

# Csurgó és Környéke

KÖZÉLETI ÉS KULTURÁLIS LAP

XXV. évfolyam • 8. szám • 2016. augusztus • www.csurgo.hu csurgoeskornyeke

Csurgó Város ingyenesen megjelenő havilapja

AKTUÁLIS  
2. OLDAL



Új járda épült a Rákóczi utcában

AKTUÁLIS  
6. OLDAL



Így arattak régen...

AKTUÁLIS  
3. OLDAL



Új ülőhelyek a Spartacus pályán

## Ünnepélyes keretek között nyitotta meg ismét kapuit a Sótonyi László Sportcsarnok

Ünnepélyes keretek között nyitotta meg ismét kapuit a Sótonyi László Sportcsarnok. Az augusztus 26-án tartott rendezvény mérföldköve a városban zajló Sótonyi László Sportcsarnok fejlesztése és bővítése elnevezésű projektnek, mely során komplex szolgáltatásokat nyújtó sport-, szabadidő és turisztikai centrum létesül. 10. OLDAL

FOTÓ: FERLETYÁK MÁRK

### ÉLETMÓD

Természetes  
gyógymódok:  
szemtréning

14. OLDAL

### AKTUÁLIS

Anyatejes nap  
2016

3. OLDAL

### AKTUÁLIS

Újság, újság és  
még több újság

2. OLDAL

### SPORT

Sikeres kezdés az  
EHF-kupában

15. OLDAL

## Csurgó és Környéke

Csurgó és Környéke - Közéleti és kulturális lap  
Megjelenik minden hónap negyedik hetében  
Lapzárta minden hónap 20-án!

Kiadja: IMCOM Marketing és Szolgáltató Bt.  
Felelős kiadó: Szabó Balázs - ügyvezető  
Levelécím: 8840 Csurgó, Kossuth L. u. 1.  
Telefon: +36 30/480 2046  
Email cím: csurgo.es.kornyeke@gmail.com

[www.csurgo.hu/csurgoeskornyeke](http://www.csurgo.hu/csurgoeskornyeke)

Főszerkesztő: Szabó Balázs  
Szerkesztők: Balogh Veronika,  
Ferletyák Zsanett, Vargáné  
Hegedűs Magdolna

Elérhetőek Csurgón az alábbi  
helyeken:

egyházak, általános iskolák,  
középsiskolák, óvodák, Csokonai  
Közösségi Ház, Városi Könyvtár,  
Posta, Széchenyi téri újságos.



A Csurgó és Környéke  
Közéleti és kulturális lap  
2016/8. száma a Nemzeti  
Kulturális Alap támoga-  
tásával valósult meg.

**nka**  
Nemzeti Kulturális Alap

10 éves születésnapját  
ünnepelte a Dynamic-Csurgó Kft.

AKTUÁLIS  
5. OLDAL



## Újság, újság és még több újság



Júliusban megkezdődött az újkortörténeti- és könyvgyűjtemény ellenőrzése a Helytörténeti Gyűjteményben, hogy a valószínűsíthetően penésszel fertőzött állomány fertőtlenítésére és tisztítására ősszel sor kerülhessen.

Napi nyolc órában, a hét öt napján szebbnél szebb, érdekesebbnél érdekesebb könyvek és újságok kerültek elénk, bár valljuk be, az ezerkétszázhatvanharmadik után már kicsit csökkent a lelkesedés. Kérdezhetnénk, miért? Hiszen milyen jó, ha az ember régi könyveket és újságokat foghat a kezébe, forgathatja a megsárgult lapokat. Mekkora élményt jelent egy majd' kétszáz éves könyv vagy akár a száz évvel ezelőtti hírek olvasása, legyen szó benünk a nagyvilágról vagy éppen Csurgóról. Ebben az esetben viszont, amikor

gyors munkára van szükség, nincs idő olvasásra, a múlton való merengésre.

Most, amikor az ellenőrzés a végéhez közeledik, már számszerűleg is látható, mekkora anyagot mozgattunk meg, néztünk át. Több mint kétezer kötet könyv, körülbelül ugyanennyi újkortörténeti dokumentum, valamint legalább ennyi leltározatlan lett leellenőrizve. Az 1800-as évekbeli törvénytáráktól elkezdve, az 1900-as években kiadott imakönyveken keresztül, egészen a jelenkor kiadványaiig számtalan könyv megfordult a kezünkben, amelyek remélhetőleg a tisztítás és rendszerezés után már a kutatók számára is hozzáférhetőek lesznek.

Petlánovics Eszter  
gyűjteménykezelő

## Új járda épült a Rákóczi utcában



A 2015-ben elnyert pályázati forrásnak köszönhetően új járda épülhetett a Rákóczi utcában. A város önkormányzata a sikeres projekt érdekében az elnyert 13 millió forint mellé, további 7 mil-

lió forint önkormányzati önerőt biztosított. A munkálatok a közel 1 kilométeres szakaszt érintettek. A beruházás határidőn belül készült el, tudtuk meg Tóth Sándortól, a Beruházási és Műszaki Iroda vezetőjétől. A térköves burkolat a megfelelő vízelvezetéssel több évtizedre megoldja a közlekedési problémákat az adott szakaszon. Jelenleg csak a fő útvonal menti szakasz keleti oldalát érintette a beruházás, a tervek szerint azonban a közeljövőben a másik oldal felújítása is megvalósul. Füstös János, polgármester elmondása szerint, a közeljövőben a cél, hogy Csurgó belterületén az összes járdaszakasz biztonságosan járható legyen. Ennek érdekében a felmérések folyamatosak. A legrosszabb és legtöbbit használt közlekedési útvonalak felújítása fog először megtörténni. A szükséges forrásokat állami támogatásokból és önkormányzati önerőből kívánja a város megoldani.

FM

### Judo ( cselgáncs) tanfolyam az Ötvös iskolában!

A Nagykanizsai Te 1866. Judo szakosztály Mesterei, kezdő és haladó, fiú és leány alsó tagozatos (1-4 osztály) diákoknak keddi napokon 14-16 óráig tart edzéseket az iskola tornatermében.

#### Várjuk a jelentkezőket!

Érdeklődni és jelentkezni az iskola igazgatójánál, tanárainál és az edzőknél lehet:

Mester Józsefné: 06-70-431-9556

Mester József: 06-70-424-7230

Facebook: NTE Judo sportolók

E-mail: jigorokano@freemail.hu

Honlap: www.kanizsajudo.hu

### Judo és Önvédelmi tanfolyam kezdődik!

A Nagykanizsai TE 1866. Judo szakosztályának Mestereivel 2016.szeptember 13-tól keddi napokon 16.30-18.30-ig a Sótornyai László Sportcsarnok emeleti helyiségében. Verseny-és hobby szintű judo és Önvédelem oktatása, összharcművészeti ismeretek elsajátítása (Lefogások, dobások, ütések –rúgások, pusztakezes és eszközös védekezések).

Továbbképzési lehetőségeket biztosítunk ( övvizsgák, harcművészeti szemináriumok, edzőtáborok) .

Várjuk a 14 életévüket betöltött fiúk és lányok jelentkezését!

Bővebb információ:

Mester Marcell és Mester Józsefné judo edzők

Telefon:+36-70/424-7310; 36-70/431-9556

Honlap: www.kanizsajudo.hu; Facebook: NTE judo sportolók

E-mail: jigorokano@freemail.hu

## Anyatejes nap 2016



„A szoptatás olyan közel hozza egymáshoz az anyát és a gyermeket, amennyire csak két ember közel kerülhet egymáshoz...”

