

Tájékozottnak lenni jó!

# SZENTESI ÉLET

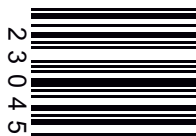
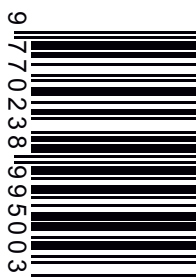


55  
éves a hetilap  
1968-2023

## SZENTESI HŐSÖK

### Szentpéteri Anett szaunamester

- Cél, hogy a nagyhegyiek számára is elérhető legyen a vezetékes víz
- Két évtizedes a városszépítő verseny
- Komor Marcell és lánya a Petőfiben



# Két évtizedes a városszépítő verseny

Palicska Irén

**Ismét elismerték a legelkezebb városszépítők áldozatos és kitartó munkáját a Virágszínvonalasabb Szentésért versenyen. A díjkiosztó ünnepséget november 7-én rendezték meg a Városháza dísztermében.**

Szabó Zoltán Ferenc polgármester köszöntőjében hangsúlyozta, 2003-ban indult a Virágszínvonalasabb Szentésért verseny, és örömet fejezte ki, hogy évről évre egyre többen jelentkeznek. Elmondta, gyönyörű kertek, előkertek, balkonok fogadják a városlakókat és a látogatókat egyaránt. Megtudtuk, tovább folytatódik az Életfa-program és a Nagymamák tavasza. Beszél a nehézségekről is, az aszályról, a forró szélről, amivel a kertészeknek meg kell küzdeniük. Hozzátette, a Virágos Magyarországért díjkiosztón is rendszeresen elismerik Szentest, és ebben benne van a verseny résztvevőinek alázatos és kitartó munkája, amit ezúttal is megköszönt a városvezető.



## Főszerkesztői ajánló

Felszálló forró gőz, törölközővel és legyezővel végzett látványos mozdulatok, citrusos bőrápolás, jégbe hűtött borzongás, testi-lelki újjászületés. Mindezek jellemzik a szaunafelöntéseket, szeánszokat, amelyekért nem is kell messzire mennünk. A Szentesi Sport- és Üdülőközpontban dübörögnek a szaunaprogramok, amelyre Szentpéteri Anett szaunamester az egészséges életmód részeként tekint. Hogyan készül az estekre, erről is olvashatnak a 8. oldalon. Immár húsz éves a városszépítő verseny, ahol idén is elismerték a lelkes városszépítők munkáját. A városvezetés célja, hogy minden nagyhegyi számára elérhető legyen a vezetékes víz, erről az alpolgármester nyilatkozott lapunknak. Újonnan induló rovatunkkal Gyergyai-Szabó Mariann a gyereknevelésben igyekszik segítséget nyújtani a családoknak. Különleges kiállítás nyílt november 6-án a Szecessziós Házban, Komor Marcell építőművész születésének 155. évfordulóján. Bizalommal tekint a jövőbe Csikai Miklós, az Árpád-Agrár Zrt. elnök-vezérigazgatója, aki nyilatkozott az ideai eredményekről. Brigádnapló címmel új filmet forgat Szőke András, amelynek tartalmáról a 7. oldalon olvashatnak. Tánc, birkózásikerek a sporthírekben a 14. és 15. oldalon.

**Kellemes lapozgatást!**

**Halupa Eszter**

Berezvai Csilla 20 éve a város főkertésze, munkája egyidős a mozgalommal. – 20 éve ünnepeljük azokat, akik szépen művelik kertjeiket, és meg is mutatják a város lakossága előtt – fogalmazott. Beszél a globális környezetről, ami minden nap új feladatokat, kihívásokat tartogat, mégis többen jelentkeztek ebben az évben, mint eddig. A szentesiek nem adják fel, küzdenek az aszályllyal, a 40 fokos hőséggel, a szélviharokkal, zivatarokkal, hangoz-

tatta. Elárulta, az ideai versenyre négy kategóriában 38 pályamunka érkezett be. A 10 fős zsűri októberben értékelt, szoros volt az eredmény, több alkalommal holtverseny alakult ki.

## Eredmények

### Családi házas kategória:

1. helyezett Geréné Dunaháti-Vas Márta, 2. helyezett Márton Edina és Bakos Lajosné, 3. helyezett Almási László és Balogh Szabó Imréné.

