

DÍÓSD HÉJBAN



2021. március

Diósd város ingyenes közéleti havilapja

XXXI. évfolyam 3. szám

Bővül az iskola

2022 őszén indulhat a munka

Lovaggá lett néptáncos

Kitüntették a Summerfest
megálmodóját



„Evezz mélyre”

Miben áll a valódi nagyböjt

AZ ELÉRHETŐ HIBRID. MINDENKINEK.



A kép illusztráció, a tájékoztatás nem teljes körű, a változtatás jogát fenntartjuk. A garancia és a kedvezmény további részleteiről érdeklődjön márkakereskedéseinkben vagy online a suzuki.hu oldalon.

AUTOCENTRUM SZABÓ CSOPORT
2030 Érd, Kis-Duna utca 9.
Telefon: +36 23 524 028
www.suzuki-erd.hu

HYBRID
MOTORRA
TURBÓRA
VÁLTÓRA
HIBRID
RENDSZERRE

MYSUZUKI
HÜSÉGPROGRAM
ÁRKEDVEZMÉNY

SUZUKI



ORIGINAL Thai Massage

ARANYA THAI MASSÁZS ☎ +36 70 244 7566
📍 2030 ÉRD, BUDAI ÚT 11./ EMELET (KATALIN ÜZLETHÁZ)

NYITVATARTÁS:
HÉTFŐTŐL VASÁRNAPIG
10:00-20:00

KÖVIRÓZSA VIRÁGKUCKÓ

Diósd, Sashegyi út 4.
mobil: +36 30 856 1509
nyitva: H-P. 8-18,
Szo.: 8-13.

**LAPUNK
HIRDETÉSFELVEVŐ HELYE**

Bojlerjavítás, -csere, vízkötelenítés

**Csatornabekötés + terv
hétvégén is!**

MOGYORÓSI

vízvezeték-szerelő
Mindenféle vízvezeték-szerelési munka gyors elvégzése!
Telefon: 20/911-2679



Szobafestés – mázolás – tapétázás
és egyéb építőipari kivitelezések
Sánta Gábor
Tel.: 06 30/829-40-21
E-mail: g.tech2049@gmail.com



Köszönjük, ha minket támogat adója 1% -ával!
Bátor Kicsi Lélek Alapítvány
a Daganatos és Leukémiás Gyermekek Támogatására
adószám: 18727401-1-13
www.batorkicsilelek.hu

Tartalom

► FÓKUSZBAN

Az újjászületés öröme	3
Üzenet haza	4
Így gazdálkodik Diósd 2021-ben	5
Fizetési határidő módosítása	5
Bővül az iskola	6

► DIÓSD SZÍNEI

Lovaggá lett néptáncos	7
Magas a magyarok vakcinák iránti bizalma	8
Kórusmuzsika az online térben	9
„Evezz a mélyre!”	10
Életre kelt a két Lotti	11
Farsang a Szent Anna Szeretetotthonban	11
Az önkritika építő ereje	12
Elkészült a TICTAC projekt kiadványa	13
A Tavaszköszöntő elmarad	14
Használd a kötöttet!	14

► ÜZENŐFÜZET

Harmadik hullám a bölcsődében is	15
----------------------------------	----

► AZ OTTHON MELEGÉBEN

Rejtvény	16
Természet – A tavasz egyik hírnöke	17
Könyvajánló – Laura Madeleine – Egy cukrászmester meséje	17
Recept – Tárkonyos bárányleves	17

► TÁVOK, PONTOK, GÓLOK

Két keréken	18
-------------	----

Az újjászületés öröme

A megkopott tél most már veszi a kalapját, és érezzük a levegőben, a napsütésben a tavasz közeledtét. A föld alatt beindul az élet, a természet kész a megújulásra. Még épphogy sarjad, zöldell valami, már bízunk az aratásban. Évről évre tapasztalhatjuk, hogy a teremtett világban benne van az újjáéledés.



Mindennapjaink megpróbáltatásai, vagy éppen egyhangúsága folytán lelünk is, akár a kiszikkadt föld, öntözésre vágyik. Szeretetre. Örömhírré. A meghalt, de feltámadt Krisztus hírére. A Biblia így ír húsvét nagy ajándékáról: „Én vagyok a feltámadás és az élet, aki hisz énbenem, ha meghal is, él, és aki él, és hisz énbenem, az nem hal meg soha.” /János evangéliuma 11,25-26/

A hívő keresztényeknek Krisztusban van az újjászületésük. Húsvét a feltámadás örömteli csodája. Megújulás a természetben, megújulás Krisztusban.

Közösségünk tagjai a húsvétot megelőző nagyhétén imaséta keretében fognak imádkozni szeretett városunkért, Diósdért. A Paulus Diósd húsvéti istentiszteletén is szeretne közösségben lenni Krisztussal és egymással. Ujjongó örömmel ünnepelni, hogy Jézus feltámadt, és most is él!

Húsvéti istentiszteleti alkalmunkra szeretettel hívunk mindenkit, aki szeretne velünk emlékezni a történelem legnagyobb csodájára, és együtt ünnepelni a Krisztusban való újjászületés örömet.

Istentiszteletünk 2021. április 4-én, 9:30-tól lesz. Az online közvetítés elérhetősége és egyéb részletek megtalálhatóak a www.paulusdiosd.hu weboldalon.

Paulus Evangéliumi Közösség



„A húsvét a legnagyobb mélységeket és legnagyobb magasságokat megélt ünnepünk.” (Jókai Anna)

Diósd Város Önkormányzat képviselő-testülete nevében áldott, békés húsvéti ünnepet kívánunk településünk valamennyi polgárának!

Spéth Géza polgármester, Dr. Simon Mária jegyző

Üzenet haza

**Tisztelt diósi Polgárok,
kedves Olvasók!**

Még a kórházból írok Önöknek, de úgy érzem – annak ellenére, hogy hamarosan otthon lehetek – fontos, hogy nemzeti ünnepünk alkalmából immár megszólaljak.

Március tizenötödike mindig a friss szélben lengő zászlók, a büszkén hordott kokárdák, a Múzeumkert, az új életet hirdető tavaszi napsütésben sétáló családok napja. Petőfi lángoló szabadságvágya ilyenkor összekapcsolódik a természet ébredésével, az élet megújulásával. Sajnos idén (miként tavaly sem) ez nem adatott meg.

Százhetvenhárom esztendővel ezelőtt a nyugatról, főként Bécsből érkező hírek hatására a pesti értelmiségi fiatalok is föllekesültek, és a szabadság levegőjét megérezve forradalmat hirdettek. Vérontás nélkül megszerezték a sajtót, röpiratokat nyomtattak, és Budára, a Várba vonulva – szintén vérontás nélkül – kiszabadították az egyetlen foglyot, akit „politikai státusfogollyá” minősítettek, az első szocialista agitátort, Táncsics Mihályt. A realitás talaján álló, történelmet valóban formáló ún. „forradalmi” lépésekre azonban április 11-éig várni kellett, hiszen a szabadság felé tett első lépések Országgyűlés által hozott törvényeit ekkor fogadta el az uralkodó, V. Ferdinánd.

Happy end-el végződő történet is lehetett volna ez, ha a bécsi Udvar nem szedi össze magát, és a császárt felülbírálván nem próbálja meg leverni a rebellis magyarokat. Nem volt más választás: a Jellasi horvát bán vezetésével ránk törő császári sereggel szemben fel kellett venni a harcot, és ezzel Pákozdnál a forradalom szabadságharcra változott. Bár ezt a csatát

fölényesen megnyertük, a december 2-i „császárváltás” (V. Ferdinánd helyett Ferenc József) hosszabb harcokat vetített előre, amelyek 1849 augusztusáig mintegy 24 ezer magyar honvéd és tiszt életébe kerültek.

De milyen tanulságokat rejteget számunkra ez a nap ma?

Elsősorban azt, hogy lázadni, forradalmat csinálni csak elnyomással szemben lehet. A Habsburg Birodalomban Magyarországnak, az egykori európai nagyhatalomnak már nem volt szava. Széchenyi és Kossuth vezetésével két

gok mögött nincs társadalmi háttér – velük szemben viszont egy háromszor is kétharmados többséggel megválasztott Országgyűlés, amely eddig is a széles tömegek érdekeit képviselve éppen a magyar függetlenség érdekében áll ki a baloldali globalista elvárásokkal szemben.

