Mosolygós szép napot kívánunk!

VÁROSI Visszhang

Naponta friss: www.varosivisszhang.hu

http://ekonyvtar.vksz.hu/?docId=41695

2019. január 16. Online újság 28/01.

NYUGDÍJAS PEDAGÓGUSOK FIGYELMÉBE!

Tisztelettel felhívjuk a szentesi nyugdíjas pedagógusok figyelmét arra, hogy díszoklevél adományozására jogosult az a pedagógus, aki legalább 30 év szolgálati idővel rendelkezik, és 50, 60, 65, illetve 70 évvel ezelőtt kapta óvónői, tanítói, tanári oklevelét.

A nyugdíjas pedagógusok részére ismét lehetőség nyílik díszoklevél igénylésére.

Díszoklevél adományozására jogosult az a pedagógus, aki legalább 30 év szolgálati idővel rendelkezik - méltányosságból az intézmények ettől eltérhetnek - és 50, 60, 65, illetve 70 évvel ezelőtt kapta óvónői, tanítói, tanári oklevelét.

A Szentesi Közös Önkormányzati Hivatal Polgármesteri Irodája (6600 Szentes, **Kossuth tér 6. I. em. 218-as iroda, tel: 63/510-345**) az arany, gyémánt, vas, rubin díszoklevelek adományozásával kapcsolatos ügyintézéshez segítséget nyújt, illetve felterjeszti az illetékes felsőoktatási intézményhez a szentesi jelentkezők kérelmét.

Benyújtási határidő: 2019. február 6.



Az **arany díszoklevél** igényléséhez csatolandó dokumentumok:

* eredeti oklevél másolata,
* rövid szakmai önéletrajz (munkahely, beosztás, kitüntetés),
* szolgálati idő igazolása (munkakönyv másolata)
* Adóazonosító jel,
* TAJ-szám,
* Nyilatkozat, hogy hol kívánja átvenni a díszoklevelet.

A **gyémánt-, vas- és rubindiploma**-kérelemhez a rövid szakmai önéletrajzot és a korábbi díszoklevél másolatát kell mellékelni.

A felsőoktatási (jogutód) intézmény a beadványokat a fenti okmányok megléte esetén fogadja, és dönt a díszoklevél adományozásáról.

Szentesi Közös Önkormányzati Hivatal Polgármesteri Irodája



Studium Generale csoport külföldi utazása

DIÁKOK HONLAPPAL SEGÍTIK A DAGANATOS BETEGEK GYÓGYULÁSÁT

Amint ismeretes, Szentes Város Önkormányzata, a Horváth Mihály Gimnázium és a Szentes Városért Közalapítvány évek óta folyamatosan sikeresen működteti a Studium Generale tehetséggondozó programot. Ebben az évben két nagyszerű eseményre készülnek a diákok, erről két résztvevő tanulóval és felkészítőjükkel, Dr. habil. Lantos Ferenccel beszélgettünk.

Sajben Odett és **Táborosi Réka** a HSZC Boros Sámuel Szakgimnázium és Szakközépiskola 11/C. osztályos tanulói. Odett orvos, Réka gyógytornász szeretne lenni. Osztálytársaikkal, **Andrikó Noémi**val, **Koncz Éva**val, **Magyar Dominiká**val és **Szecskó Anná**val közösen vesznek részt „A tudat és a gondolkodásmód befolyása a daganatos betegségek állapotára” c. projektjükkel azon az innovációs pályázaton, amelyen 112 középiskolai pályázó csoport közül a legjobb 6 közé jutottak. Az igazi kihívás most következik, hiszen ez év áprilisában kerül sor a döntőre, melynek tétje a legjobb három csapat kiválasztása. A verseny győztesei külföldi bemutatkozási lehetőséghez jutnak.

A szentesiek azonban már jelentős előnyben vannak, hiszen még az áprilisi megmérettetés előtt módjuk lesz az Isztambuli Magyar Tudományos Társaság meghívásának eleget tenni, amikor a Tudományegyetemen szakértői zsűri előtt angol nyelven, a Főkonzulátuson, a Magyar Tudományos Társaság meghívásának eleget téve pedig magyar nyelven ismertethetik kutatási eredményeiket.

A jelenlévő tanulóktól és tanáruktól arról érdeklődtem, hogyan választódtak ki erre a pályázati lehetőségre? Sajben Odett elmondta, hogy tavaly az egyik biológia órán kereste fel az osztályukat Lantos professzor úr, és ismertette a Magyar Innovációs Szövetség pályázatát. Az osztályból 6-an jelentkeztek, az innovációs verseny döntőjén 4-en részt is vesznek. Azóta a felkészülésük a tanár úr vezetésével folyamatos, hetente legalább két órát ezzel a projekttel foglalkoznak a résztvevő diákok, akikhez időközben csatlakozott **Urbancsok Evelin** a HMG-ből, **Wenszky Nándor** a Pollák Antal Szakgimnáziumból, valamint **Fodor Izabella** a tiszaföldvári Hajnóczy Gimnáziumból.



Kutatási projektjük lényegéről Réka elmondta: Létrehozunk egy olyan honlapot, ahol a daganatos betegek gondjaikra, problémáikra, közérzetük, egészségi állapotuk javulása érdekében azonnali segítségkérést kezdeményezhetnek. A honlap korosztályoktól függetlenül lehetőséget fog nyújtani a betegtársakkal, szakápolóval, valamint a szakorvossal való soron kívüli konzultációra. Korábbi kutatások bizonyították, hogy azoknak a betegeknek, akiknek volt kivel megbeszélni a gondjaikat, legalább 20%-kal jobb esélyük volt a gyógyulásra, mint azoknak a társaiknak, akik magukra maradtak a gondjaikkal és csak a kötelező protokoll szerinti gyógykezelésben részesültek.

- Hogyan illeszkedik ez a gondolat a pályázati elvárásokhoz?

S. Odett: Fontos szempont a pályázati elvárások között, hogy a választott probléma megoldásában az eredetiség, kreativitás előtérbe kerüljön. Tudományos értékkel bírjon a projekt és műszaki értelemben is magas színvonalú megvalósítással a működőképessége fenntartható legyen, valamint be tudjunk számolni a konkrét eredményekről is.

A harmadikos diák gyakorlati példát is mondott az ötlet alapjaként:

- Idős otthonban voltunk gyakorlaton, ahol találkoztunk egy nénivel, aki nagyon zárkózottan élt, betegségéről tudomást sem vett, a gondjait senkivel sem osztotta meg. Elkezdtünk vele külön foglalkozni, és kitartással elértük, hogy megnyíljon, bizalommal legyen iránt unk. Ahogy közlékenyebbé vált, úgy javult az egészségi állapota is. Ez adta az ötletet a honlap létrehozásához.

Mindehhez Dr. habil. Lantos Ferenc hozzá tette: A daganatos beteg lelki erősítése a gyógyulás esélyét is jelenti. A diákok számára pedig egy ilyen lehetőség későbbi PhD dolgozat témájául szolgálhat. Amennyiben sikeresek lesznek a versenyen, a továbbtanulásuk érdekében +30 pont előnyhöz jutnak a felvételikor. S mindemellett városunk hírnevét öregbítik Budapesten és Isztambulban egyaránt.

Dömsödi Teréz

(Fotó: A programban résztvevő diákok és a tanár úr.)

VÉRADÓKNAK

A Csongrád Megyei Dr. Bugyi István Kórház és a Magyar Vöröskereszt Szentesi Vezetősége minden héten kedden és szerdán délelőtt 07.30-12.00 óráig, csütörtök délután 14.00-17.00 óráig tart véradást Szentesen a Vérellátó Állomáson.

A Szentesi Vérellátó és a Magyar Vöröskereszt Szentesi és Csongrádi vezetősége véradást tart január 21-én a Legrand Zrt. faházában 10.00-13.00 és 17.00-19.00 óráig. Véradás lesz január 29-én is, ekkor Nagytőkén a Művelődési Házban 15.00-18.00 óra között nyújthatják segítő karjukat a véradók.

TANYAFEJLESZTÉSI PÁLYÁZATOK

Megjelentek a Tanyafejlesztési Program pályázati felhívásai. A nemzeti Tanyafejlesztési Program pályázatainak benyújtásához az internetes felület a Herman Ottó Intézet Nonprofit Kft. honlapján január 28-án (hétfőn) reggel 8 órakor nyílik meg szerkesztésre és kitöltésre. A pályázatok véglegesítésére, egyúttal benyújtására **február 4-e 8 óra 00 perctől** lesz lehetősége a pályázóknak 2019. február 11-e 24 óra 00 percig, vagy forráskimerülésig.

GYERKÓ ATTILA LEVENTE
Pszichológus, Relaxációs terapeuta
Autogén tréning egyéni terápia,
egyéni pszichológiai konzultáció
Januári időpontok már egyeztethetőek
Bejelentkezés: 30/595-4130

SZENTESI KÖRSÉTA

A Szentesi Vendégszeretet Egyesület szervezésében a Koszta József Múzeum Péter Pál Polgárház kiállítóhelyén tehetnek látogatást az érdeklődők **január 19-én.** A program a Magyar Kultúra napja előtt is tiszteleg. A helyszínre érkezőket **Lantos Imre** múzeumi tárlatvezető kalauzolja. Találkozó a Péter Pál Polgárház bejáratánál (Szentes, Petőfi utca 9.) **15.00 órakor.**



Környezetünkről tabuk nélkül 1.

ILLESZKEDÉS LÉTBE, VAGY NEMLÉTBE...

Nem mi döntjük el, hogy mikor éljünk. Mi csak abban dönthetünk, hogy mi a teendő, ha már itt vagyunk. (Tolkien: A Gyűrűk Ura)

A korlátlanul terjeszkedő emberiség az elmúlt évtizedekben megoldhatatlannak tűnő környezeti problémák tömegét halmozta fel. Az elkövetkezendő években ezek közül is kiemelkednek az amúgy is szűkös édesvízkészletek megcsappanásából és fokozódó elszennyeződéséből fakadó konfliktusok. Az ásványkincs készletek tébolyult ütemű kimerítése megkérdőjelezi a minket követő nemzedékek iránt hangoztatott felelősségünk komolyságát, valamint közhellyé szelídíti a fenntartható fejlődés magasztos eszméjét: a fenntartható fejlődés (sustainable development) „kielégíti a jelen szükségleteit anélkül, hogy csökkentené a jövendő generációk képességét, hogy kielégítsék a saját szükségleteiket". („A Földet nem apáinktól örököltük, hanem unokáinktól kaptuk kölcsön".) Mindeközben egy túlnépesedett, a csökkenő területű és minőségű termőtalajon élelmiszer-ellátását biztosítani alig-alig tudó lakosságnak szembe kell néznie a mindent elborító, változatos összetételű, hihetetlen mennyiségű hulladék kezelésének megoldatlanságával-megoldhatatlanságával is. Ugyanakkor határtalan találékonyságunkat bizonyítandó, az űrszennyezési projektet is elindítottuk. A környezet szennyezettségéből fakadó egészségkárosodás tovább csökkenti a népesség túlélési lehetőségét. Az emberiség terjeszkedése, fejlődése(?) során több tízezer faj kiirtásával tevékenyen hozzájárult a biodiverzitás csökkentéséhez. (3-5 millió, rosszabb esetben 7 millió évre lenne szüksége a természetnek a regenerálódáshoz!) Ezzel párhuzamosan kultúrák százainak és több százmilliónyi ember elpusztításával megkérdőjelezi Istentől kapott, illetve alanyi jogon őt természetes módon megillető helyét bolygónkon.



A nélkülözés ugyanúgy része a mindennapoknak, mint a határtalan fényűzés. A világ száz leggazdagabb emberének nagyobb vagyona van, mint az emberiség szegényebbik felének összesen. Ez azt jelenti, hogy az elit döntő befolyással rendelkezik a gazdasági, társadalmi, politikai életben, a média világában és a hadsereg felső vezetésében is, mindezekből következően meghatározhatja a társadalom berendezésének és/vagy haladásának módját, és esze ágában sincs, hogy túlhatalmáról lemondjon, világnézetén változtasson, és ezáltal csökkentse a Földre, mint komplex rendszerre nehezedő nyomást.

Történelmünk során számtalan különböző társadalmi, gazdasági, politikai berendezkedésű és fejlődési fokon álló kultúra létezett. E sokszínű forgatagban hajlamosak vagyunk megfeledkezni arról, hogy mindegyik berendezkedés alapvetően mégiscsak két alapállás valamelyikét valósította meg - függetlenül a fejlettségétől. „Az ember a földnek vagy apja, vagy rablója, mondja Zarathusztra. És ha nem apja, akkor nem a szeretet szellemét realizálja, és ha a földet nem a szellem nevében műveli, akkor szükségképpen haramia, aki a földet, mint a zsákmányra éhes bandita kifosztja, tekintet nélkül arra, hogy milyen nép vagy osztály." (Hamvas Béla: Scientia Sacra I.) Az ember élhet harmóniában a természettel, de tulajdonának tekintve, ki is fosztathatja azt. Más szavakkal, a társadalmak választhatják a létbe illeszkedés programját és akkor „örökké" élnek, mint pl. az ausztrál bennszülöttek (Aborigineers) vagy pedig a természet felett hatalmaskodnak és így életidejük pár száz év - ilyen az általunk preferált „civilizáció". Az egész világot meghódító nyugatias civilizáció embereit a fenntartható fejlődés definíciója legfeljebb meghökkentette, életmódjukat nem változtatta meg.

(Folyt. köv.)

ifj. Kátai Ferenc

A kép felirata „Daniel Quinn: Izmael" című regényéből származik.

Egészségmegőrző tippek az újévre

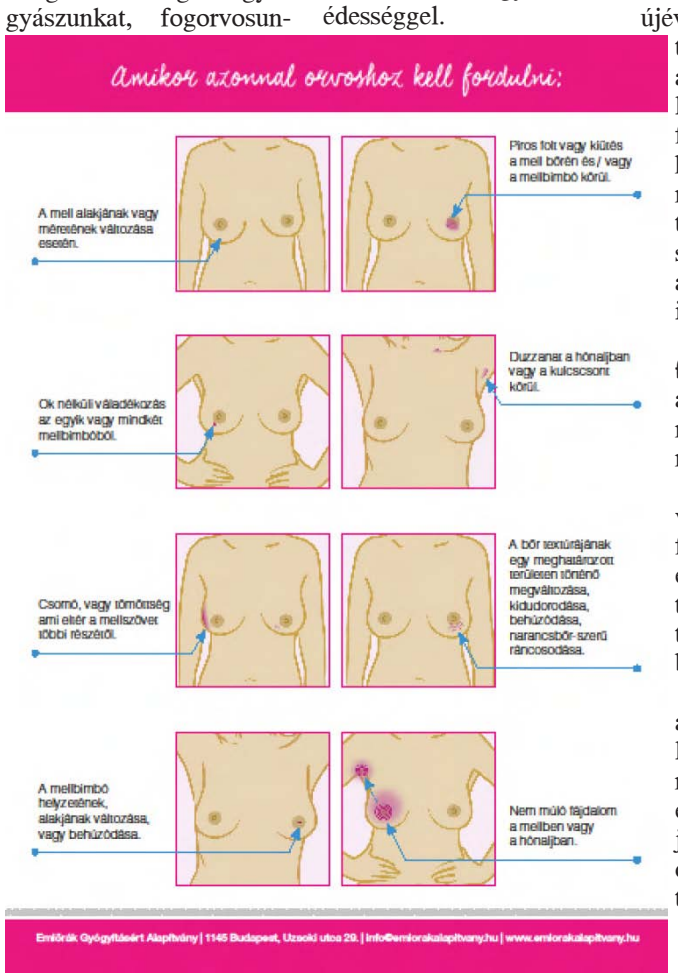
TEGYÉL APRÓ LÉPÉSEKKEL MAGADÉRT

Az új évet minden alkalommal új célok kitűzésével indítjuk. Annak érdekében, hogy a fogadalmakat be is tudjuk tartani, válasszunk olyanokat, ahol apróbb lépésekkel érjük el a sikert. Ilyen újévi célkitűzésünk lehet az, hogy jobban odafigyelünk az egészségünkre, mert azt tudjuk, hogy az igazi szépség az egészségnél kezdődik.

A túlhajszolt mindennapokban sokszor pont saját magunkról feledkezünk meg. Fogadjuk meg ezért 2019-re azt, hogy jobban odafigyelünk magunkra és az egészségünkre! Az Emlőrák Gyógyításért Alapítvány és az AVON által közösen elindított **Mellünk Egészségéért Védőnői Program** keretén belül szakértőink összegyűjtöttek néhány olyan könnyen betartható egészségmegőrző tippet, amelyek pozitív hatással lehetnek az életünkre:

• Érdemes az újévet egy **általános egészségügyi szűréssel** kezdeni. Kérjünk vérvételre beutalót a háziorvosunktól, méressük meg a vérnyomásunkat, a vércukorszintünket, vegyünk részt szemvizsgálaton és látogassuk meg nőgyógyászunkat, fogorvosunkat is. Ezenfelül célszerű tisztában lennünk a családunkban előforduló betegségekkel, ezek jeleivel és rizikófaktoraival. Törekedjünk a betegség kialakulásához hozzájáruló kockázati tényezők csökkentésére.

• A szűrővizsgálatokon kívül érdemes olyan egészségmegőrző szokásokat bevezetni az életünkbe, mint a **rendszeres emlő önvizsgálat.** Ez havonta csupán néhány percet vesz igénybe, de akár az életünket is megmenthetjük vele.



• A mindennapokban ügyeljünk az **egészséges táplálkozás**ra. A telítetlen szénhidrátok és a cukros ételek, italok helyett válasszuk a teljes kiőrlésű lisztből készült élelmiszereket és az alternatív édesítőszereket. Fogyasszunk minél több rostot és táplálkozzunk változatosan. Arról sem szabad megfeledkeznünk, hogy mindent szabad ennünk, amit a szervezetünk kíván, de csak mértékkel, nyugodtan jutalmazzuk meg magunkat havonta egyszer egy-egy kalóriadús étellel vagy finom édességgel.

• **Mozgás, mozgás, mozgás!** Törekedjünk arra, hogy a rendszeres mozgás is az életünk részévé váljon, főleg akkor, ha ülő munkát végzünk. Ideális, ha naponta 30 percet fordítunk testmozgásra, vagy hetente 3-4 alkalommal elmegyünk sportolni. Testmozgásnak számít egy hosszabb séta is, de ha még nem találtuk meg a tökéletes mozgásfajtát, akkor se adjuk fel. Manapság már rengeteg különleges és élvezetes edzésforma közül válogathatunk, így előbb vagy utóbb biztosan megtaláljuk a számunkra legmegfelelőbbet.

• **Ne sajnáljuk az időt az alvásra!** Igaz, mindenkinek megvan a maga alvásigénye, de adjuk meg a testünknek a kellő pihenést és próbáljunk meg minden nap 6-8 órát aludni. A nyugodt alváshoz hozzájárulhat, hogy az ágyban már nem használjuk a telefonunkat és nem nézünk tévét.

• Nem lehet elégszer elmondani, hogy mennyire **káros a szervezetre a dohányzás.** Igaz, az erről való leszokás nem a legkönnyebb újévi fogadalmak közé tartozik, de ha sikerül, azt a testünk mindenképpen meghálálja. A füstmentes élet pozitív hatásait már nagyon rövid időn belül tapasztalni fogjuk, egészségesebb és ragyogóbb lesz a bőrünk és a sportolást is jobban bírjuk majd.

• **Mérsékeljük az alkoholfogyasztást,** ami nemcsak a szervezetünkre van rossz hatással, de a bőrünknek sem tesz jót.

Az egészséges életvitel kialakítása egy folyamat, nem lehet egyik napról a másikra teljes életmódot váltani, de kis lépésekkel bármikor elkezdhetjük.

Bízunk benne, hogy a fenti apró lépésekkel kedvet tudtunk csinálni az egészségesebb életmódhoz és hozzájárultunk az újévi fogadalmak sikeres teljesítéséhez!

Kósa-Jónás Fanni
Well PR Ügynökség

A SZENTHÁROMSÁG EGYENSÚLY

„A bűnbánat a legerősebb gyógymód..." - vallja Csókay András Dr. idegsebész, agykutató, aki Prof. Dr. Papp Lajos közismert szívsebészt mesterének tekinti. Miért is idézem ezt a rövidke gondolatot?



Olyan ritkán mondjuk ki, egyben vagyunk, azaz tökéletes egyensúlyban. Inkább panaszkodunk, tudva azt, hogy a lélek problémái fognak betegséget okozni a testünkben. Ekkor már rég felborult az egyensúly, s lehet, erről tudomást sem veszünk.

Mi is az egyensúly? A test, lélek, szellem szentháromsága. Nehéz őket összhangban tartani, óriási tudatosságot igényel, ám érdemes próbálkozni. Magam is folyton próbálkozom csupa pozitív gondolatokkal távol tartani minden negatívumot, felszámolni az időzavart, megteremteni a boldogságot. Rájöttem, legalább annyira tanulni kell, mint minden mást az életben, hiszen a fogalmakat is alig tudjuk magunkban tisztázni: mi az öröm? Valójában mire is van szükségünk? Hol a valódi helyünk az életben? Mi az isteni küldetésünk, szerepünk a világban?

Ezeket a kérdéseket sorra feltesszük magunknak, s igazán szerencsések vagyunk, ha sikerül többé-kevésbé a pontos választ megfogalmazni. Ne féljünk tehát meghozni a fontos döntéseket! Ne feledjük, a kevesebb mindig több. Azt se gondoljuk, hogy boldogabb nálunk az, akinek három Audi áll a garázsában, vagy megtalálta az álommelót, vagy éppen csodaszép és gyönyörű. Amit gondolunk, érzünk és cselekszünk, ez tart egyben a testünkben minket. Azt kívánom mindnyájunknak erre az évre, hogy tudjuk megélni a magunk teremtette csodát, amit talán még sohasem sikerült. Legyen elég pont annyi, amennyi van, legyen kit szeretni, legyen elég idő a szeretteinkre. S ha valamiért mégsem sikerül, ne a bűntudatunk nyomjon le bennünket, elég őszintén megbánni, s próbálni kijavítani a hibáinkat.

Csókay András Dr. cikkei nyomán, a **Bolt az Egészséghez Üzlet (Szentes, Rákóczi F. u. 12.)** támogatásával. dt.

ATILLA SZÍNRE LÉP

A Magyarok Szövetsége szervezésében folytatódik „A vízöntő paradoxon" c. előadás sorozat Attila színre lép címmel. Az érdeklődőket **január 25-én, pénteken 18.00** órára várják a Dózsa-házba. Az előadó **Born Gergely** tanár, művelődéstörténész.

Ősi ókori csillagászok ábrái, vajon mit jelentenek? Az ősmúlt ismerete, a teremtett világ működése vajon hogyan hat ránk ma? Az állatövi jegyek, csillagképek értelmezése, változása, alakulása és jelentése a kultúrába, művészetekben önmagunk megismeréséhez nem mindennapi kulcs. Olyan ismeret és tudás, ami nem veszhet el, amely nélkül hiányt szenvednénk. Most Atilla színre lép.



Időcserepek 1.

MIT HIRDETTEK ELEINK?

Az interneten fellapoztam a Szentesi Lap Vegyes Tartalmú Közlöny 1892-es XXII. évfolyam 28. számát, amelyet Sima Ferenc szerkesztett. Az újság éves előfizetési díja 5 forint volt. A képek nélküli újság ugyanilyen formátumban készült, ugyancsak 4 oldalon jelent meg ez idő tájt.

A hetilapban csak néhány hirdetés volt, ahogy ma is szokásos, kiemelve, keretezve, pl: „Ingyen eperfamag. Az országos selyemtenyésztési felügyelőség Szegszárdon, (Tolnavármegye) ingyen és bérmentve küld eperfamagot mindazoknak, akik ez iránt hozzáfordulnak. 1-6"

„Hernyó-enyv. A legjobb óvszer hernyó ellen kizárólag Szénássy Ferenc kereskedésében kapható Szentesen."

„Nyiri Gerzonnak Nyiri Sámuel-féle háza eladó. - Értekezhetni a tulajdonossal III. t. 137. számu uri-utcai saját házában levő rőfös kereskedésében. 2-3."

Minden hirdetés, összesen 6, a lap 4. oldalán található.

De megjelent ugyanitt a magyar vöröskereszt egylet sorsjegyeinek március elsejei húzásáról egy rövid beszámoló. A számhúzásra Budapesten került sor, ahol összesen hat sorozatszámból hatszáz nyerőszám egyenként 6 forintot nyert. A főnyeremény 25 ezer forint volt.

Összeállította
és az új rovatot szerkeszti: dite

IN MEMORIAM PÓLYA LÁSZLÓ



Karácsony után közvetlen hallottam a szomorú hírt, feladta a küzdelmet Pólya Laci.

A városban sokan ismerték őt, mint fogtechnikust, aki az eltört fogprotéziseket soron kívül megjavította, lehetett ilyen kéréssel hozzá fordulni bármikor. Természetesen komoly fogsorokat és pótlásokat művészi módon készített, jól felszerelt, patyolat tisztaságú műhelyében.

Pontos, precíz munkát végzett, több fogorvos munkáját is segítve.

Nekem szomszédom volt, aki születésemtől fogva ismert, de nemcsak engem, a szüleimet, sőt a nagyszüleimet is. Segítőkész, udvarias, és nemcsak a szájával segített, tetteivel is, természetesen, hálát nem várva érte.

Tisza rajongó lévén, amikor csak tudott, kiment a Tisza partra friss levegőt szívni, még rosszabb időben is. Nyáron, szinte kint élt munkája végeztével, mert a munka fontos volt számára, mindig az első.

Szívesen horgászott, többször kaptunk tőle mi is halat, ha sokat fogott.

Tenisz zoknijainak hófehérségére nagyon sokat adott. Ebben jó segítője volt felesége Julika, előtte pedig édesanyja, Eszter néni. Fontos volt számára a sport, s nem csak a tenisz, az asztali tenisz is. Sok fiatallal szerettette meg ezt a sportot, amit ő maga is nagyon jól játszott. Idősebb korában szívesen biliárdozott. Lételeme volt a mozgás, komoly csípő, műtétei után is.

Ha szomszédot látott az utcán, s ő kocsival volt, megállt s felajánlotta haza viszi.

Szerette a gyerekeket, viccelt velük, s nem volt baj, ha a házuk előtti bokorról leszedték a szép, fehér bogyókat. Tibor fiára, nagyon büszke volt, s annak családjára, ezzel kapcsolatos örömeit szívesen osztotta meg, az arra érdemesekkel.

Ő volt a városban a „Pólyalaci”, „Pólyalaci” bácsi. Így egybe írva a két nevet. Egy jó emberrel kevesebb a városban, aki azért volt Ember, így nagybetűvel, mert neki ez természetes volt. Egy szakemberrel is kevesebb, aki igyekezett a fiataloknak átadni a szakma gyakorlati rejtelmeit. Egy sportemberrel is kevesebb, aki túl a 80 éven is sportolt, példát mutatva a fiatalabb és idősebb korosztálynak. Kevesebb egy olyan emberrel, aki hirdette a Tisza szépségét, a pihenő lehetőségét.

Az utóbbi időben betegeskedett, volt kórházban, helyben, de Szegeden is. Végül legyőzte a betegség, „Pólyalacit”, aki különben nagyon erős ember volt.

Hálásnak érzem magam, hogy ismerhettem, beszélhettem vele mindenről, hogy valamilyen szinten jelen volt életemben. Úgy gondolom, sok ember elmondhatja ezt.

Nyugodj békében Laci! Emléked sokan megőrizzük, s nem feledünk.

füredi zsuzsa

ORSZÁGOS DÖNTŐRE KÉSZÜL A PIROSKA TÁNCCSOPORT



...1 sasszé, 2 sasszé, 3 sasszé... Hátra, visszalép, lép, csa csa csa... A Dózsa-házban minden szerdán táncpróbákat tart Lakosné Piroska társastáncoktató. 12 évvel ezelőtt 4 nyugdíjas hölggyel kezdték az órákat, előbb a Szabadidős Sportklub pincéjében és szárnyai alatt, majd az ifjúsági házban működő tánccsoporttal egyesülve, s ma 30 rendszeres nyugdíjas táncossal immár Piroska Táncscsoportként érnek el egyre több és több sikert.

Piroska említi, hogy külön foglalkozások vannak hétfőnként a Dózsa-házban a kezdőknek, s a szerda mellett a haladók csütörtökön is próbálnak, ám akkor a Művelődési és Ifjúsági Házban. Különösen nagy szükség van most erre, hiszen a vidám, összetartó kis közösség az elmúlt év októberében elindult a VIII. Népek - Tánca Népek - Zenéje minősítő versenyen. Az októberi szegedi elődöntőt nagy sikerrel teljesítve az örökifjú táncosok november végén a középdöntőben, Hódmezővásárhelyen is remekül helyt álltak. Útban vannak tehát a cél, az Aranyminősítés felé, ám ezért még az országos megmérettetésre február 22-24. között ott kell, hogy legyenek újra Szegeden.

Lakosné Piroska érdeklődésemre említi, hogy a rendelkezésre álló 10 percben a döntőben csa csa csa-t és rock and rollt fognak táncolni, a két tánc közül az utóbbit kell még nagyon erősíteni. A kellemes, szeretetteljes hangulatú próba megtekintése örömet okozott számomra, élmény volt látni, ahogyan a táncosok minden pillanatban egymásra figyelnek, s a mestert, Piroskát a legapróbb mozdulatok helyességéről újra és újra megkérdezik. Piroska mutatja, vezényli a lépéseket, a tempót, majd szünet, és újra és újra… Pontosan tudja, hogy amikorra kell, minden mozdulat a helyére kerül.

A most jelenlévők közül a legidősebb táncos 72 éves, de ünnepelték már a 80. születésnapot is - mondja. Összekötik a táncot, mint a szabadidő hasznos eltöltésének módját kirándulásokkal, nyaralásokkal, a névnapok megünneplésével is. A táncosok hozzáteszik, jó együtt lenni, beszélgetni, pótolni a tánc hiányával töltött évek élményeit. A Hornyik házaspártól azt kérdezem, vajon otthon is szoktak gyakorolni? - Természetesen, válaszol Hornyik László, majd folytatja: amikor napi teendőink közben pihenni szeretnénk egy kicsit, akkor pár percet szánunk az aktuális táncunkra is.

Piroska örömmel újságolja, hogy tavaly 25 fellépésük volt, s eddig a legtávolabb Görögországban, a görög Riviérán, az Olimpos lábánál található Nei pori-ban szórakoztatták a közönséget. S már idénre is szépen telik be a naptár.

S hogyan születnek a csodálatos fellépő ruhák? Eleinte segítséget kaptak a Szilver TSE-től, ám napjainkban már varratják a szebbnél szebb színes, magyaros kosztümöket. A rockihoz készül a hölgyeknek a pöttyös szoknya, s a többi, legyen meglepetés. A fellépő ruhákhoz kérik, szívesen fogadják a támogatói felajánlásokat.

Sok sikert, Piroskák (mert szeretik ruhában is pirosat)! Hajrá Szentes!

Dömsödi Teréz
Fotó: Piroska Tánccsoport

ÚTBAN A SZAKMA SZTÁR FELÉ

Szegeden is megkezdődtek a szakmai tanulmányi versenyek megyei elődöntői. Az első napon, január 7-én összesen 70 versenyzőt várt székházába a területi versenyeket lebonyolító Csongrád Megyei Kereskedelmi és Iparkamara, ahol az első versenynapon a legnagyobb létszámban az asztalos, a gépgyártás-technológiai technikus, a mechatronikai technikus és az automatikai technikus szakképesítésekben mérték össze tudásukat a fiatalok. A Szakma Kiváló Tanulója és az Országos Szakmai Tanulmányi Verseny elődöntői 3 héten keresztül zajlanak, 38 szakmában összesen 350 tanuló versenyez.

A Hódmezővásárhelyi Szakképzési Centrum és a Szegedi Szakképzési Centrum valamennyi tagintézményéből, továbbá a Gregus Máté Mezőgazdasági Szakgimnázium és Szakközépiskolából érkeznek a versenyzők. Ők az elődöntőkben elméleti feladatokat teljesítenek, míg a gyakorlati tudásukról a legjobbak a későbbi középdöntőkben adnak számot. A Magyar Kereskedelmi és Iparkamara által kiírt két országos verseny döntőjére idén is a Szakma Sztár Fesztiválon kerül sor, ami március 12. és 14. között Budapesten, a HungExpo-n lesz.

Tavaly egyébként ismét nagy sikerrel szerepeltek a Csongrád megyei fiatalok a Szakma Kiváló Tanulója Verseny és az Országos Szakmai Tanulmányi Verseny fővárosi fináléjában. A Csongrád Megyei Kereskedelmi és Iparkamara által lebonyolított megyei elődöntőkből a középdöntőbe kvalifikáló, majd onnan továbblépő hét döntős közül hatan végeztek a dobogón. Két első hely mellett egy második és három harmadik hellyel öregbítették iskolájuk és gyakorlati képzőhelyeik hírnevét.

Martonosi János

AZ EGYENLŐ BÁNÁSMÓD HATÓSÁG

ÜGYFÉLFOGADÁSA CSONGRÁD MEGYÉBEN

Tudja Ön, hogy hová fordulhat segítségért, ha neme, egészségi állapota, fogyatékossága, bőrszíne, politikai vagy más véleménye, anyasága (terhessége), életkora, vagyoni helyzete, stb. miatt kedvezőtlenebb bánásmódban részesül(t), mint amelyben más, Önnel összehasonlítható helyzetben levő személy vagy csoport?

Az Egyenlő Bánásmód Hatóság autonóm államigazgatási szerv, amely diszkriminációs ügyekben az egész ország területéről fogadja a panaszokat. A megyei egyenlőbánásmód-referenst az alábbi ügyfélfogadási helyeken és időpontokban keresheti személyesen, telefonon, vagy e-mailben:

Dr. Kiss Éva - 06 30/275-2520 - csongrad@egyenlobanasmod.hu
Állandó ügyfélfogadás
SINOSZ Csongrád Megyei Szervezete
6722 Szeged, Bartók Béla tér 4. - 18-as kapucsengő.
Tel: 06/70/377-5720 **január 25-én: 9:00-13.00 óra** között.
Idősek Közösségi Központja - Senior Center
6721 Szeged, Eszperantó u. 1. Tel: 06 62/648-132.
2019. **január 17-én: 09:00-13:00 óra** között.





CSALÁDI ESEMÉNYEK 1-2. HÉT

Született (1. hét): Baráth László és Stefancsik Katalinnak (Szentes) Zoltán, Gombos László és Magyar Ivettnek (Szentes) Zétény, Risai Richárd János és Sipos Zsaklinnak (Szentes) Zia, Suba Norbert és Balázs Barbara Lejlának (Csongrád) Nikoletta Lejla, Szólik Tibor és Temesvári Editnek (Csongrád) Janka nevű gyermeke.

Házasságkötés ezen a héten nem történt.

Elhunyt: Német Mihály, Böszörményi Imre Jánosné, Papp Lászlóné, Hódi Józsefné, Béni Józsefné, Pólya László, Cseh József Imre, Ősz Istvánné szentesi, Gut Erika csongrádi lakos.

* * *

Született (2. hét): Németh Norbert és Böszörményi Anitának (Szentes) Adél, Trenka Ferenc és Kozma Annamária Laurának (Szentes) Olivér, Bánfi Attila és Berényi Tündének (Szentes) Máté, Vecseri Sándor és Bíró Beatrixnak (Szentes) Kevin Ákos, Székely Levente és Bódi Piroska Ilonának (Szentes) Laura Réka, Balogh Péter Zoltán és Halmai Polettnak (Szentes) Polett, Czibola Lajos és Nagy Katalinnak (Szentes) Máté Patrik, Pulya Valter és Barna Friderika Emíliának (Szentes) Dzsenet, Kocsmáros Zsolt és Lucze Mónikának (Csongrád) Zsolt Ferenc, Seres Tibor és Nédó Bianka Idának (Csongrád) Tibor Noel, Szabó Sándor és Pigniczki Ágnesnek (Csongrád) Sándor József, Csarnó József Csaba és Holman Evelinnek (Fábiánsebestyén) Zalán nevű gyermeke.

Házasságkötés ezen a héten sem történt.

Elhunyt: Sebők Mihály, Kiss Sándor Ferencné, Vas Péter szentesi, Id. Milovanovics Tiborné, Lévai István, Apró József, Jarabek István, Horváthné Papp Erzsébet csongrádi lakosok.

PINTÉR ISTVÁN autófényező mester
6600 Szentes, Balogh J. u. 9/A. Tel: +36 63/317-605
+36 (30) 9287-006 E-mail: pinter@szentes.hu
Keleti és nyugati gépjárművek fényezőfülkében történő teljes és javító fényezése.
Gépi színkeverés gyári színkód alapján.
R-M Lechler vízbázisú festékek.
Nyitva hétfőtől-péntekig 8.00-17.00 óráig.


KÖZGYŰLÉS

A Gerecz Elemér Sporthorgász Egyesület értesíti tagjait, hogy zárszámadó közgyűlésére **január 27-én vasárnap 8.30** órától kerül sor a Művelődési és Ifjúsági Házban, amikor az egyesület vezetősége beszámol a 2018. évben végzett munkáról. A tagság elfogadja a gazdasági beszámolót, az idei pénzügyi tervet, a horgászmester, az ifjúsági felelősök, a versenyszakosztály, a fegyelmi és a felügyelő bizottságok beszámolóit. Megismerik a jelenlévők a 2020 évi jegyár tervezetet, valamint elmondhatják véleményüket, javaslataikat, feltehetik a vezetőség felé kérdéseiket.

Az elnökség tájékoztatja a tagságot, hogy 2019-ben csak a Magyar Horgászkártyát igénylők kaphatnak Állami Horgászjegyet, ami kötelező az engedélyváltáshoz. Az egyesület irodájában a kártya igényelhető, de önálló regisztráció is lehetséges a **www.mohosz.hu** oldalon. A 2019. évi engedélyek befizetése, átutalása előtt mindenki keresse fel az Ady Endre utcai iroda munkatársát, vagy kövesse a tájékoztatókat az egyesület hirdetőtábláján, az egyesület webes vagy facebook felületén.

* * *

Az egyesület az idén is köszönettel fogadja a személyi jövedelemadó **1%-os** felajánlásokat, az adószámuk, amelyre hivatkozni kell: **19984966-1-06.**

TEREMFOCI

Véget értek a YEE-LO Pizzéria Palánkos Teremlabdarúgó Bajnokság évzáró fordulói a Dr. Papp László Városi Sportcsarnokban. A bajnokság nyílt volt, arra előzetesen bármely csapat jelentkezhetett, és a három nap során izgalmas mérkőzéseken bizonyított a három csoportban játszó 9 résztvevő csapat.

Az első nap után az „A" csoportot a házigazdák vezették, míg másnap a „B" csoport mérkőzései következtek. Ebből a rangadóból a Kertész Áruház játékosai kerültek ki a legjobb eredménnyel. A „C" csoport játéknapján, a vigaszágon is négy mérkőzés befolyásolhatta a végső sorrendet. A „C" csoport a szarvasiak elsőségével teljesítette a játéknapot. Végül a harmadik helyért a Kertész Áruház Szentes mérkőzött a Szarvas csapatával, és a szarvasiak 7:4-es győzelmet arattak. A döntő a Csőszer Komplett Kft. és a Spontán FC játékosai között 5:1-es állással végződött. Így tehát a tornát a **Csőszer Komplett Kft.** csapata nyerte, második lett a **Spontán FC,** a harmadik a **Szarvas** gárdája, a negyedik helyen pedig a **Kertész Áruház Szentes** játékosai végeztek.

A legjobb kapus különdíját **Molnár Farkas Tamás** a Csőszer játékosa érdemelte ki. Ezúttal a legtechnikásabb játékosnak **Kalmár Ferenc,** a YEE-LO Pizzéria tagja bizonyult. A bajnokság gólkirálya **Ábel Péter** lett ugyancsak a Csőszer Komplett Kft. csapata képviseletében.

V.V.

FILMKLUB

A Szentes Városi Könyvtárban január 22-én lesz ismét filmvetítés. **A remény receptje** c. japán - francia - német filmet láthatja a közönség. A vetítés 18 órakor kezdődik. A tartalmából: Tokue, a kedves idős asszony megkeresi Sentarót, az utcai palacsintasütő tulajdonosát, és munkát kér tőle. A férfit meggyőzi Tokue házi készítésű édesbabzseléjének mennyei íze. Felveszi az asszonyt, és ezzel kezdetét veszi egy kapcsolat, amelyből Sentaro sokkal többet tanul meg, mint a tökéletes babzselé elkészítésének mesterségét.



30 ÉVES A ST. JUPÁT SE – IDÉN IS „KERESD AZ UTAT!"

Január 13-án volt 30 éve, hogy megalakult Szentesen a St. Jupát Sportegyesület. A gyalogos, kerékpáros és vízitúrákat szervező kis közösség tavaly nagyszabású aktívturisztikai projektbe kezdett, amely a „Keresd az utat!" címet kapta. A jubileum alkalmából idén továbbfejlesztik ezt a kezdeményezést, kezdte beszélgetésünket a jó hírrel **Valkai Zsolt,** az egyesület vezetője.

- E hónap 19-én, szombaton kezdődik, és egész évben folyamatosan tart a „Keresd az utat!" aktívturisztikai útvonalakra felkészítő nyílt lakossági rendezvénysorozatunk, melynek a címe is ez: **„Készülj fel!"**. Ezúttal a kerékpár belső gumi cseréjét lehet megtanulni, majd a következő alkalommal a gumi ragasztását, és azt követően pedig két túra GPS használatot segítő képzésünk lesz a ligeti tanpályán, amelyekre várunk mindenkit, aki szívesen túrázna a jövőben velünk. A programokról folyamatos híradással leszünk - erősítette meg.

- Az önök által ajánlott mintegy ötven túra útvonal közül milyen szempontok alapján érdemes választani a leendő túrázóknak?

- A „Keresd az utat" turisztikai programunk egyedülálló, megismeréséhez támpontul szolgál a honlapunk: **http://www.turautak.jupat.hu** . Az imént említett képzések is arra épülnek, hogy a túrázó útpontról útpontra tudjon haladni az általa választott túraútvonalon. GPS koordináta párok segítik őt ebben, ezekből a GPS-ekből korlátozott számban tudunk biztosítani a túrázóknak. Használhatnak közben térképet, ami megkönnyíti az eligazodást akár a közép, akár a hosszútáv bejárásában, azonban tájékozódhatnak térkép nélkül is, ha kedvelik a nagyobb kihívást. Az útvonalon egy apró eszköz, ún. Chirp (Csipogó), de tájékoztató táblák is segítik az eligazodást. Az idei év terveihez tartozik a technikai eszközeink további gyarapítása, de a túra adatbázisaink feltöltése is. A projekthez tavaly nyújtott segítséget itt szeretném megköszönni Szentes Város Önkormányzatának és a HUNOR COOP ZRt-nek.



Kép és szöveg: Dömsödi Teréz

(A kép a ligeti tanpályán készült Zsoltról és az érdeklődő túrázókról.)

- Akinek nem jut GPS, vagy más módon szeretne a túrapontokra eljutni, milyen más eszközzel teheti ezt meg?

- A túraútvonalak letölthetőek androidos és IOS-szes készülékekkel, arról nem szabad elfeledkezni, hogy ez a megoldás rendkívül energia igényes, a készülék feltöltöttségéről gondoskodni kell!

- Kedves Zsolt! Köszönöm a tájékoztatást. Sok sikert kívánok a „Készülj fel!" programokhoz és szülessenek újabb és újabb, térségünket felfedező túra útvonalak!

- Köszönöm én is a lehetőséget. Valóban abban gondolkodunk, hogy évenként változtatjuk a túraútvonalakat és egyfajta képzés évente egyszer lesz elérhető. A médiákban közzétett programjainkra várjuk az érdeklődőket! Találjunk egymásra minél több leendő túrázóval!





TÍZTÁNC MAGYAR BAJNOKSÁG SZENTESEN



A Szilver Táncsport Egyesület **február 9-én** Szentesen a Dr. Papp László Városi Sportcsarnokban megrendezi a Tíztánc Magyar Bajnokságot, amelyen az ország legjobbjai mérik össze tudásukat. A verseny várható kezdési időpontja 14.30 óra. A hivatalos megnyitó a döntők előtt, 17.00 órakor kerül sorra. A Tíztánc Magyar Bajnokságra a felnőtt belépők ára 2500 Ft, a nyugdíjas és diákjegyek 1500 Ft-ba kerülnek. Asztalfoglalásra is van lehetőség 5000 Ft-os áron, az előzetes igénylés bejelentésével, amely az **info@szilver.hu** címre küldendő el.

A versenynapon 9.00 órától Művészeti Iskolás Táncverseny is lesz, melyre a belépő 1000 Ft.



INGYENES ONLINE ÚJSÁG
Megjelenik és letölthető:
http://ekonyvtar.vksz.hu/?docId=41695
minden második héten.
Kiadó: Mosolygósabb Régióért Egyesület
Felelős kiadó, szerkesztő, design: Dömsödi Teréz
Szentes, Nagyörvény u. 58.
Tel: 06 20 9837-226
E-mail: visszhang65@gmail.com
https://www.facebook.com/visszavar/?fref=ts
Eng: HU ISSN 1215-8437
VÁROSI Visszhang
Naponta friss: www.varosivisszhang.hu
Következő megjelenés: január 31.