



SÁRISÁPI HÍRMONDÓ

ŠARIŠÁPSKE
SPRÁVY

13. ÉVFOLYAM 2. SZÁM

2009. AUGUSZTUS

Tisztelt Sárísápiak!

Augusztus 20-án hármass ünnepet ülünk. Emlékezünk államalapító első királyunkra, Szent Istvánra, a Magyar Alkotmányra és az új kenyeret is megáldjuk és megszenteljük. István király ünnepe augusztus 20-a, azé az első királyé, aki már a szentek seregében vigyázta kicsi népének sorsát. A nép emlékezete csak azt őrzi meg, azt építi be tudat- és hagyományvilágába, akit tisztel és szeret.

„Minden népnek kell egy ős,
aki az idők elején áll,
akikre vissza lehet nézni
kapaszkodón, biztatásért,
mint szülőjére a gyermek
ha tétován jár.”

Laboda Kálmán

Szent István békét és megértést keresett szomszédaival, más népekkel. Vállalta a harcot a haladásért, a megmaradásért, hogy a nomád életmód romjain felépülhessen az új állam.

Erkölcisége és cselekvése példa és intés későbbi koroknak, így nekünk is. Ha valakire, akkor rá érvényes, hogy a tettek, maga az életmű beszél helyette, érte. Ez az életmű nem más, mint a magyar államiság, államalapításunk napja. Ez a nap mindnyájunké.

Már asztalunkon az új kenyér, hisz túl vagyunk az aratáson, s nagyon jól tudjuk, a kenyér az élet, nélküle élni nem lehet! Ez az élet alapja, hisz kenyér nélkül nincs élet, nép nélkül nincs nemzet.

Adjon Isten, hogy évezredek át ünnepezhessük együtt Szent István királyunkat, az Alkotmányt, az új kenyeret, s bízunk abban, hogy az ország asztaláról nem fog hiányozni az imába foglalt mindennapi kenyere.

*Kollár Károly
polgármester*

Tisztelettel meghívjuk Önt és kedves családját a
2009. augusztus 15-én és 16-án
Szent István-nap és az Új kenyér ünnepe
keretében megrendezésre kerülő
programjainkra.

2009. AUGUSZTUS 15. (SZOMBAT)

- 10⁰⁰ Nagyboldogasszony ünnepe tiszteletére szentmise a templomban
15⁰⁰ Zenés, lovaskocsis, népviseletes felvonulás a község területén a Sárísápi Bányász Fúvószenekear közreműködésével
17⁰⁰ Művelődési Ház oszlopos termében az Annavölgy és Sárísáp Kertbarátainak és Borbarátnőinek Egyesülete virág- és terménykiállításának megnyitója, valamint a „kert és udvar szépségverseny” eredményhirdetése, az olvasóteremben pedig a Kézimunkaszakkör kiállítása
18⁰⁰ Sárísápi Kristály Mazsorett Csoport bemutatója a Sárísápi Bányász Fúvószenekear kíséretében
18¹⁵ **SZENT ISTVÁN ÉS AZ ÚJ KENYÉR ÜNNEPE**
19³⁰ **MADE IN GIRL táncsoport bemutatója**
20⁰⁰ **FIESTA ZENEKAR FELLÉPÉSE**
21⁰⁰ **UTCABÁL – ZENE: PILISCHER SRAMLI**
23⁰⁰ **TÚZIJÁTÉK**

AUGUSZTUS 16. (VASÁRNAP)

- 10⁰⁰ Ünnepi szentmise a templomban
14³⁰ Falunapi bográcsparti megnyitója a Művelődési Ház udvarán
15⁰⁰ Óvoda udvarán Dudó Bohóc műsora, ugrálóvár, játékos szumó birkózás, kézműves foglalkozások
Faluházban arcfestés, hennázás, hajfonás, lángos sütés, borkóstolás
Üzletközpont mögött íjászat
17⁰⁰ Táltos együttes koncertje a Fő téren
18⁰⁰ Falunapi bográcsparti eredményhirdetése a Művelődési Ház udvarán
Sörparty a Fő téren
zenél: Borbély György és Farkas Gábor
19⁰⁰ Kempo bemutató a főtéren
19³⁰ ZAHIRA csoport hastánc bemutatója

Szeretettel várjuk a rendezvényekre!

Tájékoztató az önkormányzati beruházásokról és fejlesztésekről

A tavalyi évben elkezdett beruházásokról, illetve felújításokról tájékoztatom a sárisápiakat. A közel egy év alatt a következő munkálatok folytak a község intézményeiben és területén:

- Az óvodai udvarra európai uniós játszóeszközök kerültek telepítésre 2 414 000 Ft értékben és ebben az évben még egy új mászójáték került megvásárlásra 276 000 Ft értékben.
- Az iskola „B” épületében végrehajtott fűtőkorszerűsítésen kívül kicseréltettük a nyílászárókat, melynek összértéke 6 153 000 Ft volt.
- A tavalyi év folyamán megvásároltuk a Fő utca 192. szám alatti lakást az óvoda mellett, mivel ez volt az egyetlen olyan ingatlan a főtéren, amely nem az önkormányzat tulajdonát képezte. Egy Arany János utcai bérlakást sikerült eladnunk úgy, hogy a két tranzakció fedezte egymást. (7-7 millió forint)
- A tavalyi év folyamán informatikai eszközök beszerzésére nyert az iskola kb. 20 millió forintot. Az állami közbeszerzési eljárás még folyamatban van, ha az lezajlik, akkor kapja meg az intézmény az eszközöket.
- Átereszeket és árkokat takarítottunk ki egy helyi vállalkozóval (Iskola közben, Szabadság tértől a patakig, a Gondozási Központtól a patakig, a volt bányaterületén, a Kálvária téren, a Petőfi téren) a munka összértéke 1 400 000 Ft volt, valamint utcák kátyúzására fordítottunk ugyanekkora összeget.
- A Gondozási Központban végeztünk felújítási munkálatokat, kicseréltettük a bejárati ajtót, valamint az egyik villanybojler kiváltásra került egy gázbojlerre és teljesen felújítottuk az intézmény vizesblokkjait is. A beruházás összértéke 754 000 Ft.
- A Fő téren két térképtartó állvány, valamint két pihenőpad lett elhelyezve, illetve a község területén két buszmegállót építettünk, az összérték 560 000 Ft.
- 10 db utcanév táblával ellátott információs oszlop került kihelyezésre, melynek értéke 1 466 690 forint, ebből pályázaton elnyert támogatás 957 260 forint.
- A rendőr szolgálati lakásba gázkazán került a régi, elavult szenes kazán helyére 500 ezer Ft értékben.
- Nemrégiben került átadásra egy támfal a Csaposkút utcában, mivel a Pincesor utca útburkolata megrepedt, megcsúszott, s a nagyobb baj elkerülése végett vis maior pályázatot nyújtottunk be, mely sikeres lett, a beruházás értéke 5 088 188 forint, ebből pályázaton elnyert támogatás 3 561 731 forint.
- Az óvoda energia-megtakarítással járó fejlesztése című pályázatunkat a bíráló bizottság sikeresnek ítélte, s így a következő hónapban fűtőkorszerűsítés, nyílászáró csere és külső hőszigetelés lesz az intézményben végrehajtva. A beruházás összköltsége 22 millió Ft, ebből a pályázaton elnyert támogatás 11 millió Ft.
- Sajnos a sportpálya kiszolgáló épületének felújítására benyújtott pályázatunk elutasításra került, de a képviselő-testület úgy döntött, hogy 1,5 millió forintot fordít saját forrásból egy olyan berendezés megvásárlására, mely nemcsak az épület fűtését szolgálja, hanem melegvízzel is ellátja az öltözőket.

Jelenleg négy pályázatunk van elbírálás alatt: játszótérek felújítására 18 millió Ft, Arany János utca aszfaltozására 22 millió Ft, járdák felújítására a község területén 1 km hosszan 8 millió Ft értékben, a Művelődési Ház fűtőkorszerűsítésére, nyílászáróinak cseréje, a nagyterem és két kisterem padlóburkolatának cseréjére 40 millió Ft értékben

Természetesen a nyári karbantartási munkálatokat mind-egyik intézményünkben elvégezzük.