A Csurgói Védőnői Szolgálat, az országos kezdeményezéshez kapcsolódva, idén 11. alkalommal rendezte meg az Anyatejes Napot. A programra meghívót kapott a védőnői körzet minden 0-3 éves korú

gyermeket nevelő édesanya és a térségben élő kismamák. A rendezvény meghívott vendége volt Várad Andrea vezető védőnő, Borsos Józsefné és Kuczko Józsefné nyugdíjas védőnők, a körzet gyermekorvosai, dr. Bús Mária és dr. Dergecz Mária. Polanczkyne Tavas Gyöngyi köszöntője után, dr. Bús Mária, ismertette az anyatejes táplálás védőnők által megfogalmazott ajánlá-

sait és jelentőségét, mind az édesanyák, mind gyermekeik számára. Ez követően az anyukák, gyermekek, nagymamák hangulatos Kerekítő foglalkozáson vehettek részt Vajda Margit vezetésével. A Kriston módszer turbósító gyakorlat-sorozatát, Balogh Veronika Kriston Intim Torna tréner, kis tanítványaival segítségével mutatta be, akik az Ismerd meg önmagad! napközis táborban sajtóírták

el a hasznos, alhasi szervek egészségét segítő gyakorlatokat. Dergezné Benke Mária berzencei védőnő segítségével az édesanyák megismerhették, és gyakorolhatták a babamaszsázs alapvető fogásait, Bakainé Haholka Krisztina pedig AMBU-BABA segítségével az újraélesztés fő lépéseit ismertette. A rendezvényt HIPP termékbemutató kísérte.

Az esemény fő momentumaként oklevelet vehettek át azok az édesanyák, akik másfél éven keresztül anyatejjel táplálták gyermeküket.

Mindeközben a gyermekek sem unatkoztak, hiszen a Mesevár óvoda óvónénijeivel, Légvári Mártával és Toldi Ágnessel lufit hajtogattak, Szarkáné Kötő Edittel pedig sógyurma figurákat készíthettek.

A rendezvény zárásaként tombolasorsoláson vettek részt a jelenlevők, amelyhez sok támogatást kaptak a térség vállalkozóitól.

A résztvevők megvendégeléséhez szponzorok és Csurgó város önkormányzata járult hozzá.

BV

## Új ülőhelyek a Spartacus pályán



FOTÓ: FERLETVÁK MÁRK

A Magyar Nemzeti Vagyongazdálkodó Zrt. tájékoztatása értelmében a Puskás Ferenc Stadion rekonstrukcióját megelőző bontási munkálatok eredményeképp, díjmentesen 300 ülőhely igénylésére jogosult Csurgó Város Önkormányzata. A város a lehetőséggel élve a József Attila utcai Sporttelepet fejleszti. Jelenleg fedett lelátó áll rendelkezésre, amihez viszont megfelelő, korszerű ülőhelyek nem tartoznak, a most elnyerték viszont minden igényt kielégítenek. A tervek szerint a közeljövőben a teljes lelátó megújulásával egy időben kerülnek az új ülőalkalmatosságok felszere-

lésre. A szóban forgó helyszín jelenleg otthont nyújt a Csurgói Torna Klubnak, valamint számos sporttal kapcsolatos városi eseménynek, illetve az év egészében a sportolni vágyó lakosság rendelkezésére áll. Városunk a lehetőségekhez mérten folyamatosan alkalmaz infrastrukturális fejlesztéseket, hogy a célközönség a sporttelepen a 21. századnak megfelelő körülmények között végezhesse szabadidős tevékenységét. A közelmúltban ilyen beruházás volt a sportöltöző felújítása és a reflektorok felszerelése a labdarúgó pálya köré.

FM

# Kedves Nagycsoportos Gyerekek és Szülők!

Az idei tanévben *havonta egy alkalommal* délutánként 16 és 17 óra között kitarul a **II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola** kapuja minden iskolába készülő kisgyermek és szülője számára.

„Nyitott iskola” programsorozattal várunk Benneteket és Szüleiteket!

Vidám, játékos délutánokon kötetlen keretek között ismerkedhettek meg velünk és iskolánkkal.

Tanító néni

## Nyitott Iskola 1. Program Családi Sportnap

2016. szeptember 19. hétfő 16<sup>00</sup> óra

Ha szeretsz mozogni, drukkolni itt a helyed!

Hozd magaddal apud, anyud, öcsit, hugit!






## Minőségi programok gyerekeknek, felnőtteknek



Tartalmasan telt a nyár a Super women's Senior Kézilabda Klub házatáján. A Super Women's Egészségműhellyel közösen szervezett nyári táborokban közel ötvenen vettek részt. A programokon nem csak a térségünkben, hanem az ország különböző részéből, így például Egerszalókról, Szolnokról és Vácról is voltak érdeklődők. Nagy sikere volt a július végén és augusztus elején megrendezett, kimondottan -6-10 és 10-15 éves korú-lányoknak szervezett Élő egészségtudatosan! és Ismerd meg önmagad! elnevezésű napközis táborok-

nak. A táborokban az témával kapcsolatos ismeretanyagot kívül naponta sportfoglalkozásokon vehettek részt a gyerekek. A napi programokat kiegészítették különféle kreatív kézműves foglalkozások, így például égethető gyurmázás, gyöngyfűzés, és az újrahasznosítás jegyében készült használati tárgyak, ékszerek készítése. A táborban gyűjtött ismereteket, elkészített rajzaikat a hagyományoknak megfelelően könyv formájában az egy-egy hetes programsorozat végén a gyerekek magukkal vihették.

Augusztus 11-14.-ig a térségben élő családoknak is szervezett programot az egyesület, amely immár harmadik éve a gyékényesi Kék Tó Kempingben került lebonyolításra. Gyermekfelügyelet mellett a szülők szabadon részt vehettek a kínált programokon. A reggelek jógával kezdődtek az idilli környezetben, ezen kívül délelőtt és délután is volt lehetőség aktív

mozgásra. Mindhárom nap lényeges részét kitevő önismereti tréningeket, melyek idén a nőiség, az anyaság, a család és ezek mindennapi tevékenységeikkel való összehangolásával foglalkoztak, Fanó Magdolna tréner vezette. Első alkalommal, de reményeik szerint nem utoljára vendége a tábornak Pucskó Zsolt, és felesége Pucskó Judit, akik a kisberényi Csodaszarvas Völgyének ([www.csodaszarvasvolgye.hu](http://www.csodaszarvasvolgye.hu)) vezetői. Pucskó Zsolt, a Magyar Művészetért Díjrendszer XXXVI. Gáláján, június 4-én Ex Libris Díjban részesült a magyar férfiaságban rejlő eszmeiség egyik legnyilvánvalóbb válfaja, a hagyományörzés mestereként.

Az egészséges táplálkozásról, életmódról Zakócs Norbert, és Dr Kardosné Hosszú Erzsébet sok újdonsággal lepte meg hallgatóit.

A nyári táborokat a Nemzeti Együttműködési Alap pályázatainak elnyert támogatásból valósította meg az egyesület.

# 10 éve Csurgón otthon az elektronikában

## 10 éves születésnapját ünnepelte a Dynamic-Csurgó Kft.

Egy évtizede ültette el az elektronika alapjait Csurgón a Dynamic-Csurgó Kft. Az 1999-ben alapított Dynamic-Csurgó Kft. 2006-ban specializálódott elektronikai készülékek gyártására. A vállalat 2006. augusztusától, 10 fővel indította meg a termelést bérelt telephelyén. Kezdetben elektronikai alkatrészek kézi forrasztását és készülékek összeszerelését végezték.

2007-ben bevezették az Ersza gyár EWS330 típusú Hullámforgasztó berendezését, mely által a kézi forrasztást, a THT alkatrészekkel szerelt panelek gépi forrasztása váltotta fel. A munkavállalók száma 2007-ben 24 főre bővült.

Sajnos a csurgói telephely leginkább a munkafolyamatokhoz szükséges gépi berendezések és raktározás miatt gyorsan alkalmatlannak bizonyult. A vállalat működése így 2008-ban Iharosberényben, 27 munkavállalóval, továbbra is bérelt üzemen folytatódott, elfogadható feltételeket teremtve, akár 90 fő foglalkoztatására is.

2009. januárjától, a vállalat ISO 9001 minőségirányítási rendszer felügyelete alatt, 28 fővel végzi gyártótevékenységét. Minden egyes munkadarab elektromos, és vizuális átvizsgálása biztosítja a minőség magas színvonalát, amit a teljesen automatikus lefutású funkcionális teszt bevezetése tovább erősített.