Harmadsorban pedig azt, hogy mérlegre kell tennünk: mit nyerhetünk, és mit veszítünk egy forradalomnak titulált – esetleg erőszakos – hatalomátvétellel? 1848. március 15-én vér nélkül győztünk, de összességében veszítettünk 1849.

augusztus 13-ra huszonnégyezer katonaleletet (nem számítva a civileket), elvesztettük a reformkor addigi vívmányait (köztük a magyar nyelv használatának jogát), véres megtorlások és kivégzések következtek (bár nem olyan mértékben, mint Kádár alatt 1956 után), 1867-ig a Habsburg Birodalom egy tartománya lettünk:

vagyis elvesztettünk minden önállóságot és húsz évet. – És mit veszíthetünk ma? Gondoljunk vissza a 2010 előtti időkre, vagy nézzünk körül Nyugat-Európában, és megtudjuk...

Felelőtlenség, és hazaárulással ér fel ma az olyan politikai viselkedés, amely külföldi hatalmak előtt és itthon is nem létező diktatúrával riogat, miközben egy halálos világjárvánnyal kell megküzdenünk. Március tizenötödike és a szabadságharc magyarjainak szelleme ma nem parizeres lázadásra, nem a védőoltások megtagadására, nem megalapozatlan vádaskodásokra bujtogat, hanem hosszú távú gondolkodásra, felelős döntésekre és a nemzet iránti hűsége kötelez minket.

Isten segítsen ebben bennünket!

Dr. Aradszki András
országgyűlési képviselő



Így gazdálkodik Diósd 2021-ben

A veszélyhelyzet kihirdetéséről szóló 478/2020.(XI.3.) Korm. rendelet értelmében a Kormány az élet- és vagyonbiztonságot veszélyeztető tömeges megbetegedést okozó humánjárvány következményeinek elhárítása, a magyar állampolgárok egészségének és életének megóvása érdekében Magyarország egész területére veszélyhelyzetet hirdetett ki.

A katasztrófavédelemről és a hozzá kapcsolódó egyes törvények módosításáról szóló 2011. évi CXXVIII. törvény (a továbbiakban: katasztrófavédelmi törvény) 46. § (4) bekezdése alapján veszélyhelyzetben a települési önkormányzat képviselő-testületének a feladat- és hatáskörét a polgármester gyakorolja.

A veszélyhelyzetre tekintettel a mellékelt költségvetési rendelet-tervezetet saját hatáskörben fogadtam el.

A 2021. évre tervezett kiadási és bevételi főösszeg: 2.549.614.935 Ft.

Főbb bevételi előirányzatok

Az Önkormányzatok működési támogatásai jogcímen kerültek betervezésre a helyi önkormányzatok általános működéséhez és ágazati feladataihoz kapcsolódó támogatására biztosított összeg, a települési önkormányzatok egyes köznevelési feladatainak támogatására biztosított összeg, a települési önkormányzatok szociális és gyermekjóléti feladatainak támogatására biztosított összeg, a települési önkormányzatok kulturális feladatainak támogatására biztosított összeg. Összeségében: 669.978.993,- Ft.

A településen dolgozó védőnők OEP finanszírozása 28.000.000,- Ft összegben és az iparűzési adó általunk számított várható kompenzációjának összege 170.000.000,- Ft tervezett bevételt jelent.

A helyi adókból származó bevételek a jelenleg hatályos adórendeletek alapján a 2021. évben a következő összeggel kerültek betervezésre: 456.600.000,- Ft.

Az intézményi működési bevételeket 263.907.655,- Ft-ban terveztük. Ezen bevételek az intézmények szolgáltatásainak díjbevételeiből származnak így különösen: igazgatási szolgáltatási díjak, közvetített szolgáltatások, étkezésért fizetett térítési díj, általános forgalmi adó, kamatbevételek, lakbér, egyéb önkormányzati helyiségek bérbeadásából származó bevétel.

A felhalmozási bevételek előirányzata 38.600.000 Ft.

További bevételként terveztük az Érd és Térsége Hulladékgazdálkodási Társulás részére adott tagi kölcsön esedékes összegét, ami 18.299.600 Ft,- bevételt jelent.

Főbb kiadási előirányzatok

Az önkormányzat és intézményeinél alkalmazott köztisztviselők, közalkalmazottak, választott tisztségviselők, illetve egyéb munkaviszonyban foglalkoztatottak teljes előirányzatát tartalmazza, figyelembe véve a 2021. évre jóváhagyott minimálbér és garantált bérminimum összegét.

A személyi kiadások előirányzata alapján került megállapításra a járulékok összege 116.092.499,- Ft értékben.

A dologi kiadások előirányzata az önkormányzat és intézményeinek működésével kapcsolatos kiadásokat tartalmazza. Szakmai anyagok, karbantartási költségek, szolgáltatások díjai, közüzemi díjak kiadásai. Az előirányzat összege 588.263.640,- Ft.



A korábbi évekhez hasonlóan a szociális kiadások előirányzata 10.000.000,- Ft.

Egyéb működési kiadásként 75.661.759,- Ft került betervezésre.

Beruházásokra 48.559.337,- Ft előirányzatot terveztünk a teljes önkormányzatra vonatkozóan. Betervezésre került 21.538.462,- Ft önerő útfelújítási pályázathoz.

Általános tartalékra 4.401.149 Ft előirányzatot terveztünk.

A hosszú távú felhalmozási és működési célú hitelek 2021. évre vonatkozó törlesztése 73.137.996,- Ft kiadást jelent ebben az évben.

Fentiek alapján megállapítható, hogy a kiadási bevételi oldal egyensúlyban van. A zárszámadás elkészültekor a pénzmaradvány terhére reményeink szerint további minimális fejlesztéseket tervezhetünk.

A rendelet teljes szövege és a kapcsolódó mellékletek Diósd város honlapján elérhető.

Spéth Géza
polgármester

Fizetési határidő módosítása

Helyi adók: építményadó, telekadó

A veszélyhelyzetre való tekintettel Diósdon 2021. március 31-ig lehet a magánszemélyeknek pótlékmentesen megfizetni az építményadó és telekadó 2021. I. félévi kötelezettséget.

A fizetési kötelezettségeket az ügyfelek – adóalanytól függően –

az egyenlegértékesítőben megadott számlákra átutalással, csekkel, vagy az E-Önkormányzati Portálon bankkártyával teljesíthetik. Tájékoztatjuk adózóinkat, hogy a kibocsátott csekkek a QR kódjának köszönhetően alkalmasak az „iCsekk” szolgáltatás igénybevételére is.

Dr. Simon Mária
jegyző

Bővül az iskola

Magyarország Kormánya a 1051/2021. (II.15.) számú határozatával döntött az Eötvös József Általános Iskola bővítéséről. A bővítés során nyolc tanterem, szaktantermek, zenetermek, étkező és egy B típusú tornacsarnok kerül kialakításra. A tornaterem 25×30 méteres pályával rendelkezik, így kosárlabda, röplabda és teremfocin túl alkalmas (a kézilabdán kívül) minden egyéb teremsportág űzésére. Mérete lehetővé teszi, hogy egy időben, párhuzamosan két osztály testnevelés órája folyjon.

Az előkészítő munkák befejezési határideje 2022. február 28.; a kivitelezés optimális esetben 2022. év őszén kezdődhet meg. A beruházás előkészítéséről és megvalósításáról a Beruházási Ügynökség gondoskodik az Érdi Tankerülettel és az önkormányzattal együttműködve.

A projekt megvalósulásában komoly érdemei vannak dr. Aradszki András országgyűlési képviselőnek.

DH.



Lovaggá lett néptáncos

Hogyan tovább Summerfest?

Szigetvári József a közelmúltban a Magyar Kultúra Lovagja kitüntetést kapta. Az elismerés dokumentációja megszületet, de a lovaggá ütési ceremónia a pandémia okán még várat magára. Szigetvári Józsefet – bár százhalombattai polgár – a diósdiai is jól ismerik, hiszen a több mint negyedszázados múltra visszatekintő Summerfest nemzetközi folklór fesztivál megálmodója, szervezője, művészeti igazgatója. Egyébként 2010 óta a százhalombattai Barátság Kulturális Központ igazgatója, a Pesovár Ferenc Alapfokú Művészeti Iskola alapítója, a Folklór Fesztiválok Magyarországi Szövetségének alelnöke, és az UNESCO stratégiai partnereként működő International Council of Organizations of Folklore Festivals and Folk Arts nemzeti képviselője.