Még ebben az évben újra beadásra kerül az orvosi rendelő felújítására is egy pályázat.

*Kollár Károly
polgármester*

Felelősek vagyunk a jelenért és a jövőért

Kedves Sárisápi Polgárok és Ünneplők! Történelmünk egyik vagy talán legalapvetőbb ünnepünkre készülünk, amikor is Szent István királyt tiszteljük, aki alkotmányt adott nekünk, mely segítette nemzetünk életben maradását és gyarapodását. Talán furcsának hangzik, de már nagyon vártam, hogy ezt a cikket megírjam. Sajnos a kiinduló ok nem annyira az ünnep mélysége és fensége, de remélem, hogy Szent István király alakja még ma is királyi és sokat tanulhatunk tőle.

Egy kora tavaszi délutánon, mikor a májusi gyereknapi szervezésére jöttünk össze a plébánián, megdöbbentő hírt kaptunk, hogy kutyagumival kenték be a templom

kilincset. Nem akarom az ügyet itt tovább részletezni csak annyira, hogy nyugodtam mondhatom, az egyház-község mellett, több nem hívó is megrökönyödött és megbotránkozott az eseten. Hiszen tudva vagy tudatlanul is az elkövető egy vallást gyalázott meg. De természetesen nem akarok leragadni egy esetenél, ami egy gondolatot ébresztett fel bennem. Lehet sorolni a rongálásokat a faluban, a buszmegállókban, a díszvilágításokban, a szemetetelést, a lopásokat, a balesetveszélyes és másokra való tekintet nélküli parkolásokat az utcán, ill. a patika mellett, az örült száguldásokat motoron és biciklin, és ki tudná összeszedni a sok ügyet és esetet, ami

arról tanúskodik, hogy nincs felelősségérzetünk. Igen, szerintem nem törődünk a köztulajdonnal, a másik emberrel és saját magunkkal. Valami felelősségtudat kezd kivesszenni belőlünk. Természetesen ez nemcsak a mi problémánk, akik itt élünk, hanem talán nemzeti, vagy ha tovább tekintünk világprobléma is. Azt gondolom, hogy nem a mi korunk rákfeneje ez a felelősség nélküliség, hanem minden korban jellemző volt, csak most rajtunk van a sor, hogy helytálljunk emberségben és szeretetben. Jogos a kérdés, hogy mit keres e helyzetjelentés egy olyan cikk soraiban, ami az államalapító Szent István király ünnepéről kellene, hogy szóljon. Az egyház nem véletlenszerűen avatta szentté első királyunkat, hanem érdemei miatt, s azt gondolom, hogy az Ő érdemei számunkra is elérhetőek lehetnek. *Szent István felelősséget vállalt* azért, hogy szinte minden területen megadja az értékeket és a célt nemzetének, politikai, jogi és vallási területeken egyaránt fontosnak találta, hogy ami megmaradt a magyar törzsekből, az gyarapodjon és épüljön. Védelemzetét karddal és törvénnyel. Kiállt az elgondolása mellett, és ha kellett, nagy akarattal, szinte könyörtelenül harcolt a jó mellett. Erőskezű és határozott embernek írják le a legendák. Nemcsak az embert ítélte el, ha bűnösnek látta, hanem az okot is meg akarta szüntetni.

Tudom, hogy nem vagyunk királyok, és sokszor nem rajtunk múlik, hogy valaki rosszat tesz környezetünkben. De nem szabad megbékélni azzal a gondolattal, hogy ez az Ő tette, és nem vagyok érte felelős. Mert *felelős vagyok* ha hagyom, hogy valaki úgy parkoljon, hogy egyszerre három autó helyét foglalja el, hogy a gyerekek nem látják az értékeket és az a jó, ha megtámadnak és kirabolnak embereket, vagy az a jó, hogy sportot üznek abból, hogy ki hány lámpát tud kidobni kövel.

Én emlékszem arra, hogy mikor gyerekfejjel csínytettem el, akkor nemcsak a szüleimtől kellett tartani, hanem minden felnőtől. Mi merünk-e szólni másoknak, ha hibáznak? Hiszen nem alapvetően az a gond, ha valaki hibát követ el, mert emberek vagyunk, és előfordul, hogy figyelmetlenek vagyunk. De ha oda merünk menni a másik emberhez, udvariasan és felelősségtudattal figyelmeztetjük, hogy mást is tartson szem előtt, akkor

valamit jobbítunk a világon, s nem maradunk háttérben tétlenül.

Nemcsak a polgárőrökre, vagy a tanítókra kell várni, hogy tegyenek valamit, hanem ha átérezzük a közösség erejét és érzését, ha komolyan vesszük az ünnepek mondanivalóját és a rokoni, a baráti szálakat, akkor merhetünk szólni és nem hárítjuk másra a felelősséget magunkban.

Mi lett volna, ha Szent István király nem érzett volna felelősséget nemzete iránt, ha nem tanította volna a fiát, és a többi gyereknek nem adott volna lehetőséget a kolostorokban a tanulásra. Ha nem lett volna felelőssége a törvénykezésben arra, hogy biztosítsa az együttélést ember és ember között, hiszen azért harcolt pogány, német és más betörők ellen, mert felelős volt országáért. Azért épített ki politikai érdekeket, mert kötelességének érezte, hogy ne csak a jelenben legyen magyar haza a Kárpátokban, hanem még ezer év múlva is itt legyünk e hazában.

Szerintem felelősek vagyunk azért, ha szó nélkül elviseljük az értékek rombolását, ha csak nézzük a gyerekek önpusztító felelőtlenégeit, ha elnézzük mások figyelmetlenségét.

Tudom, hogy az a kérdés, hogy hogyan? *A válasz: düh és harag nélkül kell megértetni az emberrel, hogy ha pusztítunk, akkor az neki is rossz.*

Amennyiben egy emberrel sikerül beszélgetni, hogy talán másokra is kell gondolni, ha egy esetben belátja az ember, hogy hibázott és képes javítani a hibáján, akkor már tettünk valamit a közösségért. Ha figyelmeztetni tudjuk azt az autóst, aki balesetveszélyesen parkol, vagy mások helyét is elfoglalja. Ha egy esetben sikerül megértetni a biciklisekkel, kis motorosokkal, hogy veszélyes a lejtőn száguldozni és áthajtani a Fő úton. Ha sikerül egy esetben is a vallási, a történelmi és a közösség értékeiről beszélgetni. akkor már **javítottunk a falunk jelenlegi világán és jövőjén** és talán erősödik a közösségünk tudata és az egymásért érzett felelősségünk.

*Zsiga Péter
plébános*

A Sárísapai Szlovák Önkormányzat pályázatairól

Önkormányzatunk 2009-ben is több pályázatot nyújtott be az idei évi programok megvalósítására. Az alsó tagozatos táncsoport tagjai számára a népviseletek kiegészítéséhez kaptunk támogatást a Magyarországi Nemzeti és Etnikai Kisebbségért Közalapítványtól. A sikeres pályázatot Kollár Mária tanítónő állította össze. Pályáztunk még az Országos Szlovák Önkormányzathoz, és első ízben sikeresen pályáztunk a Határon Túli Szlovákok Hivatalához, melynek köszönhetően idén is megszervezhettük a már évek óta hagyományá vált szlovákiai táborunkat, immár 17. alkalommal. Június végén 40 felső tagozatos tanulóval és 5 pedagógussal élményekben gazdag hetet töltöttünk el Szlovákiában. A szállásunk Liptószentivánon, a csöndes, nyugodt környezetben található Hotel Avena Plusban volt.