2010-ben a 32 munkavállalót foglalkoz-



Egy évtizede, 2006-ban kezdte meg működését Csurgón a Dynamic-Csurgó Kft. Az elektronikus készülékek gyártó üzem, bér-munkában szerel nagyrészt osztrák, német, de hazai piacra is elsősorban komfortbútor, épület árnyékolás-sötétítés, mérőműszerek, időjárás előjelzés, területeken készülékeket.

tató cég technológiai palettája SMD alkatrészek beültetésére és forrasztására alkalmas gyártósorral bővült. Elemei: Pantera X Essemtech-től, SLC 309 gőzfázisú forrasztó berendezés az IBL-től, SP150-PLUS félautomatikus pasztázó, SAKI-től Automatikus optikai ellenőrző állomás (AOI). Szintén 2010-től a még hatékonyabb és precízebb működés érdekében ABAS vállalatirányítási rendszer és szigorú raktár-nyilvántartás került bevezetésre.

2011-ben Quadra típusú beültető géppel bővítette gépparkját a Dynamic-Csurgó Kft., mely folyamatos beültető- és forrasztókapacitás növekedést eredményezett. A termelés kapacitása a prototípustól a közép-nagy szériáig terjed.

2012. januárjában a cég visszaköltözik Csurgóra, új, korszerű, saját üzemébe. Az 570 m<sup>2</sup>-es szerelőcsarnok egy műszakban 50 főt vár modern környezetben, jól felszerelt munkahellyel. Nagyobb volumenű, nagy helyigényű gyártás beindításához lehetőség nyílik újabb gyártási terület igénybevitelére is. 500 m<sup>2</sup>-es raktárak 273 db raklap és 100 m<sup>2</sup> kézraktár dobzott alkatrész polcokon történő áttekinthető elhelyezésére ad lehetőséget.

2013. januártól a vállalat ISO 14001 környezetvédelmi előírásoknak való megfeleléssel rendelkezik. Ebben az évben tovább bővült a Dynamic-Csurgó Kft. eszközparkja. 2013. novemberében az új Pantera XVC időmegtakarítást, valamint nagyobb kihasználtságot tett lehetővé. Az SLC509 típusú gőzfázisú forrasztó beren-

dezés további kapacitásnöveléshez járult hozzá.

2014-ben profilbővítést eredményezett az ERSA Szelektív forrasztógép beszerzése. Ez évtől egyre több vevői kérés érkezett az alkatrészek részleges, vagy teljes beszerzésére, és a termeléshez kapcsolódó fuvarozási tevékenység átvállalására. Ugyanakkor jelentős hangsúlyt fordítanak a szakmai fejlődésre. 2014. novemberében a Dynamic-Csurgó Kft. is képviselteti magát a Münchenben megrendezett „Produktronika” kiállításon. 2015-ben a munkavállalók száma már elérte a 46-főt.

2016. júniustól, a Siplace SMT beültető beüzemelésével egy új korszak kezdődött a vállalat életében. A munkavállalók száma már 83 fő, mely létszám szakadatlanul nő. A cég gyártósori szerelőtől nemzetközi tapasztalattal rendelkező mérnökig folyamatosan keres munkatársakat. A jelenlegi középvállalkozás stratégiai célja, a nagyvállalkozássá válás.

Az augusztus 26-án megtartott születésnapi rendezvényen Melhardt Miklós, a Dynamic-Csurgó Kft. ügyvezető igazgatója köszöntőjében hangsúlyozta - korábban olyan céget szerettem volna, ahol minden dolgozó büszke arra, hogy nálunk dolgozhat. Most ebben az évben 2016-ban, picit fordult a kocka és rádöbbentem, hogy tulajdonképpen fordított a helyzet. Büszke vagyok minden egyes dolgozómról! Nélkületek szintén nem lennének most itt! Köszönöm szépen!

SZB

## Így arattak régen...



Aratás kézi kaszával és marokszedés sarlóval

Az iharosi Hagyományörző Csoport június végén, a szombat délutáni rekkenő hőségben vidám hangulatú kézi aratási bemutatót szervezett a falu tulajdonában lévő búzaföldön. Céljuk az volt, hogy bemutassák a régi idők aratási eszközeit és a paraszti élet nehéz munka folyamatait. A kiélesített kaszák nyomán suhogva dőltek a kalászkok, melyeket a marokszedők sarlóval szedtek fel, majd a búzaszárakból font kötéllel rendeztek kévékbe, aztán kalászuikkal befelé fordítva keresztbe raktak. Az elhullott búzafejeket széles fagereblyével húzták össze, ugyanis a régi, takarékos világban semmi sem mehetett veszendő-

be.

Az arató csapat zömét az idősebb korosztály tagjai alkották, hiszen ők voltak azok, akik még gyermek és ifjú korukban személyesen is részt vettek a kézi aratás folyamataiban. Vizet hordtak a munkásoknak, kötelet készítettek vagy terítettek, nagyobbacska gyermekként pedig a leesett kalászkokat gereblyézték össze.

Az aratást a régi időben a nagy hőség miatt kora hajnalban kezdték, és az aratókat elsőként jó hideg pálinkával, és pogácsával indították a munkára. Ezt a szokást



Keresztben a kévék

is felelevenítette a Hagyományörző csoport, mikor is szorgalmasan körbe jártak a pálinkás poharak, és a környékbeli aszszonyok által sült pogácsás és kukorisos tálak.

A szépszámú érdeklődő mellé még az úton járó átutazók is csatlakoztak, fényképezéssel és videózással megörökítve a nem mindennapi pillanatok. Videó felvétel készült a csurgói iskolások számára is, a honismeret és néprajz tantárgyak valós kézi aratást bemutató szemléltetésére.

A szorgos kezek nyomán aztán egykét óra múlva már kettő keresztben, azaz 20-20, kalászuikkal középre fordított, és a tetejükön 1-1 papkévével lezárt halomban várták a cséplést a frissen aratott kalászkok.

A fásasztó munka után a régi idők szokásai szerint finom vacsorával és hideg innivalóval zárták a napot a résztvevők. Az iharosi polgármesteri hivatal udvarának árnyas fái alatt aztán még hosszasan folyt a nosztalgiazás és az emlékezés arról, hogy miként is zajlott az aratás régen.

VARGÁNÉ HEGEDŰS MAGDOLNA

## Testvérek ha találkoznak... Székelykeresztúron jártunk

Székely szokás szerint pálinkával, áfonyalikkörrel és káposztalevélen, kemencében sült, ropogós, burgonyás kenyérral várták vendégeiket a székelykeresztúriak augusztus 4-én, a „Székelykeresztúri Kistérségi Napok és Petőfi-hét” elnevezésű rendezvénysorozatukra. A több napos forgatagra meghívták a székelyföldi város minden testvértelepülését, melyen így Csurgó városa is képviseltette magát.

A székelyföldi városkának 14 testvértelepülése van, a délvidéki Zentától Magyarországon át a felvidéki Szepsiig. Éppen ezért, ezeknek az anyaországi és határon túli magyar találkozóknak mindig vannak nem titkolt céljai, hogy erősítsék és összetartsák a történelmi Magyarország magyarságának közösségeit és szövénnyait. A Kistérségi Napok forgataga előtt, Petőfi utolsó estéje emlékére rendezik meg minden év július 31-én a Petőfi napokat. A rendezvény szintén a magyarság összetartozásának a jelképe is, hiszen Petőfi a történelmi Magyarország egész területén megfordult.

Az ünnepi délelőtt a főtéri zászlófelvonással vette kezdetét, mely után részt vettünk a testület ünnepi díszülésén. Itt került sor a Pro Urbe és a Székelykeresztúr gazdasági fejlődéséért díjak átadására. A rendezvénysorozat idei díszvendége Karcag városa volt, akik 25 éves testvériségüket ünnepelték ebben az évben. A programot a helyi és a vendégtelepülések fellépői tették élvezetessé és változatossá.

Ezt követően a Küküllő étteremben díszében látta vendégül a település a meghívott delegációkat.

Kísérő programokként népművészeti kiállítás és vásár, a fellépők színes előadásai, valamint finom falatok és italok várták a nézelődőket.

Délután az unitárius templomba ökumenikus, ünnepi istentiszteletre, majd közös felvonásra került sor.



A csurgói delegáció Rafai Emil székelykeresztúri polgármester társaságában

A nagy forgatag és sok teendője közepette sikerült Székelykeresztúr polgármesterével, Rafai Emillel is pár szót váltani meghívásunk okán, a testvér települési kapcsolatok jelentőségéről.