### Munkahelyi kategória:

1. a Dr. Sipos Ferenc Parkerdő Otthon, 2. a Masszázs-kuckó és a Rákóczi Ferenc u. Óvoda, 3. a Damjanich utcai óvoda.

### Társasház kategória:

1. Balogh Sándorné, 2. Fazekas Imréné, 3. Szabó Géza.

### Erkély, balkon kategória:

1. Kocsisné Szabó Katalin, 2. Földi Gyula, 3. Gálfalvy Györgyné.

Lapostó közössége különdíjat vehetett át.



**Felelős szerkesztő: Halupa Eszter ügyvezető**

**Szerkesztőség:** 6600 Szentés, Petőfi S. u. 1. • **Tel., fax:** 63/311-563 • **E-mail:** szentesiélet@gmail.com

**WEB:** www.szentesiélet.hu • **Facebook:** www.facebook.com/szentesiélet • **Fotó: Vidovics Ferenc**

**Kiadja:** Szentesi Élet Kft., 6600 Szentés, Petőfi Sándor utca 1. • **Terjesztés:** saját terjesztői hálózat.

**Nyomatás:** COLOR Reklámstúdió, 6640 Csongrád, Fő u. 50.

**ISSN:** 0238-9959 • **ISSN:** 2060-2480 (online) • **e-Könyvtár:** http://ekonyvtar.vksz.hu/?docId=6809

# Cél, hogy a nagyhegyiek számára is elérhető legyen a vezetékes víz

Halupa Eszter

**Kanna helyett már a csapból folyik a víz a nagyhegyi dűlökben. A 3000 méter ivóvízgerinc kiépült, a városrész kétharmada lefedett. Az önkormányzat terve, hogy egész Nagyhegyen legyen vezetékes ivóvíz. Az elmúlt évtizedekben nem történtek ilyen jellegű beruházások, pedig nagy szükség van rá. A kivitelezés költsége így sem kevés, 120 millió terhet rótt az önkormányzatra. A legfrissebb fejleményekről Kiss Csaba alpolgármester nyilatkozott lapunknak.**

– Hatalmas hiányossága volt a városnak, hogy eddig nem valósult meg a vezetékes ivóvíz kiépítése, hiszen lakott területről beszélünk – fogalmazott Kiss Csaba alpolgármester, a városrész önkormányzati képviselője. Lapunknak elmondta, még 2022-re nyúlik vissza a tervezés folyamata. Ekkor már engedélyes tervvel rendelkezett az önkormányzat az ivóvíz gerincvezeték kiépítésére Nagyhegyen. Az Alföldvíz Zrt. adta a legkedvezőbb árajánlatot, amely üzemelteti is a rendszert. Erre a költségvetésben 120 millió forintot különítettek el, amely a nagyhegyi városrészben összesen 3000 méter új gerincvezeték lefektetésére volt elégséges. Az idei évben, tavasszal indultak meg a munkák, és már a nyár közepére elkészült az ivóvíz gerincvezeték kiépítése. Ezt követte a műszaki átadás-átvétel, a Nagypatái út (175. sz. – az út végéig), Szeszfőz-



de dűlő (24.sz. -tól a dűlő végéig), Garázs dűlő (41. sz.-tól a Szeszfőzde dűlőig) szakaszokon, ahol nyomás alá is helyezték a vezetékeket. A vízjogi engedélyt követően indulhatott meg az ingatlanok bekötései, amely minden esetben az ingatlan tulajdonosa által végzett tervezéssel kezdődik. A kapun belüli szakasz terveivel kell felkeresni az Alföldvíz Zrt.-t, a cég elkészíti az árajánlatot. Ezt követően kötik rá a gerincveze-

tékre a csőszakaszt, amit vízórával együtt adnak át a tulajdonosnak. – Attól eltekintve, hogy eddig nem volt az említett szakaszokon vezetékes ivóvíz, a legtöbb ingatlanban kiépítették a belső ivóvízhálózatot, amelyeket fúrt kutak látnak el vízzel. A vízórától a jelenlegi fúrt kútig vagy házi vízmű aknáig kell elvinni a vezetéket, kiiktatni a házi vízművet és rákötni a belső lakásban lévő ivóvízhálózatra – magyarázta az alpolgármester. Hozzátette, minden az Alföldvíz Zrt.-n keresztül intézendő, egyedül a tervezés marad az ingatlantulajdonosra. A kivitelezésnek is van költsége, ezt a gerincvezetékkel való távolság határozza meg.