Poprádi-tónál



dunajeci tutajos

Megtekintettük a csodálatos Bajmóci várat, egész napos túránk során eljuttunk a Csorba-tótól a Poprádi-tóig. Szép, napos időben a mészkőszirtes völgyében kanyargó sebes Dunajecen tutajoztunk. Ellátogattunk a Deményfalvi-völgy jégbarlangjába, lanovkáztunk Donovalyban, ahol ízelítőt kaptunk a nyári hidegből és ködből.

Köszönet a kísérő pedagógusoknak, Gáliczné Kun Évának, Hunyadiné Dombovári Évának, Kotyka Gáspárnének és Vargáné Urbanics Máriának.

*Huberné Kisgyőri Katalin
szlovák önkormányzat elnöke*

Jegenye



csíksomlyói búcsú

Egy kissé borongós májusi pénteken lelkes sárisápiak egy csoportja gyülekezett a Fő téren. Jegenyére és a csíksomlyói búcsúba készültünk. Néhány órás (kb. 10) buszozás és egy-két kerülő után nagy szeretettel fogadtak minket testvértelepülésünk lakói plébánosukkal. A köszöntések és a kötelező koccintás után mindenki elment a fogadó családokhoz. Nem sokáig élvezhettük a vendégszeretetüket, mert éjjel 1 órakor már indultunk is Csíksomlyóra. Úgy gondolom, minden résztvevő egyetért velem abban, hogy amit ott átéltünk az hihetetlen élmény volt, és nehéz lenne szavakba foglalni, ezért nem is kísérelem meg. Legyen elég csak annyi, hogy kívánjuk, mindenki élje át egyszer azt az érzést, hangulatot, szeretetet. A búcsú után kicsit késve (eltűnt egy jegenyei néni, de a plébános, a „jó pásztor” megtalálta a tévelygő hívőjét) indultunk vissza.

Vasárnap délelőtt ünnepi szentmisén vettünk részt, melyet Darvas Emil celebrált. Ezután került sor a Kályoni János tiszteletére tartott ünnepségre, mellyel a sárisápiak kedveskedtek a házigazdáknak.

Miután jó ebédet kívánt az étvágyhoz Emil atya, mindenki hazatért. Kora este az egész falu apraja-nagyja a közösségi házba volt hivatalos. Itt átadtuk az ajándékot a falu nevében, majd megtekinthettünk a jegenyei fiatalok előadásában egy vidám színdarabot. A hangos nevetés alapján arra a következtetésre jutottam, hogy nem csak az én tetszésemet nyerte el a vidám történet.

A nap fénypontjaként pedig következett a hajnalig tartó BULI. Nagyon jó hangulat uralkodott végig. Roptuk a táncot, minden korosztály aktív részvételével.

Sajnos nagyon hamar eljött a hétfő, és indulni kellett haza. Köszönjük, hogy fogadtak minket jegenyei barátaink! Reméljük, hamarosan találkozunk!

Szőke Erzsébet

Óvodai aktualitások

Intézményünk örömteli hírekről értesítheti Sárisáp község lakóit. Óvodánk udvari játékkészlete 2009. július 14-én új EU normáknak megfelelő eszközzel „kötél piramissal” bővült.

Az óvoda udvara tavasszal a „Dolgos délelőtt” felhívás keretében átalakult. A lelkes szülői, nagyszülői, óvodai segítők széppé, esztétikusabbá varázsolták környezetünket.

Önkormányzatunk által nyert KEOP pályázat keretében korszerűsíthetjük a fűtésrendszert, új nyílászárókat vásárolhatunk, és az óvodai külső is üde színfoltként fog megjelenni Sárisáp község központjában.

Sikeres pályázatunkon bővíthettük óvodánk könyvtárkészletét.

A felújítási munkák miatt intézményünk 2009. július 20-tól 2009. augusztus 23-áig zárva tart. Lehetséges, hogy a munkálatok elhúzódnak, így kérjük a kedves szülők megértését, igyekszünk újra a megújult környezetben fogadni a gyerekeket.

Szép nyári napokat, jó pihenést kívánunk óvodásainknak és családjaiknak.

*Lakics Gyuláné
tagintézmény-vezető*

Kedves leendő első osztályosok!

Néhány nap múlva vége a nyári szünetnek, s számotokra is elkezdődik az iskolai élet. Remélem izgatottan várjátok az első tanítási napot, ahogy én is. Szeptember elsején fél nyolc után találkozunk az óvodában, és onnan az óvó nénikkel és a szüleitekkel együtt átmegyünk az iskolába, ahol nyolc órákor kezdődik a tanévnyitó ünnepség, majd az első tanítási nap.

Addig is játszatok még sokat, élvezzétek a nyarat!

Kedves Szülők !

Arra kérem Önöket, hogy kísérjék el gyermeküket a tanévnyitó ünnepségre. Az óvodai élet után nagy változást hoz majd a tanulás, az első néhány hét általában nehéz a gyerekeknek, ugyanúgy, mint mikor az óvodát kezdték. Ilyenkor nagyon fontos, hogy a szülők türelemmel, nagy odafigyeléssel segítsenek gyermeküknek. Ez természetesen az egész tanév folyamán szükséges!

Kérem, hogy az első tanítási napra a könyvekre és az eszközökre írják rá a gyerekek nevét és óvodai jelét (a beiratkozásnál kaptak egy listát a szükséges eszközökről). A füzetcsomagot első nap megkapják a gyerekek az iskolában, ebben lesz korong, papír számegegyes és színes papír is, így ezeket nem kell venni.

A szünet utolsó napjaira jó pihenést, feltöltődést kívánok gyerekeknek, szülőknek egyaránt!

Találkozunk szeptemberben!

*Pflugerné Tolnay Tímea
tanító néni*

Különleges kerti parti az Idősek klubja nappalijában

Egy különleges kert szépségeit élvezhetik az idősek klubjának tagjai. Tágas, füves udvar, árnyas fák, romantikus padok, párnázott hintaágyak teszik kellemessé ezt a pihenőhelyet.

Egy igen fontos dolgot még nem is említettünk, még pedig azt, hogy a kialakított tűzrakó helynek milyen nagy jelentősége van. Gondolnak egyet a tagok és másnapra már meg is szervezik a szalonnasütést. Így történt ez egy júliusi napon is, amikor már egy hete minden délután esett az eső, de csak délután. Ez a Medárdi idő a mi délelőtti programunkat nem fogja zavarni - gondoltuk. Persze másnap reggel dörgött és villámlott, de a szalonnasütést már nem halaszthattuk el. Jól fogjuk érezni magunkat a nappali szobában – döntöttük el gyorsan és hozzá is láttunk a szoba átrendezéséhez. Teljesen szabaddá tettük a helyiséget, asztalokat sorakoztattunk fel, egyik faltól, a másikig. Előkerültek a székek, asztalterítő és mindenféle finomság a sütéshez.

A nehéz ételek mellé könnyű finom bor is jutott az asztalra. Valami még hiányzott. Senki nem lett füstszagú és a sült szalonna illatát sem éreztük.

De mire valók a férfiak? - arra, hogy teljesítsék a kívánságainkat! Szemerklő esőben lopva tüzet raktak a férfi klubtagok és ki-be szaladgáltak a nyers és sült szalonnával, hogy mindenkinek jusson a finom falatból. Evés után dalolásba kezdtünk és sikerült még a felhőket is eloszlatni.

A nap különlegessége ezzel még nem ért véget, mert délben újra a nappali szobában terítettünk és itt szolgáltuk fel az ebédet és a kávékat is. Étteremben éreztük magunkat.

Az idősek klubjában az egészséges életmódra is hangsúlyt fektetünk. Következő programunk egy „Egészségnap” volt július végén. Lehetőséget biztosítottunk vércukorszint ellenőrzésre, vérnyomás- és testsúlymérésre. Előadás keretében növényi alapú táplálék kiegészítőkről hallottunk. A délelőtt végén friss gyümölcsökkel kínáltuk vendégeinket.

Ha a kedves olvasónak felkeltettük érdeklődését, látogasson meg bennünket, szívesen fogadjuk.