**Csurgó város önkormányzata nevében köszönettel fogadtuk kedves meghívásukat. Örömmel látjuk, hogy nagyon sok testvérvárosa van Székelykeresztúrnak, a történelmi Magyarország szinte minden pontjáról. Miben látja Ön a testvér települési kapcsolatok jelentőségét?**

-Általában nagy családpárti vagyok, 4 gyermekem van. Ennek köszönhetően jó, hogyha több lábbon áll az ember, többfelé ápoló kapcsolatai vannak, ez egyfajta biztonságérzetet sugallhat az embernek. Esetünkben ez a több, mint 10 testvérvárossal való kapcsolatban nyilvánul meg

Van, hogy a magánéletben is nehéz a nagy családot fenntartani, de meg vagyok győződve, hogy annál nagyobb öröm a gyermekekről visszatükröződő öröm. Kissé kiterjesztve a tisztségemre, úgy gondolom, hogy a települési kapcsolatokban is jó, ha több lábba áll az ember.

**Több alkalommal is jártunk már az Önök vendégszerető városában. Öröm látni a folyamatos épülést, szépülést. Mit gondol, hogyan képzelem a magyarság megmaradásának a jövőjét?**

-A magyarság megmaradásának nem csak Székelykeresztúron, de egész Székelyföldön egyik záloga az egyes régiók közötti jólét különbségek kiegyenlítése, ami abban kell megnyilvánuljon, hogy ne kíváncsozzon elvándorolni csak a megélhetésért senki, de főként a fiatalok ne.

Ez az alapkérdés, a gazdasági felzárkóztatás, azonkívül pedig az etnikai kisebbségi létünkben adódó hátrányok, megkülönböztetések felszámolása is hozzájárulhat az általános jó közérzethez.

**Milyenek értékelik a Székelykeresztúr-Csurgó testvérvárosi kapcsolatokat?**

-Visszatérve a nagycsaládi példára, minél több gyermeke van egy szülőnek, annál kevesebb ideje van egyre-egyre. Azt is szokták mondani, hogy a nagy távolságok nem tesznek jót a párkapcsolatoknak. Ezek olyan tényezők, melyek minden testvérvárosi kapcsolatra rányomják a bélyegüket, de ezen kívül nem tartom sem jobbnak, sem rosszabbnak a csurgói kapcsolatot, mint bármely más testvérvárossal a kapcsolatot.

A valóban nagy távolság, a közel 900 kilométer ellenére is, lépten-nyomon találkoztunk ismerősökkel, Csurgón vagy a környékén járt emberekkel, kik miután megtudták, hogy honnan vagyunk, már mondták is a neveket egy-egy ismerősről, barátról, közös emlékekről.

A csurgói Napsugár Egyesületnek egy nyertes pályázat révén már évek óta tartó kapcsolata van a székelykeresztúri Domus alapítvánnyal. Küldöttségünk betért az alapítvány irodájában, ahol röviden megismerkedett az ott dolgozók munkájával.



Látogatóban a Domus alapítvány munkatársainál

A Napsugár Egyesület részéről Vassné Huszics Bernadett látogatást tett az alapítvány intézményeinél is, melyek működésének célja, a szociális és családi szempontból hátrányos helyzetű fiatalok támogatása önállóságuk és a társadalomba való beilleszkedésük érdekében, valamint a gyermekeiket egyedül nevelő anyák segítése, felkarolása.

A tűzoltók bemutatóját nézve derült ki, hogy az egyik helyi tűzoltó, Antal László többször is járt Csurgón és környékén. Jó kapcsolatokat ápol Faggyas József somogyicsói polgármesterrel, és megkóstolta már a csurgói és iharosi pincék borait is. Töb-

ben emlegették Ilia Csaba nevét is, nem feledkezve el a Csokonai pincében és a szőlőhegyekben töltött kellemes élményekről sem.

Öröm volt a találkozás Benedek Sándor székelyszentléleki eszperes-plébános úrral, aki annak idején több ízben is helyettesítette Maczkó atyát Csurgón. Jó ismerősként köszöntötte városunk alpolgármesterét, miközben szívesen emlékezett a Csurgón eltöltött szolgálataira.



Dr. Horváth József és Benedek Sándor

Új ismeretségek is kötődtek a hivatalos és a véletlenszerű találkozások alkalmával. Így ismerkedtünk meg Kinde András bácsival, kinek egy aprócska ajándékot adtunk, majd másnap a hatalmas forgatag közepette addig várt és keresett minket, míg két gyönyörű Székely kalendáriumot át nem adhatott nekünk.



András bácsival és a székely kalendáriumokkal

A kedves beszélgetések mellett azonban jó volt egyszerűen csak leülni egy padra, és hallgatni a lágyan zenélő székely beszédet, a humoros baráti incselkedéseket, melybe aztán minket is bevontak.

Mikor elindultunk Csurgóról, úgy gondoltuk, hogy az apró ajándékaink mellé az anyaország ölelését és egy kis nemzeti töltést is viszünk a határon túl rekedt magyar testvéreinknek. A feltöltődést azonban mi kaptuk. A szülőföld megtartó erejének szeretetéből, az ízes, ősi beszédéből, a magyaros vendégszeretetből, a hagyományok és szokások ápolásából, őrzéséből és a fanyar székely humorból egyaránt.

Köszönjük Székelykeresztúr!

VARGÁNÉ HEGEDŰS MAGDOLNA

2016. Őszi különszám

# Csurgói Hírek

Csurgó Város Helytörténeti Gyűjtemény Különkiadása

Építs híd! – Híd, ami összeköt!  
MÚZEUMOK  
ŐSZI FESZTIVÁLJA

## Októberben titokzatos rejtély nyomába eredhetnek a látogatók...

**2016. október 10-15.**

16+ Múzeumi találkozások: A nyomok (újra) a múzeumba vezetnek...



Csurgó. Ref. reálgimnázium internátusa.

## Emlékkonferencia

220 éves az „első iskola”

**2016. október 24-25.**

Sétálj, gyalogolj, bringázz velünk! Kulturális tereink másképp: 220 emlékkép

## Újrahasznosítható alapanyagokból készítenek sünt a múzeumban

**2016. november 3-4, 7-11.**

Ősz(i)re hangoltuk: Kézműves utazás a sün körül



**További részletekért keresd Facebook oldalunkat!**

Helyszín: 8840 Csurgó, Csokonai u. 24.  
Telefon: 06-82/900-017  
E-mail: muzeum@csurgo.hu

Nyitva tartás: Hétfő-Péntek 10:00-12:00 és 14:00-16:00

2016 szeptember 26.  
→ november 13.





## Csurgói ejtőernyősök

Lassan elmúlik 60 év azóta, amik akkor történtek, amikről írni szeretnék. Másodikos gimnazista voltam a Csurgói Csokonai Vitéz Mihály Gimnáziumban. A történet néhány évvel korábbról indul. A koalíciós időkben szüleimnek jól menő textilüzlete volt Csurgón. A Rákosi-féle hatalomátvétel után a boltunk még megmaradt, az állami szektor mellett még működött néhány magánkereskedő, kisiparos, akik mintegy kirakatként funkcionáltak: lám a kommunisták nem államosítottak mindent. Igaz, hogy nagyon rövid ideig tartott ez a helyzet, de én akkor jártam általános iskolába, ahol már származás szerint kategorizálták a tanulókat.

A legjobb származásúak a munkások voltak. Minden előnyt megkaptak, az iskolai, társadalmi jellegű funkciókat ők tölthették be. Jó volt még a paraszt kategória is, bár a középparaszt származásúak már gyanúsak voltak. A következő csapatot az értelmiségi gyerekek alkották. Közülük már csak a helyi vezetés ismeretségi körébe tartozók juthattak egy-egy kisebb előnyhöz. A negyedik csoport volt az egyéb kategória. Ide tartoztunk mi, akik ugyan nem voltunk a nép ellenségei, de a gyakorlatban úgy bántak velünk, mintha azok lettünk volna. A legrosszabb csoportot az x-esek alkották, akik úgy élhettek közöttünk, mint az indiai kasztrendszer érinthetetlenjei. A mi osztályunkban volt egy helyes kislány, akinek az édesapját, mint csendőrtábornokot háborús bűnösnek pár éve végezték ki. Kitelepítették a családot, a nagyszüleinek házában éltek. Nem értettük, hogy ő miért nem lehet úttörő, amikor mindenkinek kötelező volt belépni. Azt sem értettük, hogy én miért nem lehetek őrsvezető helyettes, amikor az osztály engem választott!