– A hetvenes években gimnazistaként találkoztam közvetlenül a néptáncos. Annak ellenére, hogy nagymamám az Állami Népi Együttes egyik alapító tagja volt (az Ecseri Gyöngyösbokréta Együttest vezette, és nem kis része volt az Ecseri lakodalmas című világhírű műsor színpadra állításában) gyermekkoromban valahogy kimaradt a néptánc. Legnagyobb szerencsémre, az kezdet kezdetén az éppen indulófélben lévő táncházmozgalomba sikerült bekapcsolódnom, ott voltam a legendás Liszt Ferenc téri első táncházban, és ámuló szemekkel néztem a táncolókat. Aztán a Kassák Klubban jártam, ahol megismerkedtem Halmos Bélával, Sebő Ferencsel, Sebestyén Mártával. Mindezek, és gimnazista barátaim hatására (akik szép számmal táncoltak különböző együttesekben) egy kettőre egy néptáncegyüttes próbatermében találtam magam. Ennek immár negyven éve. Azóta sem tudtam elszakadni. 1983-ban, amikor az első gyerekcsoportomat kezdtem vezetni az érdi Művelődési Központban, majd 1984-ben, amikor a Forrás Néptánc-együttest megalapítottam (akkor még senki, én sem tudtam, hogy a néptáncszakkör egyszer a Forrás lesz), eszembe sem jutott, hogy egy szép

napon a próbatermi munkát felváltja az igazgatás. Ha megválaszthatnám, hogy melyik az élvezetesebb (tanítani, vagy vezetni) biztos az első mellett voksolnék. Persze az utóbbinak is meg van a maga szépsége, de nem tud olyan szép és lélekemelő lenni, mint a próbatermi munka. Szeretem a néptáncot, küldetésnek tartom az életben tartását, hiszek a közösség

erejében, és megkérdőjelezhetetlenül fontosnak érzem a nemzeti kultúra védelmét. Éppen ezért, megfigyelve a napjainkba végbemenő társadalmi és kulturális változásokat, egyre több dolgom akad.

– **A Summerfest 2018-ban volt huszonöt éves, 2019-ben még „rendesen”, de tavaly már online rendezték.**

– Bolíviától Szenegálig, Tajvantól Amerikáig számtalan országból érkeztek fellépők Százhalombattára a jubileumi Summerfestre. A fesztiválon az elmúlt 25 évben 112 ország vett részt. A rendező városhoz idővel több település, így Diósd is csatlakozott.

Sok külföldi fellépőt vendéglátó magyar családoknál helyeznek el, így az elmúlt negyed században évben számtalan barátság alakult ki, sokan később is visszatértek látogatóban a városba.

A jubileumi programsorozat díszvendége Kárpátalja volt, hogy ezzel is ráirányítsák a figyelmet a legveszélyeztetettebb helyzetben élő magya-



rokra, heroikus küzdelmükre. Ennek a projektnek az eredményeként született meg a Kárpátalja táncegyüttes is, amelynek a premierje 2018. augusztus 17-én volt Százhalombattán. A kezdeményezés célja, hogy hitelesen prezentálja és továbbörökítse a kárpátaljai magyar néptánc örökséget. Mindig nagy figyelmet fordítunk arra, hogy autentikus műsor várja a közönséget, így a színpadon hagyományos néptáncot láthatnak az érdeklődők, eredeti viseletekben és zenei megfogalmazásban.

Az online verzió egy érdekes tapasztalás volt. A tematikát természetesen ez esetben is felépítettük, létrehoztunk egy tv-stúdiót Százhalombattán, és esténként három óras magazinműsorral jelentkeztünk. Az online-ba meghívott vendégek kiváló partnerek voltak, így gyakorlatilag minden megcsináltunk virtuálisan, amit élőben tettünk volna. Persze a személyes találkozások, beszélgetések, a fesztiválunk semmivel össze

nem hasonlítható hangulata és a vendéglátó családokban évtizedek alatt kialakult örömteli várakozás hiányzott, ami legyünk őszinték, nem pótolható.

– 2021-re készülnek?

– Igen, de természetesen nem tudhatjuk, mit hoznak a következő hónapok. A Summerfest 60-70 ezres nézőszáma nálunk nem egy adott napon gyűlik össze, hanem a rendezvény tíz napja során a különböző helyszíneken. Tehát klasszikus, egy adott időben megvalósuló tömegrendezvényről nem beszélhetünk. Nem tudjuk, miként alakul a meghívott országokban a nyitás, hogyan éled újra a légiközlekedés, milyenek lesznek az átoltottsági mutatók, szóval sok még a bizonytalanság, nem beszélve az emberek teljesen érthető félelméről. Ezért én úgy látom, hogy 2022-ben lesz az igazi visszatérés. Ha idén mégis lesz Summerfest, azzal egy célunk lehet: az emberi alkotókedv fenntartása. Szűkebben értelmezve, idén foglalkozunk saját magunkkal,

saját nemzeti kultúránkkal. A Trianon, meg a Covid által szétépett közösséget próbáljuk meg ismét „összehegeszteni”, felkészülve így arra, hogy 2022-ben újfent jönnék a külföldi néptáncosok. 2021-ben megmutatjuk a Kárpát-medencei magyar menyegzők szokásvilágát, legszebb hagyományelemeit egy dramaturgiai folyamatba ágyazva, hazai, mintegy háromszáz táncost kitevő együttesek közreműködésével.

– Szokott még táncolni?

– A színpadi táncnak vége, táncházban bármikor. Mostanság már sokkal jobban izgat a koreográfia, a dramaturgia. A tavalyi évtől független táncegyüttes lett a Forrás, ami az amatőr társulatok tekintetében egyedülálló, s ez sok feladatot ad. Van ugye a kísérletező táncszínház, és van az autentikus repertoár; e kettőt kell egyenúlyban tartani óvva az értékeket, de keresve az új megoldásokat is.

Király Ferenc

Magas a magyarok vakcinák iránti bizalma

A koronavírus-járvány harmadik hulláma ugyan felszálló ágban van, azonban a beoltottak száma hazánkban meghaladta az egy millió főt. Magyarországon már ötféle, a szakhatóság által engedélyezett oltóanyag áll rendelkezésre, így reális esély nyílt a járvány gyorsabb, de fokozatos visszaszorítására. Felmérül a kérdés, hogy a magyar lakosság vajon hogyan vélekedik a vakcinációról, valamint az egyes oltóanyagokról?

A Századvég felmérése rámutat, hogy a magyarok – az orvostudomány álláspontjával összhangban – a vakcinában látják a koronavírus megállításának garanciáját. A megkérdezettek 80 százaléka gondolja úgy, hogy a járvány kizárólag akkor fékezhető meg, ha az emberek a szükséges arányban megkapják a védőoltást, ezzel szemben a 18 százaléuk nem ért egyet ezzel az állítással. E képbe illeszkedik, hogy a válaszadók több mint háromnegyede



(78 százaléka) nagyobb egészségügyi kockázatot lát a koronavírussal való megfertőződésben és ennek következményeiben, mint a vakcinák esetleges mellékhatásaiban.

A baloldali politikusok megnyilvánulásai ellenére a magyar emberek bizalommal viszonyulnak a keleti eredetű vakcinákhoz is. A felmérés rávilágít, hogy a magukat beoltatni tervezők, vagy a

már beoltottak 71 százaléka elfogadná, illetve elfogadta a felajánlott orosz vagy kínai oltóanyagot, ezzel szemben a 23 százaléuk inkább egyéb vakcinákra vár, illetve várna.

Érdekesség, hogy a kínai védőoltást a megkérdezettek 58 százaléka biztonságosnak tartja, míg az orosz oltóanyag esetében a 63 százaléuk vélekedett ugyanígy. Azoknak az aránya, akik egyik vakcinát (orosz, kínai, amerikai, brit stb.) sem tartják biztonságosnak, mindössze 11 százalékra tehető.

forrás: Origo

Kórusmuzsika az online térben

Kórusok Téli Éjszakája 2021

A Diósd Női Kar tagjai immár egy éve online készülnek arra a várva várt időre, amikor végre élőben koncertezhetnek, addig is a kényszerű bezártság nyomását tanulással enyhítik.

A Kórus rendszeresen részt vett a Kórusok éjszakája országos rendezvényeken, így természetes volt, hogy csatlakozott az igen érdekes technikai kihívásokat ígérő online Kórusok Téli Éjszakája 2021 címmel futó országos rendezvény felhívásához.

A nagy népszerűségnek örvendő a Kórusok Éjszakája 2020 – Hangot az online térnek! országos online rendezvényen már énekelt a női kar tavaly tavasszal így nem okozott gondot a rendezők által kért felvételek elkészítése. Az online térben hallható produkción több száz énekes szigorúan összevágott felvételein hangoztak el a szervezők által kért művek, melyeket egyébként erre az alkalomra írtak neves zeneszerzők.

A 2021 februári a Kórusok Téli Éjszakája virtuális kórustalálkozóának az is a küldetése volt, hogy a járvány helyzetben kicsit felrázzák az embereket, a kórusmuzsika eszközeivel reményt adjanak. A szervezők a nagy sikernek örvendő Kórusok Éjszaká-

ja rendezvény kistestvéreként, hagyományteremtő céllal hívták életre 2018-ban a Kórusok Téli Éjszakáját, melyet a járványügyi korlátozásokra való tekintettel ezúttal az interneten rendeztek meg február 20-án. Az ötletgazda és lebonyolító Csíkszerda Egyesület önkénteseinek fő célja, hogy népszerűsítsék a kóruskultúrát, felhívják a figyelmet az éneklés örömeire, és megmutassák, a zene összeköt bennünket, amire napjainkban talán még inkább szükségünk van.