A beruházás nagyban növeli az ott élők komfortfokozatát és várhatóan a telkeken is megindulhat az építkezési kedv. – Sokan erre vártak. Vannak, akik csak az alacsonyabb telek és ingatlanárakat engedheték meg maguknak, alkalmazkodva a kevésbé tiszta fúrt kút nyújtotta lehetőséghez. Az önkormányzat

felzárkóztatta a területet, az ingatlanárak is várhatóan megemelkednek, és az ott élők komfortfokozatán sokat lendít – hangsúlyozta Kiss Csaba. Az alpolgármester lapunknak elmondta, hogy jövőre újabb, közel 1000 méteres szakaszt kívánnak kiépíteni, amely a második ütemezést jelenti. Ennek a tervei elkészültek, engedélyezési szakaszban tart, árajánlatot kérnek a megvalósításra, amelynek összegét a jövő évi költségvetésbe építi be az önkormányzat. Az alpolgármesterhez eljutott visszajelzések pozitívak, és a nagyhegyi lakosok örömmel fogadták, hogy a városvezetés és önkormányzati képviselőjük ígérete nem maradt eredmény nélkül olyan helyzetben, amikor a várost több-letkiadások sújtják.

Az önkormányzat Szociális Irodáján új ivóvízbekötés kiépítése esetén szociális kölcsön igényelhető, ha a kérelmező illetve családja jövedelmi viszonyait figyelembe véve a családban az egy főre eső jövedelem nem haladja meg a szociális vetítési alap összegének hatszorosát és bemutatja az engedélyes tervdokumentációt. További információt a Szociális Irodán kaphatnak az érdeklődők.

## LAKOSSÁGI TÁJÉKOZTATÓ ÚJ IVÓVÍZBEKÖTÉSÉRŐL

Szentes Város Önkormányzata tájékoztatja a Tisztelt Lakosságot, hogy az új ivóvíz-bekötésekre vonatkozóan részletes tájékoztató az Alföldvíz Regionális Víziközmű-szolgáltató Zrt. honlapján, az alábbi linken található: <https://www.alfoldviz.hu/ugyfelszolgalat/muszaki-ugyek/uj-vizbekotes-letesitese>.

A Vízgazdálkodási tervezési szakterület (VZ-TEL) illetve Építmények gépészeti tervezésszakterület (G) szaktervezői jogosultsággal rendelkező tervező által készített tervdokumentációt 3 példányban kell benyújtani az Alföldvíz Zrt. 3. számú Területi Divíziójához – 5900 Orosháza, Fűrdő u. 1. (elérhetőségek: telefon: 68/411-199, e-mail: [divizio3@alfoldviz.hu](mailto:divizio3@alfoldviz.hu)).

A szaktervezői nyilvántartás a Magyar Mérnökkamara honlapján érhető el:

<http://workshop.mmk.hu/kereses/tagok>, ahol a „Keresés szakmagyakorlási kategóriák szerint” rész-nél a VZ-TEL vagy G szakterületet kiválasztva van lehetőség tervezőket keresni.

A nyilvántartás a tervezők részletes adatlapjait is tartalmazza, ahol a tervezők neve és elérhetőségei megtalálhatóak.

## Bejárás az SZH-TRANS '08 Kft.-nél

Halupa Eszter

**Az SZH-TRANS'08 Kft.-nél tartott bejárást Szabó Zoltán Ferenc polgármester, Kiss Csaba alpolgármester és Bocskay István ipari park referens november 6-án, ahol megtekintették a pályázati forrásból megvalósuló gépjárműjavító, karbantartó csarnokot.**