Érdekes helyzet adódott az első nyáron. Egy kedves rokon fiú cserkész táborba került Balatonmáriára. Farkaskölyökként/ kiscserkész/ mehettem vele, ahol csodálatos két hetet töltöttünk. Sátorban aludtunk, komoly fizikai feladatokat kaptunk, élvezhettük a Balatont. A következő nyáron ugyanabban az üdülőben úttörőtábor működött. Unokatestvérem munkás származásúként mehetett /keresztapám volt a községi kovács!/, engem kizártak. Közben történt a hatalomátvétel.

Édesanyám úgy oldotta meg a konfliktust, hogy nem messze a tábortól egész nyárra kibérelt egy villát.

Később enyhült a helyzet, a boltunkat elvették, édesapám a földműves szövetkezet textilüzletében segéd lett. A politika megbontotta az egyéb kategóriát, így magasabb státuszba az alkalmazottba kerültem.

Új szelek kezdtek fújni. Az iskolánk élére egy fiatal, energikus, nagyon tehetséges igazgató került. Nagy Imre színrelépésével még nálunk, a világ végén is kezdett megváltozni a világ. A legmeglepőbb az volt, hogy úttörő csapattanácselnöknek engem választott meg, ami korábban elképzelhetetlen lett volna. Igaz, hogy kitűnő tanuló voltam, és a leggyorsabban tudtam futni az iskolában, de ez egy évvel korábban nem számított.

Az akkori nemzetközi konfliktusok furcsa helyzeteket eredményeztek. Jugoszláviával halálos ellenségek lettünk, mert Tito nem fogadta el a sztálini hegemoniát. A határon lövészárkokat, géppuskafészeket építettek a magyar katonák. Hozzánk is beszállsoltak egy századirodát, és három fiatal alhadnagyot. Izgalmas volt látni a fegyvereket, hallgatni az ott szolgáló volt horthysta ejtőernyős főhadnagy meséit.

A Szabadságharcos Szövetség lövész kiképzést kezdett az iskolánkban. 0.22-es kispuskával tanultunk löni, majd 7,62-es Mossin Nagant /dióverő/ puskával. Sztálin halálakor a főtéri ünnepségen 3 vaktölténnyel sortűzben vehettem részt, iszonyúan büszke voltam!

Közben komoly protekcióval bekerülhettem a gimnáziumba. Ott már egy éve működött a szövetség ejtőernyős köre. Természetesen azonnal jelentkeztünk a barátommal / aki később az egyik meghatározó egyénisége lett az ejtőernyős sportnak/. A kiképzési idő alatt a kör ejtőernyősei a csurgói Aranyász dombon ugrottak bemutatót 49 mintájú amerikai ejtőernyőkkel. Leírhatatlan volt az irigységünk!

1956. július 22-én a kaposújlaki repülőtérre tervezték a következő ugrását az ejtőernyős körnek. Oktatónk úgy gondolta, hogy némi csalással népes csapattal vesz részt az ugráson. Barátommal még nem kerülhettünk volna az ugrók közé, mert nem voltunk 16 évesek. Ennek ellenére repülő orvosi vizsgára vitt bennünket.

Ejtőernyős ruhát kaptunk, amelyet haza is vihettünk! Magas szárú, nyersgumi talpú csizmát, pilótasapkát, szürke kezeslábast! A felszerelés a háborús felszerelésből maradt!

Az ugrást megelőző napon utaztunk Kaposvárra 1. osztályú ingyenes vonatjeggyel!! A Béke Szállóban aludtunk, reggel busszal vittek a repülőtérre. Leszállt az akkor Magyarországra érkezett első AN-2-es gép, vele az ejtőernyős főparancsnok Rónai Mihály. A gépnek még honvédségi festése volt. Miska bácsi kérdésére pófátlanul közöltük, hogy 16 évesek vagyunk. Én még 15 sem voltam!

800 méterről ugrottunk bekötöttet. A megkerült csoportfényképen nagyon elszánt képet vágok! Még egy AN-2-es és egy Li-2-es ugrásunk volt szeptemberben.

Dr. Házas József

**A szerző Dr. Házas József Siófokon él. Nyugdíjas főorvos, volt országgyűlési képviselő. Az idén 75 évesen is ejtőernyős ugrást hajtott végre. Zoltán és Károly öccsével együtt Csurgón járt általános iskolába. Mindhárman a Csokonai Vitéz Mihály Gimnáziumban érettségiztek.**



• folytatás az első oldalról

## Ünnepélyes keretek között nyitotta meg ismét kapuit a Sótónyi László Sportcsarnok



FOTO: FERLETYÁK MÁRK

Ünnepélyes keretek között nyitotta meg ismét kapuit a Sótónyi László Sportcsarnok. Az augusztus 26-án tartott rendezvény mérföldköve a városban zajló Sótónyi László Sportcsarnok fejlesztése és bővítése elnevezésű projektnek, mely során komplex szolgáltatásokat nyújtó sport-, szabadidő és turisztikai centrum létesül.

Az eseményen Füstös János Csurgó város polgármestere köszöntőjében kiemelte: Csurgó történetének egyik legnagyobb beruházása zajlik, mely által egy új közösségi tér és új városközpont jön létre.

Kozmann György sportért felelős helyettes államtitkár ünnepi beszédében hangsúlyozta, a kormány 2010 óta str-

tégiai ágazatként kezeli a sportot, ennek eredményei sportsikerekben, köztük az olimpiai és labdarúgó Európa-bajnoki szereplésben, illetve infrastrukturális beruházásokban, sporttámogatásokban is látható.



FOTO: FERLETYÁK MÁRK

A legfontosabb cél az, hogy az új és megújuló létesítmények használatával a

nemzet egészségesebb, boldogabb legyen – közölte.

Szászfalvi László, a térség kereszténydemokrata parlamenti képviselője arról szólt, hogy a sportcsarnok építése és mostani felújítása, bővítése régi vágya volt a kisváros lakosságának.

A fejlesztéssel a csurgói fiatalok olyan nemzetközi szintű létesítményben sportolhatnak, amelynek köszönhetően, jó eséllyel, akár világvversenyekre is kijuthatnak – fogalmazott.

A politikus szerint a csurgói és az ahhoz hasonló sportlétesítmények rekonstrukciója jelzi, hogy a sport a magyar kultúra része, ehhez a kultúrához pedig Magyarország ragaszkodik, azt a következő évtizedekben, századokban is meg kívánja őrizni.

A munkálatoknak köszönhetően a sportcsarnok előteret, új, számozott székekkel ellátott lelátót, korszerű eredményjelzőt kapott. Az épületben immár modern szellőzőrendszer üzemel, a sportolók és a közönség kényelmét büfé, ruhatár, s egyebek mellett számos újonnan beszerzett bútor, eszköz szolgálja.

A megújult sportcsarnokot az idősebb Sótónyi László emlékére szervezett kézilabdatornával avatták fel. Az eseményen a házigazda Csurgói KK férfi csapata mellett Szlovéniából az RK Gorenje Velenje és az RK Maribor Branik, Horvátországból pedig RK Varazdin vett részt.

Forrás: MTI

## Sokszínű programokkal, új helyszínen várta az érdeklődőket Csurgó városa, az államalapítás tiszteletére rendezett városi ünnepségen



FOTO: FERLETYÁK MÁRK

Sokszínű programokkal, új helyszínen várta az érdeklődőket Csurgó városa, az államalapítás tiszteletére

rendezett városi ünnepségen.

Az ünnepség 16 órakor ünnepi szentmisével kezdődött, melyet Szászfalvi László országgyűlési képviselő ünnepi beszéde, valamint koszorúzás követett. A koszorúk elhelyezése után, Füstös János Csurgó város polgármestere átadta a település zászlóját a csurgói templomok képviselőinek. Az új kenyér megáldását követően a programok Csurgó új Turisztikai Központjában folytatódtak.

SZB

**A Csurgói Baksay Sándor Alapítvány a „Baksay Emlékév” rendezvénysorozatán belül**

Nagypeterd Csurgó

útvonalon.

Jelentkezni lehet:

**Baksay Emléktúrát hirdet autóbusszal**

Elektronikus úton a baksay.alapitvany.csurgo@gmail.com címen Telefonon 30/408 1902-es számon.