A 2021-es év dalát 30 kórus 320 kórustagja és 41 egyéni énekes adta elő – többek között Csepella Olivér, Göttlinger Pál, Grisnik Petra és Vecsei H. Miklós. A zenét Tóth Árpád, a Csíkszerda kórus karnagya szerezte, a szöveget pedig Csepella Olivér, a Csakneked-kislány tánczenekar szövegírója írta. Közös szerzeményük mindannyiunkat arra biztat, hogy már csak rövid ideig kell kibírnunk, hiszen itt van a várva várt tavasz, magunk mögött tudhatjuk a telet, és – reményeink szerint – a hosszú nyúlt karatén időszakot is, erre utal a dal címe: Szorítsatok.

A dalt a kórusok tagjai és az énekesek egyaránt otthonaikban tanulmányozták meg, Tóth Árpád online szölam-

próba videóinak segítségével, majd ki-ki egyénileg rögzítette azt, a végeredmény pedig – többek között – a Csíkszerda kórus tagjai közül kikerülő vágók keze munkáját dicséri. Így született meg a közösségi összefogás erejével a Kórusok Téli Éjszakájának legújabb szerzeménye.

A résztvevő kórusok: az Argenteus Hangműhely, a Budapesti Lantos Kórus, a Camerata nőikar, a Capella Silentium, a Chorus Matricanus, a Cisz-harmónia énekegyüttes, a Concentus Novus, a Contrapunto Kamarakórus, a Csíkszerda, a Diósd Női Kar, a Hangképző, az Inferno Minor Kórus, a Jazz And More Kórus, a KisSingers, a Korona énekegyüttes, a KVVKamarakórus, a Linum Vocal kamarakórus, a Magyar Vöröskereszt Canterino Kórusa, a Musica Ludens Kamarakórus, a PálFeri kamarakórus, a ProVocal, a Sarlós Boldogasszony Kórus, a Song Factory Budapest a SoulAir kamarakórus, a Staccato, a Szinkópa, a Tó mellék24, a Tutti Cantabile, a Vass Lajos Kórus és a Vox Mirabilis kamarakórus.

Az elkészült felvétel a YouTube-on a Kórusok Téli Éjszakája 2021 online: Szorítsatok címmel nézhető meg.

Benkő Judit



„Evezz a mélyre!”

Miben áll a valódi nagybőjt?

Az a tapasztalat, hogy a keresztények jelentős hányada nem tudja, hogy miről szól a nagybőjt. Ennek oka egyrészt a nyelvezet. A magyar egy értelmező nyelv, nem a mélyét tárja fel valaminek, hanem a gyakorlati részét. Mi „nagybőjt”-öt mondunk, mert ez a leghosszabb böjti időszakunk, és a böjt alatt is valaminek az elvonását értjük. Eredetileg, illetve a régebbi liturgikus szövegekben Szent Negyven Nap a neve ennek az időszaknak, ami két dolgot jelöl: a negyven nap alatt, vagyis húsvétra váljunk „szentté”, és hogy ezen idő alatt szent dolgokat cselekedjünk.

Itt pedig érdemes lenne tisztázni, hogy mi nem a Nagyböjt. A böjt soha nem egészségügyi kúra, nem erről szól. Része lehet, hogy valamennyire rendezzük az egészségünket is, de nem ezért csináljuk. Krisztusért, a keresztségünkől fakadóan tesszük, a húsvét misztériumában.

A másik: a böjt nem szenvedés! Aki úgy böjtöl, hogy szenved, annak érdemes átgondolnia, hogy mit csinál rosszul – ugyanis nem arra hívja meg az Isten, hogy szenvedjen, hanem arra, hogy Krisztus szenvedését szemlélve még jobban megismerje Isten misztériumát. Nem azt kéri, hogy beleszakadjunk. Emlékezzünk: működtek olyan elítélt eretnek mozgalmak az Egyházban, amelyek túlhangsúlyozták a szenvedést. Az, hogy bizonyos esetekben lesznek olyan érzéseink, amelyek szenvedést okoznak, lehet a böjt része – de a célja nem.

Végül pedig a böjtölés nem lehet kérdés tárgya. Fontos, hogy én nem kérhetem számon másokon, hogy ők miért nem böjtölnek. A böjt nem kényszer és nem parancs, hanem meghívás. A húsvéti vigília kezdetén, a tűzszenteléskor is elhangzik, hogy az Egyház – azaz: Krisztus – meghív



a közös ünneplésre. Vagyis a felsorolt három dolog biztosan nem a böjt.

Akkor miben áll a valódi „nagyböjt”? A rossz fogalomhasználat miatt mindenkinek a böjt ragadja meg a figyelmét: „én most erről mondom le, arról mondom le stb.”. Pedig a nagyböjti idő célja húsvét ünnepének előkészítése. Tehát arról van szó, hogy nagyon komolyan vesszük a húsvét és a feltámadás misztériumát. Azonban, mivel ez misztérium (azaz: titok), az emberi ész számára nem felfogható, ezért fontosak a gyakorlatok, az előkészületek, hogy még jobban átélessük, miről szól a húsvét.

Egy felnőtt keresztényt az Egyház alapvetően három dologra hív meg a Szent Negyven Napban: imára, alimizsnálkodásra, végül böjtre.

Amikor az Egyház a nagyböjtben imára hív, akkor azzal az imaéletünk megváltoztatását is kéri. Erre azért van szükségünk, mivel az imaéletünk betokosodik. Nagyon fontos, hogy amikor imádkozunk, nem egy ismeretlen, megfoghatatlan valakivel kommunikálunk, hanem konkrét személlyel. Persze nem kisajátítva jelenik meg Isten, mint „haver” – a helyes istenfélelemnek meg kell maradnia. Vagyis Krisztus az imában példát adott az apostoloknak, akik tanakodtak, vajon miért nem tudnak imádkoz-

ni. Hát azért, mert egy távoli valakihez imádkoztak – aki valójában Atya, mindig itt van a közelben, számíthatunk rá.

A másik az alimizsna (a görög „eleémoszüné”, azaz „irgalmasság” szóból). Nálunk, keresztényeknél az alimizsna nem a pénz odaadását jelenti. Ma ez a leg-egyszerűbb: elutalom, átadom és le van tudva. De a normális keresztény szemléletben az alimizsna alapvetően tetteket és cselekedeteket jelent. Ez az irgalmasság testi és lelki cselekedeteinek gyakorlása. Az alimizsna kifejezést ma már nem nagyon alkalmazzuk, sokan össze is keverik a perselypénzzel meg a karítász-adománnyal. Azonban ez egy feladat, amit én megteszek, amit meg kell tennem, és nem csak a Szent Negyven Nap alatt. És ez soha nem pénzt jelent, hanem minőségi odaadást. Vagyis nem egy pátosszal átadott dolog, hogy „neked most erre van szükséged, tessék”, hanem kicsit magamat is odaadom, mivel megértem a másik szenvedését, együttérzek vele, és ebből ismerem fel azt is, hogy mire van szüksége. Ekkor döbbenünk rá, hogy mennyire képesek vagyunk a jóra. És fontos, hogy ezt örömmel tegyük, mert ha szenvedünk közben, akkor nem őszinte.

Végül maga a böjt alapvetően két dolgot jelent: az egyik az önnevelés. Fontos tudatosítani, hogy a gyónásban a bűnt az Isten elvette, de a hajlamot, a rossz szokást nem. Ezt kell kinevelnem magamból. A gyerekeket a szülők és a tanárok, edzők, egyéb pedagógusok nevelik. De a felnőtteket ki neveli? Ő csak önmagát tudja. Ez a nézet végig megvolt az Egyház alapértékeiben, a szerzetesrendek is e köré épültek. Több olyan dolog van, ami segíteni tud minket az önnevelésben: a bűn elleni harcot fel kell ven-

nem, erre megvannak a fegyverek: az erények, amelyeket gyakorolnom kell, ki kell fejlesztenem magamban.

A másik az önuralom: az ösztönökön, érzelmeken és kísértéseken egyszerre kell uralkodnom. A Szentírás nagyon sokat beszél erről. A szentgyónás bánatimájában is elhangzik, hogy „a bűnt és a bűnre vezető alkalmakat kerülöm”. Ezt a mondatot nagyon bátran odatesszük mindig a gyónás végére, de legyünk őszinték, ez az első, amit mindig megszegünk, hiszen nem tudunk uralkodni magunkon. Ez azt jelenti, hogy megkötöm magamat, mert meg kell. És ezt támadja a liberális gondolkodás, mondván: „jaj, hol a szabadság és az emberi méltóság!”. De pont ez védi az emberi méltóságot – mert felismertem a gyengeségeimet! Megjelenik benne, hogy félttem magamtól a többieket, hogy ne egyből robbanjak, ne megüsselem vagy lekiabáljam a másikat.