A cég vezetője, Szabó József elmondta, a gépjárműcsarnok megújuló energiával rendelkezik, hőszivattyúkkal, napelemekkel, padlófűtéssel. Az SZH-TRANS'08 Fuvarozó Kft.-nél 2021-ben kezdődött technológiai fejlesztés a végéhez ért. A cég sikeresen pá-

lyázott a Gazdasági és Innovációs Operatív Program Plusz, „A mikro-, kis-és középvállalkozások modern üzleti és termelési kihívásokhoz való alkalmazkodását segítő fejlesztések támogatása” című pályázatra, és összesen 120,8 millió forint vissza nem térítendő Európai Unió támogatást nyert. Az összeg felhasználásával a fejlesztés célja a vállalat versenyképességének javítása, a piaci pozíció erősítése, valamint a vállalati működés hatékonyságának fokozása. A polgármester lapunknak elmondta, hogy ajtja a helyi vállalkozók előtt nyitva áll. Kifejtette, hogy a városvezetésnek tisztában kell lennie azzal,

hogy mire támaszkodhat, hogyan élnek a vállalkozások, milyen fejlesztéseket hajtanak végre, és hány főt foglalkoztatnak. Minden adatok a város költségvetését is nagyban befolyásolják. – Szentes legújabb autószerelő műhe-

lyében vagyunk, a régi Hód úton. Szabó József tulajdonos látta a potenciált ezen a szakaszon, ami hatalmas logisztikai lehetőség a cég számára – tette hozzá a városvezető, aki tovább folytatja a cégbejárást a városban.



## „Csakis bizalommal lehet előretekinteni”

Halupa Eszter

Előző lapszámunkban olvashattak a DélKerTÉSZ őszi, hagyományos, hajtatói szakmai napjáról, ahová dr. Nagy István agrárminiszter is ellátogatott. Beszédében elmondta, itt az ideje annak, hogy az ágazatok megtanulják és lekövezzék azt a példát, mely szerint integrációban és termelői együttműködésben uralható a piac, és érhető el a kívánt nyereség. Ez biztosítja a magyar mezőgazdaság XXI. századi létét, az élelmiszer önrendelkezésünket, a vidék megmaradását, a helyi gazdaság erősödését. Bizalommal tekint a jövőre dr. Csikai Miklós, az Árpád-Agrár Zrt. elnök-vezérigazgatója, annak ellenére, hogy nem minden ágazat tudott idén jól teljesíteni.

– Hogyan látja az idei esztendő, hogyan tudták kezelni az aszályos időszakot a szántóföldi növénytermesztésben?

– Nemrég tartottuk meg a hivatalos igazgatósági ülésünket az elmúlt háromnegyed év számai kapcsán. A médiában is hallhattak az országos állapotokról. Szólészek, kertészek panaszkodtak arról még az őszi szüreti időszakban, hogy a sok csapadék nehezíti a betakarítást. Minden ellenkező hírről szemben, itt, Szentesen és a mi gazdaságunkban majdnem olyan tragikus volt az aszályhelyzet, mint egy évvel korábban. Október végéig alig 80 mm-rel esett több csapadék,



mint az elmúlt évben, amelyik az évszázad legkevesebb csapadékkal, legtöbb hőmennyiséggel, hőszugárással és hőségnapjal járó időszaka volt. Sajnos, időjárási szempontból idén is kőkemény esztendővel nézünk szembe.

– A csapadékhiány mellett milyen kihívásokkal kellett megküzdeniük?

– A szántóföldeken a csapadékhiány mellett olyan mértékű mezeipocok-invázió tapasztalható, amely súlyos mértékben gyérítette a vetéseket. Az ellene történő hagyományos védekezést pedig tiltják a szabályok. Ahol nem esik az eső, ott az évek alatt kiváló járatokat képesek a pockok építeni. Részben bizonyos uniós források feltétele a szántás nélküli talajművelés. Viszont ezeken a területeken és az üvegházak környékén is tapasztalható az említett probléma. A kártevő inváziót is említeném, a polskák elleni védekezésben nem áll rendelkezésünkre kellő, hatékony

technológia. Mindezeknek súlyos következményei lettek. A szántóföldi növénytermesztési eredményeink elmaradtak az országos átlagtól is a csapadékhiány miatt. Gabonából nem értük el az 5 tonnát, amely gazdasági eredményét tekintve, normál piaci viszonyok között is a fedezeti pont alatt van.