2016. szeptember 17-én

Csurgó  
Kunszentmiklós (Kiskőrös)  
Kiskunhalas  
Érsekcsanád

Az emléktúrát a Csurgói Baksay Sándor Alapítvány támogatja.

## Csurgó Városi Kispiac



**Vásárolna, vagy eladná  
termékeit?**

Nyitva tartás:

hétfő, kedd, csütörtök,  
péntek, szombat:

06:00-tól - 14:00-ig

vasárnap:

06:00-tól - 11:00-ig

**Szerda és szombat  
kiemelt piaci napok!**

## Felhívás!

Csurgó Város Helytörténeti Gyűjteménye idén ünnepli az „első iskola” felépítésének 220. évét. Többek között időszaki kiállítás készül az alkalomra, amelynek elkészítéséhez a segítségüket kérjük!

**Örömmel fogadjuk az épülettel kapcsolatos „emlékeiket” írásban, másolatként, vagy fotón:**

- épülettörténeti vonatkozású anyagok
- visszaemlékezések a kollégiumi évekre
- fotók, rajzok

*Az anyaggyűjtés szeptember 30-ig tart.  
Segítségüket ezúton is köszönjük!*

További információk az alábbi elérhetőségeken:  
Csurgó Város Helytörténeti Gyűjtemény  
Csurgó, Csokonai u. 24.  
Telefon: 06-82900-017  
E-mail: [muzzeum@gmail.com](mailto:muzzeum@gmail.com)

Nyitva tartás: Hétfő-Péntek 10:00-12:00 és 14:00-16:00



A Csurgói Baksay Sándor Alapítvány  
a **„Baksay Emlékév”**  
rendezvénysorozatán belül

**novella és versíró pályázatot hirdet  
Baksay Sándor élete címmel.**

Kategóriák: általános iskola,  
középiskola, felnőtt

A pályázatokat 2016. október 15-ig  
kell elküldeni levélként a  
Csurgói Baksay Sándor Alapítvány,  
8840 Csurgó, Kölcsey u. 11 címre.  
Elektronikus úton a  
**[baksay.alapitvany.csurgo@  
gmail.com](mailto:baksay.alapitvany.csurgo@gmail.com)**  
címmel

A pályaművek bemutatása és  
zsűrizése  
2016. október 27-én Csurgón,  
a „Baksay Emlékhelyek II.  
Találkozója” rendezvényen lesz.

A pályázattal kapcsolatban  
érdeklődni lehet a 30/408 1902-es  
telefonszámon.

A Csurgói Baksay Sándor Alapítvány  
a **„Baksay Emlékév”**  
rendezvénysorozatán belül

**Képzőművészeti pályázatot hirdet:**

**Baksay Sándor:  
Nagymama karácsonya,**

**Baksay Sándor:  
Találták a gyermeket az ő anyjával**

**novellák illusztrálására.**

Kategóriák: általános iskola,  
középiskola, felnőtt

A pályázatokat 2016. október 15-ig  
kell elküldeni levélként a  
Csurgói Baksay Sándor Alapítvány,  
8840 Csurgó, Kölcsey u. 11 címre.  
Elektronikus úton a [baksay.alapitvany.  
csurgo@gmail.com](mailto:baksay.alapitvany.csurgo@gmail.com) címre

A pályaművek bemutatása és  
zsűrizése  
2016. október 27-én Csurgón,  
a „Baksay Emlékhelyek II.  
Találkozója” rendezvényen lesz.

A pályázattal kapcsolatban  
érdeklődni lehet a 30/408 1902-es  
telefonszámon.

A Csurgói Baksay Sándor Alapítvány  
a **„Baksay Emlékév”**  
rendezvénysorozatán belül

**Néprajzi pályázatot hirdet:  
„Baksay Sándor a tudós” címmel.**

**Helyi néprajzi értékek bemutatása  
(10-15 oldalban)  
, kiselőadás és ppt illusztrációval  
egybekötve:**

**Ormánság, Kiskunság, Belső-Somogy**

Kategóriák: általános iskola, közép-  
iskola, felnőtt

A pályázatokat 2016. október 15-ig  
kell elküldeni levélként a  
Csurgói Baksay Sándor Alapítvány,  
8840 Csurgó, Kölcsey u. 11 címre.  
Elektronikus úton a [baksay.alapitvany.  
csurgo@gmail.com](mailto:baksay.alapitvany.csurgo@gmail.com) címre

A pályaművek bemutatása és zsűrizése  
2016. október 27-én lesz Csurgón,  
a „Baksay Emlékhelyek II. Találkozója”  
rendezvényen

## Citius, altius, fortius!

Bár ezek, az olimpiai játékok latin jelmondatának szavai (gyorsabban, magasabbra, bátrabban), buzdításukat méltán kiérdemelhették a nagyatádi eXtremeMan versenyzői is. 3800méter úszás, 180 kilométer kerékpározás és 42, 195 kilométer futás...emberfeletti teljesítmény.

Idén, július 30.-án újra elrajtolt a mezőny, aminek ismét volt csurgói vonatkozása, hiszen az immár háromszoros eXtremeMan Vukmann Gyula mellett egy családi csapat, a Team Steindl is rajthoz állt. Steindl Gábor, Steindl Kristóf, és Steindl Ákos.... A Steindl családnál járva, kíváncsi voltam, hogy mi sarkallta őket erre a nem mindennapi kihívásra. Beszélgető partnerem Gábor az édesapa, Ákos, a kisebbik fiú és Ildikó, az édesanya.



**- A KOLPING NAGVVÁTHY János Középiszkolában tanítasz, végzettségedet tekintve mérnök-tanárként. Mindig érdeelt a sport?**

- Négy évig atletizáltam, általában iskolában, ahol sprinterként a 4x100-as váltóban futottam. Legjobb eredményünk a megyei döntő 4. helyezése volt. Középiszkolában, mivel bejáró voltam, nem tudtam edzéseken részt venni, mikor főiskolára kerültem, rendszeresen fociz-

tam, futottam. Volt úgy, hogy a Duna aranyparton Győrújfalui és vissza elfutottam. Egy –egy fárasztó nap után jó kis feszültség levezetőnek bizonyult.

**- EZT ÚGY LÁTSZIK HOZTAD MAGADDAL CSURGÓRA IS. ÚSZOL, FUTSZ, FOCIZOL...SOKSZOR LÁTLAG A FUTÓPÁLYÁN KÖRÖZNI, IDŐJÁRÁSTÓL FÜGGETLENÜL. HOGYAN FÉR BELE EZ A MINDENNAPJAIDBA?**

- Általában hétvégén futok, inkább reggelente. de előfordul,

hogy munka után, a megtartott 6-7-8 órák után az egész napos fáradtságot, felhalmozódott stresszt futom ki magamból. Az sem zavar, ha rossz idő van...csak a szél ne fújjon, hiszen a futó legnagyobb ellensége a szél.

**- Ez volt az első megmérettetések?**

- Nem. Az úszás közös sport Ákos fiammal...teljesítettük már a Balaton átúszást is. Én háromszor, ő négyszer. A futás

Kristóffal közös szerelem, a félmaratoni távot is többször lefutottuk.

**- Honnan jött az ötlet, hogy induljatok a nagyatádi eXtremeMan versenyen?**

- Tavaly a nagyobbik fiam, Kristóf egyik munkatársa végigcsinálta a versenyt. Ott voltunk, mint nézők, szurkoltunk neki. Nagyon megfogott a verseny hangulata...Másképp az egyik kollégám megfogadta, hogy 50 éves kora előtt lefutja a marato-



ni távot, gondoltam, én is megpróbálok...bár ezt a kort már túlhaladtam. (Gábor 56! éves)

**- TI CSAPATBAN TELJESÍTETTÉTEK EZT AZ EMBERPRÓBÁLÓ VERSENYT.**

- Igen, úgy gondoltuk, hogy egy embernek ezek a távok elsősre nagyon nagy terhelést jelentenének, de hárman bátran belevágtunk...Kiváló családi programnak bizonyult!

**- Hogyan döntöttétek el, hogy ki melyik versenyszámban indul?**

- Ákos úszik a legjobban, Kristóf már régóta kerékpározik - bár erre a versenyre kellett vennie egy új „országúti” kerékpárt - így a futásra én maradtam. Hárunk közül én voltam a leggyengébb láncszem, úgyhogy nekik jó időt kellett hozni...