*Szociális Alapellátó Szolgálat
Sárisápi Telephelyének dolgozói*

Táplálkozási szokások

Az egészséges táplálkozás életmódunk fontos meghatározó tényezője, igen sok betegség kialakulásának megelőzésében segíthet.

Az elhízás korunk egyik népbetegsége, számos további betegség forrása, okozója lehet. Ilyen a magas vérnyomás, a cukorbetegség, az emelkedett vérzsírok, a koleszterin. Az esetek többségében az elhízás kórokaik között az örökletes hajlam, a táplálkozási szokások megváltozása, a mozgásszegény életmód vélelmezhető. Tekintettel a téma igen gaz-

dag irodalmára, illetve a jelen írás korlátozott terjedelmére, most csak a fiatal, illetve a gyermekkori elhízást szeretném kiemelni.

A gyermekkori elhízás világjelenség, egyre nagyobb méreteket ölt, a jövő generáció egészségügyi problémáinak igen nagy hányadéért felelős. Számomra szülőként, és egy közösség orvosaként is felelősséget jelent a lakosság felvilágosítása, ami egyben a kötelességem is. Nemzetközi statisztikák szerint az elhízott gyermekek százalékos aránya a '60-as, '70-es évek óta az USA-ban megháromszorozódott, kisebb hazánkban megduplázódott az utóbbi 20 év folyamán. Érdekességként megemlíteném, hogy szoros összefüggés mutatható ki a hazai gyorséttermek elterjedése, és az elhízás között. Ezen tendenciát nagyban befolyásolja a média által erősen befolyásolt táplálkozási - fogyasztói társadalommá váltunk! - szokások megváltozása is. Gyermekeink viselkedési normáit, mintáit már nem a család, mint modell, sokkal inkább a médiában közvetített információk befolyásolják, alakítják.

Ez igen nagy befolyást jelent a jelen és jövő generáció egészségi állapotának alakulása szempontjából is. Gyermekeink, de sok esetben a mi viselkedési modelljeink is már régóta nem a szüleinktől örökölt értékek megőrzését tükrözik, és itt nem csak a táplálkozásról van szó.

A többgenerációs családmódel megszűntével a szülők, nagyszülők értékes hosszú évszázadok alatt kialakult hagyományai helyett a jelen kor rohanó világát, valamint táplálkozási szokásait, és a fogyasztói társadalom elvárásait, értékrendjét tükrözi. Ezen torz értékrend kialakulásában azonban nemcsak a média, hanem a mi felelősségünk is igen nagymértékű. Sokszor csak a saját kényelmünk miatt könnyebben hajlunk - gyermekeink unszolása, kívánsága szerint rájuk hagyni, hogy a gyorséttermek, illetve menzák, házhoz szállított készételek elterjedése következményeként a tápanyagokban, ásványi sókban, vitaminokban igencsak szegényes ételek, sok esetben az általunk is köztudott kifejezetten egészségünket károsító ételek tegyék ki gyermekeink étrendjének nagy részét. Ennek megfelelően a gyermekeink komoly egészségkárosító táplálkozásáért mi magunk vagyunk felelősek. Sajnos így gyermekeink nemcsak elhízottá, de közben alultápláltakká is válnak. Ez első hallásra ellentmondásosnak is tűnhet, de ha belegondolunk, a fejlődő szervezet egészséges fejlődéséhez igen fontos fehérjék, esszenciális zsírsavak, ásványi sók hiányára, az általunk oly kevésbé ismert adalékanyagok káros hatásaira, már nem is olyan nagyon érthetetlen. Az alultápláltság első jelei gyermekeink szellemi és fizikai teljesítő képességeinek csökkenésében nyilvánulnak meg, valamint az egyre gyakrabban és erősebben jelentkező ingerültségben és agresszív magatartásban.

Végzőként szeretném az Önök figyelmét felhívni arra a régi igazságra, hogy mint a mondás is tartja: ki mint veti ágyát, úgy alussza álmát. Aki szelet vet, vihart arat; addig igyekezzünk gyermekeink étkezési szokásait a jó irányba befolyásolni, amíg ízlésük még befolyásolható. A jövő generációknak ugyanis ők már ezen értékrendjüket adják tovább, így az általunk akár tudatlanságból vagy csak kényelemből fakadó rossz táplálkozási szokások sokkal hosszabb távon alakítják gyermekeink, unokáink egészségét, mint amennyire az jelenleg számunkra nyilvánvaló. Az általam már sokszor emlegetett „józan paraszti ész”, illetve szüleinktől örökölt viselkedési normák - így az étkezések is - továbbadása nemcsak lehetőségünk, de kötelességünk is egyben. Újra végigolvasva cikkemet, levontam belőle számomra a tanulságot: többet kell törődnöm a magam, a családom, a gyermekeim egészséges táplálkozási szokásainak kialakításával, valamint a rám bízott közösség felvilágosításával, mint eddig ezt tettem, és egyben fogadalmat is tettem, hogy ezt mindig szem előtt fogom tartani, és következetesen igyekszem fogadalmam betartására. Erre buzdítom Önöket is, és egyben szeretnék ezúton kívánni kellemes ünneplést, de ez alatt se feledkezzenek meg a fent leírtakról, és áldozzanak időt, pénzt a saját családjuk, ezen keresztül gyermekeik, unokáik leszármazottaik egészségére, a táplálkozási szokásaik jó irányba történő alakításával is.

*dr. Pásztor Tibor
házi orvos*

Annayölgy és Sárísáp Kertbarátainak és Borbarátnőinek Egyesülete

Tisztelt „öntevekeny” Kertbarátok!

A nyár folyamán folyamatosan örvendhetünk munkánk gyümölcsének, hisz egy gondosan megtervezett kiskertből a család zöldség- és gyümölcsigényének nagy részét kielégíthetjük.

A ZÖLDSÉGESKERTBEN az augusztus a betakarítás hónapja, a paradicsom és a paprika fő szezonja, az eltevések, befőzések ideje. A krumplit és a hagymát fel lehet szedni, miután a száraik elszáradtak. A felszabadult területekre vethetünk még télálló spenótot, salátát, feketeretket, madársalátát. Ekkor kell vetni az áttelelő hagymát is. A másodvetésnél figyeljük a locsolásra, mivel az augusztusi melegben hamar kiszárad

a talaj felszíne és elégnék a csírázásban lévő növények.

Szeptemberben szedhetjük az őszi karfiolt és a brokkolit. A másodvetésben elvetett babot, uborkát is most célszerű télire tartósítani, lefagyasztani.

Még vethetünk ebben a hónapban madársalátát, amely kora tavasszal (február – márciusban) már szedhető. A legkorábbi zöldhagymát a szeptemberben elültetett dughagymából biztosíthatjuk. Ültethetünk őszi fokhagymát is pár gerezdet, biztonsággal áttelel. A bim-

bós kel, a póréhagyma és a leveles kel télálló zöldségfélék, a szabadban telelhetnek, és még a kellemes, késő őszi napokon is fejlődnek.

A gyökérzöldségeket ne szedjük fel túl korán, mivel még sokat fejlődnek az őszi folyamán. A sárgarépat az első fagyok előtt szedjük fel, a petrezselyem hidegtűrő, ha bennmarad pár tő a földben, az enyhe téli napokon szedhető.

A VIRÁGOSKERTBEN augusztusban ültethetjük át az elvirágzott évelő növényeket, mert így ősziig ismét kellőképpen be tudnak gyökeresedni. Átültetéskor tőosztással szaporíthatjuk a legtöbb évelő virágot. A muskátli, a hibiszkusz, a leánder, a fukszia most dugványozható a legeredményesebben. A dugványok gyökeresedését elősegíti, ha műanyag zacskót borítunk följük a párolgás mérséklése céljából.

A rózsákat rendszeresen tisztítsuk meg az elhervadt virágoktól és próbálkozhatunk a dugványozással is. Az oltott rózsatövek hosszabb ideig megmaradnak kertünkben és hamarabb bokrosodnak, a szárazságot is jobban átvészelik.

