, ha nem bízunk Isten ingyen kínált szeretetében, hanem inkább bízunk a saját teljesítményeinkben.

Az már más kérdés, hogy ennek az ingyen kegyelemnek van el-kötelezése. Református hitünk szerint a „cselekedetek” egész-séges esetben az elnyert kegyelemért való hálaadás gyümölcsei. Fölismert és megutált bűneink által *befelé* esünk kegyelemben. És minél boldogabb bizalommal vesszük a meg nem érdemelt kegyelmet, annál gazdagabbak, ízesebbek lesznek a kegye-lemért való hálaadás gyümölcsei.

Forrás: Farkas József: *Több az élet*

Köszönetet mondunk mindazoknak, akik

BENDE JÁNOSNÉ

temetésén részt vettek, sírjára koszorút,
virágot helyeztek, fájdalomkban osztoztak.

Gyászoló család



Meditáció a kereszténységben

Sztari Béla házigazda vezette fel Tariska Eszter, a dobogókői jezsuita Manréza Lelkigyakorlatos Ház munkatársának előadását pénteken este a Madarász József Városi Könyvtár előadótermében.



Béla elmondta: az előadás apropója, hogy két évvel ezelőtt tudták meg, hogy nemcsak keleten, de nyugaton is vannak vallások, melyek a meditációt gyakorolják, így a kereszténységben is találni meditációs gyakorlatokat.



Béla igazi világutazóként Japánban megtapasztalt élményeit vetette össze a keresztény meditációval, melynek eredményeként számára kiderült: a keleten tanultakhoz képest a nyugati meditációs gyakorla-tok elsajátítása könnyebb és egyszerűbben érthető.

Tariska Eszter a máriapócsi kegye-lyen volt apáca hat évig, itt ismerte meg Jálics Ferenc szerzetes–teológust, aki a kontemplatív imamód egyik leg-jelentősebb ma élő mestere. Jálics ta-nai nagyon megtetszettek Eszternek, sokat tanult a mestertől, s mára ő lett a mester segítője. Eszter rendszeresen tart lelkigyakorlatokat Dobogókőn, Debrecenben, valamint az ország kü-lönböző pontjain. Az előadó a keresz-tény meditáció két szálát mutatta be a közönségnek: Jézus imagya-korlatát, valamint Szent Ignác szemlélődő imáját. Ahogy elmondta, Európában a karmelita és a bencés rend is foglalkozik kontemplatív imamódogyakkal. A meditáció szó a nyugati vallásokban is jelen van, ám jelentése más, a Szentírásról való elmélkedésre utal. Ez gya-korlatban úgy néz ki, hogy miután elolvastunk egy szakaszt a Szent-írásból, annyiszor, hogy a szöveget kívülről tudjuk, lassan mondogat-juk a szavakat, különösen azokat, melyek megérintenek bennünket. Ezt hívják meditációnak a keresztény hitvallásban. Ezt követi a kon-templáció, azaz a szemlélődés, az ember eltelik a Szentírás egy-egy szavával, hagyja, hogy hasson rá és kihozzon belőle dolgokat, tudatá-ra ébred bizonyos dolgoknak. Ezt követően becukjuk a Szentírást, s „Isten jelenlétében csendesen ülünk” – ahogy Eszternek tanította egy szerzetes: „Napozok!”.



Hargitai Gergely

EMLÉKBUNKER

Tiszti egyenruhák, fejedők, ejtőernyő, álcahaló, tankok és fegyverek borították el a József Attila Művelődési Központ kamaratermét pénteken este. No, nem valami háborús készültség miatt, hanem egy II. világháborús haditechnikai kiállítás részét alkotják ezek az eszközök.

A kiállítás-megnyitón egy fiatal srác állt a diorámák elé, N. Kovács Zsolttal az oldalán, kezében egy darab papírt szorongatva. Kicsit idegesnek tűnt, első ránézésre azt hittem, verssel készült az alkalomra, majd Zsolt felkonferálta, mint a kiállítás darabjainak összegyűjtőjét, László Mártont. Ekkor lepődtem meg igazán.

N. Kovács Zsolt alpolgármester, a Sárbogárdi Múzeum Egyesület vezetője köszöntötte a megjelenteket. A történelmi kiállításon meglepő módon majdnem egyenlő arányban voltak felnőttek s fiatalok egyaránt, persze ez valószínűleg Mártonnak volt köszönhető. Márton egészen fiatal korában kezdett el érdeklődni a haditechnika iránt, melyhez a kezdő lökést hosszabb ideig elhúzódó betegsége, valamint egy doboz makett adta. Nem kellett sok, s hamarosan „bunkerré” alakult Marci szobája, itt gyűjtötte össze mindazt, ami a kiállításon megtalálható. A II. világháborús könyvek és tárgyak, valamint a maketkezés mellett Marcinak volt ideje több ország történelmi múzeumát meglátogatni, így a falak sem maradtak üresen, az ott készült képeket is megtekinthették az érdeklődők.

Aki teheti, látogassa meg a kiállítást, hiszen érdekes emlékeket őriz, valamint nagyon látványos.

Hargitai Gergely



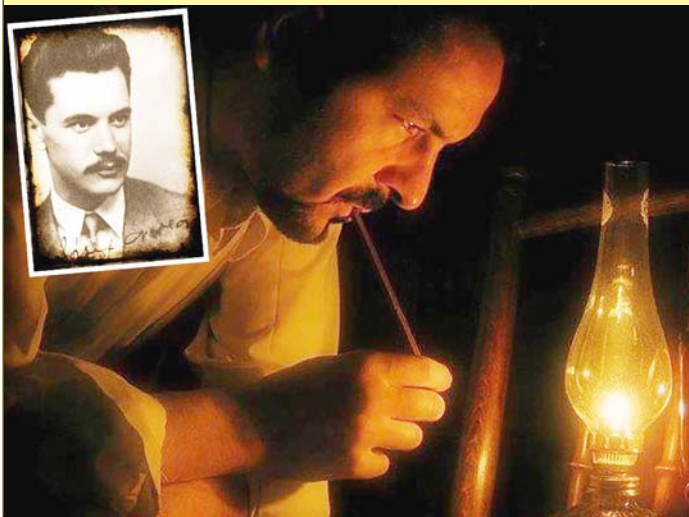
„Nappal hold kél bennem...”

Verszínház József Attila utolsó éjjeléről.

Turek Miklós színművész estje
a költészet napja alkalmából,
2016. április 12-én (kedden) 17 órakor
a Madarász József Városi Könyvtárban.

A belépés díjtalan.

Minden érdeklődőt szeretettel várunk.



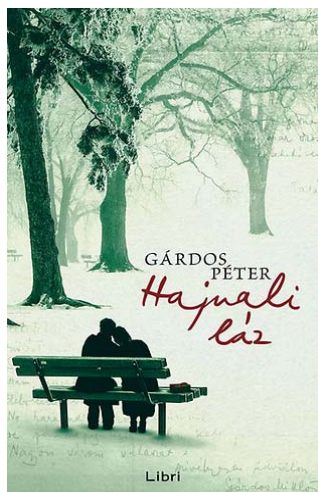
Könyvajánló

GÁRDOS PÉTER: HAJNALI LÁZ

„Nincs más. Vagy ő van, vagy meghalok.”

Svédország, 1945. Országszerte koncentrációs táborokból szabadult embereket ápolnak. A 25 éves Miklóst újra halálra ítélik: az orvos hat hónapot ad neki. De Miklós hadat üzen a sorsnak: levelet ír 117 magyar lánynak, akik annak idején földijei voltak, s most itt vannak valamelyik rehabilitációs táborban. Feleséget keres, akivel odahaza újrakezdheti az életét. És a válaszlevelek között hamarosan rátalál az igazira: Lilire. A kezdetben még tapogatózó levélváltás egyre intímébbé válik. Hőseink elhatározzák, megpróbálják elintézni, hogy láthassák egymást személyesen is. Mindenáron élni és szeretni akarnak.

A Hajnali láz az élet szerelmes regénye, amelyet öt évvel első magyarországi megjelenése után a világ legfontosabb kiadóit is felfedeztek. A Publishers Weekly és a Booktrade által az idei Londoni Könyvvásár legfontosabb könyvének tartott Hajnali láz külföldi jogaiért a világ vezető kiadóit versengtek. Eddig 26 kiadó vette meg a fordítási jogokat, és a kiemeltnek számító angol, német, francia, olasz, spanyol nyelvetterületen 8-10 jelentős kiadó versenyzett heteken át azért, hogy megszerezzék a könyv kiadásának jogát. Szinte valamennyi európai nyelven hamarosan megjelenik a Hajnali láz, emellett olyan országokban is saját nyelven olvashatják majd a könyvszeretők, mint Brazília, Taiwan, Kína, Korea.



TAVASZI BESZÉLGETÉS

Az ember nem tud függetlenedni attól, hogy amerre néz, virágokat lát, legalábbis itt a mi környékünkön. Virítanak a kertekben a tulipánok, nárciszok, nem messze egy tulipánfa virágözönt zúdított az ágaira. És hát a gyümölcsfák! Amint most kinézek, épp fúj egy közepérosságú szél, a virágfüzerek olyan vad táncot járnak, mintha berúgtak volna. Az árokszélek, udvarokon a gyeptájak azt a leggyönyörűbb üdezőld színt ontják, amelynél szebb talán nincs is. Viszont a kertek földje fekete. Kontraszt. Fel van ásva a talaj. Bársonyfekete foltok vannak eltévegetve a színpompa közepette a látómezőnkben. Ezen a környéken alig látni feláztatlan kertet.



Butaság ilyen kérdezni, én mégis megkérdezem: miért ásnak az emberek? A válsz két szóban: mert remélnék. A gazda a kis magok mellé ugyanakkora adag reményt is szór a kis árokba. A mezőgazdasági tevékenység talán a legreményteljesebb munka. Benne van az ígéret, a várakozás, a beteljesülés esélye. Talán a gyermekáldás, a családalapítás mérhető hozzá. Egy kerttulajdonos, aki kertészkedés helyett szétszórta a földjén néhány kiló fűmagot, megkérdezte:

– Miért gürizzek, izzadjak, ha az áruházban halmokban áll a gyönyörű zöldség fillérekért?

A társa, akinek már április elején jó, napsütötte volt az arca, így válaszolt:

– Szagold meg, ízleld meg, és okosabb leszel.

És hozzátette:

– Amit te vetettél, annak már a kikelése is öröm. Aztán naponta nézed, gyönyörködsz benne, ahogy növekszik. Gondozod, gyomlálod, öntözöd, szinte beszélsz hozzá. Majd mikor nyáron kiemelsz az ásóval mondjuk egy sárgarépat, amely neked köszönheti a létezését, ahhoz az elégedett örömhöz semmi nem hasonlítható. És még valamit! Nem vagyok mai gyerek, úgy a tél vége felé itt is fáj, ott is fáj, dörzsölöd a derekadat, nyomkodod a térdedet. De mikor tavasszal egy napsütéses délelőttön kiballagsz a szerszámokkal a szikkadni kezdő kertbe, és nekilátsz a munkának, a derekfájás úgy elröppen, mintha nem is lett volna. Vannak jó tabletták, de bizonyos bajokhoz legjobb gyógyszer a kapa és a gereblye. Mióta naponta eltöltök egy-két órát a kertben, sokkal jobban érzem magam, ezt hidd el! Maga a jó levegő. A napsütés, a madár-fütty. Nem rossz dolog fotelból nézni a tévét, de odakint a szabadban a tévés szerelmek, gyilkolászások nagyon távoli, idegen dolgoknak tűnnek. És mondok még valamit. Azoknak a filléreknek, ahogy te nevezed, jobb helyet is lehet találni, mint a kereskedelmi láncok telhetetlen gyomra. Van egy ósdi mondás, hogy a munka tette emberré az embert. Ez vagy igaz, vagy nem, de az biztos, hogy a fizikai állapotomat, szellemi hogyléteimet sokkal előnyösebben befolyásolta az én kis kertem, mint például a könyöklés a kocsma pultjánál.

Színezőkönyvekkel a lelki békéért

Megérkezett a legújabb trend: színezőkönyv felnőtteknek. A könyvpiar egyik legnagyobb meglepetése ez. 30-50 oldalnyi tematikus mintagyűjteményekről beszélünk, amelyek éppen olyanok, mint gyerekkorunk színezői – egy előre megrajzolt ábrát kell kedvünk szerint kiszínezni – csak sokkal cizelláltabbak.

Pár éve jelent meg először külföldön a felnőtteknek való színezőkönyvek első kiadása, egy skót grafikusnő, Johanna Basford

Titkos kert című műve, ami csak a tavalyi évben közel másfél millió példányban kelt el. A rajongók unszolására megérkezett a második stresszoldó könyv, majd sorozatban több kiadvány is. Még talán a szerzők sem sejtették, milyen siker fogja övezni a könyveket.

Magyarországon is egyre több grafikus ad ki ilyen típusú könyveket. Ez az üzletág egyre erőteljesebben dübörög, sorban állnak (főként nők) a könyvesboltok kasszáinál, ahogy kijön egy újabb kiadás.

Ismerőseimnél, édesanyámnál láttam először ezt a kikapcsolódási módszert. Furcsa volt látni olyan nőket, asszonyokat, akiknél már kirepültek a gyerekek és a kert is rendben van, hogy teljes beleéléssel, átlényegülve faragják a ceruzákat és színeznek, szárnyal a fantáziájuk. Nagyon pihentető a mindennapok nehéz pillanatai, stresszes életmód után a művészetterápiás alakzatok színezése.

A színezők serkentik az agyműködést és a kreatív önkifejezést. Ez annak köszönhető, hogy rajzolás közben a jobb agyféltekénk dolgozik, a bal pedig, amelyik a racionális, logikus gondolkodásért felelős, kikapcsol. Az ilyen relaxált állapotban csökken a pulzus, a vérnyomás és a stresszhormonok szintje. Ugyanezen az elven alapul a jobb agyféltekés rajzolás is. A bonyolult minták teljes szabadságot kínálnak. Ha valaki színezni kezd, gondoljai hamarosan feledésbe merülnek.

Kissé értetlenül megkérdeztem anyukámat:

– Miért jó neked ez?

– Nem olyan egyszerű, mint gondolod. A feladat pofonegyszerűnek tűnik, de a színezőkönyv kihívások elé állít bennünket. Felnőttként sem olyan könnyű például vonalon belül maradni.

A sok színezéstől elszokott kezek is megsínylik a dolgot, egy hosszabb meditatív színezés után már fáj a csukló, a mániákus színezők egy kis inhuvelygyulladásra is szert tehetnek, ha nem vigyáznak. De van stresszfaktor is ebben az alapvetően megnyugtatónak mondott tevékenységben: igen bosszantó például, ha folyamatosan kiesik a ceruza hegye, ha éppen a legszebb színű ceruzák kopnak el, vagy nincs kéznél hegyező.

Összességében örülök, hogy megismerhettem ezt az új hobbijt, hisz sokkal egészségesebb, lélekelmelőbb, mint a tévé, vagy az internetezés, és ahogy bejött a tavasz, ha már kész a gazolás, kiülve a jó levegőre, a szabadban szabadon szállhat a képzeletünk a színezőkön át.

Mágocsi Adrienn



NAGYMAMA RECEPTJEI

Tejfölös babos káposzta füstölt tarjával



Hozzávalók: 30 dkg fejtett bab, 60 dkg savanyú káposzta, 30 dkg füstölt-főtt tarja, 1 közepes vörshagyma, 5 ek napraforgóolaj, 2 tk fűszerpaprika, só ízlés szerint, 2 l víz, 2 dl tejföl, 2 csapott ek finomliszt.

A felkockázott vörshagymát olajon megdinszteljük, meghintjük fűszerpaprikával. Rátesszük a babot (ha valaki szárazabbal készíti, azt előző éjjel be kell áztatni), felengedjük vízzel, ízlés szerint sózzuk, fűszerezük. Amikor félig megpuhult a bab, rátesszük a megmosott káposztát és a felkockázott tarját. A tejfölt kikeverjük a liszttel, és a készre főtt levest behabarjuk vele.

Harcsapörkölt laskagombával



Hozzávalók: 1 kg afrikai harcsafilé, 80 dkg laskagomba, 2 vörshagyma, 1 ek sertésszír, 2 gerezd fokhagyma, 1 doboz hámozott paradicsomkonzerv, 1 ek fűszerpaprika, 2 dl száraz vörösbors, őrölt bors.

A harcsát kb. 2-3 cm-esre felkockázzuk, kissé megsózzuk, és hűtőben tartjuk felhasználásig. A gomba szárát kitörjük, felkarikázzuk, a kalapját hosszú csíkokra vágjuk. A konzervparadicsomot felaprítjuk. Egy edényben zsírt hevítünk, rádobjuk az apróra vágott vörshagymát, megdinszteljük, majd a zúzott fokhagymát is átforgatjuk a zsíron, vigyázva, hogy ne égjen le. Rádobjuk a hagymára a gombát is. Sózzuk, borsozzuk, és állandóan kevergetve, erős tűzön pirítjuk. Megszórjuk pirospaprikával, majd hozzáadjuk az aprított paradicsomot és felöntjük borral. Lefedve, időnként megkeverve, 20 percet főzzük. A felkockázott, sózott halat a gombás alaphoz adjuk, ha sok levét elfőtt, vízzel pótoljuk a ragut. Forrástól számítva 10-15 percet főzzük. Óvatosan kavargassuk, mert a hal könnyen törik. Nokedlivel, kifőtt tésztával, vagy túrós csuszával, valamint tejfőllel kínáljuk.

Sapkás karfiol

Hozzávalók: 1 karfiol, 2 tojás, 250 ml tejföl, 10 dkg reszelt ementáli sajt, 15 dkg szeletelt edámi sajt, 4 vékony szelet sonka, só és bors ízlés szerint, vaj a tepszi kikenéséhez.

A karfiolt tisztítjuk meg, majd tegyük egy fazék sós vízbe és főzzük puhára. A reszelt ementáli sajtot a tejfőllel és a



tojásokkal keverjük jól el. Sóval, borssal ízesítsük. Egy tepsit, vagy tűzálló tálat kenjünk ki vajjal. Tegyük bele a főtt, lecsepegtetett karfiolt. A szeletelt sajtot kettő kivételével feltekerjük és a karfiol rózsái közé tűzdeljük. A sajtos, tejfőls masszát is locsoljuk a rózsák közé. A tetejét fedjük be sonkaszeletekkel, és a maradék 2 szelet sajtot is helyezzük rá. 180 fokra előmelegített sütőben addig süssük, amíg a sajt kissé megpirul, majd tálaljuk. Ízlés szerint másfajta sajtokat is használhatunk.

Csokis-meggyes kifli



Hozzávalók a tésztához: 60 dkg liszt, 1 kk só, 1 tojás, 3 dl langyos tej, 3 dkg élesztő, 7 dkg olvasztott vaj, 7 dkg cukor; a töltelékhez: 15 dkg étcsokoládé, 2 ek kakaópor, 10 dkg cukor, 2 ek olaj; a töltéshez: meggydzsem; a tetejére: 1 felvert tojás.

A tejet meglangyosítjuk a cukorral, majd felfuttatjuk benne az élesztőt. A lisztet elkeverjük a sóval, vajjal, tojással, majd a felfuttatott élesztőt is hozzáadjuk és begyúrjuk a tésztát (természetesen géppel dagasztva is elkészíthető). 20-30 percig letakarva kelesztjük. Kelesztés után kissé átmozgatjuk, majd 4 részre osztjuk. A tésztákat egyenként kör alakúra nyújtjuk. A tölték hozzávalóit gőz felett összeolvasztjuk, majd elfelezzük, és 2 tésztán elkenjük egyenletesen. A csokis lapokat betakarjuk a maradék tésztákkal. A köröket egyenként 16-16 háromszögbe vágjuk. A tészták szélesebbik oldalára teszünk a lekvárból, és óvatosan feltekerjük. Az elkészült kifliket sütőpapírral bélelt tepsire tesszük, egymástól távolabb, majd újabb 20 percig pihtetjük. Közben a sütőt előmelegítjük 200 fokra. Felvert tojással lekenjük a kifliket, majd kb. 20 perc alatt szép pirosra sütjük.

Vaníliás krémtúró házilag

Hozzávalók: 4 db tojássárgája, 10 dkg cukor, 2 ek vaníliás pengőpor (csapott evőkanál a főzős fajtából), 4 dl tej, 1 csipet só, 50 dkg tehéntúró, 1 marék mazsola.

A tojások sárgáit a cukorral keverjük habosra. Keverjük hozzá a pudingport, majd egy kevés tejjel lazítsuk fel. A maradék tejet a sóval forraljuk fel, majd a tojásos keveréket öntsük bele, és főzzük sűrűre (kb. 2-3 perc). Hagyjuk teljesen kihűlni. A túró villával törjük össze, adjuk hozzá a kihűlt pudingos alapot, majd botmixerrel dolgozzuk simára. Vagy teljesen simára, vagy kicsit darabosra, úgy rusztikusabb. 8 kis tálkát készítsünk elő. 4-be tegyünk simán a vaníliás krémtúróból, majd a maradékba keverjünk bele ízlés szerint mazsolát, és osszuk el a másik 4 kis tálkába. Díszítsük mazsolával és/vagy mentalevéllel a tetejét, tegyük a hűtőbe, és hagyjuk hűlni 2-3 órát.



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.

Április 8., P: 7.00 Lapszemle 8.00 Hitélet: Passió Nagytarcsán és Pécelen (33p), Pál apostol (2016, 78p) 13.00 és 18.00 Lapszemle 19.00 Kék Emerencia – Tatár József szabómesterről (ism. 46p), A sárbogárdi zsidóság története (ism. 70p), A szőlő védelme és a borászat alapfogásai 2. rész (ism. 64p) 23.00 és 0.00 Lapszemle

Április 9., Szo: 7.00 Lapszemle 8.00 Sport 13.00 Lapszemle 14.00 Kék Emerencia – Tatár József szabómesterről (ism. 46p), A sárbogárdi zsidóság története (ism. 70p), A szőlő védelme és a borászat alapfogásai 2. rész (ism. 64p) 18.00 Lapszemle 19.00 Péntek esti színvilág (ism. 20p), Alapi díjugratás (ism. 51p), A szőlő védelme és a borászat alapfogásai 1. rész (ism. 75p) 23.00 és 0.00 Lapszemle

Április 10., V: 7.00 Heti híradó 8.00 Kék Emerencia – Tatár József szabómesterről (ism. 46p), A sárbogárdi zsidóság története (ism. 70p), A szőlő védelme és a borászat alapfogásai 2. rész (ism. 64p) 14.00 Péntek esti színvilág (ism. 20p), Alapi díjugratás (ism. 51p), A szőlő védelme és a borászat alapfogásai 1. rész (ism. 75p) 18.00 Heti híradó 19.00 Hitélet 23.00 és 0.00 Heti híradó

Április 11., H: 7.00 Heti híradó 8.00 Hitélet 13.00 és 18.00 Heti híradó 19.00 A fényképész arca: Interjú Zocskár Zsuzsa fényképésszel (ism. 18p), Illyés Gyula mesemondóverseny Cecén (ism. 46p), Kolozsvár–Sárbogárd határtalanul (ism. 72p) 23.00 és 0.00 Heti híradó

Április 12., K: 7.00 Heti híradó 8.00 Sport 13.00 és 18.00 Heti híradó 19.00 Keresztút – Interaktív kiállítás (ism. 18p), VI. Kolbásztöltő fesztivál (Etelvári Zoltán felvétele), Történelemóra a Jobbikkal (ism. 96p) 23.00 és 0.00 Heti híradó

Április 13., Sze: 7.00 Heti híradó 8.00 A fényképész arca: Interjú Zocskár Zsuzsa fényképésszel (ism. 18p), Illyés Gyula mesemondóverseny Cecén (ism. 46p), Kolozsvár–Sárbogárd határtalanul (ism. 72p) 13.00 Heti híradó 18.00 Lapszemle élőben 19.00 Sport 23.00 és 0.00 Lapszemle

Április 14., Cs: 7.00 Lapszemle 8.00 Sport 13.00 és 18.00 Lapszemle 19.00 Hitélet 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 képűrség futószövegében adunk tájékoztatást. A műsoroknál 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.**

Miklósi focidömping

Tovább tart a vesszőfutás

Sárosd–Sárszentmiklós 2-0 (1-0)

Sárosd: Rauf T. D. – Arany T., Meszlényi Zs., Somogyi Sz., Truszek G., Kargl B., Ladányi B., Dvéri Zs., Imre J., Tormai T., Kovács N.

Csere: Gál P., Teiber Sz., Bartók D., Majláth H., Somogyi B., Rottmann S., Falvai D.

Edző: Dvéri Zsolt.

Sárszentmiklós: Lieszkovszky Z., Gráczer G., Kókuti T., Szabó B., Németh K., Lajtos A., Benke V., Gráczer B., Badi B., Demeter D., Bezerédi Á.

Csere: Hegedűs Gy., Vámosi D., Horváth Á., Deák M., Tóth Zs.

Edző: Sárai György.

A mérkőzés megkezdése után azonnal kiderült, hogy a hazaiaknak élet-halál kérdése a három pont megszerzése. Azonnal a támadások keresztüztüzebe került a vendégek kapuja. A 42. percig sikerült megúszni gól nélkül. Jobb oldali szöglettrúgás után Kovács N. lövésével megszerezte a vezetést a Sárosd, 1-0. A szünetben a csatársor megerősítése érdekében Horváth Á. és Vámosi D. becserélésével sem javult a támadójáték. Továbbra is a hazaiak veszélyeztettek, aminek a 76. percben meg is lett az eredménye. Dvéri Zs. a védőket átjárszva, 25 méterről a kapu bal oldalába bombázott, 2-0. Tovább tart a Sárszentmiklós mélyrepülése, és távolodik a kitűzött cél, ami az 5. hely megszerzését jelenti.

Megállíthatatlan robozás

Sárosd U19–Sárszentmiklós U19 1-3 (0-1)

Sárosd U19: Fekete G. F. – Sárdy K., Bartal M., Borics A., Borcz T., Lakatos P., Erős P., Szalai D., Rác N., Virág J.

Csere: Csűrök G. B., Peller G., Illés P., Barkóczy I.

Edző: Koncz J.

Sárszentmiklós U19: Brúza S. P. – Pajor T., Horváth I., Vagyóczki P., Simon Cs., Húsvéth T., Lukács Z., Molnár M., Sükösd G., Nagy Á., Pető A.

Csere: Csizmadia B.

Edző: Pajor László.

A tabella végén tartózkodó Sárosd ellen a kötelező győzelem szellemében lépett pályára a Sárszentmiklós U19 csapata. Az 5. percben Pető A. góljával gyors vezetéshez jutott a csapat, 0-1. A 68. percben egyenlítették a hazaiak Porcz T. révén, 1-1. A következő percben a vendégek ismét megszerzték a vezetést Horváth I. góljával, 1-2. A 86. percben Molnár M. góljával kétgólosra növekedett az előny, 1-3. Megérdemelt siker a szervezeten védekező Sárosd U19 csapata ellen.

A Kulcsnál a győzelem kulcsa

Sárszentmiklós II.–Kulcs 3-4 (0-1)

Sárszentmiklós II.: Brúza P. S. – Somogyi L., Hegedűs J., Szakács S., Juhász G., Bar-

tók Z., Mádi L., Szabó Z., Dombi Z., Rigó L., Bíró B.

Csere: Iványi R., Juhász I., Fülöp T., Kovács M.

Edző: Pajor László.

Kulcs: Nagy K. – Ócsai N., Schafer G., Varjú A., Szabó I., Cserkúti B. E., Mácsfalvi G. G., Völcssei Sz., Fekete Gy., Benedek A., Posch Z.

Csere: Südi D., Bőjte L., Bubi D., Pulai T. D., Végh P., Sohonyai J.

Meglepetésre a Kulcs kezdett bátrabban, és a 15. percben a jobb oldalról elvégzett bedobás Fekete Gy. elé került. Közélről leadott lövését Brúza S. P. bravúrral hártotta. A kipattanó labdát Fekete Gy. már nem hibázta el, a lécs alá vágta, 0-1. A féldíj mezzőnyjátékkal telt el, helyzetek nélkül.

A második féldíjot ismét a vendégek kezdtek jobban. Az 50. percben az elmélázó védők között Fekete Gy. megszerezte a labdát és a bal alsó sarokba lőtt, 0-2. A gól után erőteljes támadásba kezdett a hazai csapat. A 63. percben egy jobb oldali bedobás után Juhász G. 17 m-ről a kapuba lőtt, 1-2. Kezdet után a megszerzett labdával gyors ellentámadást vezettek a hazaiak. A vendégek szögletre hártottak. Rigó L. jobbról beadott labdáját Bíró B. senkitől sem zavarattva 6 m-ről a hálóba fejelte, 2-2. Az egyenlítés megnyugtatta a miklósiakat. A Kulcs kissé beszorult a kapuja elé. A 71. percben váratlanul ismét gólt szereztek a vendégek. Bal oldali bedobást végeztek el a 16-os vonalában, és Völcssei Sz. a hosszú sarokba csúsztatva a labdát, 2-3. Az egyenlítésért küzdő hazaiak próbálkozásai sorra elhalnak, sőt, a 88. percben Völcssei Sz. átcikázott a védelmen, és a kapust is kicszelezve az üres kapuba gurított, 2-4. Egy perc múlva a 16-oson belüli szabálytalanságért büntetőhöz jutottak a hazaiak, és Szabó Z. a kapu bal sarkába helyezte a labdát, 3-4.

A kiesés ellen küzdő Kulcsnak volt kulcsa a győzelem megszerzéséhez a kapkodva játszó hazaiak ellen.

Jók: Juhász G., illetve Varjú J., Mácsfalvi G. G.

Véget ért egy sorozat

Sárszentmiklós Ö. F.–Szabadbattyán Ö. F. 2-3 (2-2)

Sárszentmiklós Ö. F.: Szilágyi B. – Mikuli B., Németh A., Tóth A., Killer G., Kelemen B., Vereczkei J., Tóth I., Kassai N., Emperger J., Palotás P.

Csere: Derecskei J., Lakatos Gy., Csendes I., Fekete J., Böröndi G., Szabó B., Takács K. A.

Szabadbattyán Ö. F.: Szügyi Cs. – Beke A., Beraczkai N., Klézli I., Juhász Gy., Magda Cs., Marton F., Örkényi Zs., Varga P., Halász Zs. Z., Bíró A.

Csere: Szalai Cs., Magyar L., Béke T., Kovács T., Pintér M., Róka T., Zsidó A.

Idégesen, kapkodva kezdett a hazai csapat. A vendégek 10 perc elteltével vezetéshez jutottak. Jobb oldali szöglettrúgást végzett el Magda Cs., és érintés nélkül csavarta a

kapuba a labdát, 0-1. A 14. percben Emperger J. cselezgetett, Juhász Gy. szerelte, és a megszerzett labdát 17 m-ről a hosszú sarokba lőtte, 0-2. Ez egy kicsit sok(k) volt a hazaiaknak. A 16. percben Killer szabadrúgásával Fekete J. kilépett és a lécs alá lőtt, 1-2. A 31. percben Tóth I. jobbról elvégzett szöglete után Empergerhez került a labda, beadását Tóth A. 6 m-ről a kapuba fejelte, 2-2.

A második féldíj sem hozott változást. A két tizenhatos között folyt a játék. A 61. percben vitatható büntetőhöz jutottak a vendégek. Mikuli B. megmozdulását szabálytalannak ítélte a játékvezető. A 11-est Magda Cs. a jobb sarokba lőtte, 2-3. Az utolsó percben Fülöp T. becslezte magát a kapu elé, átadását Kassai N. az elvetődő kapusba lőtte.

És itt még nem volt vége...

Vasárnapra is jutott a fekete levesből

Sárszentmiklós U16–Pákozdi U16 2-3 (1-1)

Sárszentmiklós U16: Deák Z. – Lukács Z., Vagyóczki P., Juhász Gy., Ambrózi M., Fekete A., Bögyös B. G., Brúza T., Vitéz-Móré G., Gyökér K., Gábris R.

Csere: Gődér G., Emperger F., Nagy F.

Edző: Bezerédi Ádám.

Pákozdi U16: Bognár L. – Gulyás D., Molnár R., Andrásy M., Horváth D., Paksi K. Zs., Gurber K., Tömör G., Földes P., Farkas M., Erdész P. B.

Csere: Ötvös Zs., Bányai P., Molnár B., Benkő B.

Edző: Pócze Szabolcs.

Kiegyenlített erők küzdelmét hozta az első féldíj. A 29. percben Erdész P. B. góljával vezetéshez jutott a Pákozdi csapata, 0-1. A 38. percben a felfutó Vagyóczki P. talált a vendégek kapujába, 1-1.

A második féldíjban a hazaiak kezdeményeztek többet, a pákozdiak pedig rúgták a gólokat. Az 59. percben Tömör G. 22 m-ről kapura lőtt, és a labda Deák Z. fölött a bal sarokban kötött ki, 1-2. A 64. percben Paksi K. Zs. lövése talált utat a kapuba, 1-3. A 68. percben Gábris R. cselezte be magát a kaputól 14 m-re, és jól eltalált lövését Bognár L. nem tudta hártani, 2-3.

A döntetlen igazságosabb eredmény lett volna.

A hétvége sportműsora

2016. április 9. (szombat)

10.00 óra: Sárszentmiklós U19–Lajoskomárom U19;

16.30 óra: Enying Ö. F.–Sárszentmiklós Ö. F. (Enyingen).

2016. április 10. (vasárnap)

10.00 óra: Mór U16–Sárszentmiklós U16 (Móron);

16.30 óra: Nagylók–Sárszentmiklós II. (Nagylókon);

16.30 óra: Sárszentmiklós–Lajoskomárom. Szurkoljunk együtt csapatainknak!

Önbizalom növelő siker

Sárbogárd–Perkáta 16-0 (8-0)

Fejér Megyei Labdarúgó-bajnokság, Horfer Serleg csoport, 17. forduló:

Sárbogárd: Barabás J. – Kovács D., Kovács Z., K. Szabó, Szabó A., Sebestyén Zs., Pásztor D., Bogdán A., Bognár Zs., ifj. Simon J., Czinka K.

Cserék: ifj. Mondovics Z. ifj. Simon J. helyett (46.), Lakatos Gy. Kovács Z. helyett (46.), Tóth I. Bognár Zs. helyett (56.), Kiss N. Barabás J. helyett (70.).

Edző: Mondovics Zoltán.

Gólszerző: ifj. Simon (4., 17., 22., 27., 35., 38.), Czinka (21., 31., 51., 79.), Kovács D. (54.), Pásztor (64., 85., 88.), ifj. Mondovics Z. (67., 76.).

Csapatunk már a mérkőzés első percétől kezdve magához ragadta az irányítást. Az első gólig mindössze a 4. percig kellett várni, amikor is Simon volt eredményes. Utána sem lankadt a mieink lendülete, és futószalagon jöttek a gólok. A 22. percben Simon már a mesterhármását ünneplhetette,

ezzel 4-0-ra alakítva az eredményt. Az első játékrészben még Czinka iratkozott fel 2 találatlaltal a listára Simon 6 gólja mellé. Nem volt egy súlycsoportban a két csapat, a vendégek gyakorlatilag az elején már feladták a mérkőzést.

A folytatásban hasonló ütemben jöttek a sárbogárdi gólok. Az 54. percben Kovács D. is jelezte, hogy pályán van, majd 10 perccel később Pásztor is megvillant. A szünetben beálló Mondovics is hamar duplázott. A sikeres akcióknál Bogdán a középpályáról nagyszerű passzokkal vétette magát észre, de ez jellemző volt rá az egész mérkőzésen. Végül a 85. és a 88. percben Pásztor duplája zárta a gólok hosszú sorát. Kiütéses, 16-0-s győzelem a vége.

Sok következtetést nem szabad levonni a mérkőzésből, hiszen a vendégek nem tanúsítottak semmilyen ellenállást. Az önbizalom és a gólarány javítására viszont tökéletesen megfelelt a találkozó.

A következő fordulóban vasárnap 16 óra 30 perckor Mezőszilasra lép pályára a csapat. Itt már egy jóval nehezebb mérkőzésre lehet számítani, hiszen csak 3 pont választja el egymástól a két csapatot a táblán.

Tabella:

1. Nagyvenyim	16	13	2	1	71	22	49	41
2. Sárbogárd	15	11	2	2	62	14	48	35
3. Ivánca II.– Beloianisz	15	10	5	0	81	23	58	35
4. Mezőszilas	16	10	2	4	38	26	12	32
5. Cece	16	10	1	5	46	33	13	31
6. Mezőfalva II.	16	9	1	6	50	37	13	28
7. Vajta	15	7	1	7	41	27	14	22
8. Dég	16	6	0	10	30	62	-32	18
9. Előszállás	16	5	2	9	24	39	-15	17
10. Sárszentágota	16	3	1	12	29	71	-42	10
11. Alap	15	2	4	9	28	45	-17	10
12. Kisapostag	16	2	4	10	26	63	-37	7
13. Perkáta	16	1	1	14	24	88	-64	0

Kisapostagtól -3, Perkáta -4 pont.

Rehák Tamás

Filmajánló

EDDIE, A SAS

Ő a tipikus angol hős. Eddie (Taron Egerton) nem igazán ügyes, sőt, első ránézésre kifejezetten képtelennek tűnik, viszont nagyon lelkes. És ő az egyetlen, aki sűrűként a brit színeket képviseli az 1988-as Calgary téli olimpián. Így aztán ő lesz a brit sporttörténet egyik legnagyobb legendája: példa arra, hogy nem szabad feladni, hogy érdemes küzdeni, és nem a győzelem a fontos – bár az is nagyon jól tud esni.

Eddie és edzője (Hugh Jackman) a lehetetlent vállalják, és talán valóra is váltják. Egy egykor hatalmas nemzet tőlük várja, hogy újra igazán büszkének lehessenek.



MEGHÍVÓ

A Sárszentmiklós SE vezetősége a 2016/2017 TAO-program keretében megvalósított műfüves pálya építését, illetve a szintén támogatási forrásból vásárolt 18 fős személyszállító kisbuszt

2016. április 8-án 16.15 órakor ünnepélyes keretek között adja át a sárszentmiklói sportpályán.

Az átadásra ezúton hívunk meg minden kedves érdeklődőt, sportbarátot, támogatót.

A Sárszentmiklós SE vezetősége

**Bogárd
és
Vidéke**

Főszerkesztő és kiadó: Hargitai Lajos. Felelős szerkesztő: Hargitai-Kiss Virág, tel.: 06 (30) 3483 320. Szerkesztőség, kiadóhivatal és nyomda: 7000 Sárbogárd, 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 Pirocska, 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, Hargitai Gergely, Mágocsi Adrienn. Készült: a Bogárd és Vidéke Lapkiadó nyomdájában. Megjelenik minden csütörtökön. Kéziratok leadási határideje: kedden 17 óráig. Kéziratot egy hónapon túl nem őrizzük 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 Sárbogárd és a környező hárs települések 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 médiafigyelője, az

»OBSERVER«
BUDAPEST MÉDIAFIGYELŐ 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 OLCSON,
RÖVID/HOSSZÚ TÁVRA, KÜLFÖLDRE IS.**
06 70 539 7882

AUTÓMENTÉS, AUTÓSZÁLLÍTÁS
06 20 3426 091

IRODA- ÉS ÜZLETHELYISÉG KIADÓ.
06 20 437 7036

BÚTORKÁRPITOZÁST, JAVÍTÁST VÁLLALOK!
06 30 662 5375

FELHÍVÁS

Felhívjuk a Sárbogárd Aranyvölgy Vadásztársaság területén lévő gazdák figyelmét, hogy a vadkárrel kapcsolatos észrevételeiket megtehetik a hivatásos vadásznál a 06 (30) 470 9024-es telefonszámon.

Vadásztársaság

Heti időjárás

A frontrendszer mentén kialakuló peremciklon középpontja tartósabban hazánk fölé helyezkedik péntektől, így túlnyomóan erősen felhős időre készülhetünk, sokfelé záporokkal, a középső és keleti megyékben eleinte zivatarok is lehetnek. A Nyugat-Dunántúlon északira fordul a szél, és jelentősen visszaesik a hőmérséklet, 15 fok alatti értékek várhatók, másutt azonban még eléri, sőt többfelé meghaladja a csúcshőmérséklet a 20 fokot, a Tiszántúlon néhol a 25 fokot is. Szombatra virradó éjszaka jellemzőbb lesz az egyenletes eső, de a keleti országrészben záporok is lehetnek. Szombaton napközben felszakadozik a felhőzet, némi napsütés is lehet, a megnövekvő gomolyfelhőzetből azonban még többfelé fordulhat elő egy-egy zápor. Országszerte 20 fok alatt marad a hőmérséklet, északnyugaton helyenként a 10 fokot is alig haladja meg. Vasárnap és hétfőn elsősorban az ország északkeleti harmadán lehet számítani egy-egy záporra, de másutt sem lesz zavartalan a napsütés, gyakran megnövekszik a gomolyfelhőzet, így jellemzően közepesen, vagy erősen felhős égboltra tekinthetünk fel. Hétfőtől azonban a szél déliesre fordul és melegebb léghullámok érik el a Kárpát-medence térségét, így napról napra ismét egyre magasabb hőmérsékleti értékeket mérhetünk.

www.metnet.hu

**BOGÁRD ÉS VIDÉKE
NYOMDA**

Nyomtatás
sokszorosítás
színes fotó
nagy méretű
nyomtatás...

Névjegy, meghívó,
szórólap, brosúra,
plakát, jegytomb,
könyv, füzet, címke
és még sok más...

Sárbogárd, Hősök tere 12. (a műv. ház mögött) Tel.: 06 (25) 508 900 - www.bogardesvideke.hu

APRÓHIRDETÉSEK

Redőnyös. 06 (30) 966 8446

Sárbogárdon József Attila utcában földszinten, jó állapotú lakás eladó. 06 (20) 9376 156

Sírkövek készítése, felújítása, szétszedése, összerakása. 06 (70) 315 1417

Házvezetőnőt keresek Sárbogárd és közvetlen környékéről. Fényképes önéletrajzokat várom a deluxemirrors@hotmail.com e-mail címre.

Családi ház eladó, 6300 m² főterülettel. Rétszilas, Fehérvári út 34. 06 (30) 342 8281. (2100819)

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

Sírgondozást, beültetést vállalom Sárbogárd és környékén. 06 (30) 444 5525

Egyszobás lakás kiadó 06 (20) 226 7080 (2100970)

Családi ház ősfás környezetben Tompa M. utcában eladó. 06 (20) 226 7080 (2100970)

Hízó eladó 06 (20) 367 2785

Kertek szántását, fogasolását, talajmarozását, tárcsázását vállalom. 06 (20) 914 3088 (2100854)

Tűzifavásár! Eladó tűzifa: cser aprított 2250 Ft/q, vegyes tűzifa 2500 Ft/q, akác kugli: 2500 Ft/q, hasított 2700 Ft/q, ingyen házhoz szállítással. Érdeklődni: 06 (20) 406 9267

Mádi közben 600 m² építési telek eladó 06 (20) 4931 923

2016. április hónapban az alábbi időpontokban kerül sor a térítési díjak beszedésére

Sárbogárdi Mészöly Géza Általános Iskola:

Április 12. (kedd) 7.45–16.30
Április 18. (hétfő) 7.45–11.30

Sárszentmiklósi Általános Iskola:

Április 13. (szerda) 7.45–16.30
Április 19. (kedd) 7.45–11.30

Sárbogárdi Petőfi Sándor Gimnázium:

Április 11. (hétfő) 7.45–16.00
Április 15. (péntek) 7.45–11.30

Szent István Általános Iskola:

Április 14. (csütörtök) 7.45–9.30
Április 20. (szerda) 8.45–9.30

Kossuth Zsuzsanna Általános Iskola

Április 14. (csütörtök) 10.00–11.00
Április 20. (szerda) 7.45–8.15

Pótbefizetés:

Április 21-én, csütörtökön, a Sárbogárdi Polgármesteri Hivatal fsz. 13. számú irodájában 8.00–15.00 óráig.

Magabiztos győzelem a sereghajtó otthonában

Bicske TC–VAX KE Sárbogárd 17-29 (11-12)



Veszprém Megyei Férfi Kézilabda-bajnokság, 17. forduló

Vezette: Besszer V.–Pusztai P.

Nézőszám: 40 fő.

Sárbogárd: Németh I. – Goldberger 8, ifj. Bodoki 4, Vorsléger 4, Rehák 1, Horváth 1, Kaló 1.

Cserék: Schvarcz – Aranyos 1, Szabó J. Zs. 3, Botka 2, Suplicz 1, Tutuc 3.

Edző: Bodoki György.

Hétméteresek: 4/3, ill. 4/4. Kiállítások: 14, ill. 8 perc.

Két héttel a Veszprémi Egyetem elleni hősies diadal után ismét pályára lépett a csapatunk. Ezúttal a bajnokság legvégén vitézkedő Bicske csapatához utaztunk.

A mérkőzést picit nyögyvenyelősen kezdtük. Látszott a csapaton, hogy sok idő telt el az utolsó tétmérkőzés óta, mindenki nehezebben mozgott a megszokottnál. Meglepetésre csak a 22. percben tudtuk átvenni a vezetést, egészen odáig a bicskeiek vezettek 1-2 góllal. A féldő vége előtt pár perccel néhány lerohanásgóllal elléptünk 3 találattal. Azonban az utolsó pillanatokban két pontatlanságnak köszönhetően csak minimális előnnyel mehettünk pihenni a szünetre.

A fordulás után a kapuba Schvarcz Márk érkezett Németh Tomi helyére, aki nagyszerű védésekkel vétette észre magát. Az eddig is jól működő védekezésünk pedig még keményebb lett. Szép lassan 4-5 gólosra hizlaltuk előnyünket. A találkozó záró 10 percében pedig a nagyon elfáradó hazaiakat a gyors indításainkkal teljesen felőröltük. Végül egy 9-1-es szériával fejeztük be a mérkőzést és alakítottuk ki a magabiztos 12 gólos győzelmet.

Nem játszottunk jól. Az első féldőt gyakorlatilag átaludtuk, támadásban lassan és pontatlanul kézilabdáztunk. Védekezésünk szerencsére a Botka–Suplicz párosnak köszönhetően a helyén volt. A szünet után már jobban pörgött a csapat, aminek meg is lett az eredménye. A lerohanásaink nagyon jól működtek. A ka-

puban Schvarcz Márkot ki kell emelni, hiszen nagyon jól szállt be, és csak 6 gólt kapott a második féldőben.

Az előttünk álló hétvégén Martonvásár csapata látogat hozzánk. Várunk minden érdeklődőt és szurkolót a Mészöly-csarnokba!

Április 9. (szombat) 18 óra: VAX KE Sárbogárd–Martonvásári KSE

Tabella

1. Veszprémi Egyetemi SC	15	13	0	2	523	394	129	26
2. Bajnok DSE Nemesvámos	15	13	0	2	445	393	52	26
3. Ercsi SE	16	12	0	4	531	428	103	24
4. VAX KE Sárbogárd	16	10	2	4	476	427	49	22
5. Ősi Andreotti SE	15	7	1	7	462	460	2	15
6. Alsóörsi SE	15	6	1	8	390	421	-31	13
7. Martonvásári KSE	14	5	1	8	354	382	-28	11
8. Simontornyai KK	15	5	0	10	445	484	-39	10
9. Rácalmás SE	16	4	2	10	408	491	-83	10
10. Tapolca VSE	16	4	1	11	459	517	-58	9
11. Bicskei TC	15	1	0	14	324	420	-96	2

A hétvége további eredményei:

Martonvásár–Rácalmás 27-34 (15-27), Ősi–Simontornya 33-30 (18-15), Tapolca–Alsóörs 30-31 (14-14), Veszprémi Egyetem–Ercsi 38-27 (19-13).

Rehák Tamás

Tisztelt Szurkolóink!

Ismét közeledik az adóbevallás. Az elmúlt években jelentős anyagi támogatást jelentett számunkra az Önök adójának 1 %-a, amit nagyon köszönünk! Kérjük Önöket, ha tehetik, az idén is támogassák az egyesületünket.

Adószámunk: 18502710-2-07.
VAX KE Sárbogárd

Sajtóközlemény

Már a helyjegyes vonatokon is utazhatnak kutyák és más kisállatok a gazdáikkal

Már nincsenek a személyvonatok indulásához kötve azok a kutyabarátok és kisállattartók, akik magukkal vinnék kedvencüket egy-egy vasúti utazásra. Tavaly december óta a MÁV-START kísérleti jelleggel lehetővé teszi kisállatok – kutyák, macskák és egyéb kistestűek – zárt hordozóeszközben való szállítását egyes dunántúli vasútvonalakon közlekedő InterCity, railjet, EuroCity, EuroNight vonatok másodosztályú kocsijain. A kísérleti rendszert a MÁV-START április elejétől az összes helyjegyköteles (expressz), valamint pót- és helyjegyköteles (IC stb.) vonatra kiterjesztette.

Egyre többen utaznak kutyáikkal vagy kisállataikkal a vonatokon. Ezt bizonyítja az is, hogy a MÁV-START jegypénztáraiban 2015-ben élőállat-jegyből közel száz ezret, kutyabérletből több mint százat adtak el. Ezért is döntött a vasúttársaság a kisállatszállítás lehetőségeinek bővítése mellett.

Tavaly decembertől a Budapest–Győr–Hegyeshalom és a Budapest–Pécs vasútvonalakon közlekedő pót- és helyjegyköteles InterCity, railjet, EuroCity, EuroNight vonatok belföldi forgalmában, a másodosztályú kocsikban élő állat is szállítható meghatározott feltételekkel. Fontos kitétel, hogy élő állat csak akkor vihető fel a vonatra, ha a kézipoggyász mérethatárt meg nem haladó mére-

tű szállítóeszközben helyezik el, mely alkalmas arra, hogy az utasok testi épségét, biztonságát, a vonatok, vagyontárgyak tisztaságát és sértetlenségét megővje. A hordozóeszközt az utasnak végig szoros őrzetében magánál kell tartania. Az állat a boxból az utazás során nem engedhető ki.

A kutya szállításáért élőállat-viteldíjat kell fizetni. Egyéb kistestű állat viteldíj megfizetése nélkül szállítható. Egy utas egy élőállatot tartalmazó tárolóeszközt vihet magával, a hatósági előírások betartásával. Kérésre a kutya oltási bizonyítványát be kell mutatni. Nem szállítható beteg háziállat, és kizárólag érvényes engedéllyel utaztatható olyan állat, melynek birtoklása vagy szállítása hatósági engedélyhez kötött. A nem zárt hordozóeszközben szállított, hanem pórázon és szájkosárral vezetett kutyákkal továbbra is csak a kötelező helybiztosítással nem érintett vonatokon lehet utazni.

A MÁV-START a helyjegyes vonatokra érvényes kiterjesztéstől azt reméli, hogy a kutyabarátok, kisállattartók gyakrabban igénybe veszik a vasúti szolgáltatást, ugyanakkor bízik abban, hogy az utasok között mindez nem okoz konfliktusokat. A kísérleti idő alatt egyetlen panasz sem érkezett.

MÁV Magyar Államvasutak Zrt.

Ismét országos döntőben a gimis focisták

A Sárbogárdi Petőfi Sándor Gimnázium középiskolás korosztálya 2016. március 31-én a székesfehérvári Videoton-pályán harcolta ki az országos döntőben való részvételt.



Ezek a fiúk, szinte ugyanezzel a felállással kézilabdában is országos előselejtezőig jutottak, s van közöttük olyan tanuló, aki az országos döntőbe jutott röplabdacsapatnak is tagja. Hárman emelt szintű érettségi vizsgára készülnek testnevelésből. A csapat egyik tagja a Kazinczyról elnevezett Szép Magyar Beszéd Verseny országos döntőjében képviseli iskolánkat, s mellette felsőfokú angol nyelvvizsgára készül.

Ezek a gyerekek városunk sportegyesületeinek is tagjai, diákközösségeik jókedvű, egészséges lelkületű, meghatározó egyéniségei, és nem utolsósorban városunk, iskolánk és szüleik büszkeségei.

Horváthné Szabó Judit testnevelő tanár

Polaroid
NAPSZEMÜVEGEK
-25%-OS BEVEZETŐ ÁRON
Pillantás Optika
Tel: 06-25-460-480, 06-70-594-5012
Sárbogárd, Ady E. út 139. (Coop mellett)
Nyitva: hétköznap: 9-18, szombat: 8-12 óráig

fenstherm
NYÍLÁSZÁRÓK
„A” KATEGÓRIÁS NYÍLÁSZÁRÓ AKCIÓ
* Mediterrán stílusú házakhoz
32 féle fa színezetű nyílászárót forgalmazunk!
* redőnyök • relaxák • párkányok
• könyöklők • rovarhálók
* Energetikai pályázatok megírása
* Ingyenes felmérés és árajánlat-készítés

Fensterm Future
PROFINE 76 prémium nyílászárók
Választható:
U_g=0,5 W/m²K - 3 RÉTEGŰ
EXTRA HŐ- ÉS HANGSZIGETELŐ üvegezés
Akciónk 2016. április 30-ig érvényes!

AKCIÓ! -50%

CSALÁDI HÁZAK KÜLSŐ SZIGETELÉSE
AERECO SZELLŐZTETÉS A PENÉSZ ELLEN

SZEKCIONÁLT GARÁZSKAPUK ÓRIÁSI AKCIÓBAN!

SUDÁR
ABLAKRENDSZEREK

Hivatalos márkaképviselő:
Sárbogárd, Ady E. út 168. (a gyógyszerházzal szemben)
Tel.: 06 20 216-7202, tel./fax: 06 25 462-078
E-mail: info@laratherm.hu Honlap: www.laratherm.hu

Superbrands 2009
KIVÁLÓ ÉPÍTÉSI TERMÉK