**- Hogyan sikerült a verseny?**

- Ákos, az úszást 1 óra 26 perc alatt, Kristóf a kerékpározást 5 óra 47 perc alatt, én pedig 6 óra 16 perc alatt futottam le a maratoni távot. Az összzidőnk 13 óra 36 perc lett.

**- Hogyan készültetek a versenyre?**

- Ákosnak, mivel rendszeresen úszik, nem okozott gondot a felkészülés, két héttel a verseny előtt leúszott 4 kilométert, körülbelül ilyen időre számított. Kristóf már az új Peugeot kerékpárjával gyakorolhatott. Mivel ő Budapesten él, ott készült, kezdve azzal, hogy munkába is kerékpárral járt. Egy héttel a megmérettetés előtt 120 km-t kerekkezett. Én pedig amikor tehettem futottam. Nagy segítséget jelentett, hogy együtt gyakorolhattam a recortán fu-

FOTÓ: ROMANFOTÓHU



tópályán Peperő Miklóssal, aki nagyon sok jó tanáccsal látott el. Neki köszönhetően vásároltam pulzuszámológó órát, ami nagy segítségemre volt a verseny alatt. Természetesen - a mai kor embere - az interneten található szakirodalomból tájékoztam. Így a klasszikus szabályokat figyelembe véve, egy sajátos, személyre szabott edzésterv alapján dolgoztam.

**- MIT ÉREZTÉL, MIUTÁN LEFUTOTTA A 42 KILOMÉTERT?**

- Maga az érzés, miután lefutottam a távot, elmondhatatlan... Bár minden eshetőségre felkészülve a fiúk ott voltak, hogy ha nem bírom, akkor beugranak helyettem, erre nem volt szükség. Felemelő volt az a pillanat, amikor együtt futottunk át a célszalagon. Persze azt is tudom, hogy számomra nem ez volt a legjobb időzítés, az eredményesség szempontjából. Ha mondjuk 10 évvel ezelőtt állók rajthoz ezen a versenyen.. akkor még minden tekintetben jobb képességekkel rendelkeztem. De akkor meg csapatban nem tudtunk volna elindulni, a fiaim nem tudták volna teljesíteni ezt a kihívást.

**- EZT AZ ÉRZÉST, ÉLMÉNYT HOGYAN TUDOD KAMATOZTATNI A MINDENNAPOKBAN?**

- A mindenfajta sporttevékenységnek van egyfajta nevelő hatása, rendszerességre ösztönöz,

segíti a jó időbeosztást. A mindennapi életben tartást ad. Utálatos dolog futni! De amit utána érez az ember, köszönhetően az endorfinok termelődésének, az csodálatos. Én nem azért futok, hogy egészséges legyek, persze nagyon jó velejárója. Nagyon szeretek enni! Ezt így ledolgozhatom!

**- GONDOLOM A KÖRNYEZETEDBEN -BARÁTOK, KOLLÉGÁK, TANÍTVÁNYOK-MINDANNYIAN GRATULÁLTAK ENNEZ A NEM MINDENNAPI TELJESÍTMÉNYHEZ?**

- Igen, nagyon jól esett...ezúton is szeretném megköszönni azoknak, akik Ildikó facebookos megosztására bármilyen formában reagáltak, mert én nem vagyok fenn a közösségi oldalon.

**- ILDIKÓ (GÁNCOS ILDIKÓ, GÁBOR FELESÉGE), TE HOGYAN ÉLTED MEG FELESÉGEKÉNT, ANYAKÉNT A VERSENY IZGALMAIT?**

- Nagyon szorítottam, hogy sikerüljön! A legnagyobb féltelmem az volt, hogy csak ne legyen semmi baj! Akartam, hogy sikerüljön, hiszen Gábor számára ez nagyon fontos volt... és amikor megcsinálták...torokszorító pillanat volt. Nagyon büszke vagyok rájuk!

Ezúton is gratulálunk a Team Steindl csapatnak! Legyen mindannyiunk - különösen a fiatalok - számára példaértékű a teljesítményük!



FOTÓ: ROMANFOTÓHU

## Természetes gyógymódok: szemtréning

„A szem a lélek tükre, és a lélek ablaka”  
dr.Ozsváth Mária



A látás a legbecsesebb érzékünk. Látjuk egy naplemente tündöklését, a körülöttünk levő környezetet, a mosolyt valaki arcán, és látjuk az ártatlanságot egy kisgyerek szemében. Az anyatermészet gondoskodott róla, hogy ez az érzékünk tökéletesen kifejlődjön, miközben felnövünk. A látásélesség valójában egy készség, amelyet az érésünk folyamán sajátítunk el. A csecsemő szeme még nincs teljesen kifejlődve. A kisbaba körülbelül négyhónapos korában kezdi felismerni a színeket. Ezt követően alakul ki a szem-kéz koordinációja, majd a szem és a test összehangolódása megy végbe. Körülbelül egyéves korban a kisgyermek járni kezdenek, és ettől kezdve látásuk a természet által megszabott úton fejlődik tovább. Sajnos, ha fiatal korban nem is volt probléma a szemünkkel, a kor

előre haladtával azonban gyakran tapasztalható a szem romlása, látószervünk is öregszik. Szemünk egészségének megőrzése érdekében sokat tehetünk mi magunk is például egészséges étrenddel. A vitaminokban, nyomelemekben gazdag táplálkozás, az antioxidánsokban bővelkedő gyümölcsök és zöldségek fogyasztása segítheti megelőzni a látásromlást. Ugyan ilyen hasznos és nagyon jó eredményekkel szolgálhat a szemtorna is.

A látásjavító szemtorna/szemjóga olyan komplex terápia, mellyel a rossz nézési szokásokból adódó látászavarok javíthatók, a fáradt szemizmok pihentethetők, a szem alkalmazkodó képessége tréning segítségével erősíthető. A Bates-módszer prevencióra és bizonyos szembetegségek esetén a szakorvosi kezelés kiegészítésére alkalmas. Segítségével a csökkentlátást okozó szembetegségek esetén a látásmaradvány fokozható, a látáscsökkenés előrehaladása lassítható. A szemtréning nem kimondottan a klasszikus értelemben vett gyógymód, mégis óriási szerepe van az optikai látáshibák kialakulásának megelőzésében és a gyógyíthatatlan szembetegségek rehabilitációjában.

Az évtizedek óta működő módszerek és szemtréning-típusok külön-külön is mind értékes eljárások, mégis az összes eljárás összegezve leghatékonyabb. Ki lehet választani a terítéken álló palettáról az adott szemhibának legmegfelelőbbet, a szem adott részének anatómiai és élettani funkcióira a legjobban ható típust. A tréning fő feladata a látás megőrzése és a maradék látás megtartása. Amikor a szemet vizsgálják, akkor az egész embert vizsgálják, így tudnak csak igazán jó prevenció tanácsot adni, hiszen a szem nem választható külön az emberi testtől. Az egészség fejlesztésével a jól látást vagy jobban látást is tudjuk fejleszteni, a megfelelő technikák kiválasztásával és alkalmazásával. A tréningezett szem olyan, mint az edzett test. A miniatűr szemizmoknak az edzés éppen olyan hatékony, mint a szervezet nagy izmainak. Megnö az alkalmazkodóképessége és rugalmasabb a szubjektív látóélesség beállító képessége.

Így, például a rendszeresen edzett szemű iskolások látása nagyobb mértékben tud alkalmazkodni a tanulás terheire, később fárad ki a napi munkában, és kisebb százalékban jelzik a látóélesség gyengülését.