Ehhez viszont fontos, hogy úrrá legyek a kísértéseken, ösztönökön és érzelmeken. A kísértés elutasítása nem elég, hiszen akkor szenvedek tőle, és ugyanúgy jelen van az életemben. A „gyakorlás”, „kiművelés” már a görög filozófiában megjelenik, és a gondolkodó emberrel párosul, aki erényessé képzi magát. Ez a kereszténység alapfogalmává válik, csak hát a XXI. századra elfelejtettük ezt is, pedig nagyon szépen megjelenik már az ókori egyházatyáknál. Ha azt mondom: askézis, sajnos mindenki előtt megjelenik egy önmagát korbáccsal véresre verő figura. De valójában az askézis hitből fakadó életmódot jelent: módszeres, fokozatosan növekvő erőfeszítést az erények megszerzéséért Krisztus követésében. Kemény és következetes küzdelmet, melynek célja a tökéletes, bensőséges hasonlóság Krisztussal.

Ezt kell a nagybőjtben elérni. Ha egyszerűen csak megvonok magamtól dolgokat, az csak egy felszínes cselekvés. Merjünk a mélyére, az igazi szépségére tekinteni, és akkor Krisztussal találkozunk. A nagybőjt üzenete, amit Jézus is kért Pétertől, Szent János Pál pápa pedig a mai kor felszínes emberétől: „Evez a mélyre!”

(A vasarnap.hu nyomán
összeállította: Eöry Zsolt)

Életre kelt a két Lotti

Farsang a Szent Anna Szeretetotthonban



A Covid járvány miatti teljes bezárást egyre nehezebben – de nagy fegyelmekkel – viselő lakóink lelkesen készülődtek az idei farsangra, melyet február 15-én tartottunk. Szívesen vállalták, sőt ötleteikkel segítették a jobbnál-jobb jelmezek bemutatását.

A hercegi pár (fenti képünkön) előtt életre kelt többek között a két Lotti, a két kisegér Inci-Finci, egy kártyalap a

magyar kártya pakliból, arab kereskedő, cowboy lány, szépséges dáma, egy kiváló focista a Fradiból. A séfünk nemcsak főzni tudott, hanem egy nagyon szép népdalt is elénekelt a résztvevőknek. A telt jelképező hőember mellett a közelgő tavaszt a 99 éves Marika néni hirdette virágáruslányként. A vidám zenét, nótákat Károly bácsi szolgáltatotta tangóharmonikán, aki a korábbi idők napi ünnepségen fellépő kórusunkat is kísérte.

A jelmezbemutató mellett a farsangi műsor még színvonalasabbá tételéhez a dolgozók is aktívan hozzájárultak. Az Adóbevallás című vidám jelenetet és egy látványos esernyős táncot adtak elő a lakók nagy örömeire. Mindnyájan remekül szórakoztunk, hiszen tudjuk: a nevetés gyógyít!

Subositsné K. Katalin

A két Lotti idősen de vidáman



Hajrá Fradi!



Az önkritika építő ereje

Életünket tapasztalati mintákból állítjuk össze, igen büszkéek vagyunk vélekedéseinkre, meggyőződéseinkre, eszméinkre. A megszokott oldalakat követjük az interneten, a hasonló tartalmakat olvassuk és nézzük a hasonló tévéműsorokat, filmeket. Mindig ugyanabban az üzletben vásárolunk, ragaszkodunk régi szokásainkhoz, változatlanul végezzük tevékenységeinket. Ha kizárjuk az egyéb lehetőségeket merevebbé, rugalmatlanná válnunk, beszűkül a gondolkodásunk. Idézem Daniel Dennett, amerikai filozófus sorait: „Dicséretes, hogy ragaszkodsz az álláspontodhoz - de ne feledd: a hagyományhoz való ragaszkodás nem elég. Folyton meg kell kérdezned magadtól: mi van, ha tévedek?”

Felvetéseink tartalmazhatnak aggályokat és lehetünk bizalmatlanok, az egészséges kétely segítheti a jó döntések meghozatalát. Fenntartással élhetünk nem csak mások véleménye iránt, hanem saját igazunkat is felülírhatjuk. Minap meséli egy fiatal: „Szívesen beszélgetek a kortársaimmal. A társalgások végén néha arra döb-

benek rá, hogy többre tartom magam a beszélgetőtársamnál. Ezt gyakran észlelem. Ilyenkor dühös vagyok magamra. Hogy lehetek ilyen?! Ők engem mindig elfogadnak, rendeseek velem. Én is szeretnék jó ember lenni!” Az önkritika egyben önreflexió is, mert önismeretünket fejlesztjük általa. Minden mozzanata az előrelépés esélye is, kedvesebbek leszünk önmagunkhoz, együttérzők mások iránt.

„Az ember legszigorúbb kritikus a nagyon sok esetben saját maga.” – idézem Csíkszentmihályi Mihály gondolatát. Érdemes néha önvizsgálatot tartanunk. Elgondolkodni a csend letisztultságában. Gyakran azt hisszük, hogy észlelésünk, véleményünk, benyomásunk tiszta és valódi. Ha kijelentünk valamit, úgy gondoljuk, hogy az egy örök igazság. Érdemes vizsgálatnak alávetni a kapott információkat, amikor tájékozódunk, hallunk, olvasunk valamit. Szűrjük meg az információkat mielőtt „készpénznek vesszük” és továbbadjuk őket. Nyugodtan kételkedjünk, hogy megbizonyosodhassunk! Az egész-

séges kétely egyben érdeklődővé tesz, szélesebb horizonton gondolkodunk. Aktívabbá, éberebbé válunk, ami lelki egészségünk szempontjából nagyon fontos. Ez érvényes aktuális helyzetünkben is, a járvány idején is, amikor eláraszt minket az információözön, a hírek sokasága és bizonytalanra tesz. Kiszolgáltatottságot érzünk, lelki zavartságot, még akkor is, ha úgy érezzük, rendben van személyes életünk, egészségesek vagyunk. A helyzet kiszámíthatatlansága még így is elvárásokat támaszt, kételyt szül, önkritikára késztet.

Minden nehézség egy lehetőség arra, hogy tanuljunk, bővítsük tapasztalatainkat és tárgyságunkat. Tegyük meg mindent, keressünk kreatív megoldásokat, hogy minél többet nyerjünk minden „embert próbáló” helyzet által. Ha vannak dolgok, amelyekre hatással lehetünk és módunkban áll változtatni, szenteljünk rá időt: így életünk teljesebbé válik. Amit vizsgálunk kell, amire igazi ráhatásunk van, mi magunk vagyunk. Kezdjük magunkon a változtatást. Észleljük időben, hogy nem a világot kell megváltani, hanem személyes fejlődésünkre kell alapozni, ehhez nélkülözhetetlen önmagunk időnkénti kritikus szemlélete. Aminek ura lehetünk, az saját magunk, a gondolkodásunk, a tetteink, a viselkedésünk, a szemléletmódunk. A körülmények folyton változnak, új helyzetekkel találjuk szembe magunkat, amit nem befolyásolhatunk. De azt, hogy arra hogyan reagálunk, igen. És ez a lényeg. Koncentráljunk arra, amire van ráhatásunk, amit tehetünk. Tanuljunk meg jól dönteni. Döntéseink meghozatalában sokat segít, ha képesek vagyunk távolságot tartani, objektíven látni a helyzetet, és nem fordítjuk át a döntési helyzetet krízis helyzeté.

Szabó Gyöngyvér,
egészségfejlesztő mentálhigiénikus,
kommunikációs készségfejlesztő
gyonszab@gmail.com,
+36 30 630 70 23



Elkészült a TICTAC projekt kiadványa

Az Európai Unió Erasmus+ programja keretében 2019-2021 időszakban valósul meg a TICTAC – Itt az idő nemzeti együttműködésre: aktív városok című projekt, amelyben hat partner vesz részt hat különböző európai országból; vezető partner a prágai Európai Fejlesztési Ügynökség, és partnerként vesz részt Diósd Város Önkormányzata is. (előzmény: Diósdhéjban, 2020. július)

A projekt célja az, hogy felhívja a figyelmet az európai programokra, ill. projekt lehetőségekre az önkormányzatokban, a regionális közigazgatásban és más közintézményekben dolgozó személyek számára. Azokkal a programtípusokkal foglalkozunk, melyek közvetlenül az Európai Bizottság pályázati szervei útján érhetők el, és a támogatott projektek nemzeti együttműködés keretében valósulnak meg.

A TICTAC Útmutató egy innovatív informális oktatási ismeretanyag, amelyet bármely közintézményekben dolgozó munkavállaló vagy a helyi közösséggel kapcsolatos problémák megoldása iránt érdeklődő felnőttek használhatnak. Az útmutató elkészítésének folyamata a projektpartnerek tapasztalataira és szakértelmére épült, figyelemmel a projekt célcsoportjaival kapcsolatban elvégzett igényfelmérésekre is. Bemutatásra kerülnek a pályatzkészítés főbb szempontjai és gyakorlati lépései is.

A 79 oldalas, számos illusztrációval színesített Útmutató lényeges információkat tartalmaz az Európai

Uniótól származó finanszírozási lehetőségekről azokban az ágazatokban, amelyekben a célcsoport munkatársai dolgoznak, bemutat továbbá sikeres projekteket, amelyek növelhetik a motivációt a további munkához.

uniós programok és pénzeszközök célja a polgárok életminőségének javítása a legfontosabb érdeklődésre számot tartó területeken, mint például az oktatás, a szociális és a gazdasági szektor. A főbb programok az alábbiak:

Erasmus +, Európa a polgárokért, Európai Szolidaritási Testület, Kreatív Európa, COSME, Európai Hálózatfinanszírozási Eszköz, Fogasztói Program, EU Segélyszolgálati Önkéntesek, Menekültügyi, Migrációs és Integrációs Alap (AMIF), Foglalkoztatási és Szociális Innováció (EaSI), Horizont 2020, LIFE, Jogok, Esélyegyenlőségi és Állampolgársági Program (REC), Interreg, URBACT.

Az Útmutató fő fejezetei: Az uniós finanszírozási lehetőségek áttekintése. - Az EU-támogatások jelentősége városok és regionális igazgatás számára. - Útmutató ezen a lehetőségek hatékony felhasználásához. - Sikeres projektek legjobb gyakorlatainak példái.

További információ:
<https://tictac-project.eu/>



TICTAC



Fontos szempont, hogy uniós támogatások olyan konkrét projektek kivitelezéséhez szerezhethők meg, amelyek hozzájárulnak az EU politikáihoz. A támogatás mindig meghatározott célt szolgál, amelyet a pályázati kiírás ismertet. Sok esetben az EU hozzájárulása mellett elvárt, hogy a kedvezményezett társfinanszírozást nyújtson.

Az Útmutatóban bemutatjuk a 2014–2020 közötti többéves pénzügyi keret (MFF) programjait, és előre vetítjük a következő, 2021-2027-es időszak programtípusait is.

A települési és a regionális közigazgatás számára rendelkezésre álló főbb

A Tavaszköszöntő elmarad

Áprilisban a város egyik nagy kulturális és hagyományőrző rendezvényére készülnek a diósdiak, ahol jó szokás szerint vendégül látják a testvértelépülések

küldötteit is. Azonban a jelenleg hatályos vészhelyzeti előírásokat betartva az önkormányzat nem szervezheti meg a hagyományos Tavaszköszöntő Fesztivált.

Reméljük, hogy a veszélyhelyzet enyhülésével hamarosan újra találkozhatunk és közösen ünnepelhetünk.

DiHé

Az Ismerős Arcok többször vendégeskedett a Tavaszköszöntőn



Használd a kötöttet!

A Budapesti Agglomerációs Vasúti Stratégia (BAVS) a fővárost és agglomerációját érintő elővárosi kötött-pályás közlekedésnek, azaz a MÁV

elővárosi vasútvonalainak, illetve a HÉV-vonalaknak a fejlesztéséről szóló, átfogó, hosszú távú célokat és az ezek eléréséhez szükséges fejlesztéseket meghatározó dokumentum,

amely új alapokra helyezi a vasút és a HÉV-ek szerepét Budapest és térsége életében. A Stratégia azt a célt tűzi ki, hogy 2040-ig tartó, átfogó és egymásra épülő, komplex beruházások megvalósítása révén, összességében 80%-kal növelje az elővárosi vasútvonalakon utazók számát és ezzel csökkentse a Budapestre terhelődő autóforgalom környezeti, egészségügyi és gazdasági terheit.

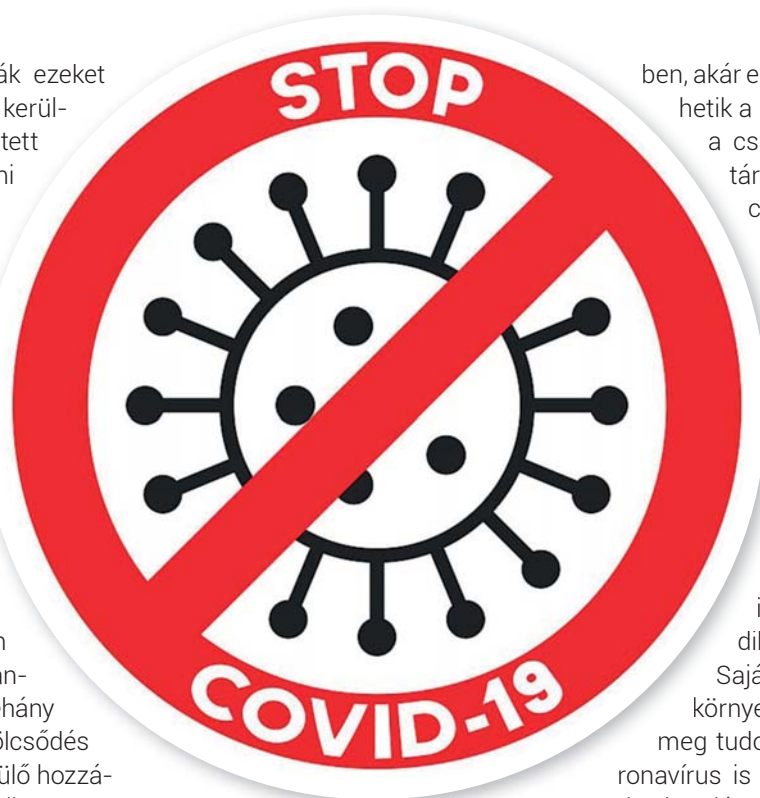
A Stratégia részletes intézkedési tervet, vonalankénti fejlesztési tervet tartalmaz. A stratégia dokumentumai megismerhetők a www.budapestvasut2040.hu oldalon.



Harmadik hullám a bölcsődében is

Remélhetőleg mire olvassák ezeket a sorokat, már feloldásra kerülhet az időközben bevezetett korlátozások többsége. Ami bizonyos, hogy a köznevelési intézmények zárva vannak, kivételes lehetőségként ügyeletet biztosítva. A bölcsődék – segítséget nyújtva a szülőknek akár munkahelyen, akár otthonról kell dolgozniuk, tanulniuk a nagyobbakkal – nyitva vannak.

Aki ismer, tudja, hogy vallom, mi a családokért vagyunk, és ezt képviselem az intézményünkben. Ugyanakkor elgondolkodtatott néhány gyermekes – nem csak bölcsődés korú gyermeket nevelő – szülő hozzáállása a környezetemben. Elismerem, nehéz otthon egy kis gyermek mellett tanulni egy nagyobbbal, vagy akár még dolgozni is, ezért természetesnek tartom, hogy számosan igénybe veszik a bölcsődei ellátást, az óvodai felügyeletet. Vannak azonban olyan szülők, akik egy picit segítséget igénybe véve, vagy akár anélkül is megtudnák oldani, hogy ne adják gyermeküket intézménybe a korlátozások idejére. Bölcsődébe, óvodai ügyeletbe viszik gyermeküket, mert elfáradtak, mert belefásultak az egy éve tartó vírushelyzetbe vagy, mert így könnyebb az életük.



Több szülő jelezte a bölcsődénkben, ha ügyeleti rendszer lesz a tavalyi évhez hasonlóan, akkor nem jönnek, otthon maradnak, de ha az intézmény nyitva van, igénybe veszik az ellátást. Nem vagyunk egyformák, nem is terhelhető mindenki ugyanúgy, de kérem az utóbbi csoportba tartozó szülőket is a felelős gondolkodásra, ha ezt a helyzetet átvészeltük is, mert jöhet újabb, más jellegű helyzet, ami újabb kihívást fog jelenteni mindannyiunk számára.

A bölcsődés korú gyermekeket ritkán tesztelik, ők általában könnyeb-

ben, akár egynapos lázzal átvészelték a betegséget, de egymást, a családtagjaikat, a munkatársainkat, és általuk az ő családtagjaikat is megbetegíthetik a koronavírussal és más fertőző betegséggel is. Ez, különösen a jelenlegi helyzetben, további betegség kialakulásához is vezethet. Nem tarthatjuk egymástól és magunktól távol a kicsiket, és akár hányszor fertőtlenítnünk is, a veszély ott leselkedik az intézményekben is. Saját tapasztalatból és az környezetemben látottakból is meg tudom erősíteni, hogy a koronavírus is eltérő súlyú betegséget okozhat látszólag erős, más betegségtől mentes emberekben is.

Bízom benne, hogy a következő lapszám hasábjain már arról írhatok, hogy személyesen tarthatjuk a beírást a bölcsődében, és lehetőségünk lesz ismét a családi napunk megszervezésére. De most még kérek szépen mindenkit, segítsen minket abban, hogy a lehető legkisebb egészségkárosodással mielőbb túljuthassunk ezen a helyzeten!

Dr. Kósi Brigitta
intézményvezető





Vukovári Panna
Mumusszelídítő
Betegségűző kézikönyv

KORNÉTÁS

*	MEG- LEPŐDVE MONDJUK	HÁZ ÉS TÖRT JELZŐJE IS LEHET!	LÁGY HANGSOR	A HIDRO- GÉN VEGYJELE	Ő ...; GÁRDONYI GÉZA HÖSNŐJE	KÖNNYEZ- VE BÜ- CSÚZTAT	CSUKOTT, LELAKA- TOLT	TÁVOLI ELŐD	A NITROGÉN VEGYJELE	... HÁMBÓL; MULAT	ANNAK A TULAJ- DONA	*
1												M
MOSÓPOR MÁRKÁJA				ISKOLAI TANULÓ BÉLES- ANYAG					BECÉZETT IZABELLA NYOMDÁSZ V. (IZIDOR)			
GOMBOT RÁÓLT								CIPÓ- PASZTA ABBÓL AZ IRÁNYBÓL				
... FITZ- GERALD; AMERIKAI ÉNEKESNŐ					BACSO FILMJE KÖRHÁZI DOLGOZÓ						URÁNIUM FIATALABB FIVÉR	
A TILTÁS EGYIK SZAVA				GYORS- POSTACÉG BÖRTÖNBE CSUK			ÉNEKMON- DÓ (VOLT) ORRA BUKIK					
ÉHES ÁLLATOT ELLÁTÓ						R, KIEJTVE MŰTÁRGY MÁSOLATA				A KOBALT VEGYJELE DERÉKSZÍJ KAPCSA		
2		NÉVELŐ MAJDNEM ÍGY!	RENDELLE- NESSÉG	BIGYÓ, KÜTYÜ	KOLUMBIA FŐVÁROSA	ÓSDIVÁ VALÓ KÁRTYA- JÁTÉK			CSAPAT- KAPITÁNY VERDI HÖSNŐJE			
FOLYAMI JÁRMŰ						A PINCÉREK EGYIKE CIGÁNY NYELV					BELGA AUTÓJEL PRÓBÁT ELVISEL	
HITELT ÉRDEMLŐ MÓDON BIZONYÍT					DIAGRAMOS TRÉFÁL- KOZIK			KÖZKATO- NA (BIZ.) JÉGKRÉM- MÁRKÁ				
RÓMAI 50-ES		CSAKHOGY ... PLAY; SPORTSZE- RŰ JÁTÉK					DOHÁNY- ALKALOID A BEATLES DOBOSA V.					
ÁLTALÁNOS FORGALMI ADÓ, RÖV.			OLAJ, ANGOLUL TURÁNI ÓRIÁSTÓ			SÖRT ÉRLEL NEM IS ITTENI!				ÁTNYÚJT (NÉPIES) AUTÓ- MÁRKÁ		
ALSÓ RÉSZÉBŐL INDUL A NYELŐCSŐ				... RICA; ORSZÁG KISÉRETÉ- BEN			FARMER- MÁRKÁ MONGÓLIAI VADLÓ					
BEZI HATÁRAI!		TETEJÉRE DOB KIVÁGOTT FATÖRZS				... TROLL; HEINE-MŰ BŰTOR- ANYAG			OROSZ ÍRÓ (ILJA) RENDEZŐ (CSABA)			
ERRE...; TÖBB KÜ- LÖNBÖZŐ IRÁNYBAN				KÜLÖN- BÖZIK ... JOHN; ÉNEKES			ÉSZAKI VÍZIMADÁR AMINŐ				ÉVKEZDET! SHAKES- PEARE LÉGI TÜNDÉRE	
NORVÉG AUTÓK JELZÉSE		KARJÁBA SZORÍT CÉLT MEG- VALÓSÍT			LÓTAKAR- MÁNY TRÓPUSI ZÖLDSÉG			KERESZTŰL NÉPIESEN PÓLUS				
VAJAS KENYERET KÉSZÍT			SIERRA ...; ORSZÁG IDŐS BÁCSIKA			ISTEN- TISZTELET TELEFON, RÖVIDEN				RÜGYEZNI KEZD! HORDÓ- MÉRTÉK!		
TEST- FELÉPÍTÉS				BENTI ELLENTÉTE KÖNY PÁ- ROS BETŰI			... DELON; SZÍNÉSZ KÖZÉPEN ALÁÁLL!					
MAJDNEM VÉD!		TÁNCDAL- ÉNEKES (PÉTER) GIGA-			TULFIZETÉS A VANÁDIUM VEGYJELE				EURÓPAI SPORT- TRÓFEA TONNA			
*	A											*

Rejtvény | Mumusszelídítő

A Kornétás Kiadó által kiadott **Vukovári Panna: Betegségűző – Mumusszelídítő** című kötetéből megtudhatjuk az író véleményét a gyógyító cseppek, kapszulák, mumusokkal telt világáról. **Nem szeretünk rájuk gondolni, mert...** A kiadó által megjelentetett könyv egy mondatának folytatását megkaphatják a kijelölt sorok megfejtésével.

A megfejtéseket **2021. április 10-ig** beérkezően küldjék meg szerkesztőségünknek. E-mail: titkarsag@kornetas.hu., Levélcím: Kornétás Kiadó Kft., 1138 Budapest, Nép-

fürdő utca 15/D. A helyes megfejtést beküldők között egy ajándékkönyvet sorsolunk ki.

Az előző számunkban (2021/2.) megjelent feladvány Király Zoltán: Az idegenek köztünk vannak című kötetből a helyes megfejtés: **...A kozmikus utaztatások során a világegyetem különböző dimenzióiban.** A helyes megfejtést beküldők közül **Bánki Győző (Diósd)** olvasónknak kedvezett a szerencse. Nyereményét postán küldjük el.

Gratulálunk nyertesünknek!

Természet – A tavasz egyik hírnöke

A csillagos puskin-virág (Puschkinia scilloides) alacsony termetű, hagymás évelő növény, mely nagyobb csoportba fák, bokrok alá, vagy akár balkonládába is ültethető. A növény levélzetét szalag alakú, elálló levelek alkotják.

Laza virágfüzére melyeket csengettyű alakú, fehér virágok alkotnak a tavasz első felében nyílnak. A virágokat különösen széppé teszi a szirmok közepén végigfutó világoskék csík.

A csillagos puskin-virág napos, világos, vagy félárnyékos helyen, jó víz-

elvezető képességű, humuszos, üde talajba ültetve fejlődik legszebben. Egyszerűen nevelhető növény, mely esetében arra kell csak odafigyelni, hogy ne vágjuk le rögtön a virágzás után a fonnyadó leveleket.

Várjuk meg, míg teljesen elszáradnak, így a következő évi virágzásra is elég tápanyagot tud raktározni a növény a hagymájában. Szaporítani nyár végén lehet fiókhagymáival, de nyári vagy őszi magvetéssel is próbálkozhatunk.

citygreen.hu



Könyvajánló – Laura Madeleine – Egy cukrászmester meséje

A regény története a szerelem városában, Párizsban játszódik. A cselekmény két szálon fut, melyből az egyik egy tragikus szerelem következményeit meséli el. Petra, aki 1988-ban egy fényképet találva kezdi el kutatni nagyapjának, a híres történésznek SJ Stivenonnak, szövevényes múlt-



ját, először csak kíváncsiságból vág neki a családi botrányt feltáró történet kibogozásának, rövidesen azonban rabul ejti a múltnak egy gyűrött fényképbe zárt darabkája. Guillaume du

Frere, aki 1909-ben szerencsét próbálni érkezett Párizsba, egy véletlen találkozásnak köszönhetően bepillantást nyer az akkori híres és számára elérhetetlennek tűnő cukrászda életébe, amikor beleszeret a tulajdonos lányába. Ezzel kezdetét veszi az a tiltott szerelem, amely olyan tragédiához vezet, ami még Petra életére is rányomja a bélyegét.

Vajon mi köze lehet Petra nagyapjának Guihoz, és miért írta a fénykép hátuljára, hogy „Bocsáss meg”?

Recept – Tárkonyos bárányleves

Sokan nem szeretik a bárányhús ízét, mert nagyon jellegzetes. Pedig, ha jól van elkészítve, igazán finom, ráadásul a tárkonyos bárányleves az egyik leglaktatóbb leves, mely akkor is megállja a helyét, ha húsvét táján megrögzően a régen látott rokonok.

Hozzávalók:

50 dkg csontos báránylapocka, 50 dkg vegyes levestzöldség, 2 dl tejföl, 1 csokor friss tárkony, 1 fej vöröshagyma, 1 evőkanál liszt, 1 evőkanál olaj, 1 teáskanál tárkonyecet, csipetnyi cukor, só, bors.



Elkészítése:

A húst darabold fel kisebb kockákra. Öntsd egy fazékba az olajat, tedd rá a bárányt, és pirítsd fehéredésig. Ezután szórd rá a finomra vágott hagymát, pirítsd picit, majd öntsd fel egy liter vízzel. Ízlés szerint sózd, borsozd, és egészen addig főzd, míg a hús már majdnem megpuhul. Ekkor add hozzá a feldarabolt zöldségeket, és főzd készre. A tejfölt a lisztrel, az ecettel és egy kávéspohár vízzel keverd simára. Szórd bele a felaprított tárkonyt, és az egészet keverd a forró leveshez. Főzd még így öt-tíz percig, végül szórd bele a csipetnyi cukrot, hogy kihozza az ízeket. Tetszésed szerint a tetejére szórhatod némi metélőhagymát vagy petrezselymet is, ettől nemcsak szebb, de finomabb is lesz.



Két keréken

Itt a tavasz, egyre többen pattannak nyeregbe, hogy rövidebb-hosszabb távon kerekessenek. A biciklizés közben a biztonságos távolságtartás könnyen megoldható, így a vírus okozta korlátozások minden további nélkül betarthatók.

Bizony nem kis dilemmát okoz egy kerékpártúra megszervezése a kevésbé gyakorlott kerékpárimádóknak.

Mit vigyél magaddal?

Törekedj a minimalizmusra, lehetőleg csak a nélkülözhetetlen holmikat tedd be az úti csomagba! Ne halogasd a pakolást, írd listát, tudatosan pakolj, ne az utolsó pillanatban dobd össze a cuccod!

Tervezz jól!

Alaposan tervezd meg az útvonalat, jelöld be térképen, kutass mellékutak, kerékpárutak után. A GoogleMaps nagy segítségére lehet. Napi 70-100 km-nél többet ne nagyon tekerj, és légy tekintettel a domborzati viszonyokra is! Persze, ha a gyorsaságra hajtasz, mehetsz többet is, de így biztosan nem lesz idő gyönyörködni a látványosságokban, s nem lesz alkalmad fényképet készíteni. Érdemes bejelölni a térképen azokat a helyeket, látnivalókat, ahol meg szeretnél állni.

Problémamegoldás

Előrelátással több mindent kivédhetsz, de ne hagyd elromlani a kedved akkor sem, ha ez nem sikerül. A technikai problémák megoldásához vigyél magaddal alapszerszámokat, alkatrészeket (bowden, tartalék belső, defektjavító, világítás, láncjavító, lánc-kenőolaj).

Ha az út során az erőnléted kisebbnek bizonyul, mint gondoltad, ne fáraszd magad túl, inkább haladj lassabban, de haladj! Soha ne kapkodj! Ha lassan is haladsz a kaptatón, élvezd a táj szépségeit, meditálj és légy büszke magadra, ha felérsz.

Az időjárás is megrézfálhat, hirtelen lehűlhet a levegő, lehet nagyon meleg és előfordulhat nagy szembeszél. Készülj megfelelő kerékpáros ruházattal az útra!

Ha elvéted az utat, ne kapkodj, gondold át, érdemes-e visszafordulni, vagy inkább okosabb egy másik útvonalat választani a célig. Készülj elegendő vízzel (út közben pótolj), és étellel.

Egészségügyi probléma, baleset

Legyen nálad pár alapgyógyszer, elsősegély felszerelés, mobiltelefon. Köss biztosítást. A baleseteket próbáld elkerülni a környezetedre, társaidra való

figyeléssel, csökkentsd a kockázati tényezőket.

Fizikai felkészülés – szoktasd magad a nyereghez!

Indulás előtt két hónappal (vagy akár hamarabb) már elkezdheted a felkészülést. Ügyelj a fokozatos terhelésre! Az első héten kerékpározz napi 5-10 kilométert, a második héten 20-25-öt, és három, négy hét után a duplájára emelheted a távot. Egy hónap után már egy-egy hosszabb távra is vállalkozhatsz, és ne feledd a pihenőnapokat! Persze, ha csak rövidebb útra mész vagy nagyon edzetlen vagy, akkor kisebb távokkal is edzhetsz. Ha nagyobb batyut szándékozol vinni az útra, tegyél legalább egy próbautat felmálházva, hogy szokd a súlyt, és a kerékpár viselkedését.

Evés, ivás

Kerüld a szénsavas italokat, igyál ásványvizet, készíts izotóniás italt! Válaszd a lassan felszívódó szénhidrátokat, s a fehérjében, vitaminokban, ásványi anyagokban gazdag ételeket! Pihenj eleget, fontos, hogy a lehető legjobb állapotban legyél a túrára!

Legyen jó műszaki állapotban a bicajod!

D.H.



EGÉSZSÉG, BIZTONSÁGBAN

FOGÁSZAT . SZÁJSEBÉSZET . GNATOLÓGIA
 UROLÓGIA . FIZIOTERÁPIA . SEBÉSZET
 GASZTROENTEROLÓGIA . FÉRFI MEDDŐSÉG
 BÖRGYÓGYÁSZAT . ARANYÉR – KEZELÉS

Érdliget 06 23 376 173 www.ligetiklinika.hu



Olvasta már?
 Csak egy kattintás!
www.diosd.hu



MINŐSÉGI FESTÉS MÁZOLÁS
 lakótelepi lakások, családiházak, társasházak,
 úépítésű házak-lakások, teljeskörű festése,
 tisztasági festés, épületek külső színezése, igényes,
 precíz munka, szakembertől, garanciával, hívjon bizalommal.
Pálffi Zoltán: +36 30 452 9812

MINŐSÉGI FOGSOR DIÓSDON



Díjmentes fogtechnikai szaktanácsadás,
 állapotfelmérés akár az Ön otthonában is!

Takács Gergely, Diósd | Telefon: 06 30/98-40-790
 Fogorvosi háttérrel, 20 éves tapasztalattal, gyorsan, jó minőségben
 kivehető fogsorok, porcelánhidak, legmodernebb cirkóniumhidak.
 A munkánkra garanciát vállalunk!

AUTÓKOZMETIKA
 DIÓSDON, AZ INTERSPAR PARKOLÓHÁZBAN
 AMÍG ÖN VÁSÁROL, KITISZTÍTJUK AUTÓJÁT!

Bejelentkezés: 06 20/371 6633 | Web: www.autohigienia.hu

Kertgondozás – Fűnyírás – Kaszálás
 Sövényvágás – Gyomirtózás – Fakivágás
 Veszélyes fák kivágása alpinechnikával

**Minden, ami
 kerti munka!**

+36 70 370 5283

**Híradás-technikai
 szervíz**

2049 Diósd, Tó utca 73.

TV, rádió, hifikészülékek, DVD, videó stb.,
 valamint kis háztartási gépek javítása.

Földi Tamás híradásipari technikus

Nyitva: hétfőtől péntekig 9–17 óráig

Tel.: 06 23/382-869, mobil: +36 20 /242-3489
 e-mail: tfoldi@t-online.hu



BUDAPEST ZRT.

BEMUTATÓTERMÜNK változatlanul

minden hétköznap 16 óráig,

szombaton 12 óráig vár!

„OTTHONFELÚJÍTÁSI
TÁMOGATÁS?”

AZ IS VAN!

3D LÁTVÁNYTERVEZÉS

+36 70 466 3952

+36 70 466 3952

csempeszalons@ujhazcentrumbudapest.hu

2049 Diósd, Balatoni út 10.

csempeszalons.ujhazbudapest.hu

Paulus Evangéliumi Közösség

paulus.hu/egyszazalek



egyházi

1%

technikai szám: **1555**

„Mi **100** százalékunkat adjuk **Diósd**ért.
Tőled csak **1**-et kérünk.”



Kiss János
ifjúsági munka

Kissné Osztafin Ildikó
hitoktatás

Balassa Zsuzsa
Body and Soul

Kazár Sára
játsház

Márton Zoltán
angol tanítás