A díszcserjéket nyírjuk meg. Megpróbálkozhatunk a bukszus, a borostyán és másféle örökzöld cserje, valamint a törpe és kúszórózsák szaporításával is. A levágott arasznyi hajtásokat lelevelezzük és gyökereztető hormonporba mártjuk, majd keményre nyomkodott nyirkos homokba eldugványozzuk és befőttesüveggel leborítjuk.

A nyáron kiégett gyepfelületeket - ahol a csapadék után se hajtott ki a fű - most felülvethetjük. Állandó locsolás mellett így még a fagyok beállta előtt le lehet nyírni.

Szeptember a tavaszi nyíló évelő hagymás virágok ültetési ideje. A tulipánhagymákat ráérünk október közepéig kiültetni, de a nárcisz, jácint, gyöngyike és a harangvirágú scilla most kerüljön földbe. A kisebb hagymákat 5-8 cm mélyre, a nagyobbakat 10-15 cm mélyre ültessük. A szeptember a legmegfelelőbb az évelő cserjék, bokrok, örökzöldek, sövények ültetésére.

A gyep összefilcesedett, elmohásodott felszínét lazítjuk fel. A kopasz foltokba vessünk fűmagot, mely gondos locsolás mellett hamar kikel és megerősödik a fagyokig. Szeptember végén nyírjuk utoljára a gyepet kb. 6 cm hosszra. Az új fűtelepítésre a legalkalmasabb ez a hónap.

A GYÜMÖLCSÖSBEN augusztusban a korai alma és körtefajták már szüretelhetők, a szilva is kékül. A bőséges termés lehúzhatja az ágakat, melyek alátámasztás nélkül lehasadnak. A fekete szeder gyűszűméretű fényes-fekete gyümölcseit csak akkor ajánlatos szüre-

telni, ha teljesen beértek, és könnyen leválnak a kocsányról.

A szőlőben a hónaljajtások ismételt kurtításán, és a támasztékon túlnyúló hajtásrészek levágásán kívül leszedhetők azok a levelek is, amelyek túlságosan beárnyékolják a fürtöket.

A letermett málnavesszőket távolítsuk el. Ribizlibokrainkat szabadítsuk meg a 3-4 éves öreg hajtásoktól. A gyümölcsfák ágain és törzsén fejlődő vízajtásokat többől vágjuk le. Csak azokat hagyjuk meg, amelyekből esetleg pótolni tudjuk a korona hiányzó részeit.

Az augusztus végén kiültetett számóca palánták meggyökeresednek, jól átvészelik a tél megpróbáltatásait és jövő tavasszal már teremnek is.

Szeptemberben a szőlőben, ha nem igyekezünk a szürettel vagy a védekezéssel, akkor a darazsak megelőznek. Szüret előtt a présházat ajánlatos kimeszteni, a hordókat és edényeket elmosni. A gyümölcs tárolására szolgáló rekeszeket, ládákat szintén mossuk ki, majd a napon szárítsuk meg, így elejét vehetjük a tárolási betegségeknek. Folytathatjuk az augusztustól folyamatosan érő szilva, körte és alma szedését, amelyek akkor érettek, ha a termés egyetlen csavarással leválik a fáról. A gyümölcsöket célszerű a szárukkal együtt tárolni, mert így tovább eltarthatóak.

Bízom benne, hogy a korábbi évekhez hasonló nagy nevezési részvétel és érdeklődés fogja kísérni augusztus 15-16-án Sárísápon a már hagyományörző 9. Virág- és Terménykiállítást. Készülünk közösen, legyenek Önök is minél többen kiállítói a rangos rendezvénynek. Számítunk a kívülállók részvételére is! Hozzák el a Sárísápi Művelődési Házba **augusztus 14-én, pénteken 9-16 óra között** saját természetű és bemutatásra alkalmas növény- és virág különlegességeiket.

Kiállításra kerülhetnek:

- virágok, kertészeti termények, fűszernövények, gyümölcsök, befőttek, lekvárok,
- borok, pálinkák, borversenyen szerzett oklevelek és díjak,
- mezőgazdasági régi és új munkaeszközök, illetve
- mezőgazdasági motívumot bemutató dísz tárgyak, festmények, stb.

A kiállítókat részvételi oklevéllel jutalmazzuk.

Borkóstoltatásra és gyümölcsök felhasználásával készített sütemények (gasztronómiai termékek) kínálására is szívesen vesszünk kizárólag saját készítésű termékekből felajánlásokat, akár a termelő kínálásával is augusztus 15-én.

Ismét meghirdetjük a „Sárísáp legszebben parkosított udvara és gondozott kertje” címért folyó vetélkedést. Az eredményhirdetésre augusztus 15-én kerül sor a kiállítás megnyitásakor.

Legyenek aktív részesei rendezvényeinknek, szeretettel várunk minden érdeklődőt!

*Schummel Tamás
elnök*

Nyugdíjas hírek

Hamarosan elszalad a nyár, itt lesz az Új kenyér ünnepe, gyerekeinknek is kezdődik a sulis, és jön a szeptember első vasárnapja, a Bányásznapi, immár 59. alkalommal.

Vezetőségünk megkezdte a felkészülést az ünnepre. Ezen a napon a négy éve működő vezetőség újraválasztására is sor kerül.

A Bányásznapi időpontja: 2009. szeptember 5. (szombat)

15³⁰ koszorúzás a temetői bányászsiroknál 16⁰⁰ koszorúzás a Bányászemlékműnél

utána a Művelődési Házban

- bányásznapi megemlékezés,
- jubileumi kitüntetések, segélyek átadása,
- a vezetőség újraválasztása,
- megvendéglés (vacsora, ital)

EZÚTON IS KÖSZÖNTJÜK A 60 ÉS 50 ÉVE SZAKSZERVEZETÜNK TAGJAIT.

60 éve tagok: Egri Benjamin, Gurin Ferenc, Karászek Imre, Magyarfalvi József, Motesiczki Ottó.

50 éve tagok: Drága Bálint, Friedrich József, Gurin János, Gyarmati Ferenc, Kollár József, Kollár Józsefné, Kreisz József, Lung Györgyné, Varga Lászlóné

Tisztelettel kérjük tagságunkat, hogy a lehető legtöbben vegyenek részt az ünnepségen és a taggyűlésen. Meghívónkat a Kábeltévé hasábjain is elolvashatják és a község központi helyein kihelyezett hirdetőmenyeken.

Mindenkit szeretettel vár a vezetőség!

*Jánosi József
elnök*

Hogyan is volt?

Emlékképek a sárisápi színjátszó csoport életéből

Felvetődik bennem a kérdés: Vajon miért nincs mostanság színjátszó társulat községünkben? Hiszen vállalkozó szellemű fiatalok mindig lennének, sőt sokan szívesen szerepelnének a régiek közül is. Egy ízben megkaptam rá a választ: csak „hivatalos” színész nevével működhetne a dolog. Pedig azok az emlékezetes évek!

Az 1950-es évek elején indult útjára a színjátszás Sárisápon (a háború előtti években is adtak elő színdarabokat, de azokban én még nem szerepeltem). Nagy szerepek, nagy gondolatok elevenedtek meg, s a szereplők óriási energiával, lelkesedéssel álltak fel a színpadra: Zgyerka Pál, Tavaszai Sándor, Vass József, Gömzsik Ferenc, Gurin Károly, Gémesi Gyuláné Annuska, Király József, Galba János és József, Galbáné Márka, feleségem Krisztina és jómagam, hogy néhány nevet említsek közülük.

Akkoriban még a régi mozi volt a kultúrház, ott játszottuk a darabokat. A kultúrigazgató Holencsik Gergely volt. Mindig ott volt a falu apraja-nagyja. A szülők, hozzátartozók áhítattal, élvezettel nézték az előadást. Molière: Fösvény című darabjában én még nem szerepeltem, ekkor kerestek fel, hogy játsszak el egy komikus szerepet a Peleskei nótárius című énekesverses darabban. Ebben Vass Jóska volt a nótárius, és többek közt szerepelt benne id. Kollár Károly is.

Majd jött Petőfi János vitéze 1955-56-ban. Én akkor 34 éves voltam. Mekkora siker volt! Szövegét Heltai Jenő, zenéjét Kacsóh Pongrác írta. Szép díszlet készült hozzá, a ruhákat Pestről a jelmezkölcsönzőből hozták.

A zenekarvezető Zdosek János volt. Ebben a három felvonásos daljátékban Tavaszai Jóska volt a főszereplő: Kukorica Jancsi, Motesiczki Ottóné volt Iluska, Vass Jóskaé volt Bagó szerepe, Üveges Gáspár volt a huszár őrmester, én játszottam a francia király szerepét, Galba Jánosné, Mária pedig a francia király lányát. Feleségem Krisztina volt a mostoha, mivel ezt a szerepet senki nem akarta elvállalni. A tündérlányok és legények a falu fiataljai voltak. A színdarab Tavaszai Jóska (Kukorica Jancsi) jelenetével kezdődik, énekelve, ostorával nagyot csattintva lép ki a színpadra: „Én a pásztorok királya legeltetem nyájam...” - közben a zenekar kíséri. Amikor a darabban meghal Iluska, Bagó (Vass Jóska) elkezd szomorúan énekelni, előke-rülnek a zsebkendők, s a nézők meghatódva, sírva hallgatják őt.

Későbbi darabok a Néma Levente, a Csértaldói vásár, Molnár Ferenc: Olimpia című darabja, majd 1958-60-ban játszottuk Bródi Sándor Tanítónő című darabját, amely szintén nagy siker volt. Ebben az egész családom szerepelt, feleségem és gyerekeim: Zsuzsa, Kata és Jani is. A tanítónőt Ujasi Jánosné játszotta, partnere Gurin Károly volt. További szereplők: Vass Jóska, Karászek Jóska, Karászek Imre, Galbáné, Lovasi Ferenc, a tanulók szerepeiben pedig: Gurin Annuska, Karászek Annuska, Szegvári Laci és Jurásek Sanyi. Handlovába, Tatabányára, és a környező falvakba jártunk szerepelni. Később Gurin Ferenc lett a kultúrigazgató (már az új művelődési házban). Az ő

vezetése alatt rendszeresen adtunk elő darabokat, sőt, vendégművészeket, ismert előadókat is meghívott szerepelni. Később aztán sajnos széthullott a színjátzó csoport. Néhány alkalom még adódott vendégszereplésre, például Annavölgyön a Mágna Miska c. operettben.

Végezetül még annyit, hogy jó lenne ezeket a darabokat, jeleneteket, vagy legalább néhány nótát, verset feleleveníteni, emlékezzünk csak vissza a 2000-ben megrendezett Ki mit tud?-ra, mekkora sikere volt!

id. Bérczi János

IN MEMORIAM

Szomorú szívvel jelentem és közlöm a község lakosságával, hogy a sok sikeres szereplés és működés után ez év elején megszűnt a Sárísápi Bányász-kórus. Ha a megszűnés okait keressük, röviden megállapítható a tagok elöregedése, az utánpótlás hiánya, de belejátszik az a tény is, hogy a szénbányászat megszűnt a dorogi körzetben. Tekintve azt, hogy a kórus tagjai kezdetben a bányászok, azok feleségei és gyermekei voltak. A kórus 1968 év elején alakult, és 2009. év elején szűnt meg. Élt 41 évet. Szólnom kell a megalakulás körülményeiről, az előzményekről, amelyeknek köszönhetjük, hogy a Bányász Vegyeskórus megkezdte működését.

A sárísápi bányászok körében már évtizedekkel korábban élt a kórus alakítás gondolata. Az 1930-as év elején Németh József pedagógus a helybeli iskola tanulóiból alakított egy kórust azzal a céllal, hogy az akkori ünnepségeken szerepeljen és annak színvonalát növelje. A mai kórus magját azok a tagok biztosították, akik az iskolai kórusban szerepeltek.

1945 után alkalomszerűen, szereplés előtt 1-2 próbával összeverbuválódtak a dalolni tudó és szerető bányászok és felléptek az ünnepségeken. Az alkalmi kórusvezetők Nánási János, Gyarmati Pál, Zgyerka Pál és jómagam, Csepregi Miklós és Nagy Tibor voltak.

1967 év végén a Szakszervezetek Komárom Megyei Tanácsa felhívta főleg a bányász-községek művelődési ház vezetőit, hogy alakítsanak kórusokat, ehhez ők anyagi támogatást is biztosítanak. Mi éltünk ezzel a lehetőséggel. Felkerestem Esztergomban a Tanítóképzőben Gajdár László énektanár urat, hogy vállalná-e egy bányász-kórus vezetését. Ő ezt örömmel vállalta, s így mód nyílt működésre.

1968. január 2-ára a meghívott 60 főből 42-en eljöttek, vállalták a szereplést és a próbákon való megjelenést.

A kórus alapító tagjai a következők voltak: Bíber József, Csepregi Miklós, id. Fogas János, Fogas Jánosné, ifj. Fogas János, id. Garami Gyula, Garami József, Garami Józsefné, Gémesi Gyuláné, Gurin Anna, Gurin Ferenc, Gurin Imre, Gurin Károly, Gyarmati Pál, Hajnik Ferenc, Haracska Józsefné, Hubacsek Anasztázia, Hubacsek István, Jurasek Erzsébet, Jurasek József, Kanóczki Béla, Kanóczki János, Knyazovics Károly, Korompai Ferencné, Kurucz Mária, Lakatos László, Lovasi Anna, Lovasi Mária, Ludmann Erzsébet, Ludmann Júlia, Máté János, Motesiczki Andrásné, Motesiczki Ilonka, Nagy Jánosné, Sipeki Jenőné, Skrek Károlyné, Solymári Judit, Üveges Józsefné, Varga Anasztázia, ifj. Vass József.

Ettől kezdve hetenként a keddi napon megkezdődött a rendszeres próba és a kitézött művek betanulása. A kórus gyorsan fejlődött, mivel tagjainak legnagyobb része már korábban is énekelt az alkalmi kórusban.

Megalakulás után négy évvel 1972-ben a Tatán megrendezett megyei találkozón a kórus az „Ezüstkórus” minősítést érte el. Ezt a kórus tagjai nagy örömmel fogadták.

1973. április 30-án ünnepi műsort adott a kórus a zsúfolásig megtelt Művelődési Házban, amikor a Komárom Megyei Szakszervezeti Tanács képviselőjében Pákozdi Antal a központ elnöke és Pálfy Lajosné SZMT Agitációs Osztályának vezetője az „Amatőr Művészeti” díjat adta át méltatva a kórus eredményes munkáját.

Említésre méltó esemény, hogy Bárdos Lajos az országosan és világviszonylatban is elismert zeneszerző több ízben jött el hozzánk, mindig szeretettel fogadtuk.

Nagyon jó barátság alakult közöttünk, különösen akkor, amikor Póczonyi Mária lett a karnagyunk. A híres zeneszerző két művel ajándékozta meg a kórust. Dr. Varga Gyula a „Bánya” című versét zenésítette meg, majd Nagy László költő „Jó szerencsét” című versének megzenésítésével örvendeztetett meg bennünket. Ezeket a műveket sokszor büszke örömmel énekeltek, mert a híres zeneszerző ezeket nekünk írta.

Nagy eseményt jelentett a kórus életében az 1981. év.

A Dorogi Szénbányák Igazgatósága és Szakszervezeti Bizottsága felkérte a sárísápi és a tokodaltárói testvérkórusokat arra, hogy függetlenségük megtartása mellett működjenek együtt, mint a „Dorogi Szénbányák Egyesített Kórusa”.

Így 70 fővel Hunyadi Zoltán karnagy úr vezényletével létrejött az Egyesített Kórus, mely hosszú éveken át a megye legjobb bányász együttese lett. A műsorokon rendszerint a záró szám a miénk volt. Bár a bányászat megszűnésével az „Egyesített kórus” befejezte tevékenységét, a jó barátság továbbra is megmaradt, mivel mind a két kórusnál jelentkezett a létszámihiány, s így együtt jobban tudtunk szerepelni. Ez így volt 2009 év elejéig.

Fiatalabb dalosaink közül öten átjárnak Tokodaltáróra a próbákra és a fellépésekre.

Hogy értékelni tudjuk a Vegyeskórus 41 évi tevékenységét néhány statisztikai adatot érdemes felsorolni. Ezt a tevékenységet a kórusban Pécskei József annavölgyi dalostársunk végezte, akinek köszönetet mondunk ezért.

Lássunk tehát néhány mutatót, amely megvilágítja a kórus tevékenységét.

41 év alatt Magyarországon 57 településen, és 10 külföldi településen léptünk fel. Ebből 9 alkalommal Szlovákiában, egy alkalommal Bulgáriában. Országos dalos találkozók Szombathelyen, Várpalotán, Győrben, Szolnokon (rádiófelvétel) Dorogon 7 ízben, Nyíregyházán, Kazincbarcikán. Megyei dalostalálkozókon 14 esetben, bányász kórusok megyei találkozóján 8-szor.

Temetéseken 23 alkalommal búcsúztunk volt dalostársainktól és egyes vezetőktől. Az esküvői szereplések száma 11 volt.

Templomokban itthon és külföldön 8 esetben szereplünk.

A betanult dalok száma 241 volt, a szereplő énekesek száma 132 fő. Az alapító tagok közül hárman énekeltek végig a 41 évet. Rajtam kívül Gurin Károly és Haracska Józsefné.

A 2008 évi falunapon az önkormányzat által adományozott „Sárisápért” kitüntető címet vehettük át.

Végezetül köszönetet kell mondanunk a szereplő dalosokon kívül a Bányász Szakszervezeteknek, az önkormányzat képviselőinek, a Dorogi Szénbányák Igazgatóságának, a megyei vezetőknek, a tokodaltároi dalostársainknak, vezetőjünknek Világi Ildikónak, a 6 karnagynak, akik név szerint Gajdár László, Póczy Mária Tóth József, Kovács Géza, Hunyadiné Nemes Emma és Hunyadi Zoltánnak, aki több évtizeden át vezette a kórust és hetenként kiutazott Sárisápra. Nagy szorgalommal, fáradságot nem ismerve, sokszor igen szigorúan tanított bennünket a dalok szeretetére, a pontosságra, sokszor az erőnket meghaladó nehéz művek betanulására. Néha előfordult, hogy félévi próba kellett hozzá, amikor egy-egy mű előadhatóvá vált. Utóiratként még annyit, hogy 3 naplóban a kórus minden fellépése szövegesen, fényképekkel ellátva megvan nálam, melyet a Művelődési Házban lévő Bányász Múzeumnak adok át, azzal a kéréssel, hogy őrizzék meg az utókor számára.

*Jó szerencsét!
Gurin Ferenc
alapító tag*

Szemelvény a Nyugdíjas Klub életéből!

A legutóbbi kiemelkedő programunk Somogyvámos, Krisnavölgy meglátogatása volt, melyre sajnos csak kevesen mentünk el, de az itthon maradottak bizony egy nagy élménnyel lettek szegényebbek.

Krisna-völgy a magyarországi Krisna-hívők központja, a gyönyörű, lankás Somogy közepén, szépséges környezetben. Odaérkezésünkkor meglepetten néztük, mintha Indiába csöppentünk volna.

Látványos, színpompás település fogadott bennünket. Idegenvezetőnk végigkalauzolt bennünket, elmesélte vallásuk történetét, és minden kérdésre alapos választ adott.

Jellegzetessége a központnak az önellátás, saját biokertészettel, tehenészettel, sőt még iskolával is rendelkezik. Megvalósították

a független életet, minden számunkra természetes szolgáltatás nélkül, mint a villany, a gáz és a vezetékes víz.

Nagy élmény volt a kirándulás, és akit bővebben érdekel a téma, az keresse fel a: <http://krisnavolgy.hu> vagy a www.vegavarazs.hu....linkeket.

A kirándulást egy kellemes fürdőzés zárta Igalon. Feltöltődve a sok élménytől, elpilledve a fürdözéstől tértünk haza!



Ételek olcsón a takarékoság jegyében

Mákvirág kalács



Hozzávalók:

50 dkg liszt, 4 dkg élesztő, 3-4 dl langyos tej, 3 ek. porcukor, 1 mk. só, 2 ek. olaj.

Töltelék: 5 dkg olvasztott vaj, 8-8 ek. darált mák és porcukor, vaníliás cukor, reszelt citromhéj. A tészta hozzávalóiból kelt tésztát gyúrunk. Az élesztőt felfuttatjuk kb. 1 dl cukros-langyos tejben. Mindent hozzáadva közepesen lágy tésztát készítünk. Jól kidagasztjuk, liszttel meghintjük, letakarjuk, majd meleg helyen kétszeresére kelesztjük. Mikor megkelt, lisztezett lapon, kb. 30x40 cm-es lappá nyújtjuk. Meglocsoljuk az olvasztott vajjal, elkenjük, rászórjuk a mák és a porcukor keverékét. Feltekerjük, koszorúba hajtjuk és kb. 2-3 ujjnyi vastagon bevagdossuk, a szeleteket kifordítjuk. Tojássárgájával lekenjük, forró sütőben pirosra, ropogósra sütjük. Sütési idő kb. 25 perc.

Tócsni - szalonnával / ahogy én készítem

Hozzávalók:

1 kg burgonya, 3 tojás, 4 evőkanál tejföl, 20 dkg liszt, 1 db vöröshagyma, 10 dkg baconszalonna, 4 gerezd fokhagyma, só, bors.

Elkészítés:

A burgonyát nyersen lereszelem, hozzáadom a tojásokat, az apróra vágott vöröshagymát, az összezúzott fokhagymát, a tejfölt, az apróra vágott szalonnát. Sóval, borssal ízesítem, végül hozzáadom a lisztet. Serpenyőben lassú tűzön megsütöm minkét oldalát. Tejföllel, reszelt sajttal tálalom.

Molnár Sándorné

SÁRISÁPI

BÁNYÁSZ

SPORTEGYESÜLET

LABDARÚGÓSZAKOSZTÁLY!

Tisztelt Sárисápi lakosok, Támogatóink, Szurkolóink! A 2008-2009-es bajnokságot értékelve nem lehetünk teljesen elégedettek. Az U-16-os és U-19-es fiataljaink az esetek nagy többségében már méltó vetélytársai voltak a már évek óta NB III-as szinten nevelkedő ellenfeleiknek. A rengeteg munka eredményeként már sikerült szép győzelmeket is aratni, és már nem a mi csapataink zárják a mezőnyt. Természetesen van még hova fejlődni, de ha ilyen ütemben fognak előre lépni, mint az elmúlt évben, akkor sok örömet fognak okozni nekünk és szurkolóinknak egyaránt. Köszönet illeti őket, amiért tisztességgel tették a dolgukat. Természetesen elismerés jár az őket irányító szakembereknek is, nevezetesen Cserna Jánosnak és Hegyi Csabának. Mivel a tavaszi szezon második felétől Hegyi Csaba vette át a felnőtték irányítását, az ifistákkal Nagy Ferenc dolgozott tovább.

Felnőtt csapatunknak nem sikerült teljesíteni a célkitűzést. A bennmaradás ugyan sikerült, de a képességek alapján az első nyolc közé vártuk őket. Mivel olyan mérkőzéseken maradt el a siker, amelyeken kötelező lett volna, Nagy Zsolttal és Burkodi Sándorral közösen a váltás mellett döntöttünk. Ezután egy borzalmasan nehéz végjáték következett, hiszen rengeteg sérülttel kellett kivívni a bennmaradást a tabella első felével szemben. Ebben oroszlánrészt vállaltak azok a fiatalok, akiket Hegyi Csaba a sérültek helyére felhozott az ifiből. Örömhír, hogy helyi, illetve helyi nevelésű fiatalok szép számmal szerepeltek a csapatban, hiszen Győri Zoltán, Jurásek Károly és Mali Gábor, amíg egészségesek voltak szinte alapembernek számítottak, de Jurásek Zsolt és Ligeti András is sűrűn kaptak játéklehetőséget. A végére csatlakozott hozzájuk Bercsényi Mihály és Kanóczki

András is. Büszkék vagyunk rájuk és bízunk a jó folytatásban a hamarosan kezdődő bajnokságban.

Az átigazolási időszakban távozott a csapattól Bognár Imre, Ebedli Zoltán, Kiss Gábor, Makutima Noah, Molnár József, Nagy Attila, Ságodi Szabolcs, Szabó Norbert, Sztranyovszky Márk és Szemán Lajos. A távozók pótlására érkezett Bazsika Norbert, Mohácsi Rudolf, Molnár Dániel, Molnár István, Pap Dávid, Pisont István, Simon Viktor, Szító Péter és Vécsei Dávid. A fenti felsorolásból egyértelműen kiderül, hogy a csapat gyakorlatilag teljesen kicserélődött. Szerencsére maradt egy fiatal és jó gerinc, akikhez sikerült szintén fiatalokat és Pisont István személyében egy rutinos játékost is igazolni. Ezekkel a fiatalokkal megpróbálunk egy hosszú távú csapatépítést elkezdni, ezért többéves szerződéseket kötöttünk a csapat nagy részével, mivel szeretnénk elejét venni a játékos-vándorlásnak. Sajnos nagyon kevés idő áll rendelkezésre az edzőnek, hogy a rengeteg új játékosból egy egységes csapatot gyűrjön, ennek ellenére bízom a fiúkban. Kérem szurkolóinkat, támogassák ezt az új társaságot, én hiszem, hogy hosszú távon meg fogják hálálni a bizalmat.

Szurkolóinknak szeretném megköszönni az elmúlt szezonban nyújtott támogatást. A szövetség által elkészített statisztika szerint az egész évet figyelembe véve szurkolóink létszámát tekintve a második helyen végeztünk. Ez egy óriási dolog, amely plusz erőt kell, hogy adjon az elmúlt évinél jobb szereplésre. Ezekkel a gondolatokkal kívánok mindenkinek jó szórakozást, jó szurkolást a SÁRISÁP-SIKÉR labdarúgó csapatának mérkőzéseire.

Tittmann János
SE elnök

TEKESZAKOSZTÁLY

A 2008-2009. évi bajnokságban - az elmúlt évihez hasonlóan - a negyedik helyet sikerült megszereznünk. Neveztünk, és már meg is kaptuk a következő év sorsolását. Szerencsére az idén nem forgatta fel a szövet-

ség a csoportokat a csapatok cserélgetésével úgy, ahogyan szokta. Ezek a változtatások általában költséges és időben is hosszadalmas, fárasztó utazásokat jelentettek nekünk, hiszen volt úgy, hogy egri, miskolci és

salgótarjáni ellenfelek kerültek át a mi csoportunkba. Az új bajnoki évet ismét a tíz csapatból álló Középcsoportban kezdjük, változást csak az NB I-be feljutott Oroszlány távozása, illetve az onnan kiesett nyergesújfalui Zoltek érkezése jelent. Az idei mérkőzések hazai találkozóval indulnak szeptember 6-án, vasárnap, a Péti MTE ellen. A felkészülés, az edzések augusztus elején kezdődnek.

A Dorog Városi Tömegsport Bajnokság második csoportjába nevezett ifi játékosaink a tavaszi fordulók után a Suzuki csapatát megelőzve a hetedik helyről várják a szeptemberi folytatást.

A felnőtt korosztály versenyzői közül négyen a bajnokság befejezése után Nyergesújfalun, a Zoltek tekeosztályának pályaaavató versenyén indultak, ahol szép eredményt értek el. Egyéniben Fenyvesi Róbert, párosban a Fenyvesi Róbert-Varga Géza kettős nyerte el a második helyezettnek járó serleget. Június 6-án Tatabányán három korcsoportban (50, 60 és 70 év felettiek) rendezték meg az immár hagyományos megyei senior tekés találkozót. Itt az aktív tekézéstől visszavonult egykori csapattársunk, Huszár Károly képviselte szakosztályunkat.

*Bercsényi Sándor
Sárisápi BSE Tekeosztály*

Az esztergomi Vérellátó hírei

Sárisápon évente kétszer tartunk kiszállásos véradónapot, általában 50-50 fő részvételével. Az idei év második véradására **2009. augusztus 19-én (szerdán) 11 és 16 óra** között kerül sor a **sárisápi Művelődési Házban**.

A véradás nagyon jó alkalom egyes szűrővizsgálatok (vérnyomás-mérés, vérszegénység ellenőrzése, a leadott vérből az OVSZ-ben AIDS, hepatitisz B és C, valamint szifilisz szűrővizsgálatok) rendszeres elvégzésére, valamint az orvossal való beszélgetés során feltehetik egészségükkel kapcsolatos kérdéseiket is.

Véradó lehet mindenki, aki **egészséges és betöltötte a 18. életévét**, de **még nincs 65 éves**, testsúlya pedig meghaladja az **50 kg**-ot.

Egy naptári évben a **nők háromszor, férfiak ötször** adhatnak vért. Két véradás között **minimum 56 nap**nak el kell telnie. **A véradás 30-45 percet vesz igénybe**, adatfelvétellel és kivizsgálással együtt.

Véradás=Szűrővizsgálat.

A véradás után a mintacsövekbe levett vért minden alkalommal kivizsgálják, függetlenül attól, hogy a véradó hány-szor adott vért. Véradás után a levett vérmintákból kötelező az **AIDS**, fertőző **májgyulladás B és C vírusának** és **szifilisz** kórokozójának a vizsgálata. Minden alkalommal vércsoport meghatározás is történik.

Egy kisebb műtét esetén átlag 2-4 véradótól levett vért kell biztosítani.

Az **augusztus 19-i** véradáson **nagyon fontos, hogy minél többen adjanak vért**, mivel tapasztalatunk szerint a négy-napos ünnep alatt sem csökken a vérkészítményre szoruló betegek száma. A vérlemezke nevű alkotórész pedig csak 5 napig tartható el, így valószínűleg Sárisáp fogja az ország egy részének ezt a vérkészítményt biztosítani!

Nagy szeretettel várjuk az ifjabb nemzedéket (18-40 éveseket) is, mivel a véradó-társadalom előregedőben van, mindig szükség van a megújulásra.

A véradásra feltétlen hozza magával személyi igazolványát és TAJ kártyáját!

A betegek nevében köszönjük a véradást!

*dr. Tóth Erzsébet
az esztergomi Vérellátó osztályvezető főorvosa*

Közérdekű telefonszámok

Orvosi rendelők:

annavölgyi	33/452-182
sárisápi	33/518-328
gyermekorvosi	33/518-327
fogászati	33/518-329
Gyógyszertár	33/450-499
E-ON ügyfélszolgálat	40/220-220
E-ON hibabejelentés	40/330-330
ÉGÁZ-DÉGÁZ Ügyeleti és Készenléti Szolgálat, hibabejelentés	80/820-141; 40/440-141
Invitel hibabejelentés	1445
Sárisápi Kábeltevé Kft.	33/518-320
Sterczler Gergely KTV Kft. ügyvezetője	33/474-309; 06-20-353-8206

Szerkesztők

Farkasné Bánhidi Zsuzsanna,
Haracska Tünde,
Jurásekne Pfluger Éva,
Pflugerné Tolnay Tímea,
Molnár Sándorné

Felelős kiadó:

Kollár Károly polgármester

Nyomdai munka:

Zgyerka Zsolt
SYLED EXPRESSZ Bt. Nagykovácsi