Orvosilag ismert az a tény, hogy a gyermekek szemének alkalmazkodóképessége  $\pm 3$  dioptria. Ezt az alkalmazkodó képességet képes növelni, vagy megtartani a Bates-módszerrel végzett szemtorna. A tréning állapotfelméréssel kezdődik, ezt követi egy relaxáció - amelynek fő feladata az „agy összezavarása” - majd szemüveg-



ben, és szemüveg nélkül végzett gyakorlatok. A szemtorna során különféle ábrákat, mandalákat, újgyakorlatokat használ a tréner. Egy-egy gyakorlat után szempihentető szüneteket tartanak. A szem edzését mindig szemüveg nélküli olvasás zárja. A tréningen elsajátított ismereteket otthoni gyakorlás követi, amely napi szinten 15 perc időtartamú. Természetesen itt is fontos a folyamatos kontroll. Prevenció magába foglalja mindazon törekvéseket, melyek az egészség fejlesztését, megőrzését, illetve egészségkárosodás esetén az egészség mielőbbi visszaállítását, a károsodás további súlyosodásnak kivédését szolgálják. A tréning Csurgón is elérhető, természetgyógyász, szemtréner: Németh Margit

BV

Forrás:

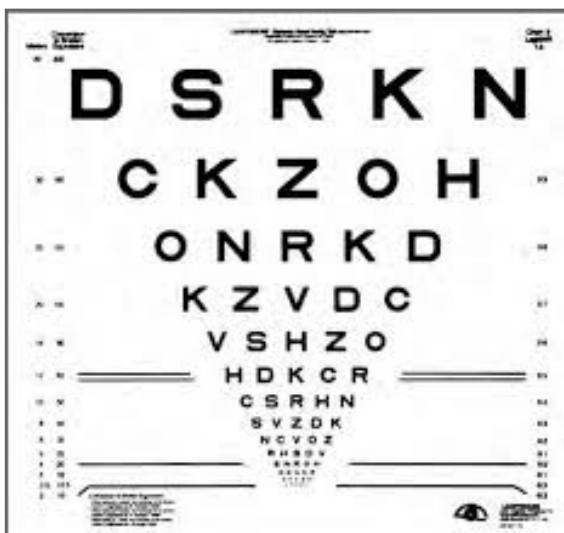
<http://www.infofelegyhaza.hu/hirek/olvas/draga-kincs-a-szemunk-vilaga-2014-04-12-080000>

[http://www.webbeteg.hu/cikkek/szem\\_betegsegei/12327/a-latas-romlasi-mar-40-eves-korban-elkezdodik](http://www.webbeteg.hu/cikkek/szem_betegsegei/12327/a-latas-romlasi-mar-40-eves-korban-elkezdodik)

Leo Angart: Szerzed vissza éleslátásodat!

<http://szemtorna.hupont.hu/8/bates-gyakorlatok>

<https://www.youtube.com/watch?v=nMNs73OD-bPO> oktatófilm a látástréningről 1. rész



## Sikeres kezdés az EHF-kupában

Hétgólos előnnyel utazhatunk a norvégiai visszavágóra.



Remek hangulatban kezdtük el történetünk 15. nemzetközi kupamérkőzését, ám ez legfeljebb csak vendégeinknek lehetett meglepetés.

Az első percekben azonban ebből semmi sem látszott, hiszen a norvégok 2:0-ás előnyre tettek szert.

Radjenovic büntetőből szerzett góljával mi is „megjöttünk” a meccsbe, Oslak és Mikita találatával pedig a vezetést is átvettük.

A pontatlanságainkat, kihagyott zicce-reinket többször is gyorsan megbüntette ellenfelünk, így az első 15 perc végéig szorosan alakult.

Ezt követően Bartucz Laci védésével, valamint főként Halász és a már említett

Oslak góljaival sikerült egy remek szériát produkálnunk, melynek eredményeként kétszer is elléptünk hat góllal (14:8, majd pedig 15:9).

Ezen hamar faragott kettőt a Bodö, ám stílusosan Radjenovic hetesével zártuk az első féldőt (16:11).

A második játékrész első két találatát mi szereztük (18:11), de ezután Roenningen és Westby vezetésével egy 5:1-es szériával jelezték a norvégok, hogy igenis komolyan kell őket venni (19:16).

A skandinávok betömörülő védelme ekkor többször is kifogott rajtunk, ráadásul gyors gólokat is kaptunk az elpuskázott támadásaink után.

A svéd légiós Aziz mezhúzásért kapott harmadik kiállítására - és ebből kifolyólag kizárása - azonban megtörte riválisunk lendületét, a fiatal Jerebie beállításával pedig sikerült újítanunk.

Bartucz továbbra is brillírozott, az utolsó tíz percben mindössze három gólt kaptunk.

A találkozó végén esélyünk volt a kilencgólos előny kiharcolására is, ám egy kihagyott hetes, valamint egy norvég gól végül hét találatnyi differenciát eredményezett (28:21).

### CSURGÓI KK - HK BODÖ 28:21 (16:11)

Csurgó, Sóttonyi László Sportcsarnok 900 néző. V.: Harabagiu, Stanescu (románok).

**Csurgó:** Bartucz, Balogh T. (kapusok), Gazdag 2, Astrashapkin 4, Hanusz 1, Jerebie 3, Varjú, Halász 5, Pordán, Radjenovic 5 (4), Hadziomerovic 1, Rodrigues, Oslak 5, Mikita 2, Szokán. Vezetőedző: Sóttonyi László

**Bodö:** Cristensen, Lein Martinsen (kapusok), Roenningen 3, Sund, Aziz 4, Oskarsen, Aga 1, Tennes, Langaas, Westby 6, Kristoffersen, Bielenberg 6 (2), Egeli. Vezetőedző: Borge Lund

**Kiállítások:** 6 ill. 10 perc (1 kizárás)

**Büntetések:** 5/4 ill. 2/2

A visszavágót vasárnap rendezik Norvégiában.

Szép volt fiúk!

(Közzétéve: 2016. szeptember 4.)

CSKK.HU

## Sorsoltak a Női Kézilabda Magyar Kupában!

A Magyar Kézilabda Szövetségben kisorsolták a 2016-17. évi női Magyar Kupa 1. fordulójának párosításait.

A forduló hivatalos játéknapja 2016. szeptember 21. Az elől álló csapatok a mérkőzések pályaválasztói.

A Csurgói NKC csapata az első fordulóban erőnyerő volt, így csak a második fordulóban kap klubunk ellenfelet.

Az NB I-es csapatok a Versenykiírás értelmében később kapcsolódnak be a kupaküz-

delmekbe.

Tavaly klubunk szép sikert elérve, harmadosztályú csapatként kiharcolta a legjobb 16 csapat közé kerülést, majd a legjobb 8 csapat közé kerülésért a későbbi ezüstérmes NB I-es ÉRD csapata búcsúztatta csapatunkat.

Hajrá Csurgói NKC!

CSNKC.HU

### Női Magyar Kupa, 1. forduló:

Csepel DSE-Pilisvörösvári KSK  
Pénzügyőr SE-Szent István SE  
Gödi SE-Szentendrei NKE  
Rév TSC-Vasas SC  
Hajdúnánás SK-Nyíradony VVTK  
NKK Balmazújváros-Eszterházy KFSC  
Marcali VSZSE-NEKA  
PTE-PEAC-Rinyamenti KC  
Szekszárdi FGKC-Kozármisleny SE  
Sárvári Kinizsi SE-Haladás VSE SKFT  
Pázmánd NKSE-Szombathelyi KKA  
K. Szeged SE-Szeged KKSE  
Hódmezővásárhelyi LKC-Orosházi NKC  
Inárcs-Örkény KC-Kecskeméti NKSE



„Gyakran költségesebb az iskolakezdés,  
mint amire számítunk.”

*Vachó Ildikó, OTP Bank, budafoki fiók*

## Akciós OTP Személyi kölcsön

**A teljes futamidő alatt fix, akciós kamattal.  
THM 11,53%–20,72%**

Akciós időszak: 2016. augusztus 1-től visszavonásig,  
de legkésőbb szeptember 30-ig.

**Részletes feltételek: [www.otpbank.hu](http://www.otpbank.hu) • 06 1 366 6032**

A THM meghatározása az aktuális feltételek, illetve a hatályos jogszabályok figyelembevételével történt, értéke a feltételek változása esetén módosulhat. A Bank a hitelbírálat és a kondíciók módosításának jogát fenntartja. A tájékoztatás nem teljes körű, ezért – amennyiben felkeltettük érdeklődését – a termékek, szolgáltatások és az akció részletes feltételeiről, valamint további részletes információkért, kérjük, tájékozódjon az OTP Bank fiókjaiban vagy a honlapunkon közzétett vonatkozó Üzletszabályzatokból és Hirdetményekből. Jelen tájékoztatás nem minősül ajánlattételnek, célja kizárólag a figyelem felkeltése.