Az ukrán gabonafélék magyarországi felhasználása is rendkívül negatívan befolyásolta hagyományos piacainkat. Mindez előrevetíti azt a kérdést: hogyan lehetnek hosszú távon versenyképesek szántóföldi területeink egy normálisabb gazdasági és békésebb politikai környezetben. A jövő nagy kérdése, miként gondolkodnak erről az ágazatról. A hagyományos művelés és a növekvő energiaköltségek mellett több kérdőjelet látok a jövőre nézve.

Legnagyobb kihívás minden területen az energia költségek kigazdálkodása, amit a jelenlegi szinten tartósan biztosan nem lehet finanszírozni. A mi lehetőségeink addig terjednek, hogy ahol tudunk, igyekeztünk a költségeket megtakarítani, jelenleg napkollektorokat telepítünk.

– Hogyan alakult a szarvasmarha- és a tejtermelő ágazat?

– Jelenleg 600-650 tejelő szarvasmarhánk van. A tavalyi tervezési időszakban a tejfeldolgozó üzemet egyeztetett egységárhoz képest az elmúlt félévben 50-60 forinttal kaptunk kevesebb pénzt 1 kg tejért, mint egy évvel ezelőtt. A

költségeink nem csökkentek, támogatás nélkül ugyanazt tudnám elmondani az ágazattal kapcsolatban, mint a szántóföldi növénytermesztés esetében. A tejhasznú tehelen után kapott támogatásokkal talán megáll a lábán ez a rendkívül fontos ágazat.

– A kertészet mindig is megtartó erővel bírt a cég életében. Miként látja az idei várható eredményt?

– Kertészetünk egész évben jól teljesített, a palántaneveléstől kezdve, a fő áru növényeink: a paprika és a paradicsom is. A tavaszi hónapok kivételével a plusz napfénynek köszönhetően a hajtatók kertészetben terveink szerint kedvezően alakultak hozamaink. Paprikából az összes területünket tekintve több a hozamunk, mint a korábbi két esztendőben. A paradicsomnál valamennyi kultúra állapota, az áthúzó és az őszié is nagyon ígéretes, mondhatni mintaszerű. A hagyományos kártevők mellett valamennyi kertésznek új vírusbetegségekkel is folyamatosan szembe kellett nézniük. Ennek kivédésére a mi kertészetünkben új rezisztens fajtákat ültettünk és ilyenekre cseréljük a fogékony fajtákat is. A új fajtákhoz létfontosságú a speciális technológia kialakítása, megtanulása, begyakorlása. Szentesen és térségében ennek az ágazatnak fennmaradásához, fejlesztéséhez minden adottságunk megvan. Most is hangsúlyozom, természeti kincseinket – a sok napfényt, a termálvizet, –, a kertészetben szerzett sok évtizedes tapasztalatot, felelősségünk, hogy tovább vigyük.

## A fenntarthatóságról kezdeményezett fórumot az ÖkoSzentes

Palicska Irén

Fenntarthatóság, de hogyan? címmel szervezett fórumot az ÖkoSzentes klub november 7-én a Dózsa Házban, melyre a szentesi közoktatási és művelődési intézmények vezetőit, képviselőit várták. A résztvevők a környezet-tudatosságra nevelésről, annak lehetőségeiről cseréltek eszmét.

A klub egyik alapítója, Agócs Lászlóné beszélt a kezdetekről, az általuk szervezett szemétszedésekről, melyekhez egyre többen csatlakoznak. Elhangzott, a fenntarthatóság ettől az évtől kezdve választható érettségi tantárgy. Arra kérték az intézmények vezetőit, hogy fogalmazzák meg, mit szeretnének kérni a várostól.

Szabó Zoltán Ferenc polgármester kincsnek nevezte a város termé-

szetközelségét, és kiemelte a komposztálás jelentőségét. Hozzátette, Szentes elkészítette a fenntartható városfejlesztési stratégiáját. Elkeserítőnek nevezte a szelektív hulladékgyűjtők körül kialakult szemétdombokat, és hangsúlyozta, hogy Szentes elsőként vezette be a használt olaj gyűjtését. Megemlítette a város próbálkozásait azzal kapcsolatban, hogy megőrizték a

biodiverzitást, ennek érdekében nem nyírják gyakran a fűvet, hanem hagyják tovább nőni, hogy a vadvirágok is szaporodhassanak, vagy nem azonnal gyérítik a szünyogokat.

