

*Veresi*

IX. évf. 12. szám • 2015. DECEMBER

# KRÓNIKA



VERESEGYHÁZ VÁROS ÖNKORMÁNYZATÁNAK LAPJA

*Veresegyház Város Önkormányzatának  
Képviselő-testülete nevében  
áldott, békés karácsonyi ünnepeket  
és eredményekben gazdag, boldog  
új esztendőt kíván:*

  
Pásztor Béla  
polgármester

  
Garai Tamás  
jegyző



## Eseménynaptár

<p>december 17. 18 óra <b>Karácsonyi hangverseny</b> Fabriczius József Általános Iskola Mézesvölgyi épület Aula</p> <p>december 19. 17 óra <b>Mindenki Karácsonya</b> – Városháza előtti tér</p> <p>december 19–20. <b>Az állatok Karácsonya</b> Medveotthon, BarátkoZOO állatsimogató</p> <p>december 20. 13 óra <b>„Virágos, tiszta porta 2015”</b> díjkiosztó ünnepség – Hősök Parkja</p> <p>december 20. 14 óra <b>XIV. Városi Betlehem</b> – Hősök parkja</p> <p>december 20. 16 óra <b>Adventi koncert a Cantemus kórossal</b> Szabadidős és Gazdasági Innovációs Centrum</p> <p>december 24. 10 óra <b>Karácsonyi Szereteted</b> – Fő tér</p> <p>december 29. 18 óra <b>VÉKA Évbúcsúztató Táncház</b> Szabadidős és Gazdasági Innovációs Centrum</p>	<p>2016. január 15. 18 óra <b>Kiállításmegnyitó</b> <b>Darvasi László képzőművész</b> Szabadidős és Gazdasági Innovációs Centrum Udvarház Galéria</p> <p>január 16. 19 óra <b>A Színskála Stúdió előadása –</b> <b>Karinthy Frigyes: A gyermek mostanában nyugtalan</b> Szabadidős és Gazdasági Innovációs Centrum</p> <p>január 21. 19 óra <b>Magyar Kultúra Napja</b> Szabadidős és Gazdasági Innovációs Centrum</p> <p>január 23. 19 óra <b>Menyecskebál</b> <b>a Hagyományőrző Népi Együttessel</b> Váci Mihály Művelődési Ház</p> <p>január 24. 16 óra <b>Kolompos Táncház Farsang</b> Szabadidős és Gazdasági Innovációs Centrum</p> <p>január 30. 19 óra <b>Iskolaszék Bálja</b> Fabriczius József Általános Iskola Mézesvölgyi épület Aula</p>
---	--



<p>december 16. szerda 19.00 <b>Semmi pánik</b> – komédia (Dániel Kornél-bérlés)</p> <p>december 21. hétfő 19.00 <b>Agatha Christie: Az egérfogó</b> – bérlétszünet</p> <p>december 30. szerda 19.00 <b>„Cintányéros cudar világ!”</b> – előszilveszteri operettgála – bérlétszünet</p> <p>2016. január 24. vasárnap 19.00 <b>Molnár Ferenc: Olympia</b> – bérlétszünet (a Karinthy Színház vendégjátéka)</p> <p>2016. január 29. péntek 19.00 <b>Mágnás Miska</b> – operett – bérlétszünet</p> <p>JEGYIRODA: Innovációs Centrum „B” recepció (Veresegyház, Fő út 45-47.) JEGYINFO: 70 371 7838 • veres1szinhaz.hu facebook/veres1szinhaztarsulat</p>
---

# Mindenki Karácsonya

2015. 12. 19-én szombaton, 17-20-ig

a Városháza előtti téren

**Veresegyház művészeinek  
zenés műsora  
kicsiknek és nagyoknak**

**kisvonatozás, állatsimogató**

**Kapunk zsíros kenyeret, pogácsát,  
főtt kolbászt, forralt bort és teát**

**Legyünk együtt a karácsonyfa körül  
a közreműködők és vállalkozók önzetlen segítségével!**  
Veresegyház Város Önkormányzata



Veresegyház Város Önkormányzata megbízásából kiadja KOVÁCS PÉTER. • ISSN 2060-0135  
Szerkesztőség: 2112 Veresegyház, Fő út 35. • E-mail: veresikronika@veresegyhaz.hu • www.veresegyhaz.hu  
www.facebook.com/veresegyhaz.varos.hivatalos.oldala • Telefon: 30 9304 831 • Nyomda: PRESS-UNION KFT.  
Főszerkesztő: KOVÁCS PÉTER • Kultúra: VERÉB JÓZSEF rovatvezető • Sport: BARANYÓ CSABA rovatvezető  
Fotó: LETHENYEI LÁSZLÓ • Munkatársak: DR. MOHAI IMRE, OZSVÁR ZSANETT, PÁSZTOR ILDIKÓ, VIGH MERCÉDESZ

# Hallgatói pályamunkák kiállítása és díjazása



November 26-án került sor a Mézesvölgyi Iskolában a Budapesti Műszaki Egyetem Középülettervezési Tanszéke és Veresegyház Város Önkormányzata által közösen kiírt hallgatói pályázatának ünnepélyes díjátadására és a pályamunkák kiállításának megnyitójára.

Mint ismeretes, városunk önkormányzata még 2014-ben döntött egy városi múzeum alapításának az előkészítéséről. A Varga Kálmán által kidolgozott koncepció szerint a múzeum nemcsak a hagyományos múzeumi feladatoknak felelne meg, hanem a fiatal korosztályok számára is vonzó, interaktív helyszín lenne. Így fogalmazódott meg, a „Csiribiri” Játék- és Gyerekmúzeum koncepciója.

Ez egy újonnan épített, 3500 m<sup>2</sup>-es alapterületű komplexum lenne, amelynek idén eldőlt a tervezett helyszíne is, a Medveotthon közelében.

Ennek a területnek a fenti múzeumi elképzelés szerinti építészeti megoldásaira egészen újszerű együttműködés jött létre a Budapesti Műszaki Egyetem és Veresegyház között. A Középülettervezési Tanszék beillesztette a veresegyházi leendő múzeum tervezését a tanrendjébe, városunk pedig pályázatot írt ki az építész-hallgatók számára.

A beérkezett pályamunkák értékelését a város és a tanszék közös zsűrije végezte el és tett javaslatot a nyertesekre és a megvételre ajánlott tervekre. A pályamunkákból készült kiállítás megnyitóján mind Balázs Mihály a tanszék vezetője, mind Pásztor Béla polgármester és Zsigmond László, városunk főépítésze kiemelte, az együttműködés koránt sem ért véget, a jövőben is közös munkában gondolkoznak a felek a múzeum érdekében. És milyennek láttuk mi, nem szakmabeliek a kiállított maketteket, tervrajzokat és látványképeket? Fialatosnak, időnként meghökkentően újszerűnek és egyes elemeiben kimondottan megvalósításra érdemes ötleteket felvetőnek. Ugyanakkor azt sem tagadhatjuk, hogy bár egyik-másik makett kimondottan szimpatikus volt, egyikben sem lőttük még fel a leendő múzeumunk épületét. Ezért is örülhetünk a további együttműködésnek, mert ahhoz, hogy a jövőben Veresegyház való-

ban egy tartalmában és építészeti megoldásában országos hírű intézménnyel gazdagodhasson, még sok munkára van szükség. Személyes beszélgetéseink alapján szerencsére ehhez minden érintett szakember örömmel csatlakozik.

### A nyertes pályázatok:

Az első díjat (200 000 forint díjazással): **Kiss Flóra, Nagy Mercédesz Erika és Szloboda Gergő János** munkája, a második díjat (150 000 Ft) **Zsófia Zsuzsa, Tibai Vivien Friderika, Böröcsök Teodóra** pályázata és a három darab megvételre javasolt munkák díját (80 000 Ft/db díjazással) **Mándoki Réka, Michelisz Éva Anna, a Kozár Eszter, Novák Fruzsina, Rab Enikő Sarolta** és a **Breuer-Lábady Anna Mária, Pálffy Máté** összetételű csapatok nyerték el.

KOVÁCS PÉTER

## DIGITÁLIS TÁBLÁK AZ ISKOLÁNAK

Nem titkoltan a Kínában tapasztalt hatására is 10 új interaktív táblarendszert vásárolt az önkormányzat a Fabriczius József Általános Iskolának. A notebookokból, interaktív táblákból, projectorokból és a hozzájuk tartozó szoftvekből álló, 10 millió forintos költségű rendszerekből négyet a Mézesvölgyi Iskolában, hatot pedig a felső tagozatnak otthont adó Fő úti épületben helyeztek üzembe. Mint Szalainé Gulyás Ágnes igazgató elmondta, a Smart típusú korszerű táblák használatában nagy lehetőséget látnak egyrészt a tanári felkészülés terén, másrészt a tananyag hatékonyabb, szemléletesebb és főleg jobban elsajátítható átadásában is.



## PATAK UTCAI CSATORNAÉPÍTÉS

140 cm átmérőjű esővíz csatorna épül a Patak utcában, első ütemben a Ponty utcáig. A várhatóan március közepére befejeződő, mintegy 150 millió forintos önkormányzati beruházás révén az eddig a Malom-tóba ömlő esővíz és az általa szállított hordalék a Sződ-Rákos patakban kerül elvezetésre és a Nádor-tanyánál kiemelésre. A tervek szerint 2016-ban tovább folytatódó beruházást követően nemcsak a Csonkás városrész árvízvédelme, hanem a Malom-tó természetes vízminősége is nagy mértékben javulni fog.

## VERESEGYHÁZ VÁROS ÖNKORMÁNYZAT KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK HATÁROZATAI

### 228/2015. (X.30.) Kt. határozat:

1. A Képviselő-testület visszavonja a 2014. augusztus 12-én kelt 130/2014. (VIII.12.) Kt. határozatát, mellyel megbízta a Veresegyházi Városfejlesztő Kft-t a Veresegyházi termál- és gyógyfürdő beruházás lebonyolításával.
2. A Képviselő-testület megbízta a Veresegyházi Városfejlesztő Kft-t a Veresegyházi Gyógy- és Termálfürdő megépítésével és megépítést követő üzemeltetésével.
3. Ezzel összefüggésben a képviselő-testület megbízta a Veresegyházi Városfejlesztő Kft-t a fürdőberuházással kapcsolatos közbeszerzési eljárások megindítására és az eredményes eljárások lefolytatását követően a Vállalkozói Szerződés megkötésére.
4. Az építéshez szükséges pénzügyi finanszírozást a tulajdonos a megépítés ütemének megfelelően, minden esetben egyedi döntéssel, töркеemelés formájában biztosítja a kifizetések esedékességéig.

### 229/2015. (X.30.) Kt. határozat:

1. A Képviselő-testület felhatalmazza a Veresegyházi Városfejlesztő Kft-t, az alábbi hirdetmény nélküli meghívásos közbeszerzési eljárások lefolytatására:
  - Szakértői szolgáltatásra vonatkozóan – 2015. évi kifizetéssel.
  - Műszaki vezetési és projektmenedzsmenti szolgáltatásra vonatkozóan – az összeget a konkrét kivitelezés megkezdése kori év költségvetése terhére töркеemelés formájában biztosít az Önkormányzat a Veresegyházi Városfejlesztő Kft. részére.
  - Műszaki ellenőri szolgáltatásra vonatkozóan – az összeget a konkrét kivitelezés megkezdése kori év költségvetése terhére töркеemelés formájában biztosít az Önkormányzat a Veresegyházi Városfejlesztő Kft. részére és eredményes közbeszerzési eljárást követően a szerződések megkötésére.
2. A Veresegyházi Városfejlesztő Kft. 100%-os tulajdonosa: Veresegyház Város Önkormányzata úgy dönt, hogy a Veresegyházi Városfejlesztő Kft alaptőkéjét 31 737 E Ft-tal megemeli, így a Kft. jegyzett tőkéje 38 367 E Ft lesz. A töркеemelés forrását a 2015. évi költségvetés tartalék kerete biztosítja.

### 230/2015. (X.30.) Kt. határozat:

1. A Képviselő-testület az egyenlő bánásmódról és az esélyegyenlőség előmozdításáról szóló 2003. évi CXXV. tv.-ben foglaltak alapján felülvizsgált és aktualizált Helyi Esélyegyenlőségi Programot elfogadja.
2. Az Önkormányzat vállalja, hogy az esélyegyenlőségi programban leírt kötelezettségeinek eleget tesz, a programmal összehangolja a település más vonatkozó dokumentumait, valamint az önkormányzat fenntartásában lévő intézmények működtetését. A program végrehajtásába bevonja partneri kapcsolatrendszerét, különös tekintettel a köznevelés állami intézmény-fenntartójára.

### 231/2015. (X.30.) Kt. határozat:

1. A Képviselő-testület úgy dönt, hogy 12 000 000 Ft támogatást nyújt a veresegyházi evangélikus templom felújítására.
2. A támogatás kifizetése az Önkormányzat 2016. évi költségvetés államháztartáson kívüli felhalmozási támogatás előirányzatának terhére történik.

### 232/2015. (X.30.) Kt. határozat:

1. A Képviselő-testület kihirdeti a Veresegyház belterület, 2284 és 2283/54 hrsz-ú ingatlanok, (természetben: Veresegyház, Ivacsi-tó) halgazdálkodási jogának bérbeadása tárgyában kiírt pályázat nyerteseként a Mesterpeca Kft-t. A Kép-

viselő-testület hozzájárul a Mesterpeca Kft-vel a halgazdálkodási jog bérbeadásáról szóló szerződés megkötéséhez.

### 233/2015. (X.30.) Kt. határozat:

1. A Képviselő-testület az alábbi kategóriákban tesz javaslatot a Pest Megye Önkormányzata által meghirdetett 2015. évi sport díjakra:
  - Év Sportolója Díj – „Férfi utánpótlás korosztály” kategóriában: Kunya Noel, Black&Gold Veresegyház kick-boks, K1 S.E Edző: Papp Attila
  - Év Legjobb Csapata Díj – „Utánpótlás korosztály” kategóriában: 1. Veresegyház Kajak-kenu Club, C1 Férfi Kölyök U14. Edző: Frohner Ferenc.
  - 2. Serdülő csapat fiú – Triatlón sportág Edzők: Csombor Zoltán, Szalma Róbert, Hegedűs Gabriella
  - Év Szabadidő és Sport Szervezete Díj: 1. Veresi Küzdősport Egyesület. Elnöke: Ilyés Gyula. 2. Veresegyházi Futókör. Elnöke: Erős István

### 234/2015. (X.30.) Kt. határozat:

1. A Képviselő-testület a római katolikus plébánia épület bővítéséhez és felújításához a 2016. évi költségvetés beruházási előirányzataikat bruttó 57,15 millió Ft-ot biztosít.
2. A Képviselő-testület felhatalmazza a Polgármestert „A római katolikus plébánia épület bővítése, felújítása és korszerűsítése” tárgyú közbeszerzési eljárás megindítására és lefolytatására, és kijelöli a Közbeszerzési Bírálóbizottság tagjait: Garai Tamás jegyző, Cserháti Ferenc PBVO osztályvezető, Gyöngyössi Kálmán beruházási csoportvezető, Jáger Ágnes pénzügyi osztályvezető  
A Közbeszerzési Bírálóbizottság jegyzőkönyvvezetője: Dr. Andriška Szilvia közbeszerzési referens

### 235/2015. (X.30.) Kt. határozat:

1. A Képviselő-testület felhatalmazza a polgármestert a „Tópart városrész csapadékcsonatna építése” tárgyú közbeszerzési eljárás megindítására és lefolytatására, és kijelöli a Közbeszerzési Bírálóbizottság tagjait: Garai Tamás jegyző, Cserháti Ferenc, PBVO osztályvezető, Jáger Ágnes pénzügyi osztályvezető  
A Közbeszerzési Bírálóbizottság jegyzőkönyvvezetője: Dr. Andriška Szilvia, közbeszerzési referens
2. A Képviselő-testület a Tópart városrész csapadékcsonatna építése tárgyú beruházás fedezetét bruttó 171 045 000 Ft összegben a 2016. évi költségvetés eredeti beruházási előirányzataiként kell tervezni.

### 237/2015. (X.30.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület hozzájárul a Veresegyház belterület, 30 hrsz-ú, (természetben: Veresegyház, Újiskola utca 9.) kivett lakóház, udvar és gazdasági épület megnevezésű, 2209 m<sup>2</sup> alapterületű ingatlan megvásárlásához dr. Szenes Krisztina és Kiss Gyula tulajdonosoktól, összesen 50 000 000 Ft vételáron. A vételár kifizetése a 2016. évi költségvetés terhére történik majd meg.

### 238/2015. (X.30.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület hozzájárul a Veresegyház belterület, 29 hrsz-ú, (természetben: Veresegyház, Újiskola utca 11.) kivett lakóház, udvar és gazdasági épület megnevezésű, 2249 m<sup>2</sup> alapterületű ingatlan megvásárlásához Czene Anikó tulajdonostól, összesen 45 000 000 Ft vételáron. Az adásvételi szerződésben foglaltan Czene László ingyenesen lemond az ingatlan terhelő holtig tartó haszonélvezeti jogáról. A vételár kifizetése a következő ütemezés szerint történik meg: 2015. december 8-ig 4 000 000 Ft, 2016. január 31-ig 40 000 000 Ft, a tényleges birtokbavásárlás (2016. április 31-ig) 1 000 000 Ft.

### 239/2015. (X.30.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület hozzájárul a Veresegyház belterület, 39 hrsz-ú, (természetben: Veresegyház, Fő út 85.) kivett lakóház, udvar és gazdasági épület megnevezésű, 1095 m<sup>2</sup> alapterületű ingatlan megvásárlásához Elisabeth Geiger-Vass tulajdonostól, összesen 30 000 000 Ft vételáron, az „ingatlan beszerzés eredeti előirányzat” terhére.

### 240/2015. (X.30.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület hozzájárul „településfejlesztési céllal (közösségi célú zöldterület biztosítására)” – a Veresegyház külterület, 099/16 hrsz-ú, szántó, nádas művelési ágú ingatlan megvásárlásához Petrik Istvántól 300 Ft/m<sup>2</sup>, 658 200 Ft vételáron, az „ingatlan beszerzés eredeti előirányzat” terhére.

### 241/2015. (X.30.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület hozzájárul „településfejlesztési céllal (közösségi célú zöldterület biztosítására)” – a Veresegyház külterület, 099/16 hrsz-ú, szántó, nádas művelési ágú ingatlan megvásárlásához Ványi Istvántól 300 Ft/m<sup>2</sup>, 662 100 Ft vételáron, az „ingatlan beszerzés eredeti előirányzat” terhére.

### 242/2015. (X.30.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület hozzájárul az Őrbottyán külterület, 0114/8 hrsz-ú, 1 ha 6741 m<sup>2</sup> terület nagyságú ingatlan megvásárlásához Horváth Márta Magdolna 1/1 hányadú tulajdonostól, összesen 35 000 000 Ft vételáron. Az 1 000 000 Ft-os foglaló összegén felül 34 000 000 Ft-os vételárért kifizetése a 2016. évi költségvetés terhére, a jogerős művelésből való kivonást és átminősítést követően történik majd meg.

### 243/2015. (XI.11.) Kt. határozat:

1. A Képviselő-testület 500 000 000 Ft áthidaló kölcsön felvételéről dönt a Travill Invest Zrt-től az alábbi feltételekkel:
  - folyósítás időpontja: 2015. 11. 11-től kezdődően, több részletben, a likviditási igényeknek megfelelően
  - lejárat időpontja: 2015. december 31.
  - kölcsön kamata: évi 10%
  - egyéb járulékok: nem kerül felszámításra
  - a kölcsön visszafizetésének fedezete a 2015. évi költségvetési bevételek.

### 244/2015. (XI.11.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület Pest megye társadalmi-gazdasági fejlődése érdekében támogatja Pest megye önálló NUTS 2-es régióvá válását;

### 245/2015. (XI.11.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület 20 000 Ft összegű támogatást nyújt a Kézenfogva Alapítvány részére.

### 246/2015. (XI.11.) Kt. határozat:

1. A Képviselő-testület a Kölcsey Ferenc Városi Könyvtár nyilvános könyvtárak jegyzékébe történő felvételének céljából az alábbi fenntartói nyilatkozatot adja ki:
  - a) az önkormányzat gondoskodik a könyvtár folyamatos és rendeltetésszerű működéséhez szükséges feltételeinek biztosításáról,
  - b) a könyvtár megfelel az alapkövetelményeknek,
  - c) a könyvtár a fogyatékos személyek jogairól és esélyegyenlőségük biztosításáról szóló törvény előírásai szerint nem megközelíthető (új könyvtár épül),
  - d) a könyvtár az alapfeladatokat ellátja,
  - e) a könyvtár a küldetésnyilatkozatát a honlapján közzétette,
  - f) a könyvtár jelenleg nem a Minősített Könyvtár cím és a Könyvtári Minőségi Díj adományozásáról szóló miniszteri rendelet alapján kidolgozott könyvtári önértékelés szakmai szempontjait figyelembe véve szervezi a szolgáltatásait, vizsgálja a könyvtárhászalók igényeit,

g) a könyvtár szolgáltatásait beépíti a helyi esély-egyenlőségi programba,  
h) a könyvtár nem biztosít nemzetiségi könyvtári ellátást (a településen nem él nemzetiségi közösség).

#### 247/2015. (XI.11.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület úgy dönt, hogy Veresegyház város területén a családsegítő és gyermekjóléti szolgáltatást továbbiakban is társult formában – a Veresegyház Kistérség ESÉLY Szociális Alapellátási Központtal – látja el.

#### 248/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület a 2015. évi költségvetés III. negyedéves megvalósításáról szóló tájékoztatót elfogadja.

#### 249/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

- A Képviselő-testület úgy dönt, hogy megvásárol a TP Komplex Zrt-től a Veresegyház 5785/132 hrsz-ú, Veresegyház Kertész u. 2. sz. alatti ingatlanon felépülő 30 lakásos társasházból 6 lakást a hozzá tartozó telekhányadokkal és gépkocsi parkolókkal együtt. A vételár összege bruttó 61 833 828 Ft, melyet két részletben kell megfizetni: 1. részlet: 60 000 000 Ft 2015. december 15-ig,  
2. részlet: 1 833 828 Ft az érintett hat lakásra szóló jelzálogjog törlési engedély megszerzését követően. Eladó előteljesítést elfogad.
- A Képviselő-testület a kiadások fedezetét – a megemelt közhatalmai bevételekből származó többletbevétel – 2015. évi költségvetés tartalékterhére biztosítja.
- Az ingatlan megvásárlására olyan ütemben kerülhet sor, amilyen ütemben a TP-Komplex Zrt. a Veresegyház 9045/40, 9045/41, 9045/45, 9045/46 és 9460 hrsz-ú telkek vételárát az önkormányzatnak megfizette.

#### 250/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

- A Képviselő-testület úgy dönt, hogy megvásárol a TP Komplex Zrt-től a Veresegyház 9543hrs-ú ingatlan, „B” épületében, Veresegyház Bartók Béla u. 40. sz. alatti ingatlanon felépülő 10 lakásos társasházból 4 lakást a hozzá tartozó telekhányadokkal és gépkocsi parkolókkal együtt. A vételár összege bruttó 86 874 420 Ft, melyet öt részletben kell megfizetni az alábbiak szerint: 2015. december 15-ig esedékes:  
1. részlet 9543/B/3 lakás első vételárrész összege: 20 000 000 Ft  
2. részlet 9543/B/7 lakás első vételárrész összege: 20 000 000 Ft  
3. részlet 9543/B/9 lakás első vételárrész összege: 21 000 000 Ft  
4. részlet 9543/B/10 lakás első vételárrész összege: 21 000 000 Ft  
2016. január 30-ig esedékes:  
5. részlet: a lakások utolsó vételárrész összege: 4 874 420, Ft
- Az utolsó részlet megfizetése előtt a jogerős használatbavételi engedélyt, valamint a jelzálog törlési engedélyt – mind a négy lakásra vonatkozóan – be kell mutatni. Eladó előteljesítést elfogad.
- A Képviselő-testület a kiadások fedezetét a – Gábor Csaba Ferenc egykori érdekeltségével szemben felhalmozott kamat követelések megtérüléséből képzett – 2015. évi költségvetés tartalékterhére biztosítja.
- Az ingatlan megvásárlására olyan ütemben kerülhet sor, amilyen ütemben Gábor Csaba Ferenc a felhalmozott kamattartozását az önkormányzatnak megfizette.

#### 251/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

- A Képviselő-testület úgy dönt, hogy megvásárol a TP Komplex Zrt-től a Veresegyház 9543 hrsz-ú ingatlan „C” épületében, Veresegyház Bartók Béla u. 40. sz. alatti ingatlanon felépülő 10 lakásos társasházból 2 lakást a hozzá tartozó telekhányadokkal és gépkocsi parkolókkal együtt. A

vételár összege bruttó 43 437 210 Ft, melyet három részletben kell megfizetni az alábbiak szerint:

2015. december 15-ig esedékes: 1. részlet 9543/C/2 lakás első vételárrész összege: 20 000 000 Ft,  
2. részlet 9543/C/10 lakás első vételárrész összege: 21 000 000 Ft  
2016. január 30-ig esedékes: 3. részlet: a lakások utolsó vételárrész összege: 2 437 210 Ft
- Az utolsó részlet megfizetése előtt a jogerős használatbavételi engedélyt, valamint a jelzálog törlési engedélyt – mind a két lakásra vonatkozóan – be kell mutatni. Eladó előteljesítést elfogad.
- A Képviselő-testület a kiadások fedezetét a – Gábor Csaba Ferenc egykori érdekeltségeivel szemben felhalmozott kamat követelések megtérüléséből képzett – 2015. évi költségvetés tartalékterhére biztosítja.
- Az ingatlan megvásárlására olyan ütemben kerülhet sor, amilyen ütemben Gábor Csaba Ferenc a felhalmozott kamattartozását az önkormányzatnak megfizette.

#### 252/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

- A Képviselő-testület a veresegyházi 9794 helyrajzi számú nyilvántartott ingatlan, mint helyi közterület Erkel Ferenc térnek nevezi el.
- A Képviselő-testület felszólítja Veresegyház Város Jegyzőjét, hogy a közterület elnevezését a közterület nevek nyilvántartásába jegyeztesse be, az elnevezéséről a helyben szokásos módon tájékoztassa a lakosságot illetve hivatalos úton értesítse az illetékes katasztrófavédelmi, rendvédelmi, közlekedési és a Magyar Postát valamint a közüzemi szolgáltatókat.
- A Képviselő-testület felhatalmazza a Jegyzőt, hogy az elnevezett közterülettel határos ingatlanokra (építési telkekre) megfelelő hásszámot állapítson meg és bejegyzésüket a központi címnilvántartásba vezettesse át.

#### 253/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

- A Képviselő-testület úgy dönt, hogy az alábbi szerződések megkötését támogatja a 2016. évi költségvetés terhére:  
a) Veresegyház Fő út 106. szám alatti Idősek Otthona tetőterének és északi homlokzatának hőszigetelése, teljes homlokzaton a meglévő elektro- mos kábelek csatornába fektetése. Teljesítési határidő: 2016. március 31., szerződés összege: 7 690 849 Ft + áfa  
b) Veresegyház – Viczián utca (Kútfő utcától a Lévai utcáig) útalap és útszegély építési munkái 7m szélességben 553 m hosszban, 3871 m<sup>2</sup> területen. Teljesítési határidő: 2016. február 29., szerződés összege: 14 989 450 Ft +áfa  
c) Veresegyház, új Katolikus templom szentségi kápolnájának belső díszítése – sgraffito, füst- arany berakással a diadalív jobb és bal oldalán, záró ívén valamint a bejárati ajtó felett, díszítő festés az íves mennyezeten  
Szerződés összege: 5 millió Ft (0% áfa), ebből 1 millió Ft előleg (2015-ös kifizetés), 4 millió Ft kerül kifizetésre 2016-ban a február 15-i műszaki teljesítés után.
- Fenti kiadások a 2016. évi költségvetésbe beépítésre kerülnek.

#### 254/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület hozzájárul a Veresegyház, 048/5, 048/13, 051, 068/7 és 068/8 helyrajzi számú ingatlanokra történő szolgalmi (termálfűvezeték) jog bejegyzéséhez.

#### 255/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület hozzájárul a Veresegyház belterület, 1565 hrsz-ú, (természetben: Veresegyház, Kálvin utca 7.) kivett lakóház, udvar, gazdasági épület megnevezésű, 1054 m<sup>2</sup> alapterületű ingatlan megvásárlásához Duró Dezsőné, Duró Miklós és Duró Edit tulajdonosoktól, összesen 18 000 000 Ft vételáron.

A vételár kifizetése a 2016. évi költségvetés terhére történik majd meg.

#### 256/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

- A Képviselő-testület hozzájárul a Veresegyház belterület, 407 hrsz-ú, (természetben: Veresegyház, Andrássy utca 22.) kivett lakóház, udvar, gazdasági épület megnevezésű, 814 m<sup>2</sup> alapterületű ingatlan megvásárlásához Fazekas Sándor és Maruszki Csabáné tulajdonosoktól, összesen 18 500 000 Ft vételáron.  
A vételár kifizetése a 2016. évi költségvetés terhére történik.
- A Képviselő-testület hozzájárul a Veresegyház belterület, 408 hrsz-ú, (természetben: Veresegyház, Temető utca 7.) kivett lakóház, 2 gazdasági épület és udvar megnevezésű, 551 m<sup>2</sup> alapterületű ingatlan megvásárlásához Béresné Fazekas Julianna, Fazekas Sándor és Maruszki Csabáné tulajdonosoktól, összesen 4 500 000 Ft vételáron.  
A vételár kifizetése a 2016. évi költségvetés terhére történik.

#### 257/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

- A Képviselő-testület jelen döntésével a 237/2015. (X.30.) Kt. számú határozatát az alábbiak szerint módosítja:
- A Képviselő-testület hozzájárul a Veresegyház belterület, 30 hrsz-ú, (természetben: Veresegyház, Újiskola utca 9.) kivett lakóház, udvar és gazdasági épület megnevezésű, 2209 m<sup>2</sup> alapterületű ingatlan megvásárlásához dr. Szenes Krisztina és Kiss Gyula tulajdonosoktól, összesen 54 500 000 Ft vételáron. A vételár kifizetése a 2016. évi költségvetés terhére történik majd meg.

#### 258/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

- A Képviselő-testület a 2015. évi költségvetésben elkülönített 70 M Ft szolidaritási alap terhére Erdőkertes Község Önkormányzatának 30 M Ft vissza nem térítendő államháztartáson belüli fejlesztésre fordítható támogatást nyújt.
- A támogatott településnek a támogatás összegével 2015. december 31-ig el kell számolni.

#### 259/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület az államháztartáson kívülre adott működési célú támogatások terhére 400 000 Ft összegű támogatást nyújt a Napkút Kiadó Kft. részére Horváth Ferenc Jónás könyve című műve kiadásához.

#### 260/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület a Közép-magyarországi régió közigazgatási határainak mentén történő kettéválasztásának szükségességével kapcsolatosan Budapest és Pest megye kettéválasztásának konkrét alternatívák közül támogatja, hogy Budapest és Pest megye a jelenlegi közigazgatási határok mentén kettéválják és két önálló régiót alkot.

#### 261/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület elfogadja a két ülés között történt eseményekről szóló tájékoztatót.

#### 262/2015. (XI.27.) Kt. határozat:

A Képviselő-testület „A Veresi Krónika önkormányzati újság 2016-2017. évi lapszerkesztési és nyomdai előállítási munkáinak megrendelése” tárgyú hirdetmény közzététele nélküli közbeszerzési eljárásban:

Kovács Péter egyéni vállalkozó ajánlatát és a Hanka Média Kft. ajánlatát érvényesnek, Ziaeené Kacsur Annamária egyéni vállalkozó ajánlatát érvénytelennek, a lefolytatott közbeszerzési eljárást eredményesnek nyilvánítja.

Az eljárás nyertesének Kovács Péter egyéni vállalkozó ajánlattevő ajánlatát hirdeti ki nettó 24 453 714 Ft +áfa, azaz bruttó 28 623 000 Ft-os ajánlati árral.



## Emlékezés Göncz Árpádra

A Veresegyháznak városi rangot adó köztársasági elnökre, Göncz Árpádra emlékeztek városunk lakói november 6-án. A budapesti temetésen Pásztor Béla polgármester vezetésével közel 50 fő vett részt településünk képviselőjében.

### MEGHÍVÓ

2015. december 20-án, vasárnap  
13 órai kezdettel kerül megrendezésre  
a „Virágos, tiszta Veresegyházért” mozgalom

## „Virágos, tiszta porta 2015” DÍJKIOSZTÓ ÜNNEPSÉGE.

Helyszín: Veresegyház, Hősök Parkja, Fő út 82-84.

Az ünnepségre szeretettel várjuk  
az elismerésben részesülő porták képviselőit,  
kedves ismerőseiket és minden érdeklődőt.

Gratulálunk a díjazottaknak és köszönjük,  
hogy munkájukkal városunkat szebbé tették.

Veresegyház, 2015. november 25.

Üdvözlettel: Pásztor Béla polgármester



VERESEGYHÁZ VÁROS ÖNKORMÁNYZAT  
GAZDASÁGI MŰSZAKI ELLÁTÓ SZERVEZET  
2112. Veresegyház, Sport utca 4.  
Telefon: (28) 585-190; Fax: (28) 586-045  
E-mail: gamesz@veresegyhaz.hu



### Tájékoztató

#### a GAMESZ hulladékudvarának működéséről

Tájékoztatjuk Veresegyház lakosságát, hogy a GAMESZ telephelyén, a Veresegyház, Sport u. 4. címen, hulladékudvar üzemel, ahol egész évben lerakhatóak az alábbiakban felsorolt hulladékok.

Az alábbi hulladéktípusok lerakására díjmentesen van lehetőség:

- szelektív hulladék:
  - Müanyag hulladék: ásványvízes, üdítő Pet palack, tisztítószerek műanyag flakon, tiszta fólia, szatyor stb.
  - Fémhulladék: alumínium italdoboz, fém konzervdoboz és egyéb fém élelmiszer-csomagoló anyag stb.
  - Papírhulladék: újságpapír, kisebb papírdoboz, tiszta csomagolópapír, reklámkiadvány stb.
  - Italoskarton-doboz: tejes, gyümölcsleves többretegű italoskarton-doboz stb
- formázott üveg
- hamu
- gumiabroncs
- számítástechnikai eszközök
- kisebb háztartási gépek (pl. televízió, rádió, stb.)

Egyéb veszélyes hulladék (pl. festék, olaj, fénycső, hugarocell, penlenka, tűz és robbanás-veszélyes hulladékok) lerakása TILOS!

A telepen hulladéklerakási díj ellenében lehetőség van építési törmelék, fém és zöldhulladék lerakására.

A hulladéklerakás díja:

- 2500 Ft/m<sup>3</sup>
- 250 Ft/zsák

Nyitva tartási idő:

Hétfő-vasárnap (ünnepeken is): 7.00-18.00 óráig

Nagy József Attila  
GAMESZ igazgató

## Népművelők Napja



Népművelők Napja alkalmából a közművelődés területén dolgozókat köszöntötte az önkormányzat



## Veresegyház Kistérség Esély Szociális Alapellátási Központ

2113 Erdőkertes, Fő út 51. • Tel./Fax: 06 28 476 269

Email: esely@eselykisterseg.hu • Web: www.eselykisterseg.hu

### Tájékoztató a családsegítő szolgálat szolgáltatásainak igénybevételéről!

Tisztelt Lakosok!

Tájékoztatom Önöket, hogy 2016. január 1-jétől a családsegítő összes szolgáltatásának igénybevételéhez

### SZÜKSÉGES A TAJ SZÁMUK MEGADÁSA.

Kérem, hogy abban az esetben, ha bármilyen problémával, kéréssel, kérdéssel hozzánk fordulnak, az első alkalommal hozzák magukkal TAJ kártyájukat. *Megértésüket köszönöm!*

Nagyné Gódor Csilla intézményvezető



## SZOCIÁLIS MUNKA

### Napja



A Szociális Munka Napja alkalmából rendezett ünnepségen polgármester úr külön köszöntötte a jubiláló dolgozókat.

## MÁRTON NAPI FESZTIVÁL WALDORF MÓDRA

Árusok kézműves portékái, színes repertoárú programok, igazi házi finomságok.

Ezek jellemezték az idei Márton napi fesztivált a Veresegyházi Napraforgó Waldorf Iskola és a főtí Waldorf gimnazisták szervezésében, Veresegyház Önkormányzatának közreműködésével. November 22-én az elmaradhatatlan ludaskásával, meleg teával és házilag süített süteményekkel várták a város színe-javát az iskola nebulói és önkéntes tanárai. A jó hangulatot az esős időjárás sem törte meg. A veresegyházi Innovációs Központban kicsik és nagyon egyaránt sporteseményeken, egészségügyi tanácsadásokon, kézműves foglalkozásokon, a gimnázium diákjainak műveiből összeállított kiállításon és zenés-táncos előadásokon vehettek részt. Az idén harmadik éve megrendezett esemény érdekességét emelte annak a Dániában élő volt waldorfos diáknak a videó bejelentkezése, aki elmesélte sikertörténetét.

A hangulatos fesztiválon Pásztor Béla polgármester úr beszédében kiemelte a Waldorf iskola szerepét a város életében és kihangsúlyozta a pedagógusok önzetlen és állhatatos munkáját. Dr. Birki Katalin főszervező hozzátette, hálával tartoznak a polgármester úrnak a helyszín biztosításáért, és hogy „sosem az a fontos, hogy hányan voltunk, de hogy hogyan voltunk itt, az nagyon fontos.”

Azon kíváncsi kisdíjak és szüleik pedig, akiknek az iskola a jövőbeni terveik közt szerepel, egész nap széleskörű tájékoztatást kaphattak a waldorf pedagógiáról és módszerekről.

SALAMON NÓRA

## SÉRELMEK A PSZICHIÁTRIÁN

Ha családtagja, barátja, ismerőse, hozzátartozója jogait megsértették a pszichiátrián, jelezze panaszát az alábbi elérhetőségeken. Alapítványunk 20 éve biztosít ingyenes jogsegélyszolgálatot azok számára, akiket sérelem ért a pszichiátriai kezelésük során.

**Állampolgári Bizottság az Emberi Jogokért Alapítvány**

Cím: 1461 Budapest, Pf.: 182.

Telefon: 06 (1) 342 6355, 06 70 330 5384

E-mail: panasz@cchr.hu • [www.emberijogok.hu](http://www.emberijogok.hu)

Minden információt bizalmasan kezelünk!

\*\*\*

## PSZICHIÁTRIAI SZEREK VISELKEDÉSI PROBLÉMÁKRA?

Ha gyermeke „tanulási problémára” vagy „viselkedési rendellenesség” miatt pszichiátriai szereket szed, és úgy érzi, hogy a gyermek állapota semmit sem változott vagy rosszabbodott emiatt, keresse az

**Állampolgári Bizottság az Emberi Jogokért Alapítványt.**

Az alapítványtól ingyenes tájékoztató kiadvány is kérhető a hiperaktivitás témájában.

Cím: 1461 Budapest, Pf.: 182.

Telefon: 06 (1) 342 6355, 06 70 330 5384

E-mail: info@cchr.hu • [www.emberijogok.hu](http://www.emberijogok.hu)

Minden információt bizalmasan kezelünk!

**Állatok Karácsonya**

ADVENTI KÉSZÜLŐDÉS  
4 LÁBŰ KEDVENCEINKKEL

2015. december 19.  
szombat 15.00 óra

ANDRÁS NAPI VIDÁMSÁG és  
BETLEHEMEZÉS KEDVENCEINKKEL:  
A Gődöllői Gubancolók előadás Kovács Éva vezetésével.

2015. december 20.  
vasárnap 13.00 óra

TELI ALAKOSKODÁS a „FONÓ” udvarán  
a Veresegyházi Hagymányórzó Egyesület tagjaival

**DÍSZITSÜK EGYÜTT**  
az Állatok Karácsonyát!  
Legyen a tarisznyádban  
finom répa, saláta, alma, méz  
MALACKA, KECSKE, JUH,  
MACKÓ-barátod számára.

Belépő díj: 200 Ft • További információk:  
[www.medveotthon.hu](http://www.medveotthon.hu)

# A Betlehemi jászolnál

Szívet melengető hagyománnyá vált Advent idején évről évre a Székely kapunál felállításra kerülő Betlehemi istálló udvaránál tartandó ünnepi, műsoros baráti beszélgetés megrendezése. Az elmúlt évek során tizenhárom alkalommal seregettek össze a város lakói, hagyományörzői köszönteni a kis Jézust, találkozni egymással, megállni egy pillanatra és emlékezni. Emlékezni a rég múlt időkre, Jézus születésére, hagyományaink, népszokásaink tiszteletére. Veresegyházon kevés azon emberek száma, aki ne ismerné Illés Mestert a vállalkozót, vagyis Illés Zoltánt, a közösségi embert. Ha másról nem is, jellegzetes betlehemes báránybőrös gúnyjáról, ékes szólásáról.

**A városban kevesen tudják rólad, hogy az 1970-es években öt éven át művészeti előadóként dolgoztál a veresi kultúrházban. Ebben az időszakban tanultam meg szervezni, nagyon jó közösségben dolgozhattam. Feladatkörömbe tartozott az állami ünnepek, rendezvények, továbbá kulturális és művészeti programok megszervezése. Mégis vállalkozó lettél?**

Igen, a feleségem mondta: „a szakmáddal úgy bánj, mint ahogy egy kőműveshez illik!” **Később megalakult az Agora Kör. Mi-lyen céllal?**

Volt egy légüres tér a településen, bár sok programot kínáltak a szervezők. Nagyon népszerűek voltak a Mohai doktor által szervezett tudományos ismeretterjesztő előadások, de valami hiányzott. Az egyik alkalommal Mizser Pál festőművész és Gabi, a felesége úti beszámolót tartottak.

Ha jól emlékszem Belgiumban láttak egy utcai betlehemeset. Az elmondottak nagyon felkeltették az érdeklődésemet, ettől a pillanattól kezdve nem tudtam szabadulni a gondolattól, elhatároztam, ezt itt Veresegyházon is meg kell valósítani.

**Mikor készült el az első Betlehemi istálló?** 2002-ben részünkről elkezdődött a nagy álmódosítás. A művészek közül Megyeri László, Kovács Jenő azon töprengtek, hogy miből legyenek a bábok, kőből vagy márványból. Nekem van egy emlékem, én szalmazsákra születtem. Mélyen belém ivód- tak az emlékek, végük is a javaslatom szer- rint valósultak meg a bábok, zsákváson, szalmával kitömve. Senki nem vitatkozott, mondták: „micsoda jó ötlet!” Fantasztikus néhány hétvégét töltöttünk együtt, össze- jöttünk családostól, gyerekestől és varrtuk a zsákokat, tömtük a bábokat. Miután el-



Illés Zoltán

készültek a jószágok, egyértelmű volt, hogy akácfából és kukoricaszárból lesz a jászol, majd szalmabálából a Betlehemi udvar.

**Az első „Élő Betlehem” felállítása óta ti- zennégy esztendő telt el, miben látod a kezdeményezés sikerét?**

Számomra nagy élmény volt, amikor a Betlehemi jászolnál az egyik alkalommal alsó tagozatos iskolások egy csoportját lát- tam tanárnőjük körében. Akkor már érez- tem, nem hiába dolgoztunk. Annak idején azért indítottuk útjára ezt a szép pro- gramot, mert ajándékot akartunk egymás- nak adni, később a cél már az volt, hogy minél több emberrel megoszthassuk ezt az élményt.

VERÉB JÓZSEF

## A 15. Karácsonyi Szeretetebed

Jubilál idén Veresegyház egyik legnagyobb szabású jótékonyági programja, a Kará- csonyi Szeretetebed. Immáron tizenötödik alkalommal kaphat bárki december 24-én egy tál finom meleg ételt a Városháza előtti Fő téren felállított sátorban, függetlenül attól, hogy van-e lehetősége az év többi napján magának megteremteni a mindennapi ételre valót. Mint Gerhát György ötletgazda lapunknak elmondta, soha nem is volt cél vizsgálni a betérők rászorultságát. Ők mindenkit szeretettel várnak egy jóízű babgu- lyásra a Szentestét megelőzően. De hogyan is kezdődött? Erről is beszélgettünk.

**Nem túl általános, hogy egy vendéglátós gondolt egyet és másfél évtizeden át 500 adagnyi étellel vendégül látja a város polgárait. Honnan az ötlet?**

A szadai körforgalomnál lévő pizzériánkba rendszeresen betértek rászorulókkor- ban, hogy segítsünk. Segítettünk is, ha tudtunk, de úgy gondoltam, hogy ez így nagyon eseti, így jött a Szeretetebed gondolata. Az ötletemről összedugtuk a fejün- ket pár barátommal, például Varga Zsol- tál, - aki a kezdetektől támogat - egyeztet- tünk a polgármester úrral, majd abban maradtunk, hogy jó az ötlet, de ne csak a

rászorulókkor, hanem mindenki részesüljön belőle. Először az emberek nehezen jöttek be, de aztán kiderült, hogy ez nem pusztán „ingyenebed”, hanem egy igazi közös- ségi élmény is. Aztán jöttek sorban a tá- mogatók, akik úgy segítettek, ahogy tud- tak. Az Önkormányzat a hellyel, a GA- MESZ a sátorral, a padokkal segített, volt, aki a hozzávalót adta és volt, aki anya- giakkal vagy kétkezi munkával szállt be. A támogatók időnként változtak, de most már 5-10 éve van egy törzsbrigádunk, akik- re mindig számíthatunk.

**Hogyan készül el egyáltalán 500 adag étel?**

23-án délután összejövünk és nekiállunk a körülbelül 25 kg csülök, 20 kiló bab, 15-20 kiló zöldség és 10 kiló hagyma feldolgo- zásának, aztán három hatalmas üstben készül el az étel, ami az utóbbi években hagyományosan babgulyás. Ezt másnap, 24-én 10 órától osztjuk, olyan 13-14 óráig, forró teával, beiglivel. De nem ritkán az is előfordul, hogy néhányan hoznak ruhát, játékot. Azt is kiosztjuk, ezzel is sokak számára örömtelibbé téve a Karácsonyt. Nem nagyon szokott maradni az ételből, de ha mégis, akkor azt az erdőkertesi Csalá- dok Átmeneti Otthonának szoktuk adni.

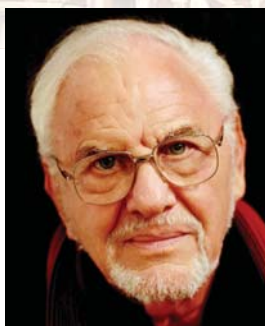
**Nem kérdezték még, hogy mi célból csinálja?**

Dehogynem! És mindig el is mondom, hogy itt pártoskodásnak nincs helye. Egy- szerű dolog ez, tősgyökeres veresiként én így tudok adni a városnak. Az embernek, ha van lehetősége jól tenni, miért ne tenné? Nagyon köszönöm azoknak, akik a Szere- tetebed megvalósításában bármikor is segí- tettek, segítenek. És idén, 24-én 10 órára is szeretettel várunk mindenkit: támogatókat, rászorulókat, barátokat. Legyünk együtt az ünnepi este előtt egy kicsit!

KOVÁCS PÉTER



## MÜLLER PÉTER Veresegyházon



Az Ezerkincs Életmód Centrum szervezésében teltházias közönség fogadta a könyveiről, tanításairól ismert író.

A visszafogottan, elmélkedve kezdetű előadás két fontos gondolat köré szövéődött. Egy kínai példát mesélt el és ehhez a történethez többször visszatérve arról beszélt, hogy mennyire fontos, hogy mindenki keresse önmagát, magában a nyugalmat, a

belső békét, az alkotó erőt és azt sugározza ki.

A másik gondolata az egyén fejlődésének, emberré válásnak mindig nehéz feladata volt. Az alkotás bonyolult folyamatáról, a gondolatok özöne és a megvalósult tett egyszerűsége közötti harmóniáról beszélt.

A kérdésekre adott válaszok visszatérő eleme a személyes felelősség kérdése volt a környezetünkben élő másik ember életének alakulásában. Egyértelművé tette, hogy mindenki a saját életét éli, azért felelősséggel tartozik, amin azonban nem segíthet mások igyekezete, de utólagos lelkiismeret furdalása sem.

A közelmúltban megjelent új könyvében az alapkönyvnek tartott Jóskönyv könnyebb megértéséhez írt gyakorlati tanácsokat.

-i-e

## MÚLTIDÉZŐ



Veresegyházi karácsony 1962-ben: a Bódis-család.

Fotó: Fekete László

SZABÓNÉ VANK ERZSÉBET

## IDŐSEK KISTÉRSÉGI TALÁLKOZÓJA

Többek közt előadásokon, kóstolón és szűrővizsgálatokon vehettek részt a november 10-i találkozó 190 fős vendégserege



## A Fővárosi Önkormányzat

# IDŐSEK OTTHONA

(2100 Gödöllő, Dózsa György út 65.)  
székhelyén és erdőkertesi telephelyén  
(2113 Erdőkeresztes, Petőfi u. 49.)

**szakképzett ápolót,**  
továbbá gödöllői székhelyén  
**mosodai munkatársat keres.**

További információ: **06 28 410 364,**  
**idosekotthona@idosekotthonagodollo.hu**

A Veresi Balett Táncsoportja bemutatja

# A JÉGKIRÁLYNŐ

című mese balettet.

<p><b>Főszereplők</b> Gerda: Parádi Anna Katie: Kiss Enéh Lina: Pflanzner Enikő Mackó: Sánta Nadin Anyja – jégkirálynő: Bojsza Andrea</p> <p><b>Pillangók</b> Herceg Szonja Lehoczki Nóra Rába Jázmin (szólista) Tempfli Tímea Volper Lili</p> <p><b>Katicák</b> Cseresznye Virág Pflanzner Enikő</p> <p><b>Az Erdő Tündére</b> Gelb Nikolett (szólista)</p>	<p><b>Jégvirágok</b> Potvorszki Petra Fazekas Bettina Horváth Aida Papp Luca Homok Lili Gecsey Csenge (szólista)</p> <p><b>Szitakötők</b> Gerhát Júlia Perlei Panna (szólista) Shnell Gréta Marton Ágnes</p> <p><b>Polka I.</b> Herceg Szonja Dubovszky Lili Volper Lili Lehoczki Nóra Karsai Aliz Késmárky Alinka Alpár Eszter Kalotai Júlia Szabó Noémi</p>	<p>Volper Bogi Vasvári Dorottya, Potvorszki Nikolett</p> <p><b>Polka II.</b> Cseresznye Virág Demeter Móni Fazekas Bettina Gelb Nikolett Kiss Enéh Parádi Anna Pflanzner Enikő Perlei Panna Potvorszki Patricia Rába Jázmin Sánta Nadin Sárhegyi Petra</p> <p><b>Erdő</b> Szabó Noémi Volper Bogi Alpár Eszter Vasvári Dorottya</p> <p><b>Kacsák</b> Alpár Eszter Kalotai Júlia Vasvári Dorottya Sárhegyi Petra (szólista)</p> <p><b>Virágok</b> Szabó Adél (szólista) Szántódi Hanga (szólista) Szántódi Luca (szólista)</p>	<p>Tóth-Vári Tamara (szólista) Berezvai Dorka Kapdeplő Réka Maráczki Petra Pflanzner Kata Szabó Patricia Szántó-Holló Borka Tereczki Lili Vas Dóra Erdős Virág (kisvirág) Kovács Liza (kisvirág) Lepsényi-Simon Maja (kisvirág) Tereczki Bogi (kisvirág)</p> <p><b>Barátnők</b> Perlei Panna Rába Jázmin Herceg Szonja Kalota Julcsi Kiss Enéh Sánta Nadin</p> <p><b>Virágfűzér</b> Cseresznye Virág Pflanzner Enikő Demeter Mónika Sárhegyi Petra Fazekas Bettina Gelb Nikolett Potvorszki Patricia Parádi Anna Sánta Nadin Kiss Enéh</p>
--	---	---	--

**Idői előadásaink:**  
December 10., 10<sup>00</sup>  
December 11., 14<sup>30</sup>  
December 15., 14<sup>30</sup>  
December 20., 17<sup>00</sup>

Koreográfus, tánckar vezető: Bojsza Andrea  
Ottletgazda, rendező: Pflanzner Gémes Nóra  
Díszlet: Borsy Ágnes  
Mesélő: Vankó István  
Hang - fénytechnika: Sárhegyi Károly

**GÁLA ELŐADÁS: 2015. DECEMBER 20.**  
Helyszín: Váci Mihály Művelődési Ház, Veresegyház, Köves utca 14.  
Jegyek elővetelben kaphatók a Szabadidős és Gazdasági Innovációs Centrum "A" és "B" recepcióján. Diákjegy: 600 Ft. Felnőtt jegy: 1.200 Ft.

## „Fóti Ősz”

### VERS- ÉS PRÓZAMONDÓ VERSENY

A hagyományörző Fóti Ősz programsorozat keretében került megrendezésre, a 47. Területi Vers- és Prózamondó Verseny november 13-án, a fóti Németh Kálmán Általános Iskolában. A kiválóan felkészült vers- és prózamondók ebben az évben is nehéz helyzetbe hozták a zsűrit, akinek - szerencsére - több megosztott dobogós helyezést is ki kellett osztania. A veresgyházi Fabriczius József Általános Iskola tanulói az idén is gyönyörűen szavaltak, és az élvonalban végeztek.



Fotó: Iskola

#### A Fabriczius József Általános Iskola csapata

Próza kategóriában:

I. helyezett: **Vasvári Marcell** 8. c osztályos tanuló, Janikovszky Éva: A tükör előtt című írásával.

Vers kategóriában:

II. helyezett: **Nagy Viktória** 6. c osztályos tanuló, Arany János: A walesi bárdok című balladájával.

IV. helyezett: **Pataki Anna** 7. d osztályos tanuló, Kosztolányi Dezső: Macska című költeményével.

VI. helyezett: **Szabó Tamás** 6. c osztályos tanuló, Sebők Éva: Meteoráalom című költeményével.

A versenyen elért eredményes szereplésért gratulálunk a helyezetteknek és felkészítő tanárainknak! *ÁCSNÉ CSAKI ILDIKÓ*

**„SZOMBAT ESTI LÁZ”  
RETRO DISCO**  
a Mézesvölgyben  
A Fabriczius József Általános Iskola Iskolaszéke  
**2016. január 30-án**  
Jótekonysági Iskolabált rendez,  
melynek bevételét az egyik informatika tanterem elavult gépparkjának felújítása céljából 15 darab számítógép beszerzésére szeretne fordítani.  
A jelmezes-belépő jegyek 2500 Ft-os, a támogatói jegyek 3500 Ft-os vételáron lesznek megvásárolhatók.  
Bővebb információ a  
**www.veresfabalap.hu**  
honlapon hamarosan megtalálható.  
Szeretnénk, ha személyes részvételükkel illetve támogatásukkal minél többen segítenék iskolánk informatikai fejlesztését.

## Országos 5. helyezés A BOLYAI MATEMATIKA VERSENYEN!

A Bolyai Matematika Csapatverseny megyei (Észak-Pest megye) írásbeli fordulóját október 15-én tartottuk iskolánkban, ahová 21 csapatunkat neveztek be 3-8. osztályig. Közülük négy csapat az első tíz között végzett: harmadik évfolyamon a **Szuper négyes (Szabó-Galiba Noémi, Hajdu Kata, Reuss Domonkos, Pozsgai Márta)** 6. helyen végzett 104 csapatból. (Felkészítő tanár: Boldizsár Piroska és Petrovics Alexandra).

Hetedik évfolyamon 64 csapatból a **Gauss csapat (Fazekas Sándor, Filep-György Dominik, Szabó András, Vaszkó Gergő)** 1. helyezést, az **Euler csapat (Harsányi Ádám, Mulik Gábor, Tóth Balázs, Tóth Bálint)** 9. helyezést ért el. (Felkészítő tanár: Nervettiné Varga Zsuzsanna, Zsigriné Zeller Terézia, G. Kovács Ilona).

Nyolcadik évfolyamon 52 csapatból a **Descartes csapat** a 10. helyen végzett (**Dobozi Helga, Móré Luca, Móré Réka, Óvári Dominik**, felkészítő tanár: Fuszenecker Csilla, Páger Anikó).



Fotó: Iskola

#### Bolyai országos 5. hely hetedikes csapat

A Szuper négyes és a Gauss csapatot meghívták a Dunakeszin tartott ünnepélyes eredményhirdetésre is nov. 5-re, itt derült ki, hogy a Gauss csapat (tagjai a 7.b matematika tagozatos osztályból kerültek ki) az országos döntőben képviseli iskolánkat!

Erre november 21-én került sor Budapesten a Bárczi Géza Általános Iskolában, ahol 35 iskola tanulói mérettették meg itt magukat az ország minden részéből. Az írásbeli eredményhirdetése után kiderült, hogy a csapat az első hat között van, így délután szóbeli forduló következett a Veres Pálné Gimnáziumban. A gyerekek remekül helyt álltak, és országos 5. helyezést értek el!

Gratulálunk nekik: **Fazekas Sándornak, Filep-György Dominiknak, Szabó Andrásnak, Vaszkó Gergőnek** és felkészítő tanárainknak, Nervettiné Varga Zsuzsannának és Zsigriné Zeller Teréziának!

# A séf

Csendes utcácskában lakik a Reveteken, kertjében megkötve a kutya. Egy beagle. Kötni kell, mert a vérében van a szökés, amivel tengernyi bosszúságot okozott már a mindig kedvesen mosolygó, csipkelődő humorú gazdájának. Aktív korában különleges konyha főnöke volt. Közel negyven évig dolgozott a kormány budai vendégházában, ahonnan ellátták a rezidenciákat és négy éven át a Sándor palotát is. Szatyornyi meghívót, étlapot mutat, köztük kézzel írt menü-terveket is. A beszélgetést egy fontos, közismert megjegyzéssel kezdi.

Jó minőségű ételt csak jó minőségű alapanyagokból lehet csinálni. Nem engedhetjük meg magunknak, hogy selejtet készítsünk. Főztem mind a két Bush elnöknek, több ENSZ főtitkárnak, pápáknak, Margaret Thatchernek, Dianának és Károly hercegnek, Kim Ir Sen észak-koreai elnöknek, egykori szocialista vezéreknak, de afrikai elnököknek és a japán császárnak is. **Különleges vendégek, különleges ételek, igaz?**

Komoly stáb figyelte és ellenőrizte a munkánkat, a kész ételekből mindig mintákat vettek. Sok mindent sikerült beszerezni a hazai boltokban, de többször hoztak magukkal olyan alapanyagokat, fűszereket, amiket nem is ismertünk. Volt, hogy félig vagy teljesen megfőzve érkezett az étel repülőn, másnap pedig mi tálaltuk azt fel. **Milyen a hierarchia a rezidencia konyháján?**

A munkában éppen olyan, mint más nívós hotelokban. A tálaláskor mindenki dolgozik, csend van és nagy koncentráció. Az ételeket azonban magunk között osztályoztuk. Volt menü, amit Vendég 1-nek hívtunk, a fővendég és annak környezete részére. A Vendég 2, amit mi úri fapadnak nevezünk a konyhán a külügyesek, a tolmácsok, a fordítók számára készült. A technikai személyzet a cselcsit kapta. A Sándor palotában a díszletkezesnél gyakori volt a pincér-balett. Ilyenkor a főpincér irányítása mellett egyszerre mozognak a felszolgálók. Mutató attrakció.

**A konyha személyzete rendre a háttérben húzódik meg.**

A magas vendégek igen hálásak a jó kosztérra. A japán császár emeletére csak engem engedtek fel, ő kezét is fogott velem. Koreába többször hívtak, hogy tanítsam



meg az ottani konyhásokat a mi stílusunkban főzni, de helyettem kétszer is magas rangú tiszteket küldtek ki. Ez elég mókás dolog volt. Hazai vendégek elé sokszor kihívott a házigazda vagy a felesége és hangos elismerések, taps kíséretében bemutatott nekik.

**Komoly biztonsági készenlét mellett dolgoztak?**

Védett vezetők esetében a biztonságiak folyamatosan a nyakunkon lógtak. Egyszer a rezidencián valami nagyot durrant, elment az áram. Mire a mieink a kabátjukért nyúltak, az amerikai elnök emberei már a főnökük szobája előtt vigyáztak. Vagy egyszer az egyik elnöknek küldtek egy díszdobozos bombot. A biztonságiak feltépték a csomagolást, kiszedték a csokoládét és tányért kértek a felszolgáláshoz. Egy-egy ott felejtett diplomatafészek igen komoly riadalmat okozott. Az ilyen elhagyott csomagokat vagy kinyitották, vagy kint a kertben felrobbantották.

**Szereti a magyaros ízeket?**

Imádom a magyar konyhát, de szeretem a francia ízeket is.

**Hogy voltak ezzel a vendégek?**

Inkább nemzetközi ételeket készítettünk, esetleg a külügy segítségét kértük a keleti vagy az afrikai vendégek ellátásakor. De ha pl. birkahús volt a menüben, abból szívesen csináltunk palóclevest vagy báránysültet.

**A töltött káposzta, a disznótoros, a bablevés vagy a pacal eladható volt egy exkluzív menüben?**

Abban nem, de előfordult, hogy fogadás után a vezető hazai politikus kikötötte, hogy legközelebb bablevés és töltött káposzta legyen a menü. A véleményemet

nem kérdezték, mi megcsináltuk, a vendégek meg elváltak utána valahogy. Régebben sokat voltam a Kék nyíl nevű kormány vonaton, ahol esetenként 60-80 embert kellett megetetni. A reggelire készen volt 4-5 féle meleg étel, de Kádár János csak egy lángost kért teával, így a többiek sem ehettek tovább a második fogásnál.

**Sikerei?**

1999-ben mesterszakáccsá avattak, ami magas szakmai elismerés. De sikernek tartom azt is, amikor 200-250 fős fogadásokra főztünk. Az ételt szállítani kellett, ott forrón tálaltuk úgy, hogy az nem eshetett össze. Igazi erőpróba volt két alkalommal az 1200 főre rendezett állófogadás a Nemzeti Galériában. Nehéz, de hálás feladat, napokig készültünk rá. Hangos sikert csak 4-6 fős asztalok kiszolgálásával lehet elérni, úgy lehet Michelin csillagot szerezni!

**Milyen karácsonyi menüt állít össze otthon?**

Halat és pulykát eszünk. Halászlét főzök és klasszikus rácpontyot, de készíték a marinált halat (kirántott pontyfilé lila hagymás, fekete borsos, ecetes lében) is. A pulykamellet gesztenyével, diós aszalt szilvával töltöm meg és almával együtt sütöm. Másnap jöhet a töltött káposzta, ahogy kell. Desszertnek az elmaradhatatlan beigli és néha flódnit készíték. A gyömbéres-ánizsos mézes süteményt már előre megsütöm.

**Szilveszteri ajánlata?**

Ilyenkor előbb hideget eszünk: kis falatkák, felvágottas kanapé, húsgolyók kerülnek a tányérra, erre egész este rájárunk. Éjjelkor lencseleves, másnap a kocsonya a szokásos menü.

**Bizonyára vannak mulatságos történetei.**

Egy alkalommal hideg libamáj zsírjában volt a menükártyán. Ezt mindenki szereti és várja is. A kollégám azonban alaposan túlsütötte a májakat, azok tocsogtak a zsírban, alig maradt valami belőlük. Friss borjúhúsból pépet készítettem és a májjal együtt négy órán át 50 fokon pároltam, aztán áthúztuk zselatinnal, így libamájpástétomot varázsoltunk a rommá sült májból.

**Mielőtt búcsúzóul ide adná a töltött pulyka receptjét, csak úgy maga elé mondja.**

Azért nem volt rossz dolog ilyen helyen konyhafőnöknek lenni. Nem volt különbség, a szolgálati időm alatt egyformán főztem a hatalmon lévőknek. Lévai Anikó a szakácskönyvében leírta az ars poétikámat: nincsen jobboldali vagy baloldali pörkölt. Egyébként az is igaz, hogy az a vendég, akiből vendéget csinálunk.

(Recept a 24. oldalon)

MOHAI IMRE

# Hobbim a szakmám

**Gratulálunk a novemberi berlini szerepléséhez! Kérem, beszéljen erről a versenyről!**

Köszönöm! International Wella Trendvision award a pontos megnevezése, minden évben van egy országos válogató, aminek a tétje a nemzetközi világkifutón való szereplés. Fél év lefutású, készülődés és tervezgetés. Fotó pályázat útján lehet bejutni az országos döntőbe, majd a legjobbnak ítélt 15 munkát behívják. Élőben be kell mutatni a modellt és zsűrizik. Itt dől el, hogy ki nyer. Majd ezt követően kizárólag az ország első helyezettje utazik és képviseli hazáját nemzetközi mezőnyben és így lehetősége van a világnak bemutatni a divatról alkotott elképzelését. Összevetve közel 5000 induló volt világszerte, azonban 37-en jutottunk ki a color vision kategóriából. Teljes megjelenés elengedhetetlen, így a frizurával összhangban kellett lenni a sminknek amit Sárosi Szilviának köszönhetek. Divattervezőm Náray Tamás és stylistom Márton Aliz Ágnes segítettek a ruhával a tökéletes összképet.

**Nem ez az első szakmai elismerése. Milyen díjakra és versenyekre a legbüszkébb?** 1997-től folyamatosan kerestem a kihívásokat, voltam többszörös magyar bajnok több kategóriában is. Minden közül kiemelném a 2010-es párizsi világkifutót, ami szintén az International Wella Trendvision award részvétel volt. Ez volt az első évem ahol képviselhettem hazánkat a fodrászvilág legelitibb rendezvényén.

**Van-e valamiféle szakmai rangsor a hazai fodrászatban? Ha igen, akkor ön hol helyezkedik el ezen?**

Igen van, ez szakmai körökben köztudott, hogy ki hol helyezkedik el. Több ága van, vannak celeb fodrászok őket sokan ismerik. Vannak azok a fodrászok, akik szorgoskodnak a szakma csúcsán pl. mestervizsgáztatnak vagy zsűriznek a versenyeken... én is ide tartozom. Szeretném a szakmát emelni és örömmel fogadok el felkérést mestervizsgáztatásra vagy versenyek zsűrifeladatainak ellátására.

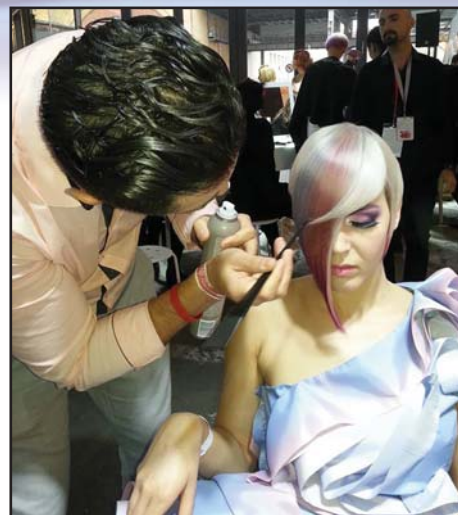
**Az embernek a sikeres fodrászról óhatatlanul is eszébe jut a Gedeon bácsi... kezdetű hajdani sláger. Valóban ennyire népszerű egy jó fodrász?**

Úgy gondolom, hogy az élet minden területére érvényes, hogy ami népszerű az jó is egyben, tehát okkal lesz kedvelt egy bevált fodrász.

**A fodrász egyfajta lelki társ, beszélgető-partner is sokak szemében. Valóban nagy családi titkok tudója?**

Valóban sok dolgot megosztanak velem, örömet, bánatot, sikert és sorolhatnám... De a bizalom nagyon fontos és ez alapszabály. Ez számomra nagyon megtisztelő.

**Van-e olyan frizura, amit ön álmodott és valósított meg, vagy olyan amit leginkább szeret készíteni?**



Természetesen jelzem, ha úgy látom, hogy a vendég kérése nem áll összhangban az arcformával. Ilyenkor közösen találunk egy jó megoldást a cél érdekében.

**Mindig is fodrász szeretett volna lenni?** Nyírlugoson nőttem fel egy kis faluban. Édesanyám is fodrász volt, édesapám is kétkezi munkával kereste a kenyeret autófényezőként, nagypapám pedig kovács volt. Sokat játszottam édesanyám üzletében, itt kezdődött minden. Szerettem azt a közeget, rajzolni és minden olyan dolgot csinálni, amihez kézügyesség kellett. Általános iskolában már 5. osztályban eldöntöttem hogy fodrász leszek. Általános iskola után szüleim kerestek nekem egy gyakorlati helyet Debrecenben egy jó hírű szalonban. Ez volt szüleim legjobb döntése, itt tanultam meg az alapokat. Édesanyám úgy érezte, hogy jobb lesz ha idegen üzletben és idegen környezetben tanulok ahol főnökeim is vannak.

**Mi a hobbija egy sikeres fodrásznak?**

Ritka szerencsés vagyok, mert azon kevés emberek közé tartozom, akiknek az igazi elsődleges hobbijuk a szakmájuk.

**Milyen szakmai tervei vannak 2016-ra?** Szeretném a szakmai versenyeket segíteni és támogatni továbbra is, valamint a szakmai életben tevékenykednék 2016-ban is.

KOVÁCS PÉTER

# Volper Boglárka

**(BOGI), AKI 11 ÉVESEN  
A KONYHAFŐNÖK JUNIOR TV MŰSOR  
EGYIK ÜGYES RÉSZTVEŐJE!**

Bogit már 1 éves kora óta ismerem, kislánnyal együtt szaladgáltak és játszottak a kertben annó. Ennek már 10 éve. Azóta a kislányból nagybacska lány lett, aki igazi konyhatündérré vált 11 éves korára. November óta az RTL Klub Konyhafőnök Junior műsorában láthattuk őt, ahol 8 és 13 év közötti gyerekek mérik össze sütőfőző tudásukat. A kb. 4500 jelentkező közül Bogi volt az egyik, akit kiválasztottak a 24 versenyző közé, akik ország-világ előtt csillogtathatták konyhai tudományukat, miközben érdekes kalandokon mennek keresztül. A győztes természetesen komoly nyereleménytel gazdagodik a műsor végén.

**Bogi, hogyan jött az ötlet, hogy jelentkezzen ebbe a műsorba?**

Az interneten láttam a műsor hirdetését és nagyon megtetszett. Megkérdeztem a szüleimet és ők is beleegyeztek, hogy jelentkezsem.

**Mit kellett bemutatni, hogyan folyt a válogatás? Izgultál?**

Az első alkalommal egy saját készítésű ételt kellett vinnem. Én serrano sonkás grillzöldséges tésztát készítettem és epres pohárkrémet gyümölcsnyárral, házi zabkeksszel. A második fordulóban már az időre is nagyon kellett koncentrálnom. Én sertésszűz-tornyt készítettem zöldségtócsnival. Itt még nem izgultam, egy jó kalandnak fogtam fel.

**Mióta „főzöl”? Honnan jött a konyhai dolgok szeretete?**

Ovis korom óta segítik anyának és a nagymamának a konyhában, de kisebb koromban is sokszor játszottam főzőset. Szívesen nézegetem a gasztróújságokat, blogokat és a főzősműsorokat.

**Mi a kedvenc ételed?**

Nagyon szeretem az olasz tésztákat.

**Mit szeretsz a leginkább készíteni? Sütsz vagy főzöl inkább?**

Főzni jobban szeretek, legszívesebben tésztaételeket készítek.

**Még csak 11 éves vagy, itt jársz általános iskolába Veresegyházon. Hogyan fogadták az osztálytársaid és a tanárok a tévés szereplésedet?**

Sokan gratuláltak és mindenki nagyon kedves volt.



**Mi a kedvenc tantárgyad?**

Nagyon szeretem a magyarórát és a hittant.

**Igazi felnőttektől érkező kérdés: mi leszel, ha nagy leszel? Hol látod magad 10 év múlva?**

Séf szeretnék lenni egy profi étterem konyháján.

**10 millió forint a tét a műsorban. Mire költötted volna?**

Legszívesebben egy teaházat nyitnék és profi konyhai gépeket vennék.

**Van-e más hobbid is a főzésen kívül?**

Szeretek különleges teákkal foglalkozni.

**Van-e saját recepted, amit te találtál ki?**

Több is van, például most, az ünnepekre készítettem egy mézeskalácsos palacsintát narancsos mascarpone krémmel és pirított dióval.

*Sok szeretettel osztom meg az olvasókkal, egyben nagyon kellemes karácsonyi ünnepeket kívánok!*

**Bogit és konyhai remekműveit megtalálják itt: Facebook/Bogikonyhája – Konyhafőnök Junior**

ViMER

## ARCOK A VÁROSBÓL



**KARÁCSONYI PALACSINTA  
NARANCOS MASCARPONE KRÉMMEL  
ÉS PIRÍTOTT DIÓVAL  
BOGI KONYHÁJÁBÓL:**

**PALACSINTATÉSZTA:**

- 1 egész tojás
- liszt+pici sütőpor
- csipet só
- tej
- szóдавíz (szénsavas ásványvíz)

**KRÉM:**

- Mascarpone
- felvert tejszínhab
- porcukor
- reszelt narancshéj és narancslé (ízlés sz.)
- diódarabok

Az alap palacsintatésztát sűrűbbre készítjük, szórunk bele mézeskalács-fűszerkeveréket ízlés szerint, majd süssünk kis palacsintákat. A mascarpone-t keverjük ki kevés felvert tejszínhabbal, porcukorral és a narancs reszelt héjával és levével. Egy száraz serpenyőben pirítsuk meg kicsit a dió darabokat. Tálaláskor a palacsintára halmozunk a krémből és megszórjuk a tetejét a pirított diódarabokkal. Finom karácsonyi illatú és ízű édesség!



## HORVÁTH LAJOS: Irodalmi napló 1966–1974.

Tarsoly Kiadó, Budapest, 2015.

Három nappal az Innovációs Centrum konferenciatermében október 24-én megrendezett Horváth Lajos életmű-kiállítás előtt jelent meg a szerző legújabb kötete, amely az irodalmi pályakezdés korszakát öleli át, s rendkívüli kuriózum a maga nemében.

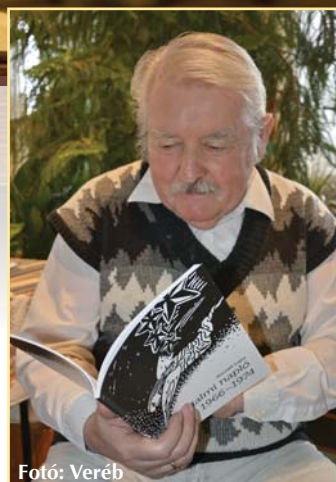
Horváth Lajos 60 évvel ezelőtt állította össze első kéziratos kötetét, s már annak is lassan félszázada, hogy első nyomtatott verse megjelent az Ifjúsági Magazinban 1967. május 15-én. (Milyen jelképes, hogy ez a most kiadott naplóban is elcsúsztatva tördelt sor – Táj békével – téves címmel és névvel jelent meg eredetileg, egy pályatárs művével felcserélve! Már a kezdet kezdetén valaki más jutott szóhoz és ranghoz, valaki helyett, akit 1956 állított más pályára, s az irodalmi indulás röpke egy évtizede után nem véletlenszerű, hogy teljesen más valaki kezdett feltűnni: a történet-tudomány, a régészet, a levéltári kutatások és a helytörténeti írások sokaságával.) A fiatal Horváth Lajos irodalmi naplóját

nem csupán a tárgyilagosan kezelt személyes vonatkozások teszik egyedivé, hanem a lakonikus feljegyzések, a szigorúan adaltolt publicisztikai tételek és a könyvelői pontossággal megörökített tiszteletdíjak (!) is, hiánytalanul.

Viszonylag kevés a kifejezetten intim életrajzi mozzanat – az is inkább az első házasság drámáját szűri le szikár tényekké. Jellemzően az irodalmi élet kapcsolatrendszere, a kortárs költők és prózaírók, a kritika és a könyvkiadói világ mikroklímája elevenedik meg a napló lapjain. Feltűnően sok a jegyzet, s ezek egyben egy-egy miniatúrának felelnek meg: az 1960-as 1970-es évek irodalmi és közéleti portréi körvonalazódnak a kötet szerkesztőjének közreműködésével.

A főváros zajló kulturális élete, valamint a hivatalos és baráti utazások menetleveszerűen szűkszavú megörökítése mellett is fel-felcsillan Veresegyház, az otthon.

Egy-két sorban jelen vannak a gyerekek, a szűk rokonság, helyi barátok és halha-



Fotó: Veréb

Horváth Lajos az Irodalmi naplóval.  
A borító Kun Éva alkotása.

atlan érdemű öregek, akik még meg tudták mutatni a régi Szentjakab helyét, meg a Templom-dűlőt, s bizony az egykori Ivacs falu templomának alapfalai ott kerültek elő, ahol azt méterre pontosan Darabos András bácsi megjelölte.

Dokumentum értékűek a kötet képei, s a mellékletek anyaga, különösen a Vitéz fedőnevű ügynök államvédelmi jelentései Horváth Lajosról 1968 szeptemberében és decemberében.

Jó szívvel ajánlhatjuk e kötetet mindenkinek, aki ismeri az idén már 77. életévét betöltött szerzőt, de azoknak is, akik még csak a történezt tisztelheték az egykori irodalmárban.

FARKAS ZSOLT

### GRUBER SÁNDOR ÖNÉLETÍRÁSA



**Egyszerű, átlagosnak tűnő élet, mégis, ha elmélyülünk egy sorsban, akkor megannyi drámával, csapással, sikerrel és talpra állással találkozunk. A veresegyházi GRUBER SÁNDOR elhatározta, hogy megírja élete történetét. Mi célból? Erről mesélt nekünk.**

„A fiatalok felé szeretnék példát felmutatni, hogy bármi történik, soha ne adják fel, mert minden helyzetből talpra lehet állni, olyan mélyről is fel lehet kapaszkodni, ahonnan én indultam. Mert kérem, én lelenc gyerek voltam, ha mond még ma valamit ez a szó. Amikor megszülettem, 1930-ban nagyon is sokat jelentett. Apámat sosem láttam, édesanyám pedig kénytelen volt beadni állami gondozásba, a menhelyre. Öt-hat éves lehettem

*„Hogy tanuljanak belőle a fiatalok.”*

mindössze, akkoriban némi pénzért az állam kiadott bennünket családokhoz. Ellátásért dolgoztam, amit a korom megengedett, sőt azon túl is. Ettettem paraszti családoknál az állatokat, segítettem a ház körüli munkákban, kihasználtak, ahogy tudtak minket. Egyetlen egyszer, olyan 12 éves lehettem, amikor próbált anyám magához venni, ám komisz mostoha-testvérem lett. Lopott a házból, rám fogták, újra beadtak. Mezőkovácsházára kerültem egy másik paraszt-családdhoz. Hol laktam? Nézze, számomra akkor természetes volt az, hogy az én helyem az istállóban van. Szerettem is talán, jó meleg volt és az állatokat is kedveltem.

Nagy álmaim nem voltak, pusztán annyi, hogy ne paraszti munkából, hanem vasművességből éljek meg. Vasas-inas szerettem volna lenni, de Makóra kerültem egy szabómesterhez. Jó ember volt, de 1945-ben, a háború után mindenkinek nagyobb baja is volt annál, hogy ruhát vegyen, nem tudtak ellátni, mennem kellett. Így lettem kovácsinas, három kemény év alatt kaptam segédlevelet, ahogy felszabadultam, egy barátommal jöt-

tünk fel Pestre. Ami adódott, abból éltem, vagonberakás és más alkalmi munkák, míg nem a ferencvárosi pályaudvaron dolgozhattam a vagonjavító műhelyben. Így már futotta egy ágy bérlésére egy idős néninél.

Aztán Dombóvárra kerültem katonaként. Akkoriban nagyon szerették az „alulról” jövő fiatal tiszteket, mert le akarták váltani a Horthy-tisztikart. Így végeztem én is tüzér-technikusi iskolát. Örültem nagyon, azzal foglalkozhattam, amit szerettem: gépekkel. Mert én mindig is így tekintettem a fegyverekre is. Avatás után a technikus tiszték főnöke lehettem, ám jött 1956 és Pestre rendelték minket járőrözni. Tétény utcáit jártuk, ám nem kerültünk senkivel szembe. Az emberek még pálinkával is kínáltak sokszor. Minden jól alakult a munkámban, az Egyesített Fegyverzeti Tisztiskola után a Fegyverzeti Tanszéken vezethettem a technikai műhelyt, ami fegyvert akkor a hadsereg használt, azt mi ismertük, oktattuk. Gimnáziumot, majd főiskolát végeztem, százados lettem. Furcsa tiszt lehettem, én nem ittam, hanem tanultam, becsültem, ami van.

Első házasságom válással végződött, gondoltam egy nagyot és levelezés útján ismerkedtem újra. Második feleségemmel aztán 53 évig voltunk együtt, míg el nem vitte a rák szegényt. A fiunk után, aki alig 40 évesen esett össze infarktusbán. Ismert építőmérnök volt, talán túl sokat dolgozott.

Őrnagyként szereltem le, épp a napokban kaptam 85 éves koromra gratulációt a Honvédelmi Minisztériumtól, ugyan még kárszakértő mellett dolgoztam tíz évet, de 1980-tól lényegében nyugdíjas vagyok. 2000-ben költöztünk Veresre, jó, békés hely ez. Segítem a családomat, ahogy tudom, ellátom magam, horgászok, hetente eljárók

kártyázni az Innovációs Központba és még énekelni szeretek, indultam a Veresegyház Hangja versenyen is. Szóval élek csendesen, nézelődök öregotthonok iránt, de kicsit várok még ezzel. Addig szeretném a könyvemet befejezni. Hogy lássák, lelenből is lehet valaki. Csak tisztesség és akarat kell.”

KOVÁCS PÉTER

## RÁDÉRÜNK 60+ NYUGDÍJAS KLUB

### Mindenkit szeretettel várnak

„Bevallom őszintén, véletlenül csapódtam a társasághoz. A szomszédasszonyom ajánlotta őket, de ma már ki nem hagyom. Szeretek emberek között lenni, jól érzem itt magam.” – tudtuk meg a vácrátóti Kovács Lászlótól mindjárt a látogatásunk elején, hogy miért jár Veresegyházra nyugdíjas klubba. Hasonló tapasztalatokról mesél a 86 éves Katona Józsefné is, ő Erdőkeresztről jár át busszal, mint mondja, elsősorban azért, mert „Veresen jó a társaság”, itt jókat beszélgetnek, kézimunkáznak és nem ritkán énekelnek is. Ahogy fogalmaz, ez számára az igazi kikapcsolódás.

A Veresegyház Kistérség Esély Szociális és Alapellátási Központ keretein belül, a Fő úton működő klub hangulata valóban magával ragadó, ott jártunkkor éppen szorgos munkálkodást folyt, kisebb karácsonyi ajándékok és díszek készültek az ünnepi fára, ám mindeközben folyamatos a beszélgetés, az évődés. Mint kérdésünkre Novák Róza és Pappné Varga Eszter szakmai vezetők elmondták, a klub heti egy alkalommal működik, körülbelül 60 fővel, akikből 10-15-en vannak állandó tagok.

A maihoz hasonló kézimunkázós-beszélgetős esteken kívül igyekeznek minél több szabadidős programot is szervezni. Múzeumba járnak, kirándulnak, a környéken elsősorban Vácra, Gödöllőre, Zebegénybe. A naptári alkalmaknak megfelelően a kézügyességet fejlesztő programokon túl még szavalóversenyen és a kistérségi programokon is fellépnek. De voltak az elmúlt időszakban színházban is, a budapesti József Attilában és a Veres 1 Színház előadásán.

Tagdíj nincs, de egy belépő nyilatkozat kitöltése szükséges. Cserébe pedig a jó intézményi háttérnek köszönhetően lelkészek, orvosok előadásaira van lehetőségük, arról nem is beszélve, hogy az Esély egyéb olyan segítő programjaiba is könnyebben bekapcsolódhatnak, mint például a szociális étkeztetés.

De a legkedveltebbek a maihoz hasonló beszélgetős délutánok. Többek szerint is a társaság lelke, ötletgazdája a Csonkán lakó Fülöp Istvánné, aki maga is szociális területen

dolgozott korábban. Ahogy mondja, minden alkalomra készül egy-egy kis ötlettel, hol képeslapot, hol díszeket készítenek, nem ritkán az iskoláknak, óvodáknak is besegítve. Arról nem is beszélve, hogy a gyermekjóléti szolgálat „ügyfelei” is gyakran találkozhatnak ajándékaikkal, munkáikkal. Véleménye szerint igazi barátságok szövődnek köztük a vidám délutánokon. Osztja ezt a kezdetektől a klub tagjának számító Lehoczky Lászlóné is, aki szerint a legfontosabb, hogy „kedvesek egymással az emberek” a kis közösségükben.

És, hogy kit várnak maguk közé? Mindenkit szeretettel látnak, mondja Novák Róza, bárki, aki az elmagányosodással küzd és elmúlt 18 éves, itt jó szóra lelhet. De elsősorban a magukra maradt, de társaságra vágyó idősebb embereknek kívánnak egy közösségi létet biztosítani. Azt pedig magunk is meg tudjuk erősíteni, hogy mindezt sok vidámsággal, tartalmas beszélgetésekkel teszik.

KOVÁCS PÉTER



## NŐ TABLETTEL

Éppen felszállt a köd, szépen süttött a nap. A fák leveleit egyszer már megcsípte a hajnali dér, és kicsit fonnyadva ugyan, de még mindig fent táncoltak a magasban. Az első komolyabb szél könnyedén le fogja vetkőztetni az erdőt.

Lágy, szelíd színekben pompázott a hattyár. A tisztuló időben az egyenes úton a fák féldalasan kimetszett koronái alá

zattal formázták a természetesebb teherautók nyomát. Igazi lomb-alagút látszott messzire vezetve a tekintetet.

Alig volt mozgás. Az út végében lassan mozgó alak közeledett szabályosan, szemben a forgalommal. Hidegben indulhatott, mert vastag sapka volt a fején és természetes sál a nyaka körül. A jobb kezét furcsán maga előtt tartotta, amitől szokatlan figurának tűnt.

Idősebb nő sétált egyedül az erdő és a rét közötti úton. Ahogy közeledett már tiszt-

tán látható volt, hogy mit tart a kezében. Egy tablettel. Térképet nézett, zenét hallgatott vagy olvasott? Akármit csinált, különös diszharmónia volt közte és a környék nyugalma, fényei, illata között. Ahogy elhaladtunk egymás mellett felnézett, mosolygott. A kutyám elszaladt mellette, pillantásra sem méltatta. Nem érezte meg a helyzet különlegességét. Nem láthatta, hogy a technika csendben kilopózott a természetbe.

-i-e

Cikk sorozatunkban a számítástechnika egy-egy érdekesebb részét vesszük górcső alá a teljesség igénye nélkül, a laikusok számára is közérthető módon. Csapjunk is a lovak közé! A mai cikkünk témája:

## VÍRUSOK ÉS TÁRSAIK

### Mi a számítógépvírus és honnan ered?

A számítógépvírust egy ugyanolyan program, mint az egyéb (játék, szövegszerkesztő, levelező stb.) programok.

Tehát programozók írják és céljuk az, hogy a gépet tönkre tegyék vele.

Az első megjelenése egy nemzetközi adásvétellel kapcsolatos, miszerint az USA számítógépeket adott el Mexikónak több részletben, de a mexikóiak nem fizettek. Ennek ellenére az amerikaiak továbbra is küldték a szállítmányt, amit a mexikóiak furcsáltak, de nagyon örültek neki. Hamarosan azonban meglepetés érte őket: működés közben különös problémák miatt a gépek használhatatlanok lettek, ezután sietve rohantak az amerikaiakhoz, hogy rögtön fizetnek csak javítsák ki a hibákat. Nos, ennyit a történelemtől.

A vírus létrehozói rájöttek, hogy nekik ebből semmi nyereségük nincs, ezért elkezdtek olyan programokat írni, amelyek nem a gépet teszik tönkre, hanem klónozzák és információt szednek le a gépről.

Gondoljunk bele, ha egy orosz programozó egy amerikai milliomos számlaszámát és adatait megszerzi és néhány milliót átutal magának, akár nyugdíjba is mehet. Vagy elgondolkodtunk-e azon, hogy azok a cégek, akik e-mail-ekkel kereskednek, vajon honnan szerzik a több 10 000-es adatbázisukat? Ezek a támadások nem teszik tönkre a gépet és nem is látványosak, viszont sokkal veszélyesebbek, mint azok a vírusok, melyek szemmel láthatóan teszik tönkre a gépet.

### Hogyan védekezhetünk?

A válasz egyszerű: vírusvédelemmel. Napjainkban elterjedtek az ingyenesen letölthető vírusvédelmek.

### Mi a probléma az ingyenes vírusvédelemmel?

Egy: kifizeti a révészt? Azaz a védelmi adatbázist.

Ennek következményeként előfordulhat, hogy ezek a vírusvédelmek hiányosak, gyengék, lehetséges, hogy sok vírus ellen

nem védenek biztonságosan.

Kettő: Fennáll annak a veszélye, hogy az ingyenesen letöltött vírusvédelmi program maga a vírus.

### De mit érdemes választani?

Mindenképpen egy komolyabb vírusvédelmi programot javasolnék. (Ezek fizetősek, de cserébe megbízhatóbb védelmet kap a gépünk.)

Mindenesetre annyit érdemes tudni, hogy a vírusvédelem is egy program és gyakorlatilag nem a programért fizetünk, hanem a frissítésért vagyis az adatbázishoz való hozzáférésért (általában egy éves időszakra vonatkozóan). Ennek az elkészítése rengeteg munka és még több pénz.

*Az átlag felhasználónak vírusvédelemmel kapcsolatban érdemes szakemberhez fordulnia, ha valóban biztonságban szeretné tudni gépét.*

ABONYI ZOLTÁN

SZÁMÍTÓGÉP MŰSZAKI SZAKEMBER

### OZSVÁR ZSANETT tanácsai

## MUNKAÜGYI ALAPELVEK:

### Egy dolgozó munkanapja (3. rész)

Három hete besokalltam a munkahelyemen, és eldöntöttem, hogy új munkahely után nézek. Takarítónő vagyok, és sajnos takarítókból várost lehetne építeni, de hát szükség is van rájuk, különben ellepne minket a szemét és a kosz. Ez egy olyan kivételes szakma, amit akárki nem végez el, tehát büszke vagyok magamra, hogy én képes és alkalmas vagyok rá.

A probléma viszont ott kezdődött, hogy a közvetlen főnököm állandóan piszkált mindenért, és még igazságtalanul is bánt velem. Nagyon nem bírom az igazságtalanságot, erre aztán már végképp felhúztam magam. Mindezek tetejében olcsó tisztítószereket rendel, amik nem alkalmasak a megfelelő tisztasági szint elérésére. Hiába magyaráztam neki, hogy ezek a lötytyök nem fertőtlenítenek, és még csak nem is tisztítanak, közölte velem,

hogy nem enged beleszólást a beszerzésbe, mert nem az én zsebemre költekeznek, és egyébként is ezek a tisztítószerek is megfelelnek a célnak. Kérdem én: lehet így normálisan dolgozni? Mondtam neki, hogy én tökéletesen tisztában vagyok azzal, hogy milyen szereket kell venni, mindnek ismerem az összetételét, és pontosan tudom, milyen tisztításra melyik a legmegfelelőbb szer. Erre a fejemhez vágta, hogy ne képzeljem magamat vegyésznek. Tájékoztattam róla, hogy a vegyészek sem tudnak jobban takarítani, mint én. Ha nem szerzi be, amire szükségem van, azonnali hatállyal felmondok. Erre azt merészelte nekem mondani, hogy ne röhögtessem...

Felvilágosítottam, hogy én igenis tudok mindent a munka törvénykönyvéről és a jogaimról, és élni is fogok vele.

Felhívtam azóta az összes ismerősömet, hogy segítsenek munkát találni. Tegnap délután az egyik régi barátom szólt, hogy náluk takarítónőt keresnek, és ha érdekel a munka, akkor menjek gyorsan, mert most kellene kezdeni.

Nem is gondolkodtam rajta sokáig, ma reggel bejelentettem a főnökömnek, hogy azonnali hatállyal felmondok. A próba-időmet ugyanis természetesen a munka törvénykönyve alapján a leghosszabb időben, azaz három hónapban határozták meg (a munka törvénykönyvéről szóló 2012. évi I. tv. – továbbiakban: Mt. – 45. § (5) bekezdés), és mivel még csak két hónapja dolgozom itt, így indoklás nélkül azonnal felmondhatok. Elmeséltem a főnökömnek, hogy az Mt. 79. § (1) bekezdés a) pontja alapján mondok fel, és holnaptól már nem is jövök, sőt, most azonnal hazamegyek. Áadtam neki a papírt, amitől teljesen ledöbbsent.

Most pedig, hogy ilyen jól érvényesítettem az érdekeimet, megyek, és kitakarítok végre otthon is...



# Az igazi magyar szív

2013 nyarán Kárpátalján jártam egy magyarlakta kis településen, Péterfalván. A település művészeti iskolájának kultúrházában esti táncházat tartott a Péterfalvi Népművészeti Tábor. A színpadon a washingtoni vendégszereplésükről frissen hazatért Szalonna és Bandája húzta, a brácsánál Karacs Gyula népzeneész.

Gyula nyolc éves koráig egy Szabolcs megyei kis tanyán élte mindennapjait. Naphosszat járta az erdőt, szemlélte a mezőt. Szerette ezt a semmi máshoz nem fogható szabadságot, a rét illatát, a fák sejtelmes hangját. Mikor édesanyjával és testvérhúgával Veresegyházra költöztek csak egy kérése volt. Arra kérte a szüleit, édesanyját és nevelőapját, hogy adják meg neki a „szabadságot”. Így történhetett, hogy iskola után és a hétvégeken szabadidejében éveket járta a veresi határt, a falu utcáit, hosszasan üldögélt a patak partján, bujkált az erdőben. A nyári szüneteket nagyszüleinél töltötte, mert a szíve visszahúzta a régi tájra, a „gyerekszobájába” az erdő, mező világába. A természet szeretete teljesen nyilvánvaló volt. Később mégsem lett mezőgazdász, vadőr vagy vadász. Egészen fiatalon a muzsika szerelmesévé vált.

**Hogyan is történhetett mindez?**

Amikor Veresegyházra költöztünk, akkor derült ki, hogy a nevelőapámnak van egy Erdélyben kiadott és gyűjtött, gyönyörű autentikus népzenei hanglezemeze gyűjteménye. Amikor tehettem, naphosszat a gyűjteményt hallgattam. Széphalminé Iglói Éva néptáncpedagógus és Rónai Lajos vezetésével 1984-ben megalakult az első gyermeknéptánc csoport, Erika húgom kezdett ide eljárni, én meg elkísértem. Rónai Lajosnál kezdtem el népzene tanulni, az első időben a nagybőgő volt a hangszerem, később váltottam át brácsára. Megalakult a Tücsök zenekar, a húgom hegedűn én meg brácsán húztuk a talpalávalót a veresi táncosoknak. 1987 őszén, a Bagi Muharay Elemér Népi Együttes zenekara brácsást keresett, ekkor mondta Lajos bácsi: „Na, Gyuszikám! Minden héten, kedden és szerdán próba, hétvégeken előadás.” Gyakorlatilag 13 évesen bekerültem egy komoly zenekarba, mély víz volt ez a javából! **Mondhatjuk azt is, hogy végeredményben ez a lépés határozta meg a további sorsodat?**

Feltétlenül! Az iskolai tanulmányaim mellett másról nem is szólt az életem, fesztiválok, versenyek, önálló estek, általában 1-2 órás műsorokat brácsáztam végig. A mai napig is erről szólnak a mindennapjaim, megyek muzsikálni.



Fotó: Veréb

**Hogy tudtad összeegyeztetni az iskolai tanulmányaidat és a zenész életet?**

Középiskolás koromban is sokat hiányoztam, de soha nem volt problémám a tanulmányi előmenetelben. Érettségit követően felvételiztem a Gödöllői Agrártudományi Egyetemre. Az első évfolyam után döntenem kellett a zenészhivatás mellett.

**Kik voltak a mestereid?**

Első helyen kell említenem Rónai Lajost, az Aszódi Zeneiskola igazgatóját, továbbá Blaskó Csabát, Nagy Zsoltot, Hruz Szabolcsot és később Váradi Zoltánt. Amikor elkezdtünk Erdélybe járni, az ottani mesterektől is sokat tanultam.

**Tudomásom szerint két évig zeneiskolai tanár is voltál. Miért hagytad abba a tanítást?**

A Szarvasi Zeneiskolában bőgőn és brácsán oktattam. Nagy volt a lekööttség, nehézkes a közlekedés. Sok minden közrejátzott, de legfőképpen a szabadság hiányzott.

**Tanítványaid az ország legjobb brácsásai között vannak. Hol ismerted meg őket?**

Az évek során mindannyiukkal a Péterfalvi Népművészeti Táborban találkoztam. Palaznik László a Bürkös zenekar, Szabó András a Zagyva Banda brácsásaként muzsikál.

**Láttalak a Fölszállott a páva népzenei és néptáncos tehetségkutató műsorban muzsikálni.**

A hazai és külföldi koncert-elfoglaltságaim mellett mi adjuk a zenekari kíséretet a 2015. évi tehetségkutató versenyben. Rendkívül magával ragadó, ahogy a versenyzők, a 6 és 14 év közötti fiatalok szerepelnek a színpadon. Öröm őket látni és hallani.

**MŰVÉSZPORTRÉ: Karacs Gyula népzeneész**

**KARACS GYULA** népzeneész 1974-ben Csengerben született. 1985-től 1987-ig az Aszódi Népzenei Műhely növendéke.

1992-ben a Gödöllői Török Ignác Gimnáziumban érettségizett.

1992-től 1993-ig a Gödöllői Agrártudományi Egyetem hallgatója.

1997–1999 között a Szarvasi Zeneiskolában nagybőgő- és brácsatanár.

2013-ban házasságot kötöttek Balasi Zsuzsannával.

**ZENEKAROK:**

**Tücsök zenekar** Veresegyház 1985–1988, **Tarisnyás zenekar Bagi Muharay Elemér Népi Együttes** 1987–1993, **Galga zenekar** 1993–2004, **Magyar Állami Népi Együttes zenekara** 1999–, **Szalonna és Bandája** (Pál István és zenekara) 2004–.

**MAGYARORSZÁGI FELLÉPÉSEK:**

A zenekar tagjaként, rendszeres résztvevője a hazai népzenei élet kimagasló eseményeinek.

**KÜLFÖLDI VENDÉGSZEREPLÉSEK:**

A zenekarok tagjaként fellépett a világ számos országában, többek között: Spanyolország, Portugália, Olaszország, Finnország, Oroszország, Lengyelország, Szlovákia, Ukrajna, Románia, Anglia, Görögország, Venezuela, India, Japán, Kanada és az Egyesült Államok zenei rendezvényein, fesztiváljain.

**DÍJAK, KITÜNTETÉSEK:**

**Magyar Köztársasági Bronz Érdemkereszt** 2006.

**Prima Primissima közönségdíj** – a Magyar Állami Népi Együttes tagjaként – 2007.

**Magyar Örökség Díj** – Szalonna és Bandája muzsikusként – 2014.

**Tiszteletbeli Székely cím** – Székelyudvarhelyért Alapítvány – 2015.

**Aranylemez** – Szalonna és Bandája tagjaként – 2015.

**Eddigi pályafutásod során bejártad Európát és a tengerentúlra is eljutottál. Melyik vendégszereplésed volt számodra a legemlékezetesebb?**

Talán mi vagyunk az egyetlen zenekar, akik több alkalommal is szerepelhettünk az Egyesült Királyságban, a brit királyi család rendezvényein. 2006-ban a Magyar Köztársaság küldöttjeként, majd a rá következő években még további két alkalommal Károly walesi herceg meghívására. A rendezvényen jelenlevők mindegyike igyekezett Károly herceg és Margaret Thatcher közelébe kerülni. Az együttesrel mi félrevonulva, szép csendben pogácsáztunk, amikor ránk találtak. Mint kiderült, a királyi család kerestetett minket, látni akarták a magyar zenészeket. Thatcher asszony akkor a következőket mondta: „*Most már tudom, hogy milyen az igazi magyar szív. Zseniális ez a zene, letisztult, kikristályosodott, ilyen csodás muzsika talán nincs is több a Földön, mint a magyar népzene.*” VERÉB JÓZSEF

## Semmi pánik

Az új évad első béreltsorának második előadása Woody Allen: Semmi pánik című kétrészes komédiája. Az eredeti történetben maga a szerző személyesítette meg Walter Hollandert, a fegyveres üldözői elől családjával menekülésre készített amerikai turistát. Ki az, aki a Galla Miklós által fordított magyar változatban végig tudja vinni ezt az abszurd humorral átítatott cselekményt? A válasz kézenfekvő volt: ARADI TIBOR Karinthy-gyűrűs humorista.

Aradi Tibor 1971-ben született, eredeti szakmájában, felszólalóként csak rövid ideig dolgozott. Egy napon felfedezték, akkor még nem, mint „menekülő turistát”, hanem a benne rejlő tehetséget, a humor későbbi mesterét. 1994-ben a Magyar Televízió Humorista kerestetik című tehetségkutató versenyének második helyezette. Tíz éven keresztül a Mikroszkóp Színpad tagja, 2008-tól, a Rádiókabaré műsorainak állandó szereplője. Tehetsége egyéb területen is megmutatkozott, 2013-ban az Aradi Kamaraszínháznál drámai szerepet vállalt, eljátszotta a Jevgenyij Griskovec: Vodkapolka, avagy hogyan ettem kutyát című kortárs monodramáját. Nős, feleségével jelenleg azon fáradoznak, hogy budapesti lakhatóságukat lecseréljék egy csendes, nyugodt kisvárosi környezetre.

### Hogyan került látótérbe a Veres 1 Színház?

Mikroszkópos időszakomból ismerem Venyige Sándort. Az évek múltával ez az ismeretség nem merült feledésbe, egyik alkalom-



Fotó: Veréb

„Az egyetlen bajom az életemmel, hogy nem valaki más vagyok.”

WOODY ALLEN: SEMMI PÁNIK

mal megcsörrent a telefonom, Sándor felhívott és tőle kaptam az ajánlatot a színház legújabb produkciójában fellépni. Bevallom eltöprengtem, de a szöveggönyv elolvasása után igent mondtam. Igent, mert ez a darab olyan, mint egy kabaré, egy hosszabb bohózat. Hogy miért esett rám a választás? Ismernek sokan, bár az idő múlásával én is változtam, de még mindig van bennem valami, ami Woody Allenre jellemző. Nem vagyok olyan alkat, mint ő, más a fizimiskám, amit kerestek nálam az a belső tulajdonság.

**Huszonöt éve van a pályán, kisebb kitérőkkel mindvégig humoristaként. Hogyan tudott azonosulni a szereppel?**

Ez a bohózat nagyon jól meg van írva, ahogy Galla Miklós mondta: „Itt minden mondat poén!” Ez egy olyan szerep, amit nem kell játszani, nem kell figurákat hozni, csak elmondani a szöveget.

**A próbán láttam, hogy Megyeri Zoltán rendező lehetőséget biztosít a színészeknek a saját egyéniségük kibontakoztatására.**

Igen, enged mindent, ami nem viszi el a történetet más irányba. Ettől lesz a darab más, mint a többi, vittünk bele plusz szövegeket, kerültek bele monológok, mozgások. Kitaláltam magamnak egy szituációs játékot is.

**Mi a véleménye a veresi színházról és a városról?**

A színházzal kapcsolatban csak gratulálni tudok, nagyra becsülöm mindazt, amit Sándorék csinálnak. Nagyon tetszik a város, a piaci hangulat, az üzletekbe betértemkor olyan érzésem volt, mint ha Ausztriában lennék, mert itt kedvesek az emberek. VERÉB JÓZSEF

## Derülátó sokasodás

A színházi bon mot szerint a színházvezető rémálma a terhes primadonna. Régen szokás volt konkrétan szerződésben rögzíteni, hogy mikor eshet teherbe a színésznő, a direktor ezzel kérelhetetlenül bekönyökölt a magánélet családtervezési faktorába.

A várandós sztár mindig problémás. Drágán varratott jelmezeket kell átalakítani, vagy még drágábbal pótolni. Másik színésznőt kell a szerepbe „beugratni”, ne adj’ Isten meghirdetett előadást kell lemondani, jegyeket visszafizetni, örület! – se hossza se vége a színházigazgatói tépelődésnek.

Vagy húsz éve már, hogy a nyíregyházi színház dramaturgia voltam Verebes István igazgatósága alatt. Pista – a fent

leírt sztereotípiá ellen tiltakozva – a legbüszkébb a színház élén töltött időszakából arra a tényre volt, hogy a hat év alatt a társulat tagjainak családjában összesen 26 gyermek született. Valami hasonló történetnek lehetünk tanúi színházunk háza

táján is.

Ez jutott eszembe, amikor Borbás Erika művésznő bő egy hónappal ezelőtt bejelentette, hogy kisbabát vár. Nem is nagyon juthatott más eszembe, hiszen Molnár Szilvi – a Ne most, drágám! Sue-ja – augusztusban adott életet kislányának, Verebes Linda pedig – őt Az egérfogóban láthatták – egy hónap múlva néz anyai örömök elé. Akad tehát tere színházunk rövid történelme alatt a színházvezetői tépelődésnek Veresen is.

De ez így pont jól is van, hiszen, ha jól látom, ez a sokasodás igencsak derülátó.

VENYIGE SÁNDOR



Grafika: Veréb Csilla

# Az Apácák című musical

Nyugdíjas házaspárként 2013-ban költöztünk a városba. Rendszeres színházlátogatóként beköltözésünket követően hírt vettük, hogy a Venyige-házaspár színház-szervezésbe kezdett, nem akartunk hinni a fülünknek. Igaz ez? Még az előkészületeket is nyomon követtük, elmentünk a művelődési házba meglesni a fejleményeket. Láttuk az új függönyt, az átalakított ruhatárat, az előtérben a színházi székeket. Nagyon szeretjük azt a közvetlen

séget, amit ez a kisvárosi környezet nyújt. Az utcán, a piacon bármikor összefuthatunk a számunkra is kedves ismerősökkel, elbeszélgethetünk, megoszthatjuk tapasztalatainkat és élményeinket. A Madách Színház évekig játszotta Dan Goggin: Apácák című musical komédiáját, szerettük volna megnézni a darabot, de jegyet akkor az előadásra nem tudtam szerezni. 2015-ben, a Hadart Művészeti Társulat vendéjátékeként eljött hozzánk, a

Veres 1 Színházba ez a kedves, humoros mű. Az első között vásároltunk jegyet.

A darab témája kissé bizarr, de ettől függetlenül az előadás egy fergeteges komikumba csapott át. Különösen tetszett, ami a játékban nagyon megnyilvánult, hogy minden egyes szereplőnek volt egy külön epizódja, egy saját álma, amit szeretett volna megvalósítani. A színpadon, mint a valóságban is a nővéreknek csak a ruhájuk volt egyforma, belül, a lelkük mélyén mind külön egyéniség. A Mária Regina nővért megszemélyesítő Voith Ági művésznőnek különösen örültem. Mint ember nagyon aranyos volt, nem akart csillogni-villogni, a többi szereplőtől elvenni a fényt. Mint egy nagy profi művész, úgy viselkedett.

Egy musical akkor teljes, ha a zenekari kíséret is viszi az előadást, emeli a hangulatot, itt teljes volt az összhang, magas volt az előadás színvonala. Valahol ez a színház itt a városban eltemetve benne lehetett az emberekben, a lelkük legmélyén.

DARVASI LÁSZLÓNÉ

NYUGALMAZOTT IRODAVEZETŐ



Fotó: Hadart Művészeti Társulat

## A VERES 1 SZÍNHÁZRÓL – Zorgel Enikő, művészeti titkár



**Enikő teherbírása elismerésre méltó, színház alapítóként szervez, ügyintéző, a saját produciók állandó szereplője, énekel, prózát mond, fő- és mellékszerepeket vállal. Vele beszélgettünk a színház programjairól.**

**Az eltelt év tapasztalatai mennyire befolyásolták az új évad gyermekprogramjának a megszervezését?**

Az első évadban a színház saját produkciójaként mutatta be az *Eltűszentett birodalom* című mesejátékot. Az eredeti elképzeléseink szerint havi rendszerességgel mesematiné formájában szerettük volna előadni a darabot. Az első előadásokat sok gyerek látta, de később csökkent az érdeklődés, ezért döntöttünk az új évadra egy olyan vendégtársulat mellett, ahol a gyerekdarabok kínálata igen gazdag. A Pódium Színház repertoárjában szereplő 15 műsorból választhatnak az itteni óvodák és iskolák. Az intézmények igényei szerint, az általuk javasolt 3-4 mesejátékból állítottuk össze az idei programcsomagot. Az iskolák kérték: a *Ludas Matyit*; az *Ágacskát*; *Óz*, a nagy varázslót és egy karácsonyi előadást. A Kálvin Téri Református Általános Iskola 230 főre, 4 előadásból álló bérletet vásárolt. A Fabriczius József Általános Iskola nem vett bérletet, de ősszel és tavasszal 1-1 előadásra ők is beneveztek. Az óvodásoknak már bemutatásra került a *Békaherceg*, továbbá az *Óz*, a nagy varázsló című mesejáték.



Fotó: Veréb

**A színház műsorán, a saját készítésű darabok mellett több vendéglőadás is látható. Az eddigi tapasztalatok szerint ez jó irány?**

A Pódium Színház előadásában a *Charley néne* című zenés bohózatot, az *Apácákat* a Hadart Művészeti Társulat előadásában már láthatta a veresi közönség. Az *Apácák* alatt végig ott ültem a nézőtéren, nagyon szerette a közönség, minden egyes poénra nagyon jól reagáltak. Még mindig van érdeklődés a darab iránt.

**Azt látom, hogy nagyon pörgős a színház élete, vendéjátékok, próbák és saját darabok. Nem sok ez?**

Az évad első fele borzasztóan sűrű volt, a *Női furcsa párt* már augusztusban elkezdtük próbálni, ezt követően több tájelőadásunk is volt. November elejétől már *Woody Allen: Semmi pánik* című darabján dolgoztunk. Időközben rá kellett jönnünk, hogy az év végi próbák nagyon hektikusak, mert ilyenkor többszöröse a színházternek a leterheltsége, kevés a hely. 2016 januárjára ezért nem is iktattunk be saját előadást, viszont ebben az időszakban több tájelőadásunk lesz és kezdetét veszi *Heltai Jenő: Naftalin* című bohózatának a próbája. Sok lenne? Nem gondolom, mi ezt szeretjük és akarjuk csinálni, az állandó szerepvállalást.

VERÉB JÓZSEF

## Tankcsapda Veresegyházon

Magyarország egyik legsikeresebb rock zenekara adott koncertet a Váci Mihály Művelődési Házban. Telt házas zenei csemege, fiatalos, bulizós, időszerű és nagyszerű. Hogyan került az együttes Veresre? Erről beszélgettünk **Bakó Csaba** menedzserrel, az együttes elmaradhatatlan háttércsapatának lelkével, ahogy a köztudatban él: a „sajtóossal”. Feladata a turnémenedzser mellett a helyszíni koordinációs továbbá a zenekar kommunikációs tevékenységének végzése. Gyakorlatilag minden koncerten jelen van, elkíséri a zenekart a fellépéseikre, legyen az bárhol, a világ bármely sarkában.

**A napokban érkezett haza a zenekar egy kéthetes amerikai turnéről, ezt követően hogyan kerültek Veresegyházra?** Bár még soha nem lépett fel a zenekar a városban, miután Várad János, a veresi művelődési házban induló új zenei klub okán megkeresett minket, természetesen örömmel vállaltuk a koncertet. A Tank-

csapda mindig is nyitott volt az új kezdeményezésekre, mi is keressük a kapcsolatokat. Sok olyan helyet ismerünk az országban, ahova szívesen visszajárunk. Az utóbbi években azt tapasztaltuk, hogy a művelődési házak jó állapotúak és az ot-tani szakemberek is keresik a rendezvény-szervezés lehetőségeit.

**A Váci Mihály Művelődési Ház adta lehetőségek megfeleltek a koncert megtartásához?**

Igen, mert előzetesen már tudtuk a színpad hasznos alapterületét, a terem befogadó képességét és ennek megfelelő hangtechnikát hoztunk magunkkal. A stáb elhelyezése az logisztikai kérdés, ezt lehet alakítani, ezért viszonylag korán elkezdtük a beépítést.

**Előző fellépésük Los Angelesben volt, milyen alkalomból?**



Bakó Csaba menedzser

Az elmúlt években a hazai városokon kívül számos sikeres koncertet adott a zenekar Angliában, Németországban, Ausztriában, Dániában és Svájcban. Felmerült az amerikai turné lehetősége is, így 2015-ben az angliai turnénkat követően utaztunk el az Egyesült Államokba. Nyolc városban léptünk fel, itt is az elsődleges célközönségünknek, a kint élő magyaroknak.

**Hogyan fogadta az együttes a veresegyházi fellépés hírére?**

A zenekar sokat utazik, számunkra ez is egy turné állomás. Minden város, minden közönség egy kihívás. Minden régióknak meg van a sajátossága, az emberek máshogy viselkednek, beszélnek. Veresegyháznak van egy jelentős vonzáskörzete, a mostani koncertre is sokan eljöttek a környező településeken kívül Gödöllőről és Budapestről is. Két hete Los Angelesben volt a koncert, most meg Veresegyházon, szerintem ez egyenrangú esemény. Amerika nem szebb és nem jobb, a közönség összetétele a fontos. Az a lényeg, hogy mindnyájan jól érezzük magunkat, reményeink szerint nem utoljára és a jövőben még találkozhatunk az itteni közönséggel.

VERÉB JÓZSEF

## SZENTGÁLI-TÓTH ÁRON jazz koncertje az Innovációs Centrumban

### A ZONGORISTA

Első látásra azt hihetnénk, Áron csak egy átlagos fiatalember, egy zenész, ahogy ő mondja: „utcazenész”. Amint a zongora billentyűin az ujjai végigsiklanak, ahogy a dallam hatalmába keríti, már nem egy átlagos zenész, ő maga a muzsika, az élő zene. Ki is valójában SZENTGÁLI-TÓTH ÁRON? Egy rendkívüli képességű fiatalember, vagy csak azért is megmutatom kitarással, szorgalommal megáldott zenész? Véleményem szerint mindkettő! Egy tehetséggel párosult, rendkívül kitaró, szorgalmas fiatal muzsikus, a zongorista.

Áron, ahogy a barátai hívják Roni, nem látó, 27 éves gödöllői fiatal zenész, beszélgetésünk során elmondta: „A családban nem volt muzsikus, de engem érdekelt a dallamvilág. A kezdetekben cintányért ütöttem, rumbafával és tökkel, kínai fadobbal próbálkoztam. Egy ideig hegedültem majd csellóztam, sajnos nem volt hozzá türelmem. Édesapám vásárolt egy zongorát, elkezdtem rajta pötyögni, így kezdődött. Hat éven keresztül jártam a Lisznyay Szabó Gábor Zeneiskolába, majd ezt követően két évig tanultam a Bartók Béla Zeneművészeti Szakközépiskola billentyűs tanszakán. Akkor még nem volt az iskolában jazz-zongoraoktatás, engem pedig nagyon érdekelt a könnyűzene, a jazz. Nem adtam fel, évekig magántanárokhoz jártam, többek közt öt éven át tanítványa voltam Weszely Ernő bárzongoristának. Nagyon komoly időszaka volt ez az életemnek, rengeteget fejlődött a



Fotó: Veréb

hallásom is, számos darabot megtanultam. Később a veresegyházi Fabriczius József Esti Gimnáziumban fejeztem be a középiskolai tanulmányaimat, 2014-ben érettségiztem. Jelenleg a gödöllői Premontrei Szent Norbert Gimnáziumban egyházzene-tanulok. Hogy mit jelent számomra a zene? Többet feltették már ezt a kérdést. A zene, a zongora hangja maga a megújulás, az élet. Aki ismer, tudja, hogy ha zongorázom, nálam könnyen lejön a pillanatnyi hangulatom, a muzsika számomra a lélek tükre. Ha valami bánt, szomorúbbakat játszom, viszont ha jó a kedvem vidám, pergőbbeket.

Sokan a látó zenészek közül a kottára hagyatkoznak, én ezt nem tehetem meg. Bár tanultam kottát, egy speciális Braille-kottát olvasni, de miután memorizáltam az anyagot, később ugyanúgy fejből tudtam csak lejátszani. Nagy szerencsém van, hogy kitűnő a hallásom, könnyen memorizálok. A fejemben megvan a darab, azt játszom, ami kijön belőle. A bárzenészeknek elég sok stílusban otthon kell lenniük, pl.: jazz, blues, rock, film- és latin zene. A mostani koncert anyagánál a dallamosabb jazz muzsikára esett a választás. Örömteli érzés volt hallani a közönséget, az elismerő tapsok ritmusát.”

Roni 90 perces koncertet adott ezen a novemberi estén. Repertoárjában olyan ismert szerzők darabjai szerepeltek, mint: George Gershwin, Oscar Peterson és Ray Charles. A közönség szünni nem akaró tapsviharral jutalmazta a fiatal zenészt, elismerően tudását, kitarását és szorgalmát.

VERÉB JÓZSEF



KIÁLLÍTÁS: Bodnár Ágnes akvarellfestő

# Életem képei

„Sokan feltették már a kérdést, hogy miért festek?  
A válasz nagyon egyszerű: mert boldoggá tesz!”



Fotó: Veréb

**Bodnár Ágnes** Egerből költözött Veszegyházra. A képzőművészet iránti szeretetét, szülővárosának különleges szépségű számos csodáját mind elhozta magával. Az Egri várat, a belváros mesés házait, kanyargós utcáit, a réti vadvirágok és kerti tulipánok színpompás csokrait. Művészi hitvallása: „Festményeimben a természet, az emberi alkotások különleges szépségét igyekszem kifejezésre juttatni. Nem érzem szükségét a formák, a színek és arányok megváltoztatásának, vagy deformálásának. Célom a valóság reprezen-

tálása, amit a szemeim láttnak és a kezeim képesek létrehozni.”

A körülöttünk levő világ kifejezőmódjának sajátos értelmezését, a „szépség újratemtésének képességét”, a rajzolás és festés technikáját Kishonhy Jenő egri festőművésztől tanulta. A kiállítás anyagát nézve, meggyőződéssel állíthatom mindezt szívvel

és lélekkel. Festményei elröpítenek egy „álomszerű” valóságba, folyó- és tópartokra, levendulatenger, vadvirágok közé. Bodnár Ágnes végzettségét tekintve külkereskedelmi közgazdász, a hétköznapiok sűrűjében angol és olasz nyelvet tanít, tolmácsolással foglalkozik. Mindemellert az Eszterházy Károly Főiskola Bölcsészettudományi Karának amerikanisztikai mesterszakos végzős hallgatója. Szabadidejében, ünnepnapjain rója a természet és ember alkotta tájak erdejét,

megfigyeli a körülötte zajló életet és akvarellpapírra fest, alkot.

Az Udvarház Galériában novemberben kerültek kiállításra munkáinak legszebb gyöngyszemei, 42 darab kisméretű paszpartuzott festmény. Rajzai és festményei szemet gyönyörködtetők, sok színnel és érzelmmel párosítva. Számos munkájának témája az Egri vár, a város épületei és ódon szűk utcái. Ezen művek hangulata sokunkat emlékeztetett Zórád Ernő tabáni grafikáira. Színvilágára jellemző a lila és a kék harmonikus együttléte, a különböző élénk színek és árnyalatainak szoros barátsága. A kiállítás megnyitón Novák Valentin író, költői szavaival a következőképpen méltatta az alkotó munkásságát: „a kiállítóteremben Bodnár Ágnes festményei finom üzenetként lebegnek lazúros valóságukban. Az alkotásokban a víz és levegő impressziója látható, a vizes színek, színes vizek, a megkötött víz mámore, kék és zöld dominanciája, mellette lila felhőbe, tiszta égbe, árnyékba, violába, levendulába oltva.”

A kiállítást rendezte: Klement Zoltán festőművész. Zongorán közreműködött: Maros Ottó jazz-zongorista. VERÉB JÓZSEF

## KÉPZŐMŰVÉSZETI KIÁLLÍTÁS a Katlan Tóni éttermében

### Terülj, terülj asztalkám!

A gyerekek szülei kíséretében önfeláldozóan játszottak az étterem belső helyiségében kialakított sarokban. Igazi gyermekparadicsomi állapot! Az asztalok hívogatóan, ízlésesen megterítve, a falakon a kiállítás tárgyai. Gyermekillusztrációk mesebeli figurái, a „Kakaókatona és Tejhercegnő” vagy éppen dédanyáink korát idéző fali magyar népi díszítések. Olvasom mindjárt az első falvédőre hímezett sorokat: „Sült csirkecomb, bécsi szelet, soha el nem felejtelek!” Katlan Tóniba illő szöveg! Igazi magyaros ízek, Bognár Szilvia népdalénekes és Hámori Máté zenész közös produkciójával fűszerezte.

Novotny Antal, az étterem vezetője bevezető szavaiban nagyon találóan utalt a rendezvény lényegére: „Terülj, terülj asztalkám! Amire a grafikusok rajzolnak, az írók írnak, aminek az étterem teret ad, hogy aztán terüljön szívnek, léleknek és gyomornak.” Éveken keresztül kérdésként fogalmazódott meg a város lakóiban a régi malom sorsa. Egy napon csoda történt. „Amikor megláttam – mesélte Ilyés Juli az Illusztrátor Pajtások egyik alapítója – az első pillanatban beleszerettem ebbe az épületbe, bár huszonhárom éven át csak kívülről csodálhattam. A vágyam, a belső tér megtekintése Katlan Tóni étterme által vált valóra. A családommal eljöttünk egy ebédre, akkor tűnt fel, hogy üresek a falak. A finom falatok után egyre csak jött a gondolat, így született meg a mesterhármas: a csodaétterem, az Író Cimborák és az Illusztrátor Pajtás-



Fotó: Katlan Tóni étterem

A hármás összecsendülés szervezői

sok összefogásából. Létrejött ez a kiállítás, az ételek és az ízek területén. Jelenleg 15 illusztrátor munkája látható, interaktív irányultsággal. A gyerekeknek különböző feladatokat is készítettünk, színező és találos kérdésekből.” Szabó-Tasi Katalin, az Író Cimborák elmondása alapján: „A hely varázsa a gyerekeket láthatóan azonnal beszipantotta. Ez nem lehet véletlen, itt vannak a vicces szavak, a szép képek. Fontosnak tartom, hogy az étkezési kultúrával az irodalom és a képzőművészet értékeit is megmutassuk és átadjuk az arra legfogékonyabbaknak, a gyerekeknek. A jelenlegi kiállítás, a hármás összecsendülés kiváló alkalom erre.”

Katlan Tóni vendéglője a Malomhoz egy különleges kiállítás helyszíne. Az ide betérők év végéig gyönyörködhetnek az alkotók munkáiban.

VERÉB JÓZSEF

## FIATAL TEHETSÉGEINK 15.

Két fiatal hölgy, közös élményekkel, kalandokkal és munkával. Útjuk, ha időnként szét is vált, mindig egymásra találtak. Azonos a szakmájuk, a színjátszás iránt érzett szeretetük, a közösség iránti hűségük. Mindketten a Logo Színtársulat alapító tagjai, színjátszói és szervezői. Érdeklődtem a társulat által nemrég előadott Molière: **Dandin György, avagy a megcsúfolt férj** című darab díszletének tervezőjéről. Ki tervezte? A válasz meglepett: **Mi ketten! Ők ketten a társulat lelke és motorja. Teszik mindezt munka mellett, játékból, színház szeretetből, a közösségért, önmagukért. Kik is ők valójában?**

**Csombor Renáta**, 1992-ben Budapesten született, hároméves korában szüleiivel Veresegyházra költözött. Öccsével itt nőtt fel és innen indultak a felnőtté válás rögzös mezsgyéjén. A színjátszás élményével az általános iskolai évek alatt Ácsné Csáki Ildikó drámapedagógus foglalkozásain ismerkedett meg. A gimnáziumi évek alatt is megragadta a kínálkozó alkalmat, szervezőjévé vált egy iskolai színjátszó kör létrehozásának. Érettségit követően, álmai valóra váltásának útján haladt tovább, felvételt nyert a Nemes Nagy Ágnes Művészeti Szakközépiskola Színi II. szakképzésére. Egy évig beszédtechnikát, színpadi mozgást, színézmesterséget, táncot és akrobatikát tanult. *„Azzal foglalkoztam, ami érdekelt, nagyon megszínesítette a mindennapjaimat. Akkor 19 éves voltam, sajnos az ottani közösségben nem éreztem azt az összefogást, amit korábban az életem során tapasztaltam és megszerettem. Nagy volt a széthúzás, mindenki csak az előtérben akart lenni.”* Renáta különleges fiatal, tehetsége nemcsak a színjátszásban, a sportban mutatkozik meg, hanem mindig is kereste a saját útját. A színiiskola elhagyása után az EFEB Üzleti Szakképző Iskola „gyógy- és sportmasször” szakképzésére jelentkezett. A két éves képzést követően Veresegyházon nyitotta meg saját masszás stúdióját, mellette úszásoktatással, színjátszással és egy nagyon érdekes, elképesztő víz alatti sporttal, a vízihokival, egy igazi csapatjátékkal foglalkozik. Edzésekre Budapestre jár, a csapat szlovéniai és csehországi bajnokságokra készül. Renáta életében a sport mindig is kiemelkedő helyet töltött be. Korábban versenyszerűen úszott, vízilabdázott. Munkáját hivatásának tekinti, a sport nála több mint hobbi. Mikor a színjátszásról kérdeztem, gondolkodás nélkül válaszolta: *„A színjátszás, az a nagy szerelem!”*

**Meskó Kinga**, 1993-ban Budapesten született, kétéves korától egy Komárom-Esztergom megyei kis faluban, Tokodon nevelkedett. Ott járt óvodába és a kezdetekben iskolába. *„Nagyon jó gyerekkorom volt, a barátnőimmel télen a hegyekben*

# CSONBOR RENÁTA és MESKÓ KINGA



Fotó: Veréb

Csombor Renáta



Fotó: Veréb

Meskó Kinga

*szánkóztunk, kirándultunk, napestig játszottunk,* – emlékezett vissza Kinga erre az időszakra. Tízéves volt, amikor édesanyjával Pestre költöztek, majd rá két évre Veresegyházra. Az általános iskola 6. osztályát a Fabriczius József Általános Iskolában kezdte. Osztálytársai az első időben kritikus szemmel figyelték a messziről közéjük csöppent kislányt. Vajon milyen ember? Nehezen fogadták be. Változást a drámaszakköri foglalkozások hoztak az életébe. A tanév végével elérkezett az első drámatábor, a résztvevők egy hétig egymásra utalva, egymást segítve végezték a kitűzött feladatokat. Barátságok kötődtek. Középiskolás korában Renátával újból felfedezték egymást, mindketten az újpesti Károlyi István Gimnázium tanulójaként részt vállaltak a helyi színjátszásban. Ebben az időszakban Kinga tagja volt az egykori veresi általános iskolai diákokból álló FGY színjátszó csoportnak. A rejtélyes nevű társaság színjátszói rendszeresen

összejártak, tanultak, próbáltak. 2011-ben, Arany János: Hídatavás című művből továbbá Rácz Krisztina verseiből összeállított darabjukkal eljutottak az Országos Diákszínjátszó Találkozóra, az előadást itt Veresegyházon is bemutatták. Eljött az érettségi és a pályaválasztás időszaka. 2012-ben OKJ képzés keretében, a Raoul Wallenberg Szakközépiskola egészségügyi szakán folytatta tanulmányait. A kétéves képzés során „gyógymasször” szakképesítést szerzett. Jelenleg a Péterfy Sándor utcai Kórház krónikus osztályán dolgozik. Szereti a

munkáját, azt a gondoskodást és törődést, amit az idős embereknek nyújthat. A színjátszás jelenti számára az igazi kapcsolódást, ahol nemcsak eltöltik az időt valahogyan, hanem: *„Együtt, egy közös célért küzdünk és alkotunk. Egy próba is annyira fel tud tölteni, felszabadít és a hétköznapi sűrűjéből kiránt, magasra emel.”*

VERÉB JÓZSEF



# ISMÉT ELTELT EGY ÉV...

Ismét eltelt egy év, hamarosan 2016-ot írunk. A 2015-ös évet új, jó szokások kialakításával kezdtük és év elején megfogadtuk, hogy minden hónapban lesz egy 21 napos „rögzítésünk”, amely által mostanra már 12 jó szokást alakítottunk ki és a rosszakat, ha minden igaz, el is hagytuk. Kíváncsiak vagyunk, kinek hogy sikerült megvalósítania ezeket a szokásokat, kinek van tele mindkét befőttesüvege? Ha emlékeznek még, januári cikkünkben a két befőttesüveg közül az egyikre piros szalagot kötöttünk, ez volt a RÖGZÍTENI való, míg a másikra barna szalagot kötöttünk, ez pedig volt az ELHAGYNI való. 2 db cetlire leírtuk mindkét célunkat dátummal együtt és bedobtuk az üvegbe, hogy a 2015-ös év végére érve a 12-12 cédulát megnézve nyugtázhassuk, mennyire erős akaratauk vagyunk. Ha idejük és kedvük engedi, írják meg elérhetőséginkre, hogyan haladtak a szokások megváltoztatásával vagy új szokások kialakításával.

És most ismét közeleg az év vége, ilyenkor sokan átgondoljuk, leírjuk jövő évi terveinket, céljainkat. Többen eldöntik a karácsonyi időszak után, hogy különféle fitness célt tűznek ki, ami lehet például a mozgás mindennapi életbe történő „becsempészése”, a fogyás, erősödés vagy csak egy egészségesebb életmód kialakítása. Ehhez szeretnénk öt pontban segítséget adni:

## 1. Mi az, ami motivál engem? Mi a célom?

Jobban szeretnék kinézni a ruháimban, energikusabb szeretnék lenni vagy csak az egészségi állapotomon szeretnék javítani?

Tisztázzuk magunkban, hogy mit szeretnénk elérni, és mindig gondoljunk erre. Fontos, hogy reális, elérhető célunk legyen.

**2. Legyen világos tervünk.** Ha hosszú utazásra indulunk, akkor is átgondoljuk, megtervezük az úti célt, merre indulunk, mivel menjünk, mit együnk útközben, hol szálljunk meg. Ugyanígy érdemes tervezni új életmódunkat is. Mielőtt elérkezne a január 1-je, erre a három kérdésre találjuk meg a választ: mi-

kor tudunk edzeni, a hét mely napjain? Találjunk három olyan időpontot, amely hosszú távon jónak tűnik és ragaszkodjunk hozzá minden héten, bármi történjék is. A második: mit edzünk? A legjobb választás az az edzésforma, amelyet szívesen végzünk: lehet ez bicajozás, gyaloglás, futás, úszás, súlyzós edzés, korcsolyázás, táncolás, foci, tenisz vagy kosárlabda, bármi, amihez kedvünk van. Harmadik kérdés: mennyi időt szánunk ezekre a gyakorlatokra? Kezdjük kicsiben, folytassuk nagyban: az elején ez 10 perc is lehet, majd fokozatosan fejlesszük fel magunkat a minimum 30 perc folyamatos mozgásra edzésenként.

**3. Vonjunk be egy barátot, családtagot is.** Sokkal motiválóbb ketten lemenni a terembe vagy futni, mint egyedül. Természetesen érdemes olyan edzéstípust választani, amely mindkét fél számára ugyanazt a kellemes élményt adja. A társal végzett edzés nagyon inspiráló és támogató tud lenni. Ha az egyik feladná, a másik ott van és „húzni” fogja magával.



GYŐRI RITA ÉS VIGH MERCÉDESZ ROVATA

## 4. Figyeljünk egy picit jobban az étkezésre.

Reggelizzünk minden nap, fontos, hogy reggel beinduljon az agyunk és a szervezetünk, ehhez pedig igenis bőséges reggelire és szénhidrátra van szükség. A nap többi részében jöhetnek a gyümölcsök, zöldségek, fehérjék, ha lehetséges kerüljük a fehér kenyeret és a cukrozott péksütit, üdítőket. Legyen a víz a kedvenc italunk.

## 5. Lassan járj, tovább érsz.

Ez a szólás az élet minden területén helytálló, így az életmódváltásban is. Mindig csak 1-2 picit célunk legyen, amit ha elértünk, mehetünk tovább. A tartós változáshoz időre van szükség, ez nem fog egyik pillanatról a másikra bekövetkezni. Legyünk türelmesek magunkhoz.

A részcélok elérését pedig ünnepeljük meg! Ne nasival, hanem inkább egy új könyvvel vagy ruhadarabbal, pedikúrral vagy masszázsszal. Minden kis cél elérése a végső célunkhoz visz közelebb, megérdemeljük a jutalmat!

**MOTTÓNK:** „Légy mértéktartó mindenben, és eddz velünk az egészségedért!”

**Bővebb információ, tanácsadás:**  
[info@fittenveresen.hu](mailto:info@fittenveresen.hu) • 70 311 0955  
 Facebook/Fitten Veresen

DIETETIKA: Asiama Evelyn rovata



## Kis karácsony – nagy kalácsonm..

Tippek és fortélyok a karácsonyi túlevés és az újévi „fáradtság” ellen

A karácsonyi ünnepek a legritkább esetben szólnak az étrendmegtörésről. Ám mértéktartás és fogyókúra között óriási az átmenet. Kisebb odafigyeléssel sokat javíthatunk a karácsonyi körüli túlzott teltségérzeten. Íme ehhez néhány jótanács:

**Legyen a reggeli az első étkezés!** Egy tartalmas, de nem nehezen emészthető reggeli után ritkábban tör bárkire a hirtelen farkasétvágy vagy éppen a torkosság a nap folyamán. Tartalmazzon az étkezés húsfélét/tojást/tejterméket, zöldségfélét/gyümölcsöt valamint teljes értékű gabonafélét és természetesen bőséges (energiamentes) folyadékot.

**A rendszeres étkezés jó dolog, de még jobb néha szünetet tartani.** Ilyenkor talán könnyebben megy a napi öt-hatszori étkezés, viszont azok mennyiségén érezhető legyen a 3 főétkezés és az azokat csupán kiegészítő (!) kisételek közti különbség, kb. 2-3 órás étkezési szünetekkel. Amennyiben mégis elcsúszunk, egy kistányérra helyezzünk egy adagnyt a megkívánt csemegéből, majd ennek elfogyasztása után ne töltsük fel azt újra. Étkezés közben is pihentethetjük emésztőrendszerünket, majd pár perc „pihenő” után folytassuk az étkezést – ne a hasfal feszülése legyen a jelzés.

**Nagy mennyiségű ételt nem kell azonnal elfogyasztani.** Ha bőségesre sikerült a családi lakoma felhozatala, ne féljünk eltenni azt a későbbi „ínséges” időkre sem, fagyasszuk le, vagy akár a „batyupart” jellegű baráti összejövetelek is jó módszerek lehetnek a finom falatok tárolására és felhasználására.

**Az ünnepek ne a passzivitásról szóljanak!** A mozgással járó társasjátékok, lépcsőzés, az ebéd/vacsora utáni séta, esti kutya-sétáltatás stb. is segíti a jobb hatásfokú emésztést, ezáltal kedvezőbb közérzetet is biztosít a nap további részére.

Az Újév köszöntése természetesen „egyénfüggő”. Amennyiben fáradtabban fogadjuk január 1-jét, ne feledkezzünk meg a bőséges vízfogyasztásról, a következő napokban zsír- és rostszegény, könnyen emészthető ételeket válasszunk, természetesen a pihentető alvás után. A lencsefőzelék kipihent, egészséges gyomornak való!

**Az Újévben is várjuk a kedves érdeklődőket tanácsadási időpontjainkon!** Békés Karácsonyt és Élményekben Gazdag Boldog Új Esztendőt kívánunk!

MISSZIÓ EGÉSZSÉGÜGYI KÖZPONT – ASIAMA EVELYN, DIETETIKUS

## 5 ÉVES az Egészségliget Praxisközösség

Egészségügyi szolgáltatóink közül öt éves működését ünnepli az Egészségliget Praxisközösség, amely új rendelővel bővül a jubileumra a Kertész utcában. Milyen szolgáltatásokat takar ez a szervezet, milyen problémákkal fordulhatunk az Egészségliget Alapítvány szakembereihez? Erről is beszélgettünk Tóth Eszter, klinikai szakpszichológussal.

### A Praxisközösség kifejezés több szakembert sejtet. Tulajdonképpen hányan dolgoznak együtt?

Jelenleg egy tucat munkatársunk van, pszichológusok, logopédusok, gyógyterápiás szakemberek és gyógytornászok. Alapvetően a tudományosan igazolt terápiás módszerek mellett kötelezöttünk el, Népegészségügyi Hivatali (ÁNTSZ) engedéllyel működünk.

### Milyen programokat szerveznek?

Szakembereink tudástárának megfelelően többféle egyéni és csoportos terápiát végzünk gyermekekkel és felnőttekkel egyaránt. 2016-ban indítunk ismét testsúlycsökkentő csoportot, valamint egy új módszert is: a „Gyógyító képzelet” csoportot, melyet főként krónikus- és dagadt betegséggel küzdőknek tartunk, díjmentesen. Az említett új Kertész utcai

rendelőnkben, ahol perinatális (szülés körüli) felkészítés, és kicsinyek mozgásterápiája folyik, tervezzük megvalósítani a „Tudatos anya” programot, ahol hetente többféle témát dolgozunk fel szülőkkel együtt, interaktív módon. Tervezzük indítani várandós kismamáknak Hipnoszülés programot is, mely nagyban megkönnyíti a szülésre való lelki felkészülést és a szülés élményét.

### Előfordul, hogy a gyerek lelki problémájával jelentkezőknél kiderül, hogy a háttérben a szülő(k) problémája áll?

Igen, előfordul, hogy ilyen esettel találkozunk. Ilyenkor családkonzultációt javasolunk, vagy az egyéni kezeléssel párhuzamosan időről-időre konzultálunk a szülőkkel is, és nevelési tanácsadással támogatjuk őket.

KOVÁCS PÉTER

### Gesztenyével töltött pulykamell 5 személyre

Hozzávalók:

- pulykamell filé 750 gr
- natúr gesztenye 150 gr
- tojás 2 db
- szerezcsendió, őrölt gyömbér, só, fehér bors ízlés szerint.
- bacon szalonna 150 gr
- alma személyenként 1 db,
- aszalt szilva személyenként 3-4 db
- őrölt fahéj, porcukor
- burgonya püré

**Elkészítés:** A pulykamellből 4 db nyitott szeletet vágunk, a leeső részt finomra daráljuk. A tojások sárgáját, a gesztenyepürét és a fűszereket (szerezcsendió, gyömbér, só) a darált hússal jól összekeverjük. A nyitott szeleteket gyengén megklopfoljuk. A tojások fehérjével lekenjük a hússzeleteket, fűszerezzük sóval, borssal. A töltelék rúd formában ráhelyezzük a pulykamell szeletekre. Felgöngyöljük, körbe tekerjük a bacon szeletekkel. Felpackba, majd alufóliába szorosan becsomagoljuk, hogy csinos kis rudak legyenek belőle. Tepsibe tesszük, s kevés víz alöntésével 180°C sütőben kb. 2 óra alatt készre pároljuk. Amikor kész, kicsomagoljuk. A megpárolt töltött roládokat esetleg grill fokozaton felpiríthatjuk ropogósra és pár percig a felszeletelés előtt pihentetjük. Köretként kivajazott alufóliába csomagolt fahéjas porcukros almát sütünk és vörösbortban kevés szegfűszeggel, dióval párolt aszalt szilvát, valamint burgonya pürét adunk mellé.

Jó étvágyat kívánok!

Rózsa Ferenc receptje (írásunk a 11. oldalon).



*Mediterrán sonkák, olasz, spanyol, szlovén szalámik, belga pástétomok, híres francia sajtok és hozzá való borok birodalma!*

*Veresegyház, Csomádi út, a CBA mellett*



## FANTASZTIKUS VERESI JUDOS SIKER A JIU JITSU VILÁGBAJNOKSÁGON LENGYELORSZÁGBAN:

JUDO

# Kerstner Róbert világbajnok!

November 22-én a Lengyelországban lebonyolított jiu jitsu világbajnokságra a Veresi Küzdősport Egyesület három főt delegált a válogatottba.

Három remek harcos, három kiváló ember, három fantasztikus sportoló, akik már számtalanszor bizonyították tehetségüket, rátermettségüket.

**Hegyí Dávid** kezdte a sort egy parádés második helyezést elérve, amivel megadta a csapat alaphangulatát. Őt **Gaál Bendegúz** követte, aki a döntőbe jutásért folyó mérkőzésen könnyöksérülést szenvedett, így a bronzcsata maradt számára, ahol egy kézzel is vállalta a harcot. A bravúr sajnos nem sikerült, Bendegúz a nagyon szép negyedik helyen végzett.

És jött a nehézsúly, a „Király” kategória. **Kerstner Róbert** ellenállhatatlanul mentelt előre, gyönyörű akciókkal jutott a döntőbe, ahol okosan, néhol harcosan küzdve szerzett világbajnoki címet, öregbítve ezzel a Veresi Küzdősport Egyesület, Verese gyház, és Magyarország jó hírét!

### IUKL BUDAPEST OPEN KETTLEBELL- SPORT VERSENY • október 31.

Az egyesület Cross-Training szakosztályát ketten képviselték a viadalon.

**Karacs Erika** ismét nagyszerűen versenyezve megnyerte súlycsoportja küzdelmeit, tovább gyarapítva tekintélyes eredménylistáját, míg **Burányi Viktor** a negyedik helyet szerezte meg kategóriájában.

## BORDÁS ANNAMÁRIA A VILÁG „TETEJÉN”



A november 28-án Dublinban (Írország) megrendezett Kick-Box Világbajnokságon **Bordás Annamária** súlycsoportjában (56 kg) az első helyen végzett!! Ezzel megszerezte a Black & Gold Angels Verese gyház

### SPORT-JITSU ORSZÁGOS BAJNOKSÁG JÁSZBERÉNY • november 7.

MEGVAN A VERESI KÜZDŐSPORT EGYESÜLET 800. ÉRME

A versenyre több mint 400 nevezés érkezett. A szervezők kitettek magukért, remek versenyt varázsoltak a városba.

**Kerstner Róbert**, a csapat kapitánya, nem „csak” a saját kategóriáját, hanem emlékezetes küzdelmekkel az opent is megnyerte! A döntőben egyesületi társával, **Sziklai Péterrel** küzdött az aranyért. Péter, aki három kategóriában is vállalta a küzdelmet, az itt nyert ezüstön túl még egy ezüstérmét és a csapat 800. érmét, egy aranyat vehetett át.

**Németh Szabolcs** második lett úgy, hogy egy korosztállyal feljebb versenyzett. Kévs hiányzott az aranyhoz, de a döntőbeli ellenfele két évvel volt idősebb és erősebb! **Gaál Bendegúz** ezüstérme is szépen csillog, kicsit nagyobb hittel arany is lehetett volna.

### DIÁK „C” ORSZÁGOS BAJNOKSÁG BUDAPEST • november 14.

Városunkat **Parádi Barna** és **Fülöp László** képviselte. Gyermekünk tisztességesen felkészültek, de sajnos Barnus egy pillanatnyi kihagyása az ellenfél győzelmét jelentette, míg Lackó egy győztes mérkőzés után a második összecsapásán véletlenül lábra fogott, és így hiába vezetett, leléptették.

Kick-Box K1 Sportegyesület első világbajnoki aranyérmét! A világbajnoki indulás jogát Debrecenben november elején az I. osztályú full-contact Országos Felnőtt Kick-box Bajnokságon elért első helyezéssel harcolta ki. Az országos bajnokságon rajta kívül **Szerbin Dániel** a 2. helyen zárta a versenyt, **Sallay Bence** pedig egy igen erős mezőnyben a 3. helyen végzett. Cadet versenyzőink a 4 fight országos light-contact bajnokságon több korosztályban és súlycsoportban arattak fantasztikus sikereket. **Somodi Barnabás** 1. helyen végzett és bizonyította, helye van 2016-ban a magyar korosztályos váloga-

Egészen biztosak vagyunk abban, hogy még sok szép eredménynek örülhetünk közösen a jövőben. A most elért eredményeik ellenére a korosztályukban a legjobbak közé tartoznak.

FELKÉSZÍTŐ EDZŐK: ILYÉS GYULA,  
KERSTNER RÓBERT ÉS ZALA GYÖRGY

### Lapzárta után!

### VB ARANYAK UTÁN EB ARANYAK!

December 3-4-én Budapesten a MOM Sport Uszoda és Sportközpontban megrendezett VII. IKF Kempo Európa-bajnokságon a magyar válogatott – köztük öt verese gyházi versenyző – remek teljesítményt nyújtva, megnyerte a csapatversenyt.

Az Európa-bajnokság Submission versenyszámában induló magyar válogatottban a Veresi Küzdősport Egyesületet öten képviselték és összesen öt érmet gyűjtöttek! *Három arany, egy ezüst, és egy bronzérmét!*

**Kerstner Róbert** a Lengyelországban nyert aranyérme után itt sem talált legyőzőre, csakúgy, mint **Gaál Bendegúz** és **Németh Szabolcs**, akik szintén megnyerték súlycsoportjuk küzdelmeit. **Hegyí Dávid** ezüstérmének, míg **Rácz Balázs** bronzérmének örülhetett.

Judosaink ismét kitettek magukért. Nagyszerű küzdelmeket vívtak, miközben példát mutattak sportszerűségből, emberi tartásból. Segítették egymást, csakúgy, mint a küzdőtérre lépő magyar csapat többi tagját. Egyéni eredményük nagymértékben hozzájárult a válogatott csapatgyőzelméhez. Szívből gratulálunk a versenyzőknek az elért eredményekhez!

A 2015-ös évben ez volt az ötödik világbajnokság, ahol a Veresi Küzdősport Egyesület részt vett, és mind az öt viadalról érmeikkel és helyezésekkel tértek haza.

FELKÉSZÍTŐ EDZŐ: ILYÉS GYULA

KICK-BOX

tottban, **Kakuk Szabolcs** a 2., míg **Magyar Gyula** és **Schäffer Csaba** a várakozásoknak megfelelően az 1. helyen zárta a versenyt. **Sipos Bence**, **Nyerlucz Márk**, **Hiripi Ádám** és **Pécsi Ákos**, a négy újonc is dobogóra állhattak a 4fight Országos bajnokságon és a Budaörsön megrendezett Intersport Kupán is, akár csak **Györe Bendegúz** és **Kis Gábor Bence**, akik mindkét versenyen az 1. helyet szerezték meg! Ők ketten egyesületünk kiválóságai, akik példamutató magatartásukkal, húzzák maguk után az utánpótlásunk gyerek tagjait.

PAPP ATTILA

## MI IS AZ A CSIKUNG?



A Csikung az életerő szakszerű begyűjtése és annak használata. Többféle változata van: egészségmegőrző, harci, vallási és vallási-gyógyító.

Mi természetesen az egészségmegőrző változattal foglalkozunk. A kínai filozófia szerint, amikor felborul a szervezet energetikai egyensúlya, a testben az energiák nem a megfelelő irányba folynak, a csatornában átfolyó energia mennyisége túlzott, vagy kevés. Ezek mindegyike először valamilyen zavart jelez, ami később aztán számtalan módon megjelenhet testi szinten is.

A Csikung abban segít, hogy az energiák ismét a megfelelő módon keringjenek. Természetesen ez sem csodaszer, akkor működik, ha folyamatosan gyakorolják. A hatása egyénenként változó, van, aki hamar, és van, aki csak hosszabb gyakorlás után érzékeli a testi, szellemi változást, mint például azt, hogy jobb lett a stressz tűrő képessége, vagy javult a munka teljesítménye, vagy az évenkénti éppen időszzerű megfázásos időszakot gond nélkül átvészelte, esetleg jobb kedélyű lett. A gyakorlatok jótékony hatása sokféleképpen tud megnyilvánulni.

A foglalkozásainkon alkalmazott nyolc gyakorlatból álló sorozatot – ami a teljes testtel foglalkozik – több mint ezer évvel ezelőtt állították össze a régi mesterek. Amikor valaki elkezd Csikungot gyakorolni, akkor általában a megnövekedett energia mennyiség az, amit először észrevesz, kiegyensúlyozottabbá válik és megnövekszik a munkabírása is. A lényeg az egészség, ami mindenki számára fontos!

Az első gyakorlat a „ragadd meg az eget” a hármas melegítőre hat, ami nem egy konkrét szerv, hanem a test hármas felosztása: alul hűvös, középen meleg, felül forró. A gyakorlat célja az, hogy ezen a három területen aktiváljuk, mozgassuk, és eloszlassuk az energiákat. Ez a szépen hangzó gyakorlat a következőt takarja; a karjainkat az ég felé emelve, a megfelelő légzést alkalmazva, megnyitjuk a testet, felkészítve azt az energiákkal való munkára.

A gyakorlatok foglalkozásainkon mindenki számára elsajátíthatóak.

KOVACSEK ZOLTÁN  
utazo72@gmail.com • 70 2251017

## I. IZSÓ MIHÁLY EMLÉKVERSENY • ÚJFEHÉRTÓ

AZ S.V.S.E. öt fős csapata, 11 arany, 8 ezüst és 1 bronz éremmel lett gazdagabb az Újfehértón megrendezett KEMPO KUPÁN. Nagyon szép, néha bravúros technikai és küzdelmi számokat mutattak be a versenyzők.

**Eredmények:** **Csonka Máté:** kata ezüst, stop semi ezüst, submission arany, chikaracurabe arany. **Gyökeri Noémi:** kata arany, fegyveres kata arany, önvédelem arany, stop semi ezüst, submission ezüst. **Gyökeri János:** kata ezüst, önvédelem ezüst, fegyveres kata ezüst, stop semi arany, submission bronz, chikaracurabe arany. **Gyökeri Ágoston:** kata arany, önvédelem arany, fegyveres kata arany, submission ezüst. **Beregszászi Barna:** kata arany.

EDZŐ: SENSEI VERÓK PÉTER

## KARATE

November 14-én Budapesten Shitokai Kata Kurzust rendeztek, ahol 50 fő vett részt Miskolcra, Szolnokra, Halásztelekre, Csepelre, Budafokra, Veresegyházra és Budapestre. Nem csak a szervezet tagjai, hanem a WadoRyu stílus képviselői is közösen edzettek. (A Wado-Ryu – Béke Útja – stílust a test természet, lágy, körkörös és rugalmas mozdulatai jellemzik.

Az alapító OtsukaHironori mester a többi harcművészet legjobb elemeit gyűjtötte össze és jegyeztette be stílusként, ezzel kifejlesztette a jelenkor egyik leghatásosabb karate stílusát. Az edzéseken a karatékák kumite (küzdelem) és katák (formagyakorlatok) gyakorlásával megtanulják, hogy a védekezés és a támadás egyazon akció alatt hogyan valósítható meg!

A szemináriumot Sensei Falusi Márton és Sensei Pók Miklós vezették. A kurzus alatt nagyon kemény edzéseket tartottak. Ezek közül is kiemelkedett a 2,5 órás kihon – partner nélküli edzés – ami még a harcedzett kartékáknak sem volt könnyűnek mondható.

SZALAY ZSOLT

## JÓTÉKONYSÁGI

## SPINRACING MARATON

A MÉZESVÖLGYI ISKOLA AULÁJÁBAN

VERES SPINRACING NAGYSZERŰ KEZDEMÉNYEZÉSE!

DECEMBER 19-ÉN,

40 darab kerékpáron, 120 perces Spin Racing Maraton a Mézesvölgyi Iskola aulájában 10.00 és 12.00 óra között

A részvétel ingyenes, cserébe kérünk minden résztvevőt, hogy egy értéktől független használható ajándékot, játékot csomagoljon be, és írja rá, mennyi idős és milyen nemű gyermeknek szánja.

Az összegyűlt ajándékokat a Családsegítő Központtal együttműködve városon belül továbbítjuk a rászorulóknak.

A bejelentkezés minden résztvevőnek kötelező!

Bejelentkezés december 18-ig.

**Bővebb információ: 06 70 421 9845**

A rendezvény támogatói:

Veresi Trimackók, Mézesvölgyi Iskola, Veresi Futókör.

Célunk, hogy megmutassuk, maga a sport szeretetével szebbé tehetjük mások karácsonyát, és ami a legfontosabb, mosolyt csalhatunk sok gyermek arcára és életben tarthatjuk a lelkükben a csodát!

## 8. VERESEGYHÁZI KISTÉRSÉG AMATŐR ASZTALITENISZ VERSENY – 12 kategória, 170 nevezés, 135 egyéni induló, 31 „Galaxis” érem!

2015. november 8-án a veresegyházi Mézesvölgyi Általános Iskola tornatermében pattogtak a kaucsuk labdák idén már 7 gyermek és 5 felnőtt kategóriában, reggel 8 órától 21 óráig. Országosan egyedülálló módon – az önkormányzat által nyújtott támogatásnak köszönhetően – az idén sem kellett nevezési díjat fizetni az indulóknak!

A gyermek kategóriákban a díjakat Pásztor Béla polgármester úr adta át, mely eredményhirdetést megelőzően a hivatalos megnyitó és magyar Himnusz közös eléneklése is.

A rendezvény támogatói: MIKROHUNGÁRIA Sport Kft. (Donic), Cserey Zoltán, Sztranyan János, Magyar Tibor, Király A. László, Nervetti Géza, Danada Ferenc Talpallak-Sarkallak, Erzső Zöldség-Gyümölcs, Horváth Kálmán, Deliagosz Achilles, Mókus Miklós, Sárosdi István, Szőke István. Az eszközöket a Mézesvölgyi Általános Iskola, a Galaxis AK, és a Wellcamino biztosította.

### VERESEGYHÁZI EREDMÉNYEK:

*Kisleányok (7–12 év):*

1. Letanóczki Dalma (Veresegyház, Galaxis AK)
2. Unyi Eszter (Szada, Galaxis AK)
3. Balogh Enikő (Veresegyház, Galaxis AK),  
Erős Bianka (Veresegyház, Galaxis AK)

*Lányok: (13–18 év):*



**Lányok: 13–18 évesek a dobogón**

1. Csányi Orsolya (Veresegyház, Galaxis AK)
2. Varga Katinka (Veresegyház)
3. Sándor Petra (Veresegyház, Galaxis AK),  
Szigeti Viktória (Veresegyház)

*Felnőtt nők:*

1. Fülekéné Keresztes Orsolya (Veresegyház)
2. Szabóné Makai Emma (Veresegyház, Galaxis AK)
3. Dobrosiné Ladjánszki Tímea (Veresegyház),  
Hirrmann Mária (Veresegyház)

*Fiúk (2005–):*

1. Nagy Dávid (Dunakeszi)
2. Deliagosz Sztamatiz (Veresegyház,

Galaxis AK)

3. Jardek Benedek (Veresegyház, Galaxis AK),  
Hangai Barna (Veresegyház, Galaxis AK)

*Fiúk (2003–2004):*

1. Cserey Bálint (Erdőkertes, Galaxis AK)
2. Hollós Balázs (Göd)
3. Szabó Botond (Veresegyház, Galaxis AK),  
Bakonyi Boldizsár (Gödöllő)

*Fiúk (2000–2002):*

1. Lizák Zsolt (Göd)
2. Papp Sándor (Erdőkertes, Galaxis AK)
3. Perjési Richárd (Erdőkertes), Mészáros  
Gergő (Göd)

*Ifjúsági fiúk (1999–)*

1. Márton Márk (Csomád, Galaxis AK)
2. Szabó Tamás (Veresegyház, Galaxis AK)
3. Markó Zsombor (Veresegyház, Galaxis  
AK),  
Markó Csanád (Veresegyház, Galaxis AK)

*Gyermek összevont páros:*



**Fiú párosok**

1. Cserey Bálint–Magyar Tibor (Erdőkertes–  
Budapest, Galaxis AK)
2. Hollós Balázs–Lizák Zsolt (Göd)
3. Márton Márk–Márton Rafael (Csomád,  
Galaxis AK),  
Perjési Richárd–Bakó Oszkár (Erdőkertes)

*Hobby férfiak:*

1. Mester Géza (Órbottyán, Galaxis AK)
2. Szabó Péter (Göd)
3. Papp László (Erdőkertes, Galaxis AK),  
Csomai Gyula (Aszód)

*Amatőr 1 (Megye „C”, Budapest kerület 2):*

1. Batizi Sándor (Gödöllő, Galaxis VSE)
2. Cserey Bálint (Erdőkertes, Galaxis AK)
3. Király A. László (Veresegyház, Galaxis  
VSE),  
Letanóczki Dalma (Veresegyház, Galaxis  
AK)

*Amatőr 2 (Megye „B” és „A”, Budapest ke-  
rület 1):*

1. Tóth Gyula (Gödöllő)
2. Bedron János (Veresegyház)
3. Büte Zsolt (Órbottyán), Kishegyi Ákos  
(Dunakeszi)

*Összevont felnőtt páros:*

1. Tóth Gyula–Iski Gergely (Gödöllő)
2. Bedron János–Kozsa Viktor (Veresegyház,  
Órbottyán)
3. Mókus Miklós–Bohus Pál (Vácduka,  
Veresegyház Galaxis VSE),  
Márton Márk–Cserey Bálint (Csomád,  
Erdőkertes, Galaxis AK)

*Legközelebb is várunk minden kedves  
sporttársat!*

### KÖRZETI DIÁKOLIMPIA

2015. november 17-én történetében először rendezte meg a veresegyházi Fabriczius József általános Iskola a Mézesvölgyi tornateremben, az „Asztalitenisz Diákolimpia” Gödöllő körzeti versenyét, ahol a Pest megyei döntőbe jutás volt a tét. A szervezést a GALAXIS AK. segítette.

Iskolánk tanulói derekasan helyt álltak! Egyéniben az első 4 helyezett, csapatban az 1. helyezett jutott tovább a decemberi megye döntőre, az alábbiak szerint:

*Lányok (2005–2007)*

1. Letanóczki Dalma, Fabriczius József Általános Iskola
2. Unyi Eszter, Kálvin téri Református Általános Iskola
4. Erős Bianka, Fabriczius József Általános Iskola

*Lányok (2001–2004)*

1. Sándor Petra, Fabriczius József Általános Iskola

*Fiúk (2005–2007)*

1. Varga Gergő, Kálvin téri Református Általános Iskola
2. Hangai Barna, Kálvin téri Református Általános Iskola
4. Jardek Benedek, Fabriczius József Általános Iskola

*Leány csapat:*

1. Letanóczki Dalma–Sándor Petra, Fabriczius József Ált. Isk.

LETANÓCZKI ISTVÁN

### Diákolimpia: Letanóczki Dalma



## KAJAK-KENUSAINK MÁR A KÖVETKEZŐ ÉVADRA KÉSZÜLNEK!

A veresegyházi kajak-kenusok egy nagyon eredményes versenyévi évadon vannak túl. Most következik a hosszú és fárasztó téli alapozó időszak, mely biztosítéka a jó sorozat folytatásának. Ebben az évben fantasztikus eredményeket értek el és történelmet írva - megszerezték a város első aranyérmét kajak-kenu sportágban. A nem éppen ideális adottságok ellenére, kitartással, lelkesedéssel, egymásért küzdve olyat tettek, ami előtt még a sportág bázisainak számító nagy egyesületek is kalapot emeltek. Sokan az elért eredmények láttán, akaratlanul is kimondták, hogy „ez lehetetlen!”. Lehetetlen, de mégis igaz! A vidékbajnokságon ebben az évben megismételt nagyon értékes ezüstéremnek nem nagyon örült a Prehoda Levente, Juhász András, Bagyánszki Kristóf összetételű csapat, tartalékkolták az ünneplést az országos bajnokságra, ahol fantasztikus teljesítménnyel megszerezték egyesületük első országos bajnoki címét U14-es korosztályban, kenu egyes 3×200 m-es váltóban. Az országos arany mellett ebben az évben számos értékes helyezéssel és a csapat első korosztályos válogatottjával is büszkélkedhetnek, Prehoda Huba személyében.

Keményen dolgoztak, aminek meg is lett az eredménye. Sokok tehetséges gyerek várja a helyezéseket elért versenyzők mellett, - **Regénye Júlia, Boga Zsuzsa, Boga Panni, Mile Sára, Takács Eszter, Prehoda Hanga, Kadók Nikolett, Price Virginia, Sztolyka Nóra, Jerenák Marcell, vagy éppen Márjai Balázs, Szirtesi Zsolt, Somogyi Dániel** - hogy újra vízre szálljanak és megmutassák, hogy mit tudnak. Megérdemlik a figyelmet, mert kívívták!

Joggal lehet rájuk büszke minden veresegyházi lakos!

FROHNER FERENC VKKC ELNÖK-EDZŐ

## VVSK – KÉZILABDA

### Kézilabda Szakosztály eredményei

**Helyesbítés:** A Veresi Krónika novemberi lapszámában az U12-es fiú korosztály 10. 17-én lejátszott Dunakeszi elleni mérkőzésének eredménye tévesen jelent meg.

A jó eredmény: **Veresegyház – Dunakeszi 31 – 10!!!** A hibáért elnézést kérünk.

*Felnőtt, Pest megyei bajnokság*

11.07. Veresegyház VSK – Albertirsa SE	41 – 31
11.14. Solymári SC – Veresegyház VSK	44 – 25
11.22. Veresegyház VSK – KyoNewaza Újhartán VSE	28 – 26

*Junior, Pest megyei bajnokság*

11.07. Veresegyház VSK – Albertirsa SE	39 – 26
11.14. Solymári SC – Veresegyház VSK	35 – 22
11.22. Veresegyház VSK – KyoNewaza Újhartán VSE	45 – 19

*U14, Országos Gyerekbajnokság Pest megyei régió C csoport*

11.08. Veresegyház VSK – Gödöllői KC	30 – 13
CYEB-Budakalász – Veresegyház VSK	23 – 13
11.22. Veresegyház VSK – Budaörs KC II.	22 – 19
Veresegyház VSK – Dunakeszi KUSE 1	25 – 19

*U12, Országos Gyerekbajnokság Pest megyei régió B csoport*

11.14. Veresegyház VSK – Kántor Anikó SE	23 – 5
CYEB-Budakalász – Veresegyház VSK	20 – 20

KISS PÉTER, FÜLÖP ANDREA EDZŐK

## VVSK – LABDARÚGÁS

### Labdarúgó Szakosztály eredményei

*Felnőtt (Pest megyei I. osztályú)*

11.08. Viadukt SE Biatorbágy – Veresegyház VSK	2 – 1
11.15. Veresegyház VSK – Nagykőrösi Kinizsi FC	2 – 0
11.22. Taksony SE – Veresegyház VSK	3 – 2

*U19 (MLSZ II. osztályú utánpótlás bajnokság Közép-keleti csoport)*

11.14. Veresegyház VSK – Ferihegy Vecsés	3 – 3
11.22. Csepel FC SE – Veresegyház VSK	0 – 0

*U17 (MLSZ II. osztályú utánpótlás bajnokság Közép-keleti csoport)*

11.08. Veresegyház VSK – Pestszentimrei SK	11 – 0
11.14. Veresegyház VSK – Ferihegy Vecsés	6 – 2
11.22. Csepel FC SE – Veresegyház VSK	2 – 2

*U15 (MLSZ II. osztályú utánpótlás bajnokság Közép-keleti csoport)*

11.07. Veresegyház VSK – BVSC-Zugló	0 – 2
11.15. Csep-Gól FC SE – Veresegyház VSK	3 – 0
11.21. Veresegyház VSK – Szanda Focisuli SE	2 – 0

*U14 (MLSZ II. osztályú utánpótlás bajnokság Közép-keleti csoport)*

11.07. Veresegyház VSK – BVSC-Zugló	0 – 5
11.15. Csep-Gól FC SE – Veresegyház VSK	6 – 3
11.21. Veresegyház VSK – Szanda Focisuli SE	2 – 2

*Öregfiúk (Pest megye Keleti csoport)*

11.09. Mogyoród KSK – Veresegyház VSK	2 – 10
---------------------------------------	--------



III. SZILVESZTERI

Medvekocogtatás

A TriMedvák Prodáksön immár harmadik alkalommal

sok szeretettel meghív

minden futni szerető sportbarátot

2015. december 31-én megrendezésre kerülő évzáró futására.



Találkozunk 08:45-kor a Fő téri zenélő kútnál, ahonnan 09:00 órakor együtt indulunk megszokott célállomásunkra, a Medvefarmra. A medvéknél picit szusszanunk, készítenek egy közös fotót, majd visszafelé is megtesszük a távot, ami (meglepő módon) idén is összesen 6,8 kilométer lesz. A versenyszellemet ezen a napon otthon hagyjuk, jó társaságban, kényelmesen beszélgetve kocogunk végig az útvonalon.

Futás után a gyerekeket gyümölcssel és forró teával, a felnőtteket forralt borral várjuk a Fő téren. Sztárfellépőink most sem lesznek.

Gyertek! (Már megint) jó lesz!

Medve :)



TriMedvák

### SZÉKELY BORBÁLA, RÓDLER KINGA ÉS SZÉKELY JÚLIA BEJUTOTTAK AZ ORSZÁGOS SAKK EGYÉNI DIÁKOLIMPIA DÖNTŐJÉBE!

2015. november 14-én és 21-én Aszódon az Evangélikus Gimnázium falai között megrendezett Pest Megyei Sakk Egyéni Diákolimpia második és harmadik korcsoportos versenyein a Fabriczius József Általános Iskola versenyzői igazán kitettek magukért, egy arany, két ezüst – és egy bronzérmel szereztek. Az első és második helyezettek bejutottak az Országos Sakk Egyéni Diákolimpia döntőjébe.

II. korcsoport: 2. **Székely Júlia** (5.d.), 5. **Tóth Anna** (4.i.), 7. **Gubrán Alexandra** (4.d.), 8. **Varga Ádám** (4.d.).

III. korcsoport: 1. **Székely Borbála** (7.c.), 2. **Ródlér Kinga** (5.d.), 3. **Konkoly Panna** (5.d.), 6. **Tibenszki Milán** (6.b.).

### 37. PEST MEGYEI NYÍLT ORSZÁGOS EGYÉNI SAKKVERSENY SOROZAT

2015. november 7-én Szadán, a Székely Bertalan Általános Iskola adott otthont a sorozat második fordulójának, ahol versenyzőink két ezüst - és egy bronzérmel érdemelték ki. A versenyen összesen 93 sakkozó indult, köztük a Fabriczius József Általános Iskola 15 fő versenyzője.

**Eredmények:** II. korcsoport: 2. **Székely Júlia**, 5. **Varga Ádám**, 6. **Gubrán Alexandra**. III. korcsoport: 2. **Róder Kinga**, 3. **Konkoly Panna**, 4. **Kapitány Zsófia**.

FELKÉSZÍTŐ: BREITENBACH ZOLTÁN SAKKTANÁR



### A „POLIPOK” IS ELKEZDTÉK A BAJNOKSÁGOT

Az Octopus BVSE vízilabda szakosztálya idén 6 csapattal vág neki a szezonnak. 4 utánpótlás és 2 felnőtt csapatunk ugrik medencébe, hogy megmértesse magát.

A felnőtt csapataink a Budapest Bajnokságban, illetve az OB/2-ben szerepelnek. Előbbi csapatunk tagjai között tudhatja Varga Zsoltot, Sydney olimpiai bajnokát és több válogatott szintű játékost, ezzel példaképet állítva a kis polipok előtt. Az OB/2-ben szereplő felnőtt csapatban pedig olyan fiatalok kapnak helyet, akik már az utánpótlás bajnokságból kinőttek, de a jóval erősebb Budapest Bajnoksághoz még fejlődniük kell. Csapataink szépen menetelnek hétről hétre, több fontos győzelmet aratva.

Az utánpótlásunk is megkezdte az idényt. Mind a négy csapattal a vidék bajnokságban indultunk, hiszen a fővárosi klubok között kisebb esélyünk van. Így a rengeteg játéklehetőség mellett, szoros mérkőzések várnak ránk.

A 2001-es korosztályos csapat Nagyváradon kezdte a szezont, ahol egy szoros mérkőzésen kikaptunk a Nyíregyházától, és sajnos könnyed győzelmet aratott felettünk a bajnokság kiemelkedő csapata a Szentés. Látszott az idény eleji forma, de az elvégzett munkát a következő fordulóokban reményeink szerint az eredmény is tükrözni fogja.

A 2003-as korosztályú csapatunkkal kétnapos bajai fordulón vettünk részt, aminek mérlege 2 győzelem és 2 vereség. A csoportban 5 csapat szerepel, így minden forduló alkalmával ugyanezek a mérkőzések várnak a csapatra, ami alapján szépen láthatjuk majd a fejlődést. A két kiemelkedő csapat a V.U.K (Kistarcsa) és a Zemplén (Sátoraljaújhely).

Mi – egyelőre – csak a másik két csapattal vagyunk versenyképesek.



**Eredmények:** Baja – Octopus 4 – 6, Octopus – Kistarcsa 3 – 21, Hódmezővásárhely – Octopus 3 – 13, Octopus – Zemplén 1 – 18

VINCE GITTA

### ATLÉTIKA

November 12-én, Tápíószecsőn rendezett Pest megyei Mezei Futó Diákolimpia Döntőn, Bíró Rozália, a Fabriczius József Általános iskola tanulója a II. korcsoportban a továbbjutást jelentő harmadik helyezést érte el.

November 14-én, Debrecenben, a Mezei Futó Magyar Liga 2. fordulójában, 5 km-es távon az ifjúságiak között **Ferencz Ábel** 4. **Jankov Máté** 8. míg a serdülőknél **Vajkovics Ferenc** 5. **Ferencz Domonkos** 7. helyen ért célba.

SZALMA RÓBERT

## TRIATLON

## A SPORT XXI. KOROSZTÁLYBAN (7-15 ÉVESEK) EBBEN AZ ÉVBEN ÚJBÓL AZ ORSZÁG LEGEREDMÉNYESEBB CSAPATA LETTÜNK!

Izgalmas, váratlan eseményeket, szuper és változatos versenyeket, illetve nagyszerű eredményeket hozott a nyár. A versenyszezon során 7 egyéni és 17 csapat elsőséget szereztünk! További dobogós helyezések: 11 egyéni és 8 csapat második helyezés, 13 egyéni és 6 csapat harmadik helyezés.

Serdülő fiú csapatunk – **Jankov Máté, Ferencz Domonkos, Vajkovics Ferenc** – kiemelkedő teljesítménnyel hat országos bajnoki címet szereztek. Ahol elindultak csapatban, ott nyertek is! Duatlon OB; Aquatlon Sport XXI. OB; Aquatlon OB; Triatlon OB; Triatlon váltó OB; és a Klub csapat OB, ahol **Portik Botond** is a csapat tagja volt.

A fiúk mellett a serdülő lányok – **Kelemen Dorottya, Kovács Réka, Lengyel Rebeka** – is kitétek magukért, ők négy bajnoki aranyat zsebeltek be: Triatlon Diákolimpia; Triatlon OB; Duatlon OB; és Aquatlon OB, **Tomes Noémivel** kiegészülve.

További bajnoki címek: Újjonc fiú csapat – **Bálványos Szilárd, Kárpáti Ákos, Lesták Ármin** – Aquatlon OB, Gyermek fiú csapat – **Kaposi Márton, Portik Botond, Tóth Márton** – Triatlon Diákolimpia OB.



A „nagyok” mellett a fiatal „újjonc” versenyzőink is felnőttek a feladathoz és fantasztikus küzdelemmel szereztek sok-sok pontot érő helyezést! Egyéniben a legeredményesebb versenyzőink **Cseh Zsófia** (újjonc 1 korcsoport), **Vajkovics Ferenc** (serdülő), **Ferencz Janka** (újjonc 2), **Kárpáti Ákos** (újjonc 2), **Zsemle Hanna** (újjonc 1), **Jankov Máté** (serdülő).

A felsorolás mögött meghúzódik a sok második, harmadik, negyedik, ötödik, hatodik és a sokadik helyezés, amelyért minden versenyző ki-ki egyénileg megküzdött.

Köszönjük a gyerekeknek, az edzőknek a kitartó munkát, a szülők támogatását, és mindazok segítségét, akik támogatták csapatunkat, hiszen a felsorolt helyezések és a számtalan sportdicsőség mindannyiunk közös sikere!

EDZŐK: CSOMBOR ZOLTÁN, SZALMA RÓBERT, HEGEDŰS GABRIELLA

## MOB SPORT XXI. FELMÉRŐ

2015. október 27-én immár második alkalommal bonyolítottuk le a Nemzeti Triatlon Központok feladatai közé tartozó Sport XXI. felméréket. A megjelent versenyzők képességeit négy fő területen mértük fel:

- kerékpáros ügyesség (egy előre kijelölt pálya időre és lehetőleg hibátlanul történő teljesítésével),
- gyorsaság (30 m-es síkfutás),
- általános erőnlét (súlypontemelkedés, függeszekedés alsó madárfogással és vízszintes felkarral, karhajlítás-nyújtás fekvőtámaszban, felülés tarkóra tartott kézzel és hajlított térdekkel, törzsemelés zsámolyon fekvő tarkóra tartott kézzel vízszintesig),
- 20 méteres ingafutás.

A felmérésen tíz egyesületből ötvenegy versenyző vett részt.

SEGEDI ATTILA, JANKOV ISTVÁN



## VÍVÁS

A Fabricius József Általános Iskolában végzett több éves vívás oktatói munka elismeréseként Szalainé Gulyás Ágnes igazgató asszony és a VVSK vívó szakosztálya részéről Szakmáry Sándor közel 1 millió forint értékű vívófelszerelést vehetett át a Magyar Vívó Szövetség, az EMMI és a Magyar Diáksport Szövetség jóvoltából. Az átadott felszerelés csomag 10 komplett felszerelést tartalmazott, így a szülőknek nem kell a költséges felszerelést meg-



vásárolniuk, illetve a felszerelések birtokában az oktatás korábbi fázisában el lehet kezdeni az értékebb szakmai munkát a tanulókkal. A vívók nevében ezúton is köszönetünket fejezzük ki az iskolának és a támogató szervezeteknek.

## VII. VERESEGYHÁZ KUPA PÁRBAJTŐR VERSENY

A kétnapos versenyen közel 250 vívó több korosztályban, illetve egyéni és csapatmérkőzéseken mérhették össze a tudásukat a versenyzők, akik 9 páston folyamatosan küzdelmeket vívtak, teljesen benépesítve a Mézesvölgyi Iskola tornatermét. A legnagyobb mezőnyt felsorakoztató „B” kategóriás felnőtt férfi versenyen a kadet korú **Szakmáry Nándor** második, míg **Sallay Attila** 7. helyezést szerzett. A veterán férfiakkal **Szakmáry Sándor**, – fiához hasonlóan – a dobogó második fokára állhatott fel. További do-



bogós eredményeink: Kálózi Anna újjonc leány 3. hely, **Nagy Nándor** törpici 3. hely. Ezúton is köszönet minden segítőnek és az iskolának, akik hozzájárultak a sikeres lebonyolításhoz.

Egyéb eredmények:

A „Pákozdi csata” emlékére rendezett újjonc fiú párbajtőr versenyen szeptember 26-án Székesfehérváron **Nagy Balázs** nem talált legyőzőre. A nap során végig magabiztos vívással menetelt a döntőig, ahol a Vasas színeiben induló Semerédy Pétert legyőzve vehette át a győztesnek járó trófeát és különdíjakat.

## HAZAI ÉS VILÁGVERSENYEKEN REMEKELTEK A ROCKIN' BOARD TÁNCOSAI

Rendkívül eseménydús és kiemelkedően eredményes időszakot tudhatnak maguk mögött a Rockin' Board akrobatikus rock and roll TáncSport Egyesület táncosai és szakmai vezetői. Több országos versenyen, Magyar Bajnokságon, Világkupákon és Világbajnokságokon értek el kiváló helyezéseket. Az elmúlt időszak legkiemelkedőbb eredményei:

2015.10.17. *Világkupán Villachban, (Ausztria)* szerepeltek táncosaink serdülő, junior és felnőtt „B” páros kategóriákban

**Szoljár Zsombor és Dömötör Viktória** serdülő kategóriában 33. helyezést ért el a 67 párost felvonultató mezőnyben. **Szoljár Bence és Lajti Renáta** junior kategóriában 62 induló párosból a 26. helyen végeztek, míg a **Horváth András – Farkas Viktória** páros felnőtt „B” kategóriában a nagyszerű 11. helyezést érte el.

2015.10.24. *Országos Táncverseny, Budapest, Sportkastély*

**Szoljár Zsombor és Dömötör Viktória**



serdülő páros kategória 6. helyezette lett, **Szabó Norbert és Vass Nikolett** ugyanabban a kategóriában a 9. helyen végeztek. A **HAJRÁZÓK** a felnőtt kisformációs kategóriában a dobogó harmadik fokára állhatott. A verseny kiemelkedő eredménye, hogy három lányformációs kategóriában is a dobogó legfelső fokára állhattak táncosaink, ezzel a hét megrendezett kategóriából háromban győzedelmeskedni tudtak csapataink. Felnőtt nemzeti kisformációs kategóriában a **TRUVÁJ**, felnőtt nemzeti nagyformációs kategóriában a **TUTO**, míg felnőtt nemzetközi nagyformációs kategóriában a **LADIES** lett az első.

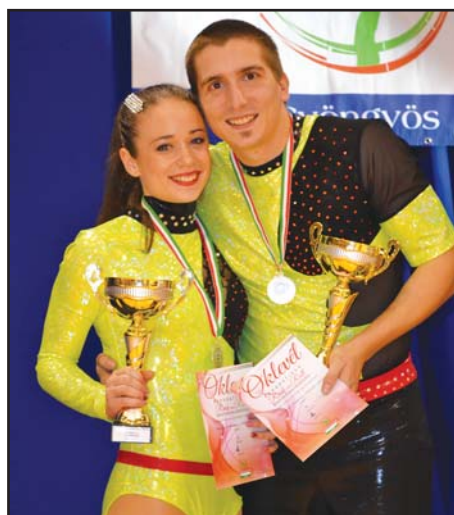
2015.10.31. *Országos verseny, Szigetszentmiklós*

**LOVE** – children kisformáció 3. helyezés, **FARKASKÖLYKÖK** – children nagyformáció 5. helyezés, **VOYAGE** – serdülő nagyformáció 4. helyezés eredményekkel zárták a versenyt.

2015.11.07. *Formációs Világbajnokság, Kazan, (Oroszország)*

A **MIRAGE** junior nagyformációs csapat kemény munkával, a hazai országos versenyeken elért eredmények alapján kvalifikálta magát a 2015-ös oroszországi világbajnokságra. Erre a rangos megméretésre összesen két magyar csapat tudott kiutazni. A világ legjobbait felvonultató mezőnyben a középdöntőig menetelve csapatunk az előkelő nyolcadik helyezést érte el. A csapat tagjai: **Balázs Eliza, Holló Vivien, Tajcs Sára, Kubicza Anna, Nervetti Anna, Móré Luca, Herman Dóra, Molnár Kinga, Együd Dorka, Vas Noémi, Zsuga Réka, Fritsche Fanni, Ferencki Fanni, Benkő Regina**

2015.11.14. *Páros Világbajnokság, Bourgen-Bresse, (Franciaország)*



**Horváth András – Farkas Viktória** párosunk felnőtt „B” kategóriában 9. helyezést ért el a kategória 35 párosából. Ezzel az eredménnyel a világranglista 7. helyére táncolták fel magukat. A **Szoljár Zsombor – Dömötör Viktória** páros serdülő kategóriában, életük első világbajnokságán 19. helyezést értek el a kategória 46 párosából.

2015.11.21. *Magyar Bajnokság, Gyöngyös*  
**Horváth András – Farkas Viktória** párosunk felnőtt „B” kategóriában 2. helyezést ért el.  
**LOVE** children nagyformációs csapatunk a 3. helyen végzett. Szintén bronzérmes volt csapatunk a **VOYAGE** serdülő nagyformációs kategóriában, míg children nagyformációs kategóriában a **FARKASKÖLYKÖK** a rangos negyedik helyen végeztek.

EDZŐK: FARKAS KRISZTINA, FARKAS GERGELY

## KÖSZÖNET KÉT TANÁRNAK

Szeptemberben, hosszú előkészületek után, többek között azzal a céllal indítottuk el a parktájfutást Veresegyházon, hogy lehetséges alternatív mozgásformát kínáljunk, és ezzel segítsünk a mindennapos testnevelésben jelentkező eszköz és teremhiányon, megismertessünk a gyerekekkel egy Veresegyházon is választható érdekes és játékosan elsajátítható alternatív sportmozgást.

Nem számítottunk óriási lelkesedésre, de azért egy kicsit többre. Azt reméltük, hogy az osztályoknak kínált ingyenes felajánlásunkat, nem plusz problémaként, hanem segítségként fogadják a pedagógusok, hiszen ezzel, – őket tehermentesítve – mi biztosítunk programot a gyerekeknek a tanóra időtartama alatt. Köszönet Prehoda Györgyi és Tímár Zoltán pedagógusoknak, akik vállalták a próbát, és osztályukat egy-egy órára „kölcson adták”, hogy megismertessük őket a parktájfutás szépségeivel. Az utólagos felmérések szerint az összes gyereknek nagyon tetszett!

Ettől még nem lesz mindenki tájfutó, nem is ez a cél. Akik elkötelezettek, azokkal szakosztályunkban foglalkozunk. A többiek számára az üzenet: rendelkezésre áll egy olyan sportág, melyet a kapun kilépve ingyen művelhetünk, illetve alkalmazhatunk az iskolai kereteken túl is a mozgásra szánt idő hasznos eltöltésére. A labda nálatok, ki dobja vissza? DR. WEKERLE BALÁZS

## VERESI FUTÓKÖR

A futószezon egyik utolsó nagy rendezvényén a Balaton Maraton és Félmaraton versenyen, még sosem látott erejű szél és a viharos Balaton fogadta a több ezer futót. A nagy hullámok az útvonal több pontján váratlan frissítőkapuként ijesztgették a versenyzőket, ami szerencsére a résztvevők kedvét nem vette el, bár egy kicsit megnehezítette a távok teljesítését. Futó körünk minden eddiginél nagyobb létszámmal képviselte városunkat a versenyen. A több mint 30 fő közül 7-en most futották életük első félmaratoni versenyét. ERŐS ISTVÁN



# SZÉKHELYIÉK savanyúja

A megszokott helyen  
(a Hivatal mellett)



30. Születésnapj és Karácsonyi

## AKCIÓ!!!

Minden termékünkre  
20-30% kedvezmény egész évre!

### ITT LESZÜNK KARÁCSONY ELŐTT!

december 19. (szombat)

december 21-22. (hétfő-kedd)!!!

december 23. (szerda)

-30%

-20%



A CSALÁDIAS MAGÁNRENDELŐ  
2100 GÖDÖLLŐ, LÉGSZESZ U. 6.  
www.erzsebetgondozohaz.hu  
(a tüdőgondozóval szemben)

## Cukorbeteg?

### DIAGNÓZIS, KEZELÉS

### EGYSZERI INGYENES ÁLLAPOTFELMÉRÉS

### VÉRCUKOR, HBA1C MÉRÉSE AZONNAL

dr. Fodor Erika, belgyógyász

Bejelentkezés: 70 434 2392 • 28 785 526

**Ha nem akar, vagy nem tud várni!**

www.erzsebetgondozohaz.hu



Veresegyház, Fő út 45-47.  
Innovációs centrum,  
Fő tér – a lottózó mellett



HÁZHOZSZÁLLÍTÁS:

06 28 385 241

06 70 238 6675

WWW.VIKTORIABISZTRO.HU



# Viktória

NYITVA:  
H-P: 8-17  
SZO: 6-15

B I S Z T R Ó

## Szilveszteri Retro Party

2015. december 31. csütörtök

Veresegyház, Fő tér



19 órától  
Innovációs központ  
elfőltér

Mindenkit  
szeretettel  
várunk!

Viktória  
BISZTRÓ

**VIKTÓRIA BISZTRÓ:**  
éttermi minőség, kifőzdei árak



Ünnepekre előrerendelhető:

Halászlé gazdagon	750 Ft
Rántott tengeri halszeletek	850 Ft
Rántott ponty patkó	850 Ft
Majonézes saláták (franciasal./burgonyas)	600 Ft
Töltött káposzta	990 Ft
Kocsonya (hússal, kórérmel, gazdagon)	790 Ft

Az árak 1 adagra vonatkoznak.

Szilveszterre előrerendelhető:

Kocsonya (hússal, kórérmel, gazdagon)	790 Ft
Lencsefőzelék füstölt tarjával	710 Ft

PARTY ÉS HIDEGTÁLAK!



# TAVI PIZZÉRIA



ROBEE  
DESIGN

# 2015

# SZILVESZTER

A BELÉPŐ TARTALMAZZA:

- 1 DB TOMBOLA
- MELEG ÉJFÉLI BÜFÉ
- 1 POHÁR PEZSGŐ ÉJFÉLKOR

HANGULATFELELŐS:



## SPIIGIBOY

Jegyek elővételben **december 20** - ig

**6.990.- Ft / fő**

Telefon: 06 70 946 2991

Több jegy vásárlása esetén (min. 4db)  
egyedi kedvezmény.

Minden kiszállított étel árából **-10%** kedvezményt biztosítunk annak, aki a kupont átadja a futárnak.  
Igényét kérjük előre jelezze!

KUPON  
- 10 %

**9,5%**

átlagos hozam  
2014-ben  
a teljes eszközalap  
portfólió átlagos  
súlyozott hozama

**100%**

bónuszjónváírás:  
akár a kezdeti éves  
díjnak megfelelő  
összeget írunk jóvá  
bónuszként

**-Ktg**

cégeknek  
költségként  
elszámolhatóak  
a befizetett díjak

**500.000**

forint a minimum  
éves díj

**Főnök**

a pénzügyekben!

VERESEGYHÁZON IS!

*Áldott Karácsonyi ünnepeket  
és boldog új esztendőt!*

**vienna BOSS**

befektetési egységekhez kötött életbiztosítás,  
magánszemélyeknek és cégeknek

2015  
**Superbrands**

A tájékoztatás nem teljes körű, jelen dokumentumban megjelenő információk, adatok, feltételek nem minősülnek nyilvános ajánlattételnek, kizárólag tájékoztatásul, a figyelem felhívására szolgálnak, azok teljességéért, pontosságáért a Vienna Life Vienna Insurance Group Biztosító Zrt. nem vállal felelősséget. A részletekről érdeklődjön telefonon, e-mailben tanácsadójánál vagy telefonos ügyfélszolgálatunkon.

**money  
&more**  
Pénzügyi Tanácsadó Zrt.

**Money & More Iroda**  
Veresegyház, Fő út 35. • +36 20 928 6882  
magdolna.torokne-sipos@moneyandmore.hu



**Dairy Service Kft.**

## SZERVÍZMÉRNÖKÖT

keres

**FEJŐGÉPEK FORGALMAZÁSÁVAL**  
és **SZERVIZELÉSÉVEL FOGLALKOZÓ,**

közel 25 éve stabilan működő cég  
Veresegyházról vagy vonzáskörzetéből.

### FŐBB FELADATOK:

- Fejési-tejhiűtési technológiák építésének, kivitelezésének és karbantartásának előkészítése, koordinálása

### ALKALMAZÁSI FELTÉTEL:

- Felsőfokú műszaki végzettség
- Nyitottság mezőgazdasági területen történő munkavégzésre
- Angol nyelv minimum középfokú ismerete
- Felhasználói szintű számítástechnikai ismeretek
- B kategóriás jogosítvány
- Pontos, önálló munkavégzés

### ELŐNYT JELENT:

- Több éves karbantartási, műszaki beruházási tapasztalat

### AMIT KÍNÁLUNK:

- Stabil, hosszú távú munkahely
- Kihívásokkal teli, felelős szakmai munka
- Versenyképes, teljesítmény-arányos jövedelem

**Magyar és angol nyelvű fényképes önéletrajzokat az [info@dairyservice.hu](mailto:info@dairyservice.hu) e-mail címre várjuk.**

# MULTICASH

**PÁLYÁZATÍRÁS FELSŐFOKON!**

**2014–2020. Új időszámítás kezdete.**  
**Közel 7000 Mrd Ft várja!**

*Nyerjen velünk!*



- **KÖNYVELÉS**
- **PÁLYÁZATÍRÁS**

**2016-ban szerződőknek**  
**2 hónap díjmentes könyvelés!**

2151 Fót, Dózsa György út 19. • [www.multicash.hu](http://www.multicash.hu)  
Telefon: 06 30 954 3225 • 06 20 932 0655  
E-mail: [ildiko@multicash.hu](mailto:ildiko@multicash.hu) • [zoltan.kapitany@multicash.hu](mailto:zoltan.kapitany@multicash.hu)



# keressük a **BELEVALÓT**

A WebEye nemzetközi és magyar csapata széleskörű felvételt hirdet a **fóti East Gate Business Parkba** költöző központjába.

A részletekért látogasson el weboldalunkra:

**[karrier.webeye.eu](http://karrier.webeye.eu)**

**WebEye**

# KARÁCSONYI CSOMAG

1db gyapjú télikabát: 30 000 Ft  
 1db Marco Renzo ing: 9 000 Ft  
 1db nyakkendő: 3 000 Ft  
**összesen: -42 000 Ft helyett**  
**A HIRDETÉS FELMUTATÁSÁVAL CSAK: 33 500 Ft**  
**ÜNNEPI NYITVATARTÁS:**  
**december 1-23-ig minden nap 10-18-ig**

## Gavallér öltönyüzlet

SPORTOS ÉS ELEGÁNS FÉRFIRUHÁZAT TERMÉSZETES ALAPANYAGOKBÓL  
**Veresegyház, Budapesti út 1/B**  
 A CBA melletti üzletor  
**Telefon: +36 30 425 7880**  
**gavallerdivat@gmail.com**  
**www.gavallerdivat.hu**



# VeresVet+

ÁLLATORVOSI RENDELŐINTÉZET



• Mindent egy helyen • Egésznapos nyitvatartás •  
**www.veresvet.hu • Tel.: 06 28/387-142**  
 Lehetőség van előre egyeztetett időpontra érkezni.

Állatorvos-csapatunk összesen 8 szakvizsgával a sebészet, a belgyógyászat és a diagnosztika terén szerzett több mint 15 éves tapasztalatával segíti kedvence gyógyulását és ellátását.

**Nyitva a hét minden napján:**  
 H-P: 9.00 - 20.00  
 Sz: 9.00 - 12.00  
 Vas: 18.00 - 20.00

Cím: 2112 Veresegyház, Erkel Ferenc u. 3/G



## KOBALT INGATLAN

1132 Budapest, Victor Hugo u. 32.  
**www.kobalt.hu**  
 Ingatlanforgalmazó Kft.

**TISZTELT VERESEGYHÁZI LAKOSOK, INGATLAN TULAJDONOSOK, INGATLANT KERESŐK!**  
 Ismét eltelt egy év. Köszönjük egész éves bizalmukat, az együtt elvégzett munkákat, reméljük 2016-ban is sok sikeres együttműködésünk lesz, mind ingatlan adás-vételben, mind pénzügyi szolgáltatásban – LAKÁS-TAKARÉKPÉNZTÁR OTP-NÉL, ERSTE BANKNÁL, KEDVEZMÉNYES LAKÁSHITEL, CSOK.

**És akik várják megkereséseiket:**



**Terebesi Andrea**  
+36 70 631 2368



**Csáki Erika**  
+36 70 370 7465



**Takács Rebeka**  
+36 70 631 2544

*Békés, boldog karácsonyt és sikerekben gazdag új évet kívánunk.*




**Abonyi Zoltán**  
számítástechnikai szervizelés  
felsőfokú számítógépműszaki végzettséggel  
Tel: 06 30 941 6636  
www.abonyicenter.hu

**Szervizelés (és értékesítés) helyszínen:**

- Számítógépek: PC, notebook, laptop javítása
- Vírusvédelem, távsegítség
- Szerver bérlés és értékesítés, karbantartás
- Biztonsági kamera, szerveres rögzítés
- Átalánydíjas szerződés



## Hívja szakszervizünket!

# 06 30 522 1258

Mosógépek, mosogatógépek, mikrók, elektromos tűzhelyek, hűtőszekrények, fagyasztóládák javításával foglalkozunk!

**A meghibásodás jellegétől függően helyszínen, vagy szakműhelyünkben végezzük el a javításokat. Teljes megoldást biztosítunk, a gépek szállítását is megoldjuk. Kedvező árakkal, kiszállási díj nélkül dolgozunk az elvégzett munkára garanciát adunk!**



**Hibafelvétel: 06 30 522 1258**

# Marika Konyhája

ÉTTEREM és RENDEZVÉNYHÁZ

**Karácsonyra, év végére rendeléseket felvesszünk!**

**Halászlé, rántott hal, töltött káposzta, kocsonya, beigli, hideg-, melegtálak**

<b>Halászlé</b>	<b>990 Ft</b>	<b>Hidegtál</b>	<b>1400 Ft /fő</b>
<b>Töltött káposzta</b>	<b>1190 Ft</b>	<b>Melegtál 4 személyre</b>	<b>5900 Ft/főtől</b>
<b>Mákos Beigli</b>	<b>1290 Ft</b>	<b>A részleteket keresse az üzletünkben.</b>	
<b>Diós Beigli</b>	<b>1290 Ft</b>		
<b>Pontyatkó</b>	<b>390 Ft/10 dkg</b>		
<b>Harcsafilé</b>	<b>490 Ft/10 dkg</b>		
<b>Tengeri halfilé</b>	<b>390 Ft/10 dkg</b>		
<b>Kocsonya</b>	<b>690 Ft</b>		

**Boldog Karácsonyt  
és sikerekben gazdag új évet kívánunk!**

Holhos Tamás • 06 20 468 0370 • 2112 Verezegyház, Budapesti út 3/C  
marikakonyhaja@invitel.hu • www.marikakonyhaja.hu

A megszokott helyen (CBA üzletsorán)

JANUÁRTÓL ÚJ TULAJDONOSSAL

ÚJ MÁRKÁKKAL, BŐVEBB

VÁLASZTÉKKAL, JOBB ÁRAKKAL

várja Önt a

Levendula  
cipőbolt



[www.levendulagyerekcipo.hu](http://www.levendulagyerekcipo.hu)

Viszcerális manipuláció, kranioszakrális terápia,  
kínai kismamamasszázs - hívj Nórát: 06705271884

Svéd masszázsa - hívj Adri: 06302744324

Irodai-, és ayurvedikus masszázsa -  
hívj Vikit: 06204026126

...és gyere el a MamaJourba, a város új közösségi terének  
masszázs- és terápiás helyiségébe! - Veregyház, Fő út 18.

Várunk karácsonyi ajándékkuponokkal is!



**VARGA GYÓGYGOMBA**  
**S Z A K Ü Z L E T**

szakképzett tanácsadókkal várja az érdeklődőket

**Veregyház, Kálvin tér 6. szám alatt**



**Telefon: 30 437 7582**

Nyitva: kedd-péntek: 9-17 • szo.: 9-12

<http://katona-sandor.varga-gomba.hu/>

  
**KARÁCSONYI AKCIÓK  
EGÉSZ DECEMBERBEN!**

- AJÁNDÉKSOMAGOK KÉSZEN ÉS RENDELÉSRE IS!
- AJÁNDÉKUTALVÁNYOK  
5-10-15 EZER FORINT ÉRTÉKBEN!



GYÓGYTEÁK, GYÓGYNÖVÉNYEK, VITAMINOK,  
ÉTREND KIEGÉSZÍTŐK,  
GYÓGYHATÁSÚ KÉSZÍTMÉNYEK, KÉNYELMI LÁBBELIK,  
ÉLELMISZEREK, TERMÉSZETES KOZMETIKUMOK

✂

**10% KEDVEZMÉNY KUPON**  
E KUPON FELMUTATÁSA ESETÉN 10 % KEDVEZMÉNYBEN  
RÉSZESÜL 5.000,- Ft FELETTI VÁSÁRLÁS ESETÉN  
DECEMBER 1. - JANUÁR 8. KÖZÖTT A  
VERESEGYHÁZI HERBÁRIA SZAKÜZLETBEN.  
SZEMÉLYENKÉNT EGY KUPON HASZNÁLHATÓ.  
A KUPON KÉSZPÉNZRE NEM VÁLTHATÓ.  
A KUPON A MÁR AKCIÓS TERMÉKEKRE NEM ÉRVÉNYES!

**HERBÁRIA szaküzlet Veregyház Fő út 65.**

  
**SÓSZOBA**

AREC száraz sóterápia - A légtérben natúr bányászó lebeg.  
Mégfázás, nátha, köhögés, arcüreggyulladás,  
fülgulladás, légsőhurut, hörghurut, asztma,  
krupp, allergia, ekcéma, pikkelysömör.

**Tel: 06 70 505 89 09**

ÁRAINK:

Gyerektjegy:	Felnőttjegy:
1 000 Ft / 1 alkalom	1 200 Ft / 1 alkalom
4 000 Ft / 5 alkalom	5 000 Ft / 5 alkalom
7 000 Ft / 10 alkalom	9 000 Ft / 10 alkalom

**NYITVA:**  
hétfőtől szombatig  
bejelentkezés  
alappján.

Ezerkincs Életmód Centrum,  
Veregyház, Fő út 59/emelet  
[www.ezerkincs.hu](http://www.ezerkincs.hu)



  
Itt ÖNÉ a főszerep ☺ Személyre szabott

**MASSZÁZS**

az ÖN jelenlegi fizikai állapotához alkalmazkodva  
Célom az Ön testi-lelki egyensúlyának helyreállítása több módszer  
ötvöztetésével

Ha bármilyen területen elakadása van,  
a THETA HEALING terápia segítségével megtaláljuk az okát  
Forduljon hozzám bizalommal ☺ Szeretettel várom.

**KEREKES GYÖNGYI**  
**Tel: 06 20 53 53 163**

Ezerkincs Életmód Centrum, Veregyház, Fő út 59/emelet  
[www.ezerkincs.hu](http://www.ezerkincs.hu)





# DÉDI VENDÉGHÁZA

**Ebéd kiszállítás:**  
Hétfőtől Szombatraig:  
**MÁR 11<sup>00</sup>-20<sup>00</sup> óráig**

Éttermünkben a menükínálat  
Hétfőtől Szombatraig 11 - 15 óráig  
onkiszolgáló rendszerben kapható

## Menükínálatunk

Rendelésfelvétel: 06 (28) 385 003 - 06 (30) 899 6616

**December 7 - Január 9.**

Aktuális menükínálatunk és a rendelhető teljes választék weboldalunkon megtalálható

A menük ételai önállóan is kaphatók!



2112 Veregyház, Fő út 82 • rendelés@dedivendeghaza.hu

	<b>Menü</b> 790 Ft	<b>Extra Menü</b> 990 Ft	<b>Ajánlatunk Dédi</b> <b>szakácskönyvből</b> 950 Ft-tól	<b>üllep</b> 850 Ft	<b>Főzelékek feléttel</b> 590 Ft	<b>Desszertek</b> 300 Ft-tól
2015.12.07 Hétfő	Sütőtökrém leves pirított tökmaggal Juhtúrós sztrapaeska szalonnával	Májgaluskaleves Mexikói citromos- joghurtos csirkecombilé színes rizzsel	Marha pecsenye baconos burgonya pürével	Spagetti aglio olio parmezánnal	Lencse főzelék pulyka pörkölttel	Császármorzsa 400 Ft
2015.12.08 Kedd	Tárkonyos sertésragu leves Kelkáposzta főzelék sült virslivel	Erőleves Cordon bleu hasábburgonyával	Budapest sertés szelet steak burgonyával	Grill zöldségek pirított magvakkal	Kelkáposzta főzelék sült virslivel	Kakaós palacsinta 350 Ft
2015.12.09 Szerda	Póréhagymaleves Rántott, tengeri hal párolt rizzsel	Bakonyi lencse leves Vasalt csirkecomb, salátával	Csontos sertésborda remulád mártással, tőcsnival	Gombás csirketokány puliszkával	Sárgaborsó főzelék baconban tekert csirkemellel	Rántott tejbegriz fahéjas porcukorral 400 Ft
2015.12.10 Csütörtök	Mandarinos alma leves Veronai csirke, spagettivel	Pulyka ragu leves Fokhagymás pácolt tarja parázsburgonyával	Brokkolival töltött rántott csirkemell rizibizivel	Négysajtos, cukkinis farfelle	Andalúz zöldbab főzelék, csirke csikokkal	Gyümölcs lepény 300 Ft
2015.12.11 Péntek	Csülkös bableves Mágyarakás	Laskagombaleves Bécsi szelet petrezselymes rizzsel	Csáky töltött sertés- borda jázmin rizzsel	Corn flakes-es mézes pulyka, salátával	Finomfőzelék, rizzfasirttal	Mágyarakás 400 Ft
2015.12.12 Szombat	Bajor hagymaleves Baconos csirkemáj,hagymás tört burgonyával	Kolbászos burgonya leves Borsos tokányi tésztával	Kacsacomb pezsgós lila káposztával	Orly bundás halfilé párolt zöldséggel	Sóska főzelék, sós burgonyával	Bundázott sült alma vanília öntettel 350 Ft
2015.12.14 Hétfő	Olasz zöldségleves Gomba paprikás makarónival	Kaszásleves Grillezett pulykamell, burgonyapürével	Sonkába tekert csirkemell filé újragymás rizzsel	Paradicsomos-mozzarellás rakott padlizsán	Zöldborsófőzelék főtt virslivel	Bundás sült banán 400 Ft
2015.12.15 Kedd	Csirkegombóc leves Vajbab főzelék sertés fasirttal	Tárkonyos bableves Zsályás töltött csirkemell spagettivel	Sült odalas, tepsis zöldségekkel	Sült csirkecomb párolt rizzsel, kompóttal	Vajbab főzelék fasirtal	Csokoládés -meggyes pite 350 Ft
2015.12.16 Szerda	Cukkínkrémleves borsócskával Zúzapörkölt párolt rizzsel	Pulykás karalábéleves Kijevi csirkemell hasábburgonyával	Szabolcsi töltött káposzta	Pulyka galantin Waldorf salátával	Joghurtos brokkolifőzelék rántott párizsival	Erdei gyümölcsös charlotte 350 Ft
2015.12.17 Csütörtök	Zöldborsó leves Tarhonyás hús	Csókakói kolbászleves Csirke paprikás galuskával	Tordai pecsenye, majonézos burgonya salátával	Fehérboros harcsafilé kukoricás rizzsel	Paradicsomos tökfőzelék pirított csirkemájjal	Rákóczi túrós 350 Ft
2015.12.18 Péntek	Újházi tyúkhúsleves Házi mákos nudli	Magyaros gombaleves Grill karaj hentes raguval, rizzsel	Lecsős szűzermék karikaburgonyával	Rozmaringos tészta csicseriborsó fasirttal	Sárgaborsó főzelék fűstölt sült kolbázzsal	Házi mákos nudli 400 Ft
2015.12.19 Szombat	Frankfurti leves Palacsinta baconos sajttal töltve fokhagymás mártással	Erdélyi raguleves Csibe brassói	Rántott,pecsenye kacsamáj grill zöldségekkel	Burgonya tőcsni tatzakivel	Magyaros burgonyafőzelék, fűstölt csülök szelettel	Tiramisu 400 Ft
2015.12.21 Hétfő	Karfiolkrémleves Spnótos gőzgombóc erdei gombamártással	Zöldségleves hüsgombóccal Mozzarellás csirke burgonyapürével	Kolozsvári töltött káposzta	Csirkepörkölt barna rizzsel	Spenót főzelék tükörtőjással	Habos tejbérisz 300 Ft
2015.12.22 Kedd	Tárkonyos tojásleves Sajtmártásos csirke párolt rizzsel	Halászlé Túrós csusza	Kacsasült céklás rizottóval	Gyömbéres, citromos csirkemáj durumtészttal	Karalábefőzelék halfasirttal	Somlóival töltött palacsinta 400 Ft
2015.12.23 Szerda	Csicseriborsó leves Rántott trappista zöldsalátával	Lucskos káposzta leves Fűstölt sonka sárgarépa pürével, párolt zöldborsóval	Hagymás rostélyos hasábburgonyával	Mustáros pulykaragu hajdinával	Kapros tökfőzelék debrecenivel	Francia málnás csokitorta 400 Ft
2015.12.28 Hétfő	Szabógallér leves Csirkerakottas savanyú káposztával	Bojtár gulyás Fokhagymás-ragus tarjacsikok burgonyapürével	Holstein szelet vegyes körettel	Paradicsomos-halás rakott tészta	Kelbimbó főzelék sült gomlyával	Barackos gesztenyetorta 350 Ft
2015.12.29 Kedd	Francia parasztleves Sóska főzelék sült virslivel, sósburgonyával	Málnás almaleves Rántott csirkecomb rizibizivel	Egészben sült tar- jaszelet káposztás cvekedivel	Grillezett sajt vitamin salátával	Sóska főzelék sült- virslivel, sósburgonyával	Tejbérisz gyümölcsöntettel 300 Ft
2015.12.30 Szerda	Céklaleves Grillezett csirkemell filé zöldséges rizzsel	Lebensleves Kötözött pulykacomb párolt brokkolival	Mustáros tarja zöldfűszres tőcsnival	Rozmaringos tésztasaláta Falafellel	Sárgaborsó főzelék sertéspörkölttel	Grillázs szelet 350 Ft
2016.01.04 Hétfő	Korhelyleves Cspós,bundás csirkemellcsikok párolt rizzsel	Csülkös lencseleves Pácolt, bős sertés- csülök újragymás kockaburgonyával	Csilis bab	Póréhagymás tengerihal ananászos rizzsel	Karfiol főzelék roston sült csirkemellel	Mákos pohárkrém bonbon meggyel 350 Ft
2016.01.05 Kedd	Rozmaringos csirkeraguleves Tejfőlés burgonyafőzelék fasirtal	Padlizsánkrémleves krutonnal Pulyka stroganoff párolt rizzsel	Mustáros karaj vörös káposztával, rizzsel	Thai csirke sülttészttal	Tejfőlés burgonyafőzelék fasirtal	Túrós fanta szelet 350 Ft
2016.01.06 Szerda	Zellerkrémleves Zöldséges spagetti pirított csirkevel	Bakonyi lencse leves Lecsős csirkemell knédli cipóval	Párolt marha paradicsom szósszal, sósburgonyával	Zöldsaláta csibefasirttal, salsával	Tárkonyos tarkabab főzelék kolbázzsal	Gundel palacsinta 350 Ft
2016.01.07 Csütörtök	Toscan paradicsomleves Cspós csirkeszárnnyak salátával	Soproni legényfogyó leves Lyoni sertéskaraj hasábburgonyával	Körömpörkölt sós burgonyával	Busa szelet brokkolis rétessel	Kukoricafőzelék főtt tojással	Lekváros derelje 350 Ft
2016.01.08 Péntek	Gulyásleves marhahúsból Grizes tészta	Köménymag leves Csirkepaprikás galuskával	Bécsi karaj csalamádés burgonyasalátával	Gesztenyés pulykasült színes rizzsel	Zsenge sárgabab főzelék pulykacombbal	Grizes tészta 400 Ft
2016.01.09 Szombat	Francia hagymaleves Vasi pecsenye steak burgonyával	Kaszáslé Roston sült, hagymás máj szeletek tökös tésztával	Vaddisznópörkölt tarhonyával	Sült hekk rozs kenyérrrel, savanyúsággal	Parajkrém főzelék tükörtőjással	Vaniliás gyümölcs pite 350 Ft

**MEGHOSSZABBÍTOTT SÖR AKCIÓ: BORSODI KORSÓ 290 FT; STAROPRAMEN KORSÓ 390 FT**

# Novemberben történt...

Fotó: Letbenyei László



Megnyitotta kapuit az új CBA üzlet a Ligetkben

A Civil Kör vendége Jobban Eszter, a Misszió vezetője volt. Az intézmény helyzetével januári számunkban részletesen foglalkozunk.



A Katolikus Egyházközség Lelkinapján az érdeklődők megtekintették az épülő Szentlélek templomot és a Szent Erzsébet templomot



A Veres 1 Színház művészei léptek fel az Idősek Otthona működését támogató Őszi Napsugár Közhasznú Alapítvány játékonysági estjén

Adventi készülődés az Innovációs Centrumban



Orosz Helga interaktív előadása a művészet hatásairól