

KOZMÁROMI ÚJSÁG

„Magába száll minden lélek”

KARÁCSONYI ÖSSZEÁLLÍTÁS

„Átrepültek az angyalok”

INTERJÚ PITTI KATALINNAL

ÚJ CÉG

AZ IPARI PARKBAN

Három nemzedék találkozott

TARTALOM

VISSZATEKINTŐ

ÚJ CÉG A KOMÁROMI IPARI PARKBAN

3

ADVENTET ÜNNEPLÜNK

INNOVÁCIÓS KLUB KOMÁROMBAN

4

„PÉNZÜGYI VÉDŐHÁLÓ LÉTREHOZÁSA A CÉL”

5

HÁROM NEMZEDÉK TALÁLKOZOTT

NAPJAINK SZABADSÁGHARCOSA

6

A „KIÉGÉSRŐL”

EGÉSZSÉGÜGYI ELŐADÁSOK ÉS DÍJÁTADÓ

7

KULTÚRA

25 ÉVES A GARABONCIÁS NÉPTÁNCÉGYÜTTES

8

EGÉSZSÉGÜNK

PRÓBÁLJA KI A SONOTERÁPIÁT!

9

MIÉRT PONT CERAGEM?

10

AKTUÁLIS

„MAGÁBA SZÁLL MINDEN LÉLEK” -
KARÁCSONYI ÖSSZEÁLLÍTÁS

12

KARÁCSONY SAJÁT KÉZZEL

16

PROFIL

„ÁTREPÜLTEK AZ ANGYALOK” - INTERJÚ
PITTI KATALIN OPERAÉNEKESNŐVEL

17

PROGRAMAJÁNLÓ

ÜNNEP EGÉSZ ADVENTBEN

18

GASZTRONÓMIA

ÜNNEPI FINOMSÁGOK

19

TÖRTÉNELEM

MESÉLŐ KÉPESLAPOK -

A SZÓNYI REFORMÁTUS TEMPLOM

20

A HÓNAP

A TÉL VESZÉLYES ÜZEM

21

SPORT

MÚLT ÉS JELEN KÖZT - INTERJÚ VÖRÖSHÁZI

TIBORRAL A SPORHTAGYOMÁNYOKAT

ŐRZŐ KERÉKASZTAL ELNÖKÉVEL

22

A FOCI EGY CSAPATJÁTÉK - INTERJÚ HAJNAL

ÁRPÁDDAL, AZ U 12-ES CSAPAT EDZŐJÉVEL

23

KOMÁROM

TISZTELT KOMÁROMIAKI!

A városi közterület-felügyelet a hét minden napján 0-tól 24 óráig elérhető
a **06-80-102-653**
ingyenes zöld számon.

Bejelentésválójukat hétköznapokon és a hétvégén is megtehetik.

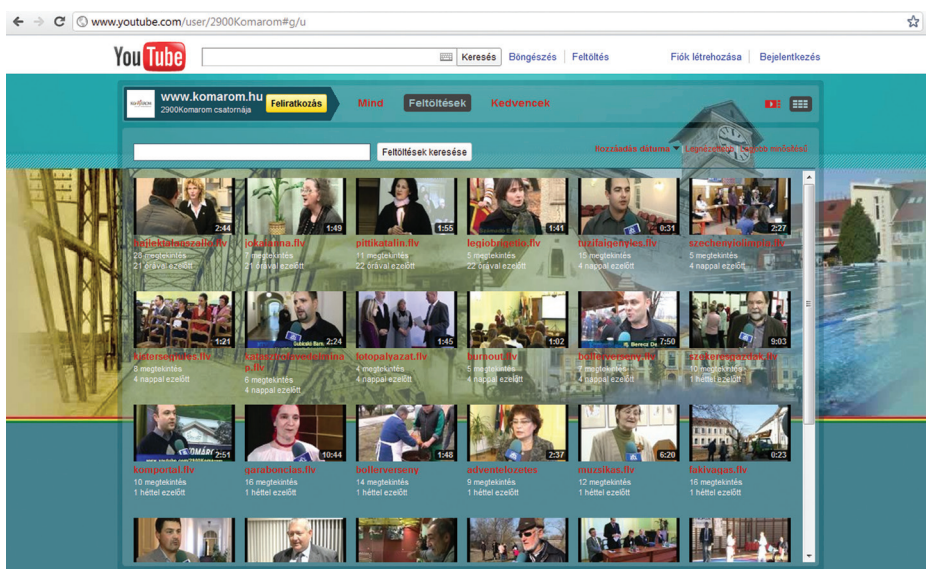
...ÉS A HÍREK HÁZHOZ JÖNNEK

Elindult a komarom.hu városi portál új hírlevél-szolgáltatása.

A honlapon található **„Iratkozzon fel hírlevelünkre”** hirdetésre kattintva, e-mail cím megadása után mindenki megkaphatja a város napi hírfolyamát saját elektronikus levélcímére.

A rendszer naponta **18.00 órakor** küldi ki az adott nap legfontosabb híreit.

Iratkozzon fel hírlevelünkre, és a hírek házhoz jönnek!



Komárom a youtubeon

Novembertől kezdte meg működését Komárom hivatalos youtube felülete a **2900Komárom**.

A videók a **www.komarom.hu** oldal mellett a Komárom Város Hivatalos Oldala nevű **facebook** felületen, és a KTV oldalán a **www.komaromtv.hu** honlapon is megtekinthetők.

Kövessen városunk életét

a **www.youtube.com/user/2900Komárom** oldalon is!

IMPRESSZUM

Kiadja a Komáromi Városi Televízió Szolgáltató Nonprofit Kft. Felelős vezető: az ügyvezető. A kiadó és a szerkesztőség postacíme: 2900 Komárom, Szabadság tér 1. Telefon: 34/341-941 E-mail: komaromtv@novonet.hu Kéziratokat nem őrünk meg és nem küldünk vissza. Nyomdai kivitelezés: Komáromi Nyomda és Kiadó Kft. Felelős vezető: az ügyvezető igazgató. ISSN: 1215-1432

Új cég az ipari parkban

Nemrég új cég települt a komáromi ipari parkba. Az amerikai tulajdonú Motivating Graphics nyomdaipari termékek előállításával foglalkozik.



FOTÓNKON BALRÓL JOBBRA:

CHRIS CLARK ÜGYZEVETŐ
IGAZGATÓ,

DR. VÖLNER PÁL
ÁLLAMTITKÁR

ÉS DR. MOLNÁR ATTILA
POLGÁRMESTER

November 30-án a komáromi Városházán dr. Völner Pál, a Nemzeti Fejlesztési Minisztérium infrastruktúráért felelős államtitkára, dr. Molnár Attila, Komárom város polgármestere, Ray Christopher Clark, a Motivating Graphics Hungary Kft. ügyvezetője tartottak közös sajtótájékoztatót. A tájékoztatón jelen volt Hornig Rudolfné alpolgármester és a Nemzeti Külgazdasági Hivatal több munkatársa is.

Az elhangzottak szerint a Motivating Graphics amerikai nyomdaipari vállalat egy közel 7500 négyzetméteres ingatlant bérel. A Komáromban, 5 hektáros telken fekvő gyártó- és raktárépülethez további 2000 négyzetméter irodaterület és szociális helyiség tartozik. A cég betelepülését hosszú kutatómunka és a térség, ezen belül Magyarország részletes elemzése előzte meg.

Hazánk négy országgal versengve szerezte meg a befektetők bizalmát. A cég vezetése úgy gondolja, hogy Komárom kiemelkedő elhelyezkedése, kiváló infrastrukturális adottságai könnyebbé teszik majd a környező országokba való disztribúciót és ezzel a társaság üzleti fejlődését is.

Az ingatlan logisztikai szempontból kiváló elhelyezkedésű, az 1-es főút mentén, 80 kilométerre található Budapesttől és 8 kilométerre az M1-es és autópályától. Az épület egy, a szlovák-magyar határnál lévő ipari parkban, a Nokia gyár közvetlen szomszédságában található. A társaság beköltözésével több száz új munkahely létesülhet a térségben.

rg

A CÉGRŐL

A MOTIVATING GRAPHICS A CLARK CSALÁD TULAJDONÁBAN VAN, ÉS IMMÁR HÁROM GENERÁCIÓ ÓTA MŰKÖDIK SIKERESEN.

RAY CLARK ÚR TÖBB MINT 30 ÉVEL EZELTŐTT NYITTA MEG AZ EGYESÜLT ÁLLAMOKBAN NYOMDAIPARI VÁLLALKOZÁSÁT, AMELYHEZ KÉSŐBB FIA, IFJABB RAY CLARK ÉS AZ Ó FIAI, TIM ÉS CHRIS IS CSATLAKOZTAK

A MOTIVATING GRAPHICS 1700 FŐ FELETTI ALKALMAZOTTI LÉTSZÁMMAL RENDELKEZIK.

A CÉG ÜZLETÁGAI KÖZÉ TARTOZIK A HAGYOMÁNYOS ÉRTELEMBEN VETT NYOMDÁSZAT, HULLÁMPAPÍRBÓL KÉSZÜLT LAMINÁLT DOBOZOK GYÁRTÁSA, CD-SOKSZOROSÍTÁS ÉS CSOMAGOLÁSI DOBOZOK GYÁRTÁSA.

ELSŐRANGÚ SZOLGÁLTATÁST NYÚJTANAK A HIGH-TECH TELEKOMMUNIKÁCIÓS ESZKÖZÖK CSOMAGOLÁSÁHOZ. PARTNEREIK KÖZÖTT VAN A SAMSUNG ÉS A MOTOROLA.

A MOTIVATING GRAPHICS CÉGCSPORT FŐ TEVÉKENYSÉGEI: ELEKTRONIKAI TERMÉKEK CSOMAGOLÁSA, ILLETVE A CSOMAGOLÁS GRAFIKÁJÁNAK KIVITELEZÉSE. A KÖZEL 1000 FŐT FOGLALKOZTATÓ TEVÉKENYSÉG A VILÁG TÖBB PONTJÁN VALÓSUL MEG ÉSZAK-AMERIKÁBAN, MEXIKÓBAN, ARGENTÍNÁBAN ÉS MALAJZIÁBAN.

A MINGYARORSZÁGI BERUHÁZÁS CÉLJA, HOGY AZ ITTENI GYÁRTÁSSAL A SZLOVÁK, ROMÁN, NÉMET, DÁN ÉS SVÉD PIACOT IS KISZOLGÁLJÁK

A KOMÁROMI BERUHÁZÁS TEHÁT a Motivating Graphics első európai központja lesz.

A beruházás volumenét tekintve 6 és 8 millió USD közé esik, eleinte 150 főt, ezt követően további 100 főt kívánnak alkalmazni a komáromi telephelyen

RÖVIDEN

ÍRÓ-OLVASÓ TALÁLKOZÓ

Jókai Anna Kossut-díjas író volt a Jókai Mór Városi Könyvtár vendége november 25-én. - Nem először vagyok Komáromban, még valamikor az írói pályámat is itt kezdtem - mondta Jókai Anna.

Az író „Mit kezdünk az életünkkel” címmel tartott előadást hallgatóságának. Közvetlen személyiségéből fakadóan az asztalt használta pódiumként, miközben tartalmas életművéből kiragadott példáin keresztül előadásának nagy kérdésére válaszolt.

- Ha summázni akarnám, akkor azt mondanám, hogy találja meg mindenki a maga személyiségében, hogy miért jött a világra? Miért él? Mi az, ami maradandó, s mi az, ami változékony az életünkben? Számomra kegyelmi megnyilatkozásként jelent meg az, hogy én írásba tudom foglalni az életet, nemcsak a magam életét, de a szenvedő-küzdő emberek életét is - mondta az író.

KIEMELT FEJLESZTÉS
A KERÉKPÁRÚT

A magyar kormány kiemelt állami fejlesztésnek minősítette az EuroVelo 6 Duna menti kerékpárút megépítését. A rendelet szerint 2012 januárjának közepére már a pontos ütemezés is elkészülhet.

Mint arról korábban hírt adtunk: a kerékpárút megvalósítása érdekében a Duna északi szakaszán lévő települések széleskörű összefogása valósult meg. A települések még nyáron hozták létre az Északi Duna-mente Kerékpárút Konzorciumot, amelynek vezetője Komárom Város Önkormányzata lett.

A városvezetés szerint ezzel a beruházással olyan idegenforgalmi célú hálózat jöhet létre, amely még inkább bekapcsolhatja majd Komáromot az európai turisztikai vérkeringésbe.

Adventet ünnepelünk

November 27-én délután kigyúlt az első adventi gyertya a komáromi Jókai téren felállított városi adventi koszorún. Ezzel egyidejűleg kezdetét vette a karácsonyi vásár is.



Advent első vasárnapjának délutánján a helyi református templomban Pitti Katalin Liszt Ferenc-díjas opera-énekesnő, a Magyar Köztársaság Érdemes Művésze adott prózai-énekes műsort. Orgonán Virágh András működött közre. A kiváló és megható előadáson a karácsonyi kultúrkörrel kapcsolatos művek csendültek fel. A komolyzenei koncert után pontban fél hatkor

aztán kigyúltak a fények a Jókai téren. Az immár hagyományosan elhelyezett adventi koszorún felgyulladt az első gyertya, jelezve az ünnep közeledtét. A téren lévő árusok egészen karácsonyig forralt borral, teával, süteménnyel és különféle ínycsiklandó finomságokkal várják majd a helyieket és a kilátogatókat.

rg

Innovációs klub Komáromban

November közepén a Komárom IPSum Szolgáltató Kft. NOKIA Ipari Park az Edutus Főiskola és Komárom Város Önkormányzata tartott közös innovációs klubot az Arany 17 Konferenciaközpontban. A város és a cégvezetők találkozáján dr. Molnár Attila polgármester, Yrjö Eskola, a NOKIA Komárom Kft. vezérigazgatója, valamint dr. Bartók István a tatabányai Edutus Főiskola rektora köszöntötték az egybegyűlteket.

A városvezető hangsúlyozta: nagyon hasznosnak tartja a találkozó megszervezését. Komárom remek infrastrukturális adottságokkal rendelkezik, ehhez jön még a település határváros jellege, amely ugyan csak vonzó lehet a nagybefektetők számára. „A város kiváló kapcsolatot tart fenn a helyi ipari parki cégekkel, ugyanakkor nem feledkezünk meg kis- és középvállalkozóinkról sem. A Vállalkozásfejlesztési Alapítvánnyal közösen önkormányzatunk ebben az esztendőben 50 millió forintos alapot hozott létre. Örömmel jelenthetem, az alap támogatásának köszönhetően 5 helyi cég vehetett részt uniós pályázatokon.” A jövőre vonatkozó tervek között a polgármester első helyen említette az Észak-Komárommal való együttműködés szorosabbra fűzésének szükségességét, és javaslatot tett, hogy a

következő fórumra a szlovákiai cégeket és Észak-Komárom előjáróit is invitálják meg. A következőkben Orosz György a TT Iroda igazgatója „Innováció és technológiai transzfer-tevékenység fejlesztése” címmel tartott előadást, majd dr. Botyán László főiskolai tanár beszélt megynk logisztikai fejlesztésének lehetőségeiről. A témához kapcsolódott Kiss Péternek a Magyar Logisztikai, Beszerzési és Készletkezelési Társaság elnökének előadása is, aki a Komárom logisztikai lehetőségeit ecsetelte. A délután további részében dr. Hajtó János a Műszaki Intézet igazgatója az energiariacionalizálás és a zöldenergia kapcsolatáról, míg dr. Kovács Zoltán, a Direct-Line Kft. K+F üzletág vezetője az energiariacionalizálás kutatás-fejlesztési programjáról és azok tapasztalatairól tartott előadást. rg

„Pénzügyi védőháló létrehozása a cél”

Még decemberben felveszik a kapcsolatot a Nemzetközi Valutaalappal, de a tényleges tárgyalások valószínűleg januárban kezdődnek – mondta Fellegi Tamás nemzeti fejlesztési miniszter Komáromban. A sajtótájékoztatón dr. Völner Pál infrastruktúráért felelős államtitkár mellett dr. Molnár Attila polgármester vett részt.

A miniszter hangsúlyozta: olyan megállapodásra törek-szenek, amely a legnagyobb mértékben nyitva hagyja a gazdasági mozgásteret.

„Korábban is elmondtuk, hogy a nemzeti érdekek képviseletében olyan megállapodásra törekszünk a Nemzetközi Valutaalappal, amely a legnagyobb mértékben nyitva hagyja mozgásterünket a saját gazdaság-politikánkban. Az ördög azonban a részletekben lakik. Amikor elindulnak a konkrét tárgyalások, akkor fogjuk látni, milyen elképzelése lesz a valutaalpnak és az Európai Bizottságnak. Az Új Széchenyi-terv hét fő irányt határoz meg, ezek közül kettőben, a gyógyászat és a turizmus összekapcsolásában, a gyógyturizmusban Komárom közvetlenül is érdekelt” – fogalmazott Fellegi Tamás.

A nemzeti fejlesztési tárca vezetője beszélt arról is, hogy közlekedési projektfejlesztésre van szükség a térségben, ezzel Komárom eddig is erős logisztikai pozíciói tovább erősödhetnek. Ezt elsősorban az ipari park beruházásai indokolják, amely a környék legnagyobb foglalkoztatója. A park egyre bővül. A területen a közelmúltban kezdte meg működését egy új amerikai nyomda-ipari cég.

Dr. Molnár Attila polgármester az infrastrukturális fejlesztésekkel kapcsolatban kiemelte, hogy végre elérhető közelségbe került az új Duna-híd megépítése. Az új összekötő megépülése élénkebb gazdasági kapcsolatokat jelenthet majd nemcsak Szlovákiával, de az egész térséggel is.



FELLEGI TAMÁS NEMZETI FEJLESZTÉSI MINISZTER

Dr. Völner Pál a közeljövőben meginduló Szőny-Álmásfüzitő közti dunai gátépítés projektről szolt. Elmondta: az érintett szakasz megerősítése a közbeszerzési eljárások lezárása után indulhat meg.

Európától kölcsönöznének

Egy 5-10 milliárd eurós elővigyázatos-sági IMF/EU-hitelkeret elégséges lenne Magyarország számára a piacok megnyu-gtatásához –vélekedtek felzárkózó piaci elemzők. A Morgan Stanley bankcsoport közgazdászai hangsúlyozzák: Magyarország tartalékpozíciója most „sokkal kényelmesebb”, mint 2008-ban volt. A Nemzetközi Valutaalap közben megerősítette, hogy képes lenne tőkét bevonnai az alap európai tagjaitól. A nemzetközi pénzügyintézet így reagált arra a híre, miszerint az Európai Központi Bank 200 milliárd euróig (270 milliárd dollár) terjedő összeget ad a Nemzetközi Valutaalapon keresztül az euróövezeti válságkezelésre. rg

RÖVIDEN

ÜZEMLÁTOGATÁS A NOKIÁBAN

Komárom városvezetése nemrég üzem-látogatást tett a Nokia helyi gyárában. A dr. Molnár Attila vezette delegációt Yrjö Eskola vezérigazgató mellett a kft. főmérnökei fogadták. A másfél óras látogatás alkalmával a küldöttségnek lehetősége nyílt megismerkedni a Nokia filozófiájával és logisztikailag profesz-szionálisan felépített üzemszervezésével, az alapanyag beszállítástól a gyártósori összeszerelésen át, egészen a késztermék csomagolásáig és a kiszállításáig, továbbá szó esett a legújabb fejlesztésekről is. A találkozón mind a Nokia, mind pedig a komáromi vezetés kinyilvánította, hogy a jövőben is szoros, hosszú távú együtt-működésre törekszik a város és a cég.

BŐVÍTİK A JÁTSZÓTEREKET

Nagyrészt lezajlott a komáromi játszó-tér-bővítési program. A város éves költ-ségvetésében jelentős összeget különített el e célra. A munkálatok során új játszó-eszközök, így hinták, mászóókák kerültek ki a Jókai téri, a Barátság lakótelepi, valamint a Lengyár melletti játszótérre. A mintegy 10 milliós forintos beruházás során a játszótérek új, az európai nor-máknak megfelelő burkolatot kaptak.

SZÜLETÉSNAPOT ÜNNEPELTEK

Lencse Jánosné december elsején ünnepelte 90. születésnapját. A jeles alkalmából Komárom pol-gármestere, dr. Molnár Attila és a körzet képviselője, Hamrák Zsó-fia köszöntötték az ünnepeltet.

- Édesapám nagyon szép kort ért meg, 92 esztendősen távozott. Édes-anyám azonban fiatal, mindössze 66 éves volt, mikor itt hagyott minket - mondta az ünnepelt. Lencse Jánosné mindennapjait a családja teszi boldoggá, lakásában számos családi kép található. Az idős hölgy külön örül, hogy már egy dédunokával is büsz-kélkedhet, aki épp most múlt 2 éves.

Három nemzedék találkozott

Idén a tizennégy nyugdíjba vonuló pedagógus mellett tizenkét tanító, tanár és gyógypedagógus kezdte meg munkáját Komárom oktatási intézményeiben. A november 30-i találkozón került sor az arany- és vasdiplomák átadására is.

A program Németh Nikolettának, a Jókai Mór Gimnázium tanulójának műsorával indult, aki Eduardo de Amicis Szív című regényéből a Hála című fejezetet olvasta fel, majd Kuczman Ágnes, a Magyarock Dal-színház énekes adta elő a Macskák musical Éjfél című betétdalát.

Ezek után Turi Bálint oktatásért felelős alpolgármester szólta a pedagógusokhoz.

„Manapság teljesen egyértelmű, hogy a könnyebb ellenállás felé mozdulnak fiataljaink. Nehezen vállalják a göröngyösebb utat, amely amúgy magasabb szintű célok eléréséhez vezetne” – fogalmazott az alpolgármester, majd hozzátette: „a kilátástalanság bizony kemény ellenfelünk. Ha nem tudunk biztató jövőképet, elérhető, vonzó célokat adni tanítványainknak, az ifjúságnak, kudarca vagyunk ítéelve. Nem

kedvez munkánknak a világot egyre inkább béklyóba szorító, egyre mélyülő gazdasági válság sem. A családok nagy százaléka megélhetési nehézségekkel küzd, a gyerekek ideges légkörben nőnek fel. A család helyett az utca, a haverok és a média nevel.”

Turi Bálint szerint a vesztesre álló, romlásnak indult európai demokráciák egyik esélyét pontosan az iskolák kínálhatják: a tanárok örök értékeket, a világ ezzel szemben csupán múló divatot, pillanatnyi örömeiket közvetít. A pedagógusoknak nem kisebb a felelősségük, mint esélyt adni hazánknak, Európának, hogy úrrá tudjon lenni a nehézségeken. Ahhoz, hogy az iskolák világa a mainál jobbá váljon, jó eszköz lehet a most készülő köznevelési törvény. Ezt követően a pályakezdő pedagógusok tették le esküjüket dr. Molnár Attila polgármester előtt, majd a nyugdíjba vonuló kollégák köszöntése következett.

Ez évben Töröttő Ferencné, Bakos Gyuláné, Borsos Józsefné, Erdei Attiláné, Éri Lászlóné, Hidi László, Kinhefner Vendelt, dr. Mészáros Gyulát, dr. Mészáros Gyuláné, Pálfyné Nyikus Zitát, Semsei Lászlóné, Szijj Imrénét, Tótvári Lászlóné és Villám Béláné búcsúztatta a városvezetés.

Az ünnepség záróakkordjaként vette át aranydiplomáját Reiner Ilona, Bőjthe András és Solti Gábor, a Jókai Mór Gimnázium egykori pedagógusai, valamint Harmatné Nagy Erzsébet, a Széchenyi István Szakközépiskola tanára. Kozma Lajosné, a Klapka György Általános Iskola pedagógusa vasdiplomát kapott, míg Rovács Istvánné, a Petőfi Sándor Általános Iskola korábbi pedagógusa gyémánt oklevelet vehetett át.

rg

Napjaink szabadságharcosa

December 2-án Koltay Gábor A szabadság ára című filmjét vetítették a Jókai moziban. Ezt követően zenés találkozóra kerül sor az alkotóval. A rendezvény a városrehabilitációs projekt részeként valósult meg.



- A szabadság árát egy kiemelkedően fontos filmemnek tartom, hiszen középpontjában a magyar hazafi, Duray Miklós áll, akit nevezhetünk korunk szabadságharcosának is. Egy olyan városban pedig, amely Trianon után kétfelé szakadt, különösen érdekes lehet ez az alkotás. Minden filmemet úgy készítem, hogy az egyrészt segítsen megérteni mindazt, ami történt, másrészt, hogy egy sor tanulságot fogalmazzon meg számunkra. Szeretném, ha elindulna egyfajta párbeszéd az értelmes emberek között, határon innen és túl. Máskülönbem nem fogjuk tudni megoldani a magyarkérdést. Őszintén meg kellene beszélni a problémákat, hogyan lehetne a határok feletti nemzetegyesítést megvalósítani, autonómiát, jogokat biztosítani. Látjuk a mindennapok során, hogy iszonyatos feszültségek tombolnak Magyarország és Szlovákia között, holott mindkét ország az Európai Unió tagja. Duray életútja azt példázza, hogyan lehet magyarnak

lenni, hogyan lehet egy sor dolgot úgy végiggondolni, hogy az ne ártó legyen, hanem képviselje az érdekeinket, és mindeközben értő fülekre is találjon - mondta Koltay Gábor. A rendező a film kapcsán az egyik nagy sikernek azt könyvelte el, hogy sikerült több mint 50 embert megszólaltatnia, akik vállalták arcukat és a véleményüket. Ez a rendszerváltás után 20 évvel még mindig nagy dolognak számít - fogalmazott Koltay. Voltak a forgatás során problémák is, köztük például az, hogy a készítőket és Duray Miklóst nem engedték be a pozsonyi Szent Márton koronázó templomba. A rendező érthetően és tényszerűen, ugyanakkor izgalmasan készítette el filmjét, hogy az a lehető legtöbb embert, köztük sok fiatal szólítson meg. A közönségtalálkozón, amelyen dr. Molnár Attila polgármester is részt vett, Koltay Gábor mesélt a film készítésének előzményeiről, illetve utóhatásáról.

se

A „kiegésről”

Negyedik alkalommal tartottak előadást a burn out-szindrómáról Komáromban. A rendezvényt a Veszprém Megyei Csolnoky Ferenc Kórház Nonprofit Zrt. pszichiátriai gondozó és szakrendelése, valamint Komárom Város Önkormányzata közösen szervezte.

A „Segítség a segítőknek” címet viselő szakmai napon három évvel ezelőtt az egészségügyben dolgozók, egy évvel később a szociális szférában dolgozók, majd a pedagógusok vettek részt. Idén az önkormányzat szociális osztályán dolgozók, a Családsegítő munkatársai és a Gyámhivatal alkalmazottai hallgatták meg az előadásokat és vettek részt a kiscsoportos foglalkozásokon. Ahogy azt dr. Kreft-Horváth Loránd egészségügyért felelős alpolgármester elmondta, tapasztalataik szerint nagyon hasznosak az ilyen rendezvények.

„A burn out-szindróma mindnyájunkat érint. Előbb-utóbb mindenki belefárad, belefásul a munkájába. Különösen igaz ez a szociális szférában dolgozókra, akik nap mint nap megrázó esetekkel szembe-

sülnek. A három évvel ezelőtti első találkozó sikeres volt. Azt tapasztaltuk, hogy a foglalkozásokon résztvevők fel tudták használni az előadáson elhangzottakat, sőt képessé váltak arra, hogy munkatársaikon is segítsenek” - mondta el az alpolgármester.

A szakmai nap első felében előadások hangzottak el, ezt követően kiscsoportos foglalkozásokra került sor, ahol az előzőekben kitöltött tesztek értékelték a szakemberek.

Kapcsolódó hír, hogy az előadás délutánján, a városi nyugdíjas klub tagjai közül mintegy 75-en vettek részt az ingyenes vérvnyomás-, vércukor-, koleszterin- és csontritkás-szűrésen a helyi művelődési központban.

rg

Egészségügyi előadások és díjátadó

November 11-én rendezték meg a Komárom-Esztergom Megyei Orvosnapot Komáromban.

Dr. Ferencz Péternek, a Selye János Kórház igazgatójának köszöntője után Czunyniné dr. Bertalan Judit az egészségügyi szféra aktuális kérdéseiről, az átszervezésekről, funkcióváltásokról, és ezek várható hozadékáról beszélt.

Dr. Molnár Attila hangsúlyozta: az önkormányzat, ahogy eddig, úgy a jövőben is a teljes egészségügyi szféra és az ott dolgozó orvosok és nővérek mögött áll. A következőkben számos témában hangzottak el előadások. Így szó esett többek között a gyermekgyógyászatban bevezetett új módszerekről, a Komáromban már régóta nagy sikerrel folytatott HPV elleni védőoltás fontosságáról, a baba-rehabilitációról, a szimulátoros oktatás lehetőségeiről, a prevencióról, vagy épp a tüdőbetegellátás múltjáról, jelenéről és jövőjéről. Délután a szociális munka napja alkalmából a szociális szféra egy-egy kiválóságát jutalmazták. – A szociális munka napja azokról szól, akik ebben az elhivatottságot követelő ellátásban a nehézségekkel és problémákkal küzdő emberekkel közvetlenül találkoznak – kezdte ünnepi beszédét Popovics György,

a megyei közgyűlés elnöke, majd a megyei fenntartású intézményeknél történt fejlesztések részletezésével folytatta. Az elnöki beszédet követően majd dr. Kreft-Horváth Loránd alpolgármester szólt a megjelentekhez. Molnárné dr. Taár Izabella, a város jegyzője ismertette Komárom képviselő-testületének döntését, amely szerint Salkaházi Sára szociális díjat adományozott Kálmán Jánosné vasdiplomás tanítónőnek, aki még nyugalmazott éveiben is arra tanít mindenkit, hogy úgy segítsünk rászoruló embertársainkon, hogy azt ne érezzék megaláztatásnak. A város másik díjazottja Mester Zsuzsanna szakápoló, orvosasszisztens lett, aki a helyi Idősek Otthonában és Otthonházában végzett hosszú évek óta áldozatos és lelkiismeretes munkát. A díjazottaknak dr. Molnár Attila polgármester nyújtotta át az elismerő okleveleket. A megyei intézmények szociális munkatársainak járó elismeréseket Tóth Csaba, a Názáret szociális szolgáltató intézmény vezetője, Szabó Attila az integrált szociális intézmény vezetője, valamint dr. Herczeg Kinga, a máltai szeretetszolgálat titkára adták át.

rg

RÖVIDEN

KILENC FA A GYERMEKEKÉRT

November 12-én, szombaton első alkalommal, de hagyományteremtő céllal ültetett fát a Komáromi Erődök Barátainak Egyesülete a Monostori erődben.



Ahogy azt az egyesület elnöke, Bágyi Ferencné elmondta: a szülők gyermekeik számára vásárolhatnak meg egy-egy fát, hogy azt közösen ültessék el. A fákat a jövőben aztán együtt gondozhatják. Az elmúlt hónap közepén nyolc család szorgoskodott a Duna-parton, a Monostori erőd hátsó bejáratánál, a gesztenyefasor végén, az egykori tiszti korzó helyén. A verőfényes napsütésben összesen kilenc hársfát ültettek el. A kezdeményezés mellé támogatóként Komárom Város Önkormányzata is odaállt, sőt dr. Molnár Attila polgármester tevélegesen is részt vett a munkálatokban.

FOLYTATÓDIK A HPV OLTÁSSOROZAT

A városvezetés továbbra is biztosítja a középiskolások számára a HPV védőoltások pénzügyi fedezetét. A komáromi állandó lakhellyel rendelkező középiskolások körében végzett HPV elleni védőoltás programra idén 26 gyermek jelentkezett. A sorozat első oltását a szülők, a további két oltást pedig az önkormányzat fizeti. Egy oltóanyag ára 17. 900 Ft, ezért ez évben az önkormányzat mintegy 930 ezer forinttal járult hozzá az oltás költségeihez.

25 éves a Garabonciás Néptáncgyűttes

A Garabonciás Táncgyűttes november 19-én nagyszabású gálaműsorral ünnepelte 25 éves fennállását. A Jókai mozi zsúfolásig megtelt, a közönség nemcsak a jelenlegi, de az egykori táncosokat is láthatta a színpadon. A születésnap alkalmából a Garabonciás művészeti vezetőjét, Pócze Lászlót kérdeztük.



Kezdetektől táncol a Garabonciás Táncgyűttesben. Hogyan emlékszik vissza a kezdetekre?

A Garabonciás megalakulásának volt egy előzménye. 1983-ban a Petőfi Sándor Általános Iskolában az országos Ki mit tud? mintájára szerveztek egy tehetségkutatót. Édesanyám, aki a főiskolai évei alatt táncolt, megkérdezte, hogy lenne-e kedvem táncolni. Később egy kis csapat is csatlakozott hozzánk, és szakkör jelleggel működünk két évig. Édesanyám azonban úgy gondolta, képzettsége már nem elegendő ahhoz, hogy tovább tudjunk fejlődni. Keresett egy rátermett embert, a Táncművészeti Főiskolát végzett észak-komáromi Katona István személyében, aki egy évig foglalkozott velünk. Katona István külföldre távozását követően Gábor Klára vette át a csapat irányítást. Így alakult meg 1986-ban a Garabonciás. Azóta Klára az oktatáson kívül szerzési és vezetési feladatokat is ellát.

Évek óta Ön a Garabonciás művészeti vezetője. Mennyivel más ez a szerep, mintha „csak” táncolna?

1990-ig csak a Garabonciás Táncgyűttesben táncoltam, ezt követően párhuzamosan a tatai Pötörkében is. 1994-től, az egyetemista éveim alatt a Budapest Főváros Bartók Néptáncgyűttes tagja lettem. Komáromban tehát egy kis szünet következett. Ám 2001-től egyre több feladatot kaptam

ittthon, ráadásul egy posztgraduális képzésen is részt vettem a Táncművészeti Főiskolán, ahol táncpedagógusként végeztem. Nagyon szeretek táncolni, és ugyanilyen lelkesedéssel foglalkozom a gyerekekkel is. Nem érzem, hogy máshogy állnék a tánchoz vagy a táncosokhoz azért, mert én lettem a művészeti vezető. Én inkább csak egy titulushoz érzem. Talán egy kicsit nagyobb a felelősség; a lényeg továbbra is a néptánc maradt.

A rendszerváltást követően megnőtt a néptáncgyűttesek népszerűsége. Mennyire számít divatosnak manapság néptáncolni?

Ha jobban belegondolunk, akkor az 1970-es években kezdődött el az igazi autentikus néptánc-mozgalom. Persze ezt megelőzően is voltak különböző együttesek, de a hozzáértő gyűjtés csak a 70-es években indult meg. Ekkor kezdtek a parasztság táncát színpadra állítani. Azóta hullámzó a néptánc népszerűsége, vannak fellángolások, ilyen volt az 1990-es években is. A néptáncban is érvényesülnek bizonyos tendenciák, hiszen egy-egy tájegység tánca olykor előbbre kerül. Véleményem szerint a néptáncnak manapság is van létjogosultsága, sőt a jövőre nézve is pozitívan gondolkodom.

Melyik korcsoport a legfogékonyabb a néptánc iránt?

Jómagam is több korosztállyal foglalkozom párhuzamosan, az alsó tagozatosoktól a fel-

nőttekig. Minden korosztályhoz másként kell hozzáállni. Az a tapasztalatom, hogy a kisiskolások nagyon lelkesek. 12-13 éves korban sokaknál bekövetkezik egyfajta törés, nálam is volt ilyen. Többen abbahagyják a néptáncot, sőt ebből a korosztályból nem is jönnek új táncosok. Majd a középiskola 11.-12. évfolyamában ismét értékké válik a néptánc, gyakran új arcok is megjelennek.

Jelenleg hány csoportban zajlik az oktatás a Garabonciáson belül?

Az egészen kicsikkel, tehát az óvodásokkal és a Bozsik József Iskola alsó tagozatosaiival Gábor Klára foglalkozik. A monostori gyerekeket Gyurkó Erzsébet tanítja két korcsoportban. Én az alsó tagozatosokat és a 3.-6. osztályosokat tanítom táncolni. A 7.-8. osztályosok pedig a felnőttekkel együtt táncolnak, természetesen könnyebb koreográfiákat adnak elő.

A Garabonciás Táncgyűttes rendelkezik egy Pro Urbe-díjjal, megyei Prima-díjjal és Kiváló Együttes minősítéssel is. Merre visz tovább az út?

Sokszor kiemelem, hogy egy igazán jó közösséghez tartozni igen ritka kincs manapság. Úgy érzem, ez közel olyan fontos, mint a különböző díjak bezsebelése. Ehhez pedig sok közös program szervezése szinte elengedhetetlen. Együttesünk akkor igazán működőképes, ha a táncosok és a szülők is jól érzik magukat. Remélem ez úgymint is jó úton haladunk. Ami a szakmai részt illeti, mindenféleképpen az úgynevezett feljutásos versenyeken szeretnénk megmérgettni magunkat. Az Örökség Gyermekek Népművészeti Egyesület megyei, regionális és országos versenyeket szervez, melyeken mi is szeretnénk indulni, és lehetőség szerint minél feljebb jutni. A felnőtt korcsoporttal is részt vettünk idén októberben egy nívós regionális fesztiválon, ahol a zsűritől főként pozitív kritikát kapunk. A továbbiakban is ez lehet a szakmai továbbfejlődés útja. (se)

Több ezer kezelt a bizonyíték!

Ha görcsöl vagy fáj a lába, érszűkületes, próbálja ki a Sonoterápiát!

A SEGÍTSÉG ITT VAN KOMÁROMBAN!

Lappangó kor az alsó végtagi verőérszűkület. Nemzetközi felmérések szerint az 50 év feletti lakosság mintegy 30%-a veszélyeztetett. Egy magyar férfi 17, egy magyar nő 14 évvel él kevesebbet, mint nyugat-európai kortársa. A végtagok ereinek szűkülete vagy elzáródása önmagában is súlyos egészségügyi-szociális terhet jelent az évente elvégzett kb. 7000 végtag amputáció következtében. Az érszűkületben szenvedő betegek számára a szívinfarktus és szélütés (stroke) kockázata is jelentősen megnő, ezzel súlyos, életveszélyes állapotot előidézve.



DR. SCHÉDER ÁKOS - VEZETŐ FŐORVOS

Sok vezető beosztású honfitársunk nem is gondolja, mekkora veszélynek van kitéve stresszel teli mozgásszegény életmódja következtében, hiszen környezetében az érszűkület legfőbb rizikófaktorai vannak jelen. Az érlemezésedés sokszor már 40 éves korban panaszokat okoz, vagy alattomosan, tünetmentesen van jelen a szervezetben, és csak évek évek múlva jelentkezik görcsölő lábszárizmokkal, hideg végtagokkal, szívűti szorító fájdalmakkal. Sajnos a cukorbetegség elkerülhetetlen szövődménye a hajszálerek károsodása, amely sokszor a nem gyógyuló sebek miatt a beteg végtagját, de életét is követelheti.

A végtagi érszűkületben szenvedők családja is gyakran megsínyli e betegséget, a beteget lelkileg is megviseli a fájdalom. A rokkant-

tá, vakká válók jelentős része is ebből a betegségcsoportból került ki.

Nem kell rettegniük a műtétektől az érszűkületes betegeknek, hiszen az új magyar találmány, a sonoterápia a betegek 85%-ánál eredményes! A gyógymód klinikailag igazolt, fájdalom- és mellékhatásmentes. A terápia lényege: az artériákban kialakult érszűkület vagy elzáródás kezelése a szívösszehúzóddással szinkronban adagolt alacsony frekvenciájú hanghullámokkal.

Ez a nagyon hatásos gyógymód lehetővé teszi mindazok állapotának javítását, akiknél az eddigi kezelési módokkal nem tudnak megfelelő javulást elérni, akiknél nem alkalmazhatóak a sebészeti eljárások, vagy nem vállalják azt. Az alsóvégtagi- és nyaki érszűkületes, a koszorúér betegek, a cukorbetegség érszövődményesei, azaz bármilyen érlemezésedéses megbetegedésben szenvedők bízhatnak a sonoterápia eredményességében. Ez az új eljárás

kiegészítheti a többi gyógyítási módszert, része lehet komplex rehabilitációs eljárásnak, de önálló terápiaként is eredményesen alkalmazható. A test egészére fejti ki hatását, nincs gyógyszerkölsönhatás, allergia, de túladagolás sem lehetséges. Már az első 20 kezelés alatt megkezdődik az érezhető és műszeresen is mérhető javulás. Az egész testben tisztítja az ereket, és olyan irigylésre méltóan eredményes, hogy már hamisítani is próbálják. A sonoterápia más eljárással nem helyettesíthető.

A szükség esetén 60 kezelésből álló kúra eredményeként a járástávolság kilométerekre hosszabbodik, a lábszárgörcsök megszűnnek, a végtagok átmelegszenek. A hajszálér keringése javul, a nem gyógyuló sebek

begyógyulnak. A szívbetegek terhelhetősége megnő, anginás panaszai megszűnnek.

Nem csoda, hogy a betegek elragadtatással szólnak az eredményekről.

„KEZEIM, LÁBAIM MÁR NEM HIDEGEK, FÁRADÉKONYSÁGOM TELJESEN ELMÚLT, AZÓTA SOKKAL JOBBAN ÉRZEM MAGAM. KÜLÖN KÖSZÖNET A SZEMÉLYZET HOZZÁÁLLÁSÁÉRT.”

BALLA ÁRPÁD (60) KOMÁROM

„HATÁROZOTTAN JOBB A KÖZÉRZETEM, SOKKAL JOBB A TEHERBÍRÁSOM ÉS A JÁRÁSTÁVOLSÁGOM IS NŐTT. LÁBAIM ÚGY MEGJAVULTAK, HOGY 1000 M-T IS EL TUDOK GYALOGOLNI GÖRCSÖK NÉLKÜL.”

BARANYAI TIBOR (69) ALMÁSFÜZITŐ

„ÉJSZAKAI KÍNZÓ GÖRCSÖK, FÁJDALMAK TELJESEN MEGSZÜNTEK, FEKÉLYEIM HIHETETLEN SZÉPEN GYÓGYULNAK. A KEZELÉSEKRE ÖRÖMMEL JÁROK, CSAK AJÁNLANI TUDOM!”

AUXNER LAJOS (71) KOMÁROM

FONTOS! AZ ÉRSZŰKÜLET IDŐBEN TÖRTÉNŐ FELISMERÉSÉVEL ÉS KEZELÉSÉVEL AZ ÉLETKILÁTÁSOK JELENTŐSEN JAVÍTHATÓK!

JELENTKEZZEN FÁJDALOMMENTES THERMOKAMERÁS ÁLLAPOTFELMÉRÉSRE!

DR. SCHÉDER ÁKOS - VEZETŐ FŐORVOS
BEJELENTKEZÉS: +36 30 638 24 88
SONOCENTRUM
KOMÁROM, SZENT LÁSZLÓ U. 16.
WWW.SONOCENTRUM.HU

Miért pont

CERAGEM



Ceragem Compact P390
kézi moxaakupresszúrás
készülék



Ceragem-E
automatikus termo-akupresszúrás
gyógyászati készülék



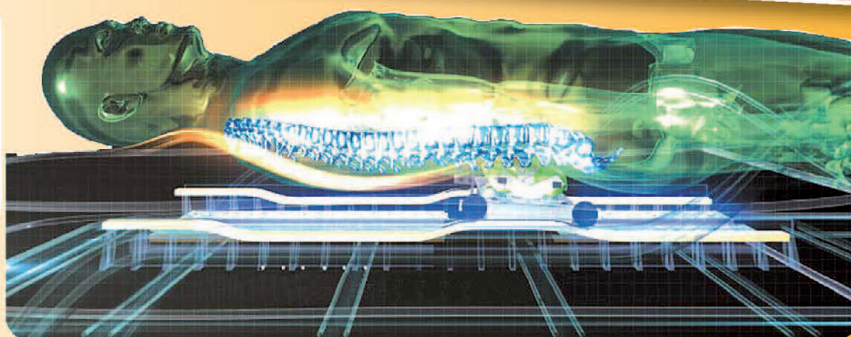
A CERAGEM MASTER-E
készülékhez tartozó, valamint
a **COMPACT P390**-es készülék 9 és 3 fejes
projektorai, infravörssel fűtött jádeköves
fejek a moxázás, akupresszúra és masszázs
alkalmazására szolgálnak

Az ügyfélközpontú
kutatás-fejlesztéssel
és a vásárlói tapasztalatra
alapozott marketinggel
a világpiac élén állunk.

Minden technológia,
termék és marketing
elsősorú prioritását
a vásárlóink jó egészsége
és jóléte jelenti.

**A Ceragem termékei egyesített
alternatív gyógyászati módszerek-
kel segítik a test javulását:**
Kiropraktika, masszázs, akupresszúra,
moxázás, hőterápia

**Mindenkinek joga van
az egészséges élethez!**



A Ceragem készülék egyidejű fizioterápiás hatás új, összetett
módszerét kínálja infravörös hő, akupresszúra, a gerincosz-
lop nyújtásának és ellazításának segítségével.

ALKALMAZÁSI CÉLJA: GYÓGYÁSZATI SEGÉDESZKÖZ.

Izomlazító terápia, az ízületi fájdalmak és a kisizmok fáj-
dalmának enyhítése, a merev izmok ellazítása, vérkeringés
javítása. Általános közérzetjavító, immunrendszer-erősítő,
méregtelenítő, vérkeringést serkentő, idegmerevség és
izomlazító hatású.

**„Az esetleges kockázatok elkerülése érdekében kérjük, olvassák el a hasz-
nálati útmutatót! A termék használata során történt egészségi javulások
miatt a gyógyszeradagok módosításáról az orvosukkal konzultáljanak!”**



CERAGEM

egészségkultúra

Cserélje ki önmagát a Ceragem hordozható moxa-akupresszúrás eszközzel!

A keleti gyógyászati elvek és a nyugati alternatív gyógyászati technika egyesülése.

Tegyen ön is egészsége javulásáért a Ceragem tudományos eszközével!

Akupresszúra: a kézzel végzett akupresszúra feloldja az idegeket a nyomás alól, és oldja az izmok feszültségét. Mivel a gerincből kiinduló idegszálak az egész testünkhöz kapcsolódnak, így az idegrendszer stimulációjával a test visszatér természetes, egészséges ritmusába.

Moxázás: A moxázásakor hővel stimuláljuk az akupresszúrás pontokat a vérkeringés javítása érdekében, hogy ezzel segítsük a test öngyógyító mechanizmusának beindítását és a regenerálódást.

Masszázs: Az egyik legősibb terápia a fájdalmak csillapítására, a test relaxációjára és a vérkeringés serkentésére.



- ▶ Kimagasló akupresszúra funkció
- ▶ Anion generátor (az anionok frissítik a levegőt)
- ▶ 3 és 9 fejes akupresszúrás projektorok jáde burkolattal
- ▶ Hordozható, kifinomult formatervezés
- ▶ Felhasználóbarát kijelző (akupresszúrás időbeállító, LED-kijelző és hangeffektus beállítás)
- ▶ Könnyű működtetés
- ▶ Könnyen kezelhető projektor
- ▶ Könnyű tárolni



Egy szilárd, megbízható globális vállalat egészségvédő eszköze.

CERAGEM COMPACT P390



„Magába száll minden lélek”

A karácsony a szeretet, az öröm, a békesség, a család, az otthon ünnepe, a Megváltó születésének napja. Érdekes módon a 18. században még nem volt olyan nagy jelentősége december 24-nek mint manapság. Csak a millenium időszakában vált a kereszténység legnagyobb ünnepévé.



Vajon miért épp december 24-én ünnepljük Jézus Krisztus születését? Az időpont eredetéről számos teória létezik, ám egyik sem általánosan elfogadott. Egy azonban biztos: a téli napforduló környéke a legtöbb vallásban és kultúrában igen fontos szerepet játszott. Ez volt a Nap, a természet újjászületésének ünnepe, Ozirisz, Jupiter, Plutusz és Nimród ünnepe, erre az időpontra esett a germán Yule és a római Saturnália is. A korai keresztények számára még nem volt fontos az időpont meghatározása, hiszen egyáltalán nem ünnepelték Jézus születését.



Legelőször Egyiptomban emlékeztek meg Jézus születéséről, tavasszal. A ma ismert időpontról Kr. u. 325 és 335 között döntöttek Rómában. A cél az volt, hogy lezárják a Jézus Krisztussal kapcsolatos vitákat és népszerűsítsék a niceai zsinat határozatát, amely szerint Jézus Isten és ember egy személyben. Több elképzelés élt ebben az időben arról, hogy Jézus mikor született. Egyesek szerint december 20-án, mások szerint április 18-án vagy 19-én, illetve november 25-én vagy január 6-án. A választás nagy valószínűség szerint azért esett december 24-re, hogy ezzel ellensúlyozzák a "Sol invictis" (legyőzhetetlen nap) pogány ünnepét, bevezetve Krisztusnak, a "Sol Salutisnak" (az üdvösség napjának) ünnepét. Különösen fontos szerepet játszik ebből a szempontból a mithraizmus, ami sokáig a kereszténység fő vetélytársának számított. Mithrászt a Nappal hozták kapcsolatba, születését december 24-én ünnepelték; egyes feltételezések szerint Jézus figuráját jelentős részben róla mintázták. Egy római almanach tanúsága szerint Rómában először Kr.

u. 336-ban ünnepelték meg a karácsonyt. A Római Birodalom keleti részén azonban ezt követően is január 6-án emlékeztek meg Jézus születéséről. A 4. század során aztán a legtöbb keleti egyház átvette a december 24-i dátumot. (Kivéve az örményeket, akik ma is január 6-án ünnepelnek.)

A keresztény ünnep számos pogány szokást magába olvasztott, erről tanúskodnak a máig élő népszokások. A hagyományok ez esetben is többféle forrásból erednek. A római Saturnalia (december 17-25.) a

földművelés istenének, Szaturnusznak az ünnepe volt, melyen nagy táncos vigadalmakat tartottak birodalomszerte. A fény diadalát ünnepelték a halál és a sötétség felett. Újévkor (január 1.) pedig a házakat zöld növényekkel, főleg borostyánokkal és lámpákkal díszítették, a gyerekeknek illetve a szegényeknek ajándékat adtak. Ezekhez a szokásokhoz járultak még a germánok és a kelták téli napfordulóhoz kapcsolódó rítusai.

A magyar karácsony szó szláv egyházi eredetű, feltehetően bolgár közvetítéssel terjedt el. Az elnevezés ez esetben is több forrásra vezethető vissza. Legvalószínűbb, hogy a korciti (fordul, lép) szó származéka, és a téli napfordulót megelőző várakozásra utal. A szó jelentése pedig a lépő, átlépő értelemről a fordulónap, napforduló felé fejlődve jutott el mai tartalmáig. Egy másik elmélet szerint az óegyházi szláv nyelv az albán karcun szót vette át, melynek eredeti jelentése rönk, tuskó, utalva a téli napfordulóra tartott máglyarakás pogány népszokására. A tűz, a fény a meleg és a hosszú élet jelképei, ezért

mindig fontos szerepük volt a téli ünnepeken, akár pogány, akár keresztény felfogásban. A harmadik alternatíva az 1267-es Kassai kódexen alapul, mely szerint a magyar kerecsen/kerecseny szóból származik a szavunk, visszautalando a karácsonnyal egy időben tartott, régi magyar szokás szerinti sólyomröptetésre.

Világszerte más-más kifejezést használnak a karácsonyra. Az angol Christmas egyértelműen Jézus Krisztus nevére utal. A német Weihnacht és a holland kertsmissie szent éjt jelent, tehát a szavak jelentése ez esetben is egyházi eredetű. A francia Noel, az olasz natale, a spanyol navidad, valamint a walesi nadoling a latin Natalis szóból erednek, melynek jelentése születés. A karácsony megnevezésére létezik még a skandináv Jul kifejezés. Nem lehet tudni pontosan mit jelenthetett, de nagy valószínűséggel a télnek azt a szakaszát, amelyet ma is a téli ünnep időszakának tekintünk. A 16. században a reformáció új tartalommal töltötte meg a karácsonyt. Az addigi templomi liturgia kezdett beköltözni a házakba. Az emberek a Biblia otthoni forgatása révén a vallásos ünnepeket és szertartásokat elkezdtek otthon is ünnepelni. Ekkor alakult ki a ma ismert karácsonyi szokások nagy része, például a karácsonyfa-állítás, először a németországi evangélikusok körében. A 18. században már egész Németországban elterjedt, innen jutott el a 19. században előbb Ausztriába, majd egész Európába, a kivándorlókkal az Újvilágba, és így kezdett meghonosodni az egész nyugati keresztény világban. A karácsonyfákat kezdetben édességekkel és gyümölcsökkel díszítették fel, később kezdett kibontakozni az üveg- és díszek megjelenése. A karácsonyt ma már a nem vallásos családokban is megünneplik, átvéve a keresztény rítusok nagy részét.

A karácsonynak, számos más ünnephez hasonlóan, megvannak a maga jelképei. Ezek közül a legfontosabb a fa, az angyal és a gyertya. Az angyalok a Bibliában az Úr köldötteiként keresik fel az embereket. A keresztény művészet az angyalokat kezdetől fogva férfiként jelenítette meg, antik római viseletben. Eleinte az angyalok nem viseltek szárnyakat, a 4. századtól azonban igen. Az angyalok fejedelmei a hét arkangyal, a három legnépszerűbb: Mikhaél, Gábiel, Ráfael. Mikhaél az ítélező, a gonosz legyőzője, a mennyei seregek vezére. Gábiel a hírhozó. Ráfael a gyógyító és az őrangyalok között az első. A gyertya a Biblia alapján a logosznak, a Világ Fényének szimbóluma, a keresztény szimbolikában Krisztus jelképe.



A gyertya a szentháromságot testesíti meg a láng, a kanóc és a viasz egysége folytán. A magyar néphit úgy mondja, hogy a mennyországban mindenkinek van egy égő gyertyája, ameddig az lángol, addig él az ember. A középkor óta társítják a karácsonnyal az örökzöld növényeket, mint a túlélés szimbólumait. Évszázadokkal ezelőtt karácsony napján életfát, termőágot vittek a szobákba, ami az évről évre megújuló természet mágikus jelképe. Az ágakat lassan felváltotta a fenyőfa, állítása a 19. század folyamán terjedt el világszerte.

A karácsonyhoz számos szokás is társul. Az ünnep kezdete november végére, december elejére esik az eljövotelt és az Úrra való várakozást jelentő adventtel, ami egyben az egyházi év kezdetét is jelenti. Eredete az 5-6. századra nyúlik vissza. A szentestét megelőző négy ünnepi vasárnap és szentek névnapjai (András, Borbála, Miklós, Tamás, István, János) tartoznak bele. Advent időszakát régebben a termékenységi varázslás, a nők fizikai munkától való mentesítése is jellemezte. A legelterjedtebb hiedelem a lucázás volt. December 13-án, Luca napján a sötétséggel Szent Luca átalakult boszorkánnyá. A boszorkányok elriasztására a kulcslyukba fokhagymát dugtak, az ajtófélfába kést állítottak, az ajtóra fokhagymával keresztet rajzoltak vagy a seprűt keresztbe rakták. E napon semmit sem volt szabad kölcsönkérni vagy adni, nehogy az a boszorkányok kezére jusson. Luca napján kezdték el készíteni a Luca-széket. A lányok Luca napján jóstolták meg jövőbelijüket, a fiúk hajnalban kotyolni, lucázni indultak. Ajándékba tojást kaptak. Ezen a napon készítettek Luca-cédulát, Luca-kalendáriumot és ültettek Luca-búzákat. Régebben a betlehemezés a legismertebb és legelterjedtebb karácsonyi szokások közé tartozott. Ezt a többszereplős dramatizált játékot máig sok helyen gyakorolják. A betlehemezés a kis Jézust imádó három pásztorról szóló bibliai történetre épül. Fő kelléke egy templom alakú betlehem, amelyben a Szent Család kap helyet. A katolikusok számára a karácsonyi ünnep fénypontja az éjféltől 24-ről 25-re virradó éjszaka tartanak a templomokban. Rómában az 5. században vezették be, a pápa azóta is minden alkalommal a római Santa Maria Maggiore templomban pontifikálja. Karácsony napján a pápa kiáll a vatikáni palota erkélyére, és onnan adja áldását az emberiségnek. Magyarországon december 24-én a családok böjtölnek, csak este fogyasztják el a böjti vacsorát. Ez eredetileg alma, dió, méz és fokhagyma, majd vajjas bableves hús nélkül (böjtös bableves), végül mákos guba volt. Manapság sok helyütt hal, de töltött káposzta kerül az asztalra. Illetve egyre kedveltebbé válnak a pulykából készült ételek.

A néphagyomány szerint a karácsonyi asztal fontos szerepet játszott az ünnepkor. Az asztal díszítésének és az étkezésnek szigorú rendje volt. A feltálat fogásoknak mágikus erőt tulajdonítottak. Régebben a karácsonyi abroszt tavasszal vetőabrosznak használták és abból vetették az első gabonamagvakat, hogy bő termés legyen. A megterített asztalra gabonamagvakat helyeztek és abból adtak a baromfiaknak, hogy jól tojjanak, az asztal alá pedig szalmát tettek, annak emlékére, hogy Jézus jászolban született. Később ezt a szalmát a jószág alá tették, hogy egészséges legyen, de volt ahol a gyümölcsfákra is kötözték belőle, jó termést remélve.

A nem hívők számára a karácsony általában a szeretetet, a családi együttlétet jelképezi. Karácsonykor elterjedt szokásá vált megajándékozni szeretteinket. Az üzletek és áruházak a szentestét megelőző hetekben igyekeznek kihasználni az ajándékozás szokását és reklámdömpinggel próbálják bevételüket többszörözni – ezzel sokszor pusztán fogyasztási lázra torzítva az ünnep hagyományos és valódi lényegét. (se)

Kedves karácsonyt ünneplő hívek! Testvéreim!

Mi emberek szeretünk és tudunk ünnepelni. Vendég érkezése alkalmával kiteszünk magunkért. Milyen pompásan megrendeztük volna az első karácsonyt, ha az Isten ránk bízta volna ezt a feladatot. Betlehemben aranyból építettünk volna barlangot Jézus számára és hatalmas énekkarokkal harsogtuk volna túl az angyalok énekét.

De mint tudjuk, nem így történt. Isten magának tartotta fenn a rendezés jogát, és ezen az egyház sem változtathat. Bármilyen különös, Isten minden karácsonykor meghív minket egy istállóba. Nem valami kitüntetés ez a meghívás! Mi ugyanis másképp gondolkodunk a vendéglátásról. Igyekszünk szép, kényelmes otthonban fogadni a vendéget, finom szönyegekkel. Az Isten azonban a legszentebb család számára istállót készített. Vajon mit akar ezzel mondani vagy üzenni?

Mindenekelőtt azt, hogy a karácsonyt nem az emberek találták ki. Az istálló, a szegénység, az állatok leheletéből született meleg nem az ember, hanem az Isten stílusa. De vajon mire való ez a különködés? Ez a szokatlan rendezés? De ez nem különködés, hanem kinyilatkoztatás.

A betlehemi istálló első üzenete az, hogy az egész föld istálló, nyomortanya, ha hiányzik belőle az Isten. Szemétdomb, istálló a világ, míg meg nem jelenik benne Jézus, hogy elvegye a világ bűneit. Mit ér a technika minden vívmánya, ha nincs szeretet a szívünkben, és rosszabbak vagyunk az állatoknál? Jézus azért született istállóban, hogy megjelenésével egész életünket, földünket az igazság és szeretet otthonává változtassa. Templommá akarja a földet változtatni, ahol az ember az emberrel és ember az Istennel találkozhat, és az imádás rakétáival emelkedhet az isteni élet magasságába.

Kedves Ünneplő református közösség!

A karácsonyt újramondott történetek jól ismert szereplőinek társaságában töltjük: népszámlálás, szent család, angyalok éneke, pásztorok, napkeleti bölcsek. Nélkülük „fenyőünnep” a karácsony. Mégsem ők a karácsonyi történet főszereplői. Mert a karácsony Jézus születésének története, Ő az ünnep lényege, Miatta idézzük a történetet és a kedves szereplőket. A Vele megélt karácsony lesz ma is igazi ünneppé!

Máté László református lelkész
(Komárom)

Advent!

Minden arra csábít, hogy amint tavaly is, állandó rohanásban éljünk. Időzavarban készülünk a karácsony ünnepére, és hétről-hétre elsóhajtsuk panaszunk, hogy száguldanak a napok.

De az adventi időszak nem ezért adatott az embernek! Ez a négy hét az elcsendesedés ideje. Rajtunk múlik, hogy miként töltjük meg tartalommal. Rajtunk múlik, hogy szánunk-e időt ilyenkor Istenadta utunk megtalálására, áhítatra, rövid fohászra. Nem csupán hangulatos fények melletti elmerengésre és régi idők karácsonyát idéző édes emlékezésre van szükségünk. Inkább életünkről való számadásnak, és Istenkutató gondolatoknak ideje ez. Mert advent és karácsony megállítja a rohanó embert az úton és megszólít.

Mondd: Merre tartasz? Mekkora utat jártál be tavaly karácsony óta? Mivé lett gyermekkorod Jézusváro epekedése? És nem segít, ha foghegyről odavetjük: Hol van az már! Az út pora belepte ruhám s a reménység megkopott szívemben. Már megtanultam lemondani... Nem elég! Mert szívünk legmélyén tudjuk és érezzük, hogy az a csodaváros gyermek ott él rejtett gondolatainkban. Karácsony titka éppen az, hogy tépelődéseinkbe, önmagunkkal, másokkal, akár az egész világgal vívott harcunkba, kudarcainkba beleszól az Isten.

Ajándékoz egy piciny gyermeket, aki felcseperedve minden élet vezetője, Isten szeretete titkának felnyitója lesz. „Jöjj, népek Megváltója!”

Ihász Beatrix evangélikus lelkész
(Komárom)

Ámen
Pados József római katolikus
címzetes apát, plébános (Komárom)

Karácsony saját kézzel

Sokan nem tudják mit is ajándékozzanak szeretteiknek karácsonyra. Szép ajándék azonban a saját kézzel készített figyelmesség. Nem csak annak, aki kapja, de annak is, aki készíti. A különféle meglepetések, dísz tárgyak elkészítéséhez sok jó ötletet kaptunk Horváth Krisztinától, a Komáromi Sport és Szabadidő Nonprofit Kft. kulturális szervezőjétől.



Miért izgalmasabb, ha magunk készítünk különféle apróságokat karácsonyra?

A karácsonyi készülődés szerintem nagyon örömteli időszak egy család számára, főként, ha a készülődésbe a gyerekeket is sikerül bevonni. Készíthetünk velük karácsonyi ajándékokat a testvéreknek, nagyszülőknek, de akár ehető karácsonyi díszeket és ajándékokat is. Biztassuk gyerekeinket kreatív ajándékkészítésre! Ez olcsóbb és izgalmas időtöltés is lehet számunkra. Az egyedi tárgyak készítését kedvelni és értékelni fogják a gyerekek és azok a szerettek is, akik kapják.

Melyek azok a díszek, karácsonyi figyelmességek, melyeket érdemes magunknak elkészítenünk?

A koszorúk és az asztali díszek a hagyományos karácsonyi díszítések közé tartoznak. A szebbnél szebb csodákat készen is megvásárolhatjuk, de sokkal nagyobb élmény, ha azokat magunk készítjük el. A különféle ajtó- és asztali díszek készítése nem is olyan nagy ördöngösség, mint hinnénk. Párunkat, de főleg gyermekeinket is bevonhatjuk a

barkácsolásba. Az alkotás öröme már ott kezdődik, amikor közösen begyűjtjük azokat a terméseket, ágacskákat amikre szükségünk lesz. Engedjük szabadon a fantáziánkat, és olyan kreatív élményben lesz részünk, aminek méltó jutalma a saját alkotásban való gyönyörködés. Ha nincs kertünk, erdőnkben, parkokban is találhatunk megfelelő hozzávalókat. Fontos azonban megemléznünk, hogy vigyázzunk a természetre, vigyünk magunkkal éles metszőollót, és csak a szükséges (kevés) mennyiséget gyűjtjük be. Néhány dolgot üzletben kell megvásárolnunk, de sok hozzávalót találhatunk otthon varrodobozban, barkácládában vagy a konyhában is. Adventi és bejárati koszorú elkészítéséhez használjunk hajlítható vesszőt vagy

drótot - dekoráljuk tobozzal, makkal, szárított levelekkel, bogyókkal, gyümölcsökkel. Előkészületként karácsonyi képeslapokat, névkártyákat, ajándék dobozokat is barkácsolhatunk saját kezűleg.

Miből és hogyan készíthetünk egyszerűen és olcsón otthoni dekorációt vagy karácsonyfadíszet?

Én citromot, lime-ot és narancsot szoktam felkarikázni, fém tálcán a radiátoron megszáritani, aztán cernával felakasztani. Ha hozzákötünk még valami termést, úgy még szebb. Például csillagánizst, fahéjtekercset vagy pici tobozt. Vagy készítsünk illatos narancs díszeket! Süthetünk ehető karácsonyi díszke, saját szaloncukrokat. Tésztából szaggassunk karácsonyi formákat - angyalokat, csillagokat, hóembert satöbbi. Köny-

nyen készíthetünk karácsonyfadíszet úgy, hogy tobozt, diót, mogorót lefújunk ezüst festékkel vagy bevonunk fényes papírral. Láncokat és füzereket készíthetünk gyöngyökből, (hungarocel) habgolyókból, tollakból, tobozból és díszes szalagokból. Ezekkel díszíthetjük a karácsonyfát, ünnepi asztalt, ablakokat, polcokat. Hangulatot varázsolhatunk a lakásba úgy is, ha a tömbgyertyákat, a gyertyatartókat átkötjük gyöngyökkel fűzött ezüst cernával, vastag selyemszalagokkal, madzagokkal vagy mini-koszorúkkal. Festhetünk rájuk karácsonyi mintákat is! Fenyőágakat fűjünk be arany, ezüst vagy fehér festékkel - vagy hagyjuk természetesen. Dekoráljuk a fenti díszekkel és mécses gyertyákkal. Helyezzünk egyet-egyét az ablakba, polcra, asztalra .

Az adventi időszakban hol tudnak a gyerekek Komáromban saját díszeket készíteni?



A Sport és Szabadidő Nonprofit Kft. december 18-án a Szabadság téren található Arany 17. rendezvényközpontban várja nagyon nagy szeretettel a kicsiket, nagyokat, szülőket, nagyszülőket egyaránt. Karácsonyi játszóházunkban közösen készíthetünk karácsonyi díszeket, amelyeket együtt felakaszthatunk Komárom város karácsonyfájára.

se

„Átrepültek az angyalok”

November 27-én, advent első vasárnapján Pitti Katalin Liszt Ferenc-díjas, Érdemes Művész lépett fel a református templomban. Az operaénekesnőt az adventi időszakról és a karácsonyról kérdeztük.



Művésznő, más hangulata van egy olyan koncertnek, mely az adventi időszakban hangzik el?

Igen, mindig más. Hiszen ezek a hetek már a készülődés idejéhez tartoznak, az én lelkemben és a közönség lelkében is. Idén a komáromi volt az első adventi koncertem, megdöbbenéssel tapasztaltam, hogy mennyien eljöttek. Tavaly is bárhová mentem, mindenütt zsúfolt volt a templom. Senkit nem érdekelt a hideg. A lelkemben zajló készülődés mellett az előadott program attól is ünnepré válik, hogy Virágh András orgonaművésszel karácsonyi témákat is belecsempésztünk az előadásba. Az adventi időszakban más súlyt kapnak ezek a darabok.

Ugyan még csak az advent elején járunk, de készül már a karácsonyra?

Természetesen, elsősorban a kis unokám miatt. Adventi naptárral, gyertyagyújtással. Illetve a következő hetekben templomból templomba menve járom az országot. Végtelen örömet ad a sok találkozás az emberekkel. A lelkemet igyekszem már a fellépés előtt ünneplőbe öltöztetni, de még többet kapok, ha meglátom, hogy mennyien

várnak rám. Apokaliptikus időköt élünk! Ostoba ember, aki ezt a szőnyeg alá söpri. Azt gondolom, hogy a végtelen sok gonoszság, egoizmus és harácsolás közepette az embereknek nincs más menekülési irányuk, csak felfelé. Ott tudunk csak megmártózni és nap mint nap tovább haladni az úton, végezve azt a feladatot, amit Isten kiszabott ránk.

Van olyan karácsony, akár a gyermekkorából, akár későbből, amire nagyon szívesen emlékszik vissza?

Hat évvel ezelőtt, a kis unokám születése. Barnabás december 14-én született, szinte ő volt a mi kis Jézusunk. Egy drága angyalka költözött hozzánk. Az egy nagyon emlékezetes karácsony volt számomra, s azóta is rendkívül fontos, hogy ő hogyan éli meg az ünnepet

Művésznőnek hogyan indul majd a 2012-es éve?

December 7-én, a hatvanadik születésnapon Virágh Andrással egy jótékonyági koncertet adunk a budapesti Pethő Intézet javára. Ezzel indul el a 60 év, 60 koncert sorozat, mely egész évben tart majd. Ezek egynegyede vagy harmada jótékonyági koncert lesz. A szülővárosomtól kezdve jó néhány városban megfordulunk majd. Koncertezünk egyesületek, szociális intézmények javára. Vagy akár valamelyik börtönben. Nemrég például a váci börtönben léptem fel. Az ottani lelkész asszony mesélte, hogy sokan megtérnek a börtönben. Tehát van bőven miért, mire feljárnani egy koncertet. Hátha ezzel is tud segíteni az ember a rászoruló lelkeknek.

Miért tartja fontosnak, hogy ennyi jótékonyági koncertet adjon?

Mert amíg képes vagyok örömet, szeretetet adni, lelkeket felemelni, addig ez a dolgom! Minden hét után, ami úgy múlik el, hogy nincs koncertem, és ezáltal nem tudom a rám kiszabott feladatot teljesíteni, majd-hogynem jajgat a lelkem. Mert elmúlik az idő, és nem tudhatjuk, hogy a Jóisten meddig adja meg az engedélyt, hogy itt legyünk.

Így amíg képes vagyok rá, addig végzem a rám bízott feladatot.

Említette, hogy mindig sokan vannak a koncertjein. Eszerint ebben a rohanó világban még szükségük van az embereknek az igényes kikapcsolódásra?

Úgy gondolom, hogy az effajta klasszikus, lélekelvonó zenére igenis szükségük van az embereknek. Tény, hogy sokan nem tudják megengedni maguknak, hogy egy-egy ilyen koncertre eljussanak. Ezért dicsérendő, ha egy önkormányzat vagy valamilyen egyesület vállalja a szervezést és a tiszteletdíjak kifizetését. Minden ilyen koncerten zsúfolásig megteltek a templomok, termek. Van egy nagyon komoly és nehéz Liszt-dalestem. Megélttem azt, hogy az emberek minden dalt vastappsal díjaztak. Ezek után nekem ne mondja senki, hogy a népeknek csak az operettre, a nótára meg a könnyűzenére van igényük. Ám ehhez az is kell, hogy az ember a lelkét is beletegye. Hiszen lehet valaki technikás énekes, de ha nem adja bele a lelkét, az lecke-felmondássá válik. A művek mindig egy lelki indítatásból indultak. A zeneszerzőkön múltott, hogy mennyire tudták kiteljesíteni magukat, mennyire tudták teljesíteni a Jóistentől kapott feladatukat. Mindenkinnek, aki ezekhez a művekhez nyúl, ugyanez a feladata.

Eszerint Ön isteni áldásnak tartja, hogy ilyen tehetséggel, adottsággal rendelkezik?

Igen, és köszönöm a Jóistennek, hogy ilyen feladatot bízott rám. Keserves, nehéz munka ez. Sokszor mondom, hogy mennyi és pokoljárás egyben. Mert nemcsak magával kell megküzdenie az embernek, hanem a körülményekkel, a környezettel és az emberekkel is. Soha nem tudhatom előre, hogy aznap sikerül-e létrehozni a hidat a lelkek között. És ami az egyik nap sikerül, az nem biztos, hogy másnap is fog. Ruttkai Éva, a csodálatos női varázssal rendelkező színésznő mondta egyik önálló estje után: „Itt ma átrepültek az angyalok!” Azonban az angyalok nem mindig jönnek, de amikor jönnek és átrepülnek felettünk, azért hálát kell adnunk.

se

Ünnep egész adventben

Az adventi időszakban az önkormányzat számos családi programot kínál.

Ekkor gyűjtötták meg a Jókai téren felállított koszorún az első adventi gyertyát is, illetve kezdetét vette a karácsonyi vásár, melyen az árusok forralt borral, teával, kürtös kaláccsal és egyéb finomságokkal várják a kilátogatókat. December 4-én elsősorban a fiataloknak kínáltunk kikapcsolódási lehetőséget. A Jókai moziban vetítettük le a nagysikerű Igazából szerelem című filmet, emellett volt Mikulás és krampusz szépségverseny is. Rendhagyó módon a harmadik adventi programra nem vasárnap, ha-

nem december 10-én, szombaton került sor a Sportcsarnokban. A délután a helyi civil szervezetek fellépésével kezdődött. Látható volt a Magyar Máltai Szeretetszolgálat, a Szent Imre Óvoda, a Délibáb Színház, a Zsebsün Együttes és a Magyarok Dalszínház műsora. A nap sztárvendége a Kalácsa Együttes volt, akik este hatkor álltak színpadra. A programok közt lehetőség nyílt karácsonyi díszek és ajándékok elkészítésére is. Ezt követően vasárnap, ismét fél hatkor került sor a gyertyagyújtásra a

Jókai téren. December 18-án az „Arany 17” rendezvényközpont lesz az adventi program helyszíne. A gyerekek 14 órától különféle karácsonyi díszeket készíthetnek, melyekkel aztán feldíszíthetik Komárom város karácsonyfáját, melyet a Szabadság téren állítanak fel. A fát már természetesen kiválasztották, egy komáromi családi ház udvaráról kerül a Szabadság térre. A kézműves foglalkozások mellett játszóház és betlehem műsor is várja a helyieket.

Ünnepi finomságok

Karácsonykor minden háziasszony igyekszik valami különlegességet az ünnepi asztra tenni, a következőkben ehhez adunk ötleteket.



1. Gesztenyével töltött ünnepi pulykamell

Hozzávalók:

- 80 dkg pulykamell
- 10 dkg gesztenyepüré (natúr)
- 1 db tojás
- 1 db zsemle
- só
- őrölt bors

A körethez:

- barnarizs
- gyümölcsök
- ízlés szerint sült burgonya

• Ha bundázzuk:

- zsemlemorzsa
- liszt
- tojás
- olaj a sütéshez

Elkészítés:

A pulykamellből 4 db nyitott szeletet vágunk, a leeső részt ledaráljuk. Áztatott zsemlet, tojást, gesztenyepürét és a fűszereket a darált hússal jól összekeverjük. A nyitott szeleteket gyengén megklopfoljuk. Tojással lekenjük a hússzeletet, fűszerezük sóval, borssal. A gesztenyepürét az áztatott zsemlével, tojással és fűszerekkel összekeverjük. Az így kapott töltelék rúd formában ráhelyezzük a pulykamell szeletekre. Felgöngyöljük, alufóliába szorosan becsomagoljuk. Tepsiben tesszük, s kevés víz alöntésével a sütőben készre pároljuk. Amikor kész, kicsomagoljuk. A megpárolt töltött roládót panírozzuk lisztbe, tojásba és morzsába, és forró olajon aranyárgára sütjük. Köretként barnarizst adhatunk mellé. A rizst - a tésztahoz hasonlóan - bő, forrásban lévő sós vízben kifőzzük. Leszűrjük. Kiolajozott formába betöltjük, majd a tálaló edényre borítjuk. Sült ananászszelletel, őszibarackkal és narancsgerezddel, friss fűszernövényekkel díszítjük.



2. Beigli gazdagon

Hozzávalók (4-6 rúdhoz)

A tészta:

80 dkg finomliszt, 1 csomag száraz élesztő, 15 dkg zsír, 10 dkg cukor
1 csomag vaníliás cukor, 1 db tojás, 1 citrom reszelt héja, 2 dl tej, pici só

A diós töltelékhez:

30 dkg durvára darált dió, 12 dkg cukor, 1 csomag vaníliás cukor
1 narancs reszelt héja. 4 evőkanál baracklekvár. 5-6 dkg birsalmasajt kockára vágva, 5-6 dkg aszalt vörös áfonya, 5-6 dkg aszalt gyümölcs (mediterrán mix) vagy mazsola. 1 kávéskanál őrölt fahéj. 1/2 kávéskanál őrölt szegfűszeg, rum vagy rumaroma

A mákos töltelékhez:

25 dkg darált mák, 12 dkg cukor, 1 csomag vaníliás cukor. 1 citrom reszelt héja. 3 evőkanál baracklekvár. 5-6 dkg birsalmasajt kockára vágva 5-6 dkg aszalt vörös áfonya, 5-6 dkg aszalt gyümölcs (mediterrán mix) vagy mazsola. 1/2 kávéskanál őrölt fahéj, 1/2 kávéskanál őrölt szegfűszeg rum vagy rumaroma

Elkészítés:

A tésztahoz valókat kenyérsütőgéphez (vagy bármely más háztartási robotgéphez) tesszük, és 1/2 óra keverőprogrammal kikeverjük, kivesszük, és 4 vagy 6 darabra vágjuk. Minden darabot átgúrjuk, majd egyesével téglalap alakúra nyújtjuk, és megtöltjük a töltelékekkel.

A töltelékek egyformán készülnek: 1-1 tálba öntjük a cukrot, 1-1 dl forró vizet, a darált diót és a mákot, illetve az ízesítő anyagokat, továbbá a fűszereket, az aszalványokat, és a lekvárt.

Összekeverjük: akkor jó, ha nem folyik, hanem inkább ragacsos, darabos. Feltekerjük a rudakat, egymástól kb. 2 cm-re kivajazott tepsibe rakjuk őket, a rudakat megkenjük tojássárgájával, majd hideg helyen fél órát hűtjük. Az így előkészített tésztát 175 fokban 35 perc alatt aranybarnára sütjük. Kihűlés után szeleteljük.

Egy templom meséi

Karácsony közeledtével ezúttal a szőnyi református templom történetét tekintjük át.

A szőnyi református egyházzal 1624 óta vannak adataink, a mai templom 1787-ben készült el, építését Simon Juda komáromi építőmester végezte.

Az építkezés költségeit nagyrészt adományokból fedezték, de még az akkori katolikus földbirtokos gróf Zichy Miklósné Berényi Erzsébet is hozzájárult.

Erről a templom bejárata feletti vakablakban olvasható felirat is tanúskodik. Gajzágó Dorottya restaurálta 1995-ben:

**„EZ ISTENEK HÁZA
II IOSEF KEGYELMES KIRÁLYUNK ENGEDELMÉBŐL
MÉLT: FÖLDES ASZONYVNK,
KARANTS BERÉNYI ERSÉBET
ÉS N. KOMÁR. ÉS ESZT.
EGYESÜLT
VÁRM: HIRÉVEL EL KEZDE-
TET ELIS VÉGEZTETET
1787 ESZT BEN”**

A templomot 1787. november 18-án vették használatba, de ünnepélyes felszentelésére csak később, 1788. május 1-jén került sor.

A harangszentelési képen középen a gyülekezet egy részével Várady Lajos lelkész látható, aki 1922-től 1937-ig teljesített itt szolgálatot. A legelső harang mellett hátul legfelül kalapban Móricz Lajos, aki 2011. július 6-án betöltött 100. évével Komárom legidősebb lakosa, aki hosszú ideig a szőnyi gyülekezet presbitere is volt. A templom tornyában jelenleg 2 harang lakik, a harmadikat a második világháborúban beöntötték, ez volt a legnehezebb, mintegy 700 kg súlyú.

A torony keleti részében van a 70 cm alsó átmérőjű és 56 cm magas harang a következő felirattal:

**„KÉSZÍTETTÉK A SZŐNYI
REFORMÁTUS
EGYHÁZ HIVEI EZEN 211,5 KG
SÚLYÚ HARANGOT,
ÖNTÖTTE WALSER
FERENCZ BUDAPEST.”**

A harang másik oldalán egy kitárt szárnyú fönixmadarat ábrázoló domborítás, alatta:

**„AZ EMBEREKHEZ JÓ-
AKARAT LUK.II.14.”**

A torony nyugati felén helyezkedik el a 93 cm alsó átmérőjű és 69 cm magas harang a következő szöveggel:

„AZ 1914 – 18 – IK VILÁGHÁBORÚBAN ELHALTAK EMLÉKÉRE KÉSZÍTETTÉK A SZŐNYI REFORMÁTUS EGYHÁZ HIVEI KÖZADAKOZÁSBÓL AZ ÚRNAK 1926 – IK ESZTENDEJÉBEN EZEN 445 KG SÚLYÚ HARANGOT ÖNTÖTTE WALSER FERENCZ BUDAPEST.”

A harang másik oldalán a domború szentkoronás kiscímer, a pajzs alulról két oldalt leveles ággal díszítve, alatta:

„A FÖLDÖN BÉKESSÉG.”

A szőnyi református egyház egyik gyönyörű domborított virágos díszítésű úrvacsorai kelyhe 1670-ből származik, készítője Szentjóni György, aki a komáromi ötvösök céhmestere volt.

A templomot az idők folyamán többször is átépítették, felújították. A mai formájában tornya gúlisakos, három részből áll, ablakai félköríves záródásúak.

A templom egyhajós, belső magassága 18 méter. 2005-ben külső díszvilágítással látták el. A gyülekezet lelkipásztora 2011 nyaratól Nagy Attila Ákos református lelkész.

tzs

FOTÓINKON A TEMPLOM 1922-BEN, AZ 1926. NOVEMBER 28-ÁN TÖRTÉNT ÓSZÖNYI HARANGSZENTELÉSKOR, VALAMINT EGY 2005-BEN KÉSZÜLT FELVÉTELEN LÁTHATÓ.



A tél veszélyes üzem

Bár egyelőre még késik a tél, de ami késik nem múlik. A következő hónapokban akár nagyobb mennyiségű csapadék is érkezhethet, hó, havas eső formájában. A megyei katasztrófavédelem komáromi kirndeltsége előző számunkban már adott néhány tippet, hogyan tudunk felkészülni a tél veszélyeire. Most folytatják.

Ilyen időben autóba ülni roppant kockázatos és kerülendő. Ha mégis muszáj ezt megtenni, gondoskodjon róla, hogy járműve megfelelő műszaki állapotban legyen, és elegendő benzin álljon rendelkezésre! Állítson össze egy csomagot arra az esetre, ha az autó elakadna a hóban, hiszen előfordulhat, hogy ilyenkor hosszabb ideig kell a segítségre várni! A csomagban legyen: meleg ruha, pokróc, élelmiszer, víz, zseblámpa, elemes rádió, tartalék elemek, mobiltelefon, gyógyszerek, kés, kisebb hólapát, só, illetve a rendszeresen használt szerszámok és kiegészítők.

Csak nappal induljon el, lehetőleg ne egyedül! Ne próbálja meg a távot lerövidíteni alacsonyabb rendű utakon és vezessen körültekintően! Ha autójával a hóban ragad, készüljön fel a hosszabb ott-tartózkodásra, és mobiltelefonon próbáljon segítséget hívni! A kihülés elkerülése végett a motort minden órában csak 10 percig járassa, így a jármű sokáig meleg marad, de ne feledkezzen meg a szellőztetésről, mivel az utastérbe esetleg visszaáramló gázok halált is okozhatnak.

Öltözzön fel rétegesen (annyira, hogy ne izzadjon), illetve rendszeresen egyen és igyon! Az akkumulátort csak akkor használja, ha tényleg szükséges! Soha ne hagyja el a járművet, mivel a zord időjárás nagy veszélyeket rejteget, és a mentőcsapatok is az autójánál, az út közelében keresik majd!

TANÍTSANAK MEG A GYERMEKEKNEK NÉHÁNY FONTOS SZABÁLYT, AMIRE FIGYELJEN JÁTÉK KÖZBEN!

- **MARADJON TÁVOL A HÓHÁNYÓKTÓL ÉS HÓKOTRÓKTÓL! VÁLASSZANAK JÁTÉKNAK BELSŐ UDVAROKAT, TÁVOL AZ UTAKTÓL, KERÍTÉSEKTŐL ÉS VIZEKTŐL!**
- **LEGYENEK NAGYON ÓVATOSAK, AMIKOR ÁTHALADNAK AZ ÚTON, MERT A JEGES ÚTON NEHEZEBB MEGÁLLNIUK A VEZETŐKNEK, RÁADÁSUL NEHEZEBBEN VESZIK ÉSZRE A JÁTSZÓ GYEREKEKET A JEGES ABLAKOKON KERESZTÜL!**
- **NE HOZZANAK LÉTRE HÓ-ERŐDÖKET VAGY ALAGUTAKAT A HÓBAN, MERT EZEK ÖSSZEOMLÁSA FULLADÁSHOZ ÉS SÉRÜLÉSHEZ VEZETHET!**
- **NE JÁTSZANAK A KÖZUTAK SZÉLÉN LEVŐ HÓBUCKÁKKAL! EZEK MÖGÖTT A VEZETŐK NEM LÁTJÁK A JÁTSZÓ GYEREKEKET.**

Múlt és jelen közt

A Sporthagyományokat Őrző Kerekasztal célja nemcsak a nagy tömegeket megmozgató sportrendezvények lebonyolítása, hanem a szellemi értékek továbbvitele is. Vörösházi Tibor elnökkel beszélgettünk.



A kerekasztalról egyből Atrúr király lovagjai jutottak eszembe. „Lovagi”, tehát nehéz munka manapság sporthagyományokat őrizni?

Mielőtt a kérdésre válaszolnék, kitérnék pár szóban a névválasztásunkra. 2007 decemberében lehetőségünk nyílt egy nagy tömegeket megmozgató városi sportrendezvény megszervezésére. Adott volt tehát a rendezvény és egy három fős szervezőcsapat (Füzi Gábor, Vizeli Csaba és jómagam személyében), a név azonban még hiányzott. Ifj. Galambos Tamás testnevelő kolléga segítségével választottuk a kerekasztal elnevezést. Nehéz-e a sporthagyományok őrzése? A tevékenységünk eléggé sokrétű, nem merül ki csupán a helyi sporthagyományok őrzésében. Programjainkkal próbáljuk ötvözni a múltat a jellel, és reméljük, a jövővel is. Nemcsak a fiatalokat szólítjuk meg, hanem minden korosztály számára igyekszünk alternatívákat kínálni. Feladatunk igazán akkor lenne nehéz, ha nem lennének források programjaink megvalósításához, de hála Komárom város önkormányzatának könnyebb a hagyományokat megfelelő színvonalon őrizni.

Említette, hogy sokrétű a tevékenységük. Mit emelne ki ezek közül, melyik az a sportág, amire a hagyományörzés elsősorban épül?

Célunk a nagy tömegeket megmozgató sportrendezvények életre hívása. A helyi oktatási intézményekről, így óvodákról és az iskolákról elmondható, hogy nagyon nyitottak erre. Kevés lenne az elszántságunk és az ötleteink, ha mindez nem párosulna érdeklődéssel. Kiemelt feladatunk Czibor Zoltán kultuszának népszerűsítése. Ha adott a városnak egy ilyen nagy név, amit a világban mindenhol ismernek, akkor azt kötelességünk megőrizni és továbbvinni. Ebben vannak még kiaknázatlan lehetőségek. Jövőre, a kerek évforduló kapcsán szeretnénk egy színvonalas Czibor Zoltán emléknapot szervezni. A szívünkhöz közel állnak még a kispályás labdarúgó-bajnokságok is, szerveztünk már 32 csapatos mini VB-t is. Szeretjük a labdarúgást, de nem csak ez határozza meg programtervünket

Lépten-nyomon azt halljuk, hogy a magyar lakosság, legyen szó gyerekekről vagy felnőttekről, keveset mozog. Helyi viszonylatban mennyire fogékonyak az emberek a sportra?

Eléggé vegyes képet fest az érdeklődés. Volt olyan rendezvényünk, mely nem várt sikert aratott, és volt olyan is, amelytől mi vártunk sokat, és csalódás lett a vége. Annak ellenére, hogy az önkormányzat mögöttünk áll és a rendezvényeink ingyenesek, sokszor mégis kicsi az érdeklődés. Külön kell választani azonban az oktatási intézményeknek és a felnőtteknek szervezett programjainkat. Ahogy azt az előbb említettem, az óvo-



dák, iskolák maximálisan kihasználják a lehetőségeket, a gyermekeknek szervezett programok mindig nagyon jól sikerülnek. A felnőtteknek szervezett rendezvényekkel már felemás a helyzet, hiszen nem könnyű mindig alkalmazkodni a helyi igényekhez és szokásokhoz. Egyelőre még nem találtuk meg azt a rendezvényt, mellyel a felnőtt korosztályt rendszeresen és nagy arányban meg tudnánk mozgatni. Ennek lehet évek múltán alternatívája a Komárom Kupa Kispályás Labdarúgó Torna. Azt szeretnénk, ha néhány év múlva több száz látogató érkezne városunkba elsősorban sportolni, és megismerkedni szeretett városunkkal

Többször említette, hogy a gyerekek nagyon jól aktivizálhatóak. Céljuk, hogy minél több sportágat ismertessenek meg a fiatalokkal?

Úgy gondolom, hogy ez elsődlegesen nem a mi feladatunk. Erre ott vannak az iskolák, a testnevelő tanárok és a klubok. A mi célunk, hogy valami különleges élményt nyújtsunk a gyerekeknek. Erre jó példa a Mozdulj Együtt Komárom! mellyel igyekszünk

visszacsempészni a köztudatba a játékos sportvetélkedők hangulatát, szellemiségét. A gyerekeknek különleges élményt nyújt, hogy egy tömött csarnokban mindenki rájuk figyel, nekik drukkol. Nem is annyira a versenyzés a cél, sokkal inkább a hangulat megteremtése. Itt olyan gyerekek is sikert érhetnek el, akikre egyébként a klubok, egyesületek fel sem figyelnének. Ezáltal egy könnyed hangvétellő, vidám mozgásra serkentjük őket. Úgy gondolom, valahol ez a legfontosabb feladatunk.

A Mozdulj Együtt Komárom! mellett még két rendezvényük lesz(volt) decemberben. Tudatos volt ez a sűrítés?

Igen, hiszen az év vége mindig lehetőséget ad egyfajta elszámolásra, lezárásra, az ünnep miatt pedig a varázslatos hangulat megteremtésére. Idén ötödik alkalommal rendezzük meg a Szuperbajnok vetélkedőt. A város sportegyesületeinek versenyén minden egyesületet egy férfi és egy női játékos képvisel. Az év közbeni feszített tempó itt egy kissé alábbhagy. A klubok tagjai ilyenkor jó hangulatban, sok néző előtt közelebb kerülnek egymáshoz. December 14-én immár harmadik alkalommal rendezzük meg a sporttörténeti vetélkedőt, melyre idén a felújított „Arany 17” rendezvényközpontban kerül sor. A kerekasztal célja, hogy a sport ne kifejezetten csak fizikálisan legyen jelen a mindennapi életünkben

Milyen terveik vannak a jövőre nézve?

Szeretnénk egy éves rendszert kialakítani, amely a nagyszabású kispályás rendezvényvel indulna (Komárom Kupa), ezt követné a Czibor Zoltán emléknap. Az év végéhez közeledve következnenek hagyományos versenyek. Terveink között szerepel, hogy meglévő programjainkat minél magasabb színvonalon tudjuk megrendezni. Ha az előző évek tapasztalataiból és megbecsülésünkönkől indulok ki, akkor azt gondolom, szép jövő vár egyesületünkre, és méltóképpen tudjuk őrizni Komárom városának gazdag sporthagyományait.

se

„A foci egy csapatjáték”



A megyei bajnokságban szereplő U 12-es csapat remekül szerepelt idén, mindössze egy mérkőzést veszítettek el. A fiúknak minden esélyük megvan arra, hogy megnyerjék a bajnokságot. A szezonról és a jövőbeli tervekről Hajnal Árpád edzővel beszélgettünk.

Mutassuk be egy kicsit a csapatot, illetve a bajnokságot, ahol az idei szezonban versenyeznek a gyerekek!

Egy U12-es csapatról van szó, tehát a 2000-ben vagy később született gyerekek korosztályáról. A 21 fős csapatunkban mindössze két olyan gyerek van, aki 2000-ben született, a többiek fiatalabbak. Kollégámmal, Kovács Barnával közösen eddük őket, ő a kisebbeket, én a nagyobbakat, hiszen egy ilyen nagy létszámú csapattal egy ember nem tudna mit kezdeni. A szezon elején problémát jelentett, hogy három településről, Komáromból, Almásfüzitőről és Szőnyből érkeztek a srácok. Kezdetben meglátszott, hogy a fűzitői a fűzitőinek, a szőnyi a szőnyinek passzolta a labdát. Az első feladat az volt, hogy csapattá gyúrjuk őket. A szezon végére már semmi probléma ezzel, így nagyon jó eredményt tudtunk elérni.

Milyen céllal vágtak neki a pontvadászatnak az idény elején?

Maximalistaként mindenképpen a győzelmet tűztük ki célunk. Megfelelő a játékosállományunk, így minden esélyünk megvan arra, hogy ott legyünk a rájátszásban. A tavalyi csapattal is érmekért küzdöttünk, akkor negyedik lettünk. Azt kell, hogy mondjam, a mostani együttes minőségileg jobb. Sokat kell velük foglalkozni, hiszen jövőre már az NB II-ben szereplő U13-as gárda gerincét ezek a gyerekek adják. Erre nekünk kell őket felkészítenünk.

Hogyan szerepeltek a gyerekek? Mennyire elégedett a helyezéssel, illetve a mutatott játékkal?

Gratuláltam nekik az őszi teljesítményhez, nagyon jól játszottak. Ugyannyi pontot értünk el, mint a legnagyobb riválisunk, akik mindössze jobb gólaránnyal állnak előttünk a tabellán. Tavasszal tehát a bajnokság ezen csoportjának a megnyerése reális cél lehet. Az idény utolsó mérkőzését sajnos elvesztettük, de ez mindig benne van a pakliban. Egy nagyon szerencsétlen góllal kaptunk ki, pedig jobban játszottunk ellenfelünkkel. Sok esetben dől el úgy egy meccs, hogy nem

az a csapat nyer, amelyik jobban játszik. Most is így volt. De a gyerekek teljesítményét mutatja, hogy a meccs után a szülők bejöttek az öltözőbe gratulálni

Mi volt a legnagyobb nehézség, amivel az őszi szezon alatt meg kellett küzdeniük?

Kezdetben a rend és a fegyelem betartása. Az, hogy pontosan érkezzenek az edzésekre, hogy szót fogadjanak. Van egyfajta habitusom. Maximális rendet követeltek az edzésen, az öltözőben és a pályán. Év elején minden gyerek írásban megkapta, hogy mik az elvárásaim. Ez az élet más területein is hasznos lehet. Elvárom, hogy ha az edzésen tanulunk valamit, akkor azt a pályán is vizsontlássam. El kell mondjam, a srácok az iskolai tanulmányokban is nagyon jól teljesítenek, sokan közülük kitűnőek. Ez is sokat számít, ugyanis ha valaki futballista, az még nem jelenti azt, hogy nem kell tanulnia. Igenis kell, mert minden játék fejben dől el. Ami időnként gondot jelenthet, az a motiváció. Nagyon nehéz a gyerekeket egy gyengébb csapat elleni meccsre is ugyanúgy felpörgetni, gyakran megesik velük, hogy nem koncentrálnak eléggé egy-egy mérkőzés kezdetén.

Mivel lehet őket mégis buzdítani?

Az elérhető eredménnyel, hiszen minden gyerek szeret nyerni. Mindenki azt mondja, hogy nem az eredmény számít a játékban. Ez szerintem nem teljesen igaz. Fontosnak tartom, hogy a gyerekek már ebben a korban megtanuljanak nyerni és természetesen veszteni is. Ha nem az eredmény számítana, akkor a grundon is focizhatnánk egy jót, majd mindenki hazamenne. A tavalyi bajnokságban ezeknek a gyerekeknek a zöme kollégám, Kovács Barna kérésére szintén az U 12-es pontvadászatban indult. Ez nagyon fontos volt, hiszen így idősebb gyerekekből álló csapatok ellen edződhetek, és megszokták a bajnokság légkörét, és hogy minden hétfőgőz mérkőzésre kell készülni. A korosztálynál több mint két évvel fiatalabb gyerekek akkor a középmezőnyben, a hatodik helyen végeztek. Most azonban már látszott, hogy sokkal több van bennük, hiszen az első helyért küzdenek.

Mindig felállítok egy fontossági sorrendet: szülők, gyerekek, egyesület. És így folyik a munka. Mindenkinek figyelembe kell vennie, hogy több mint 20 gyerek van, akikből 9 játszhat egyszerre. Értelemszerűen a gyengébb teljesítményű játékos kevesebbet van a pályán. De aki 3 percet játszik, az is a csapat tagja. És ugyanolyan fontos tagja, mint a húzóemberek. Ezt a gyerekekkel és a szülőkkel is már a bajnokság kezdete előtt tisztáztam. Minden mérkőzés előtt úgy megyünk ki a pályára, hogy az öltözőben elmondjuk: a foci egy csapatjáték, a sokpasszos játékot szeretnénk elsajátítani a fiúkkal.

Az edzési lehetőségek, az anyagi-, és tárgyi feltételek megfelelőek a további fejlődéshez?

A Komárom VSE csapatai közül a Bozsik József Általános Iskola füves pályáján csak mi edzünk. Ez egy remek minőségű pálya. Ezenkívül az öltözők is kulturáltak.

A téli időszakban tervezik-e a kispályás bajnokságokon, kupákon való részvételt?

Az őszi szezon november 19-én véget ért, egy nappal később már teremtorán voltunk Esztergomban. Egészen jó eredményt értünk el. Öt mérkőzést játszottunk, négy győzelemmel és egy döntetlennel az ötödik helyen végeztünk a nemzetközi versenyen. A KVSE megígérte, hogy rendez ennek a korosztálynak egy színvonalas focitornát, ezenkívül vannak megyei szövetség által rendezett versenyek is, melyeken kötelező a részvétel. Jó kapcsolatot ápolunk az észak-komáromiakkal is, velük is szeretnénk majd játszani. A gyerekek az iskolai fociban is részt vesznek, így az egyesületi kupák mellett ott is lehetőségük van játszani.

Mit vár a gyerekektől a tavaszi szezon végén?

Mindenképpen elvárom, hogy vereség nélkül játsszuk végig a tavaszt. Természetesen az sem jelent majd problémát, ha csak második helyen végzünk. Idén raktuk össze ezt a csapatot és ott vannak a dobogón. Tehát reális célkitűzés lehet, hogy megnyerjük a bajnokságot. se



*Karácsonykor a keresztény világ a Megváltó, Jézus Krisztus születését ünnepli.
A karácsony ugyanakkor a szeretet ünnepe is egyben.
Ady Endre így ír Karácsonyi rege című versében:*

*„Nem volna más vallás,
Nem volna csak ennyi:
Imádni az Istent
És egymást szeretni...
Karácsonyi rege
Ha valóra válna,
Igazi boldogság
Szállna a világra.”*

*Ezekkel a gondolatokkal kívánok valamennyi komárominak
áldott békés karácsonyt és boldog új esztendőt!*

Üdvözlettel:

*Dr. Molnár Attila
polgármester*