Mészárosné Surányi Olgától megtudtuk, a globális felmelegedés oka az emberi tevékenység, mértékét 1,5 fokban korlátozták. Magyarország 18 millió tonna sze-

metet termel évente, amelynek mindössze 12-13 százalékát hasznosítjuk újra. 17 fenntartható fejlődési célt fogalmaztak meg az ENSZ társállamai. „Gondolkozz globálisan, cselekedj lokálisan!” hangoztatta a Föld napja mottóját.

A művelődési központ igazgatója, Urvári Sándor elmondta, a munkahelyen kollégái megszervezték a szelektív hulladékgyűjtést. Emellett felhívta a figyelmet a kerékpáros közlekedés fontosságára, hogy gyermekeinket ne autóval vigyük iskolába, helyette használjuk inkább a biciklit.

Abban kért segítséget a várostól, hogy biztosítson valamilyen járművet, amivel könnyebben kijutnának a külterületekre, és a diákokkal együtt összegyűjtenék a szemetet.



## Komor Marcell és lánya a Petőfiben



Halupa Eszter

**Különleges kiállítás nyílt november 6-án a Szecessziós Házban, Komor Marcell építőművész születésének 155. évfordulóján.**

„A szecesszió vonata megérkezett Szentésre” – hangzott el a kiállítás megnyitóján Móra József beszédében, aki felkutatta Komor Marcell családjának leszármazottait, és megnyitotta Székely Komor Anna képzőművész kiállítását. A Petőfi Szálló egyik

tervezőjének lánya, Székely Komor Anna számára meghatározó volt a családi milió, a polgári értékek és műveltség, a művészetek és a zene szeretete. Termékeny alkotókorszakában kisplasztikáival csoportos kiállításokat tartott. A Szecessziós Házban megtekinthető porcelán festmény-tervei és az 1960-as évekből származó grafikái is. Unokája, Székely Györgyi is megtisztelte a tárlatot, és aktívan részt vett a megvalósításában. Ma is hordja nagymamája kézzel készített, egyedi



ékszereit. Édesapja hálás szavait is átadta, és háláját fejezte ki a városvezetésnek, Móra József önkormányzati képviselőnek, Urvári Sándornak, a Szentesi Művelődési Központ igazgatójának, hogy megvalósulhatott a kiállítás, valamint Wittek Krisztina volt főépítésztnek, aki összehozta a kapcsolatot a tagok között. Meghatónak nevezte a kiállítás megnyitóját a polgármester, aki kitért Komor Marcell munkásságára, magánéletére, amelynek vezérvonalaként a szeretetet emelte ki, és

megköszönte a család nagylelkűségét és részvételét a kivételes eseményen. Végül Várallyay Réka művészettörténész tartott izgalmas előadást a virágzó magyar szecesszióról, Komor Marcell és Jakab Dezső építészetéről. Elmondta, milyen nagy hatást gyakorolt rájuk Lechner Ödön építész, a magyar stílusú szecesszió úttörője. A résztvevők hallhattak arról, milyen szellemiségből táplálkoztak, és hogyan ötvözték a modern építészet vívmányait a magyaros díszítőelemekkel.



## Kötelékek II., avagy különleges kapcsolat a képzőművészetben...



Herka Béla

**Rendhagyó kiállítás megnyitót tekinthetett meg a Tóth József Színház és Vigadóba látogató művészetkedvelő közönség november 8-án. A kiállítás a Kötelékek II. címet kapta, mely jól kifejezi dr. Vadász Anna fotóművész és Jeney Balázs festőművész által megjelentetett képi világot.**

A két művész fő témája ugyanis az emberi kötékek látványos és egyedi ábrázolása. A rendezvényre látogatók ezáltal olyan

vizuális élményekkel gazdagodhattak, ahol jól megfér egymás mellett a fotográfiák és az olajfestmények világa. A kiállítás megnyitójának bensőséges hangulatát az adta, hogy testközelbe kerültek nemcsak az alkotók, de maguk a modellek is. Megtudhattuk, hogy minden fotónak és festménynek saját története van, így a modellek még inkább bele tudták képzelni magukat a jelenetbe.

A kiállítást egészen január végéig megtekinthetik az érdeklődők.

Újonnan induló rovatunk a gyereknevelésben igyekszik segítséget nyújtani a családoknak. A Csongrád-Csanád Vármegyei Pedagógiai Szakszolgálat Szentesi Tagintézményének munkatársait kéthetente kérdezzük egy-egy témáról.

Gyergyai-Szabó Mariann

**Egy gyermek születése a legérzékenyebb időszak egy család életében, hiszen a baba és a szülők még csak tanulják egymást. Amikor megjelenik egy probléma, sok szülő érzi úgy, hogy minden összeomlik, de a kilátástalannak ítélt helyzetben is van segítség. A korai fejlesztés miéntjéről Bene Katát, a szentesi Pedagógiai Szakszolgálat egyik korai fejlesztő gyógypedagógusát kérdeztük.**

– Mit értünk korai fejlesztés alatt?

– Ez a fogalom magába foglalja a mozgásfejlesztést, a beszédindítást, az értelmi és érzékszervi fejlesztést, valamint a gyermek és a család pszichés támogatását a gyermek 0 és 3 éves kora között.

– Kinek van szüksége korai fejlesztésre?

– A kezelt babák között sok a koraszülött, de van, aki genetikai vagy szervi sérülés, oxigénhiány, késői beszéd, autizmus miatt jár. Az utóbbi években sok a refluxos csecsemő, akik nem tudnak hason feküdni, emiatt nehezen alakul ki a fejkontroll, vagyis nem tartja a fejét, emiatt késik az összes mozgásforma kialakulása.

## Korai segítség



– Mi utalhat arra, hogy valami nincs rendben a babával?

– Érdemes odafigyelni, ha a gyermek fél évesen még nem forog, nem indul meg a hangadás, vagy megindul, de elhalkul. Az is gyanús lehet, ha a csecsemőt furcsa tartani, mert nagyon feszes, nehéz öltöztetni, vagy ha olyan, mint egy rongybaba. Ha megnyugtathatatlanul sír, nehezek az éjszakák, rosszul táplálható érzékeny fényekre, hangokra, szagokra, ízekre. Árulkodó lehet, ha a gyermek korábban megevett bizonyos dolgokat, állagokat, de aztán elutasítja ezeket. Mivel maga a rágás is egyfajta mozgás, ezért a darabos ételre való átállás nehézsége is utalhat sérülésre. Ha okos, ügyes, mégis furcsa a gyermek, vagy izgága, esetleg érdektelen.

– Milyen utat kell bejárniuk a szülőknek ahhoz, hogy a baba fejlesztést kapjon?

– Ha a család valamilyen problé-

mát érzékel, azt leginkább a védőnőknek jelzik. Ők már tudják, milyen tünet esetén kihez érdemes küldeni a szülőket, de gyakran a neurológus vagy a gyermekorvos irányítja hozzánk a családokat.

Miután beadták a szakértői vélemény iránti kérelmet a Szakszolgálatnál, egy előre megbeszélte időpontban egy három-öt fős team figyeli a babát különböző helyzetekben, feladatok közben. A kb. egyórás vizsgálat során jelen van egy pszichológus, egy mozgásfejlesztő, egy gyógypedagógus és szükség esetén egy autizmus specifikus gyógypedagógus, ill. egy logopédus.

A vizsgálat végén a szakemberek elmondják a szülőknek, milyen fejlesztést tartanak szükségesnek. Megbeszéljük a családdal, mit tudnak vállalni az otthoni fejlesztésből, milyen gyakran tudják fejlesztésre hordani a babát.

– Hogyan zajlik a fejlesztés?

– A foglalkozásokon sokféle módszer ötvöztetést igazítjuk a gyermekek igényeire.

A DSGM, vagyis a Dévény-módszer sajnos nem elérhető a Szakszolgálatnál, csak magánúton, mégis érdemes szót ejtenünk róla, Szentesen ugyanis két tapasztalt szakember is várja a babákat. A manuálterápia, vagyis masszírozás során az izmokat körülvevő hártát lazítják fel, ezáltal javul az izom és a hártá vérellátása, beidegzése, így a mozgás szabadabbá válik.

A TSMT elemeit mi is használjuk. Az egyensúlyra ható ingerek keresztlül stimuláljuk az idegrendszert, ezáltal új kapcsolatok kialakítására készíttjük. Vannak statikus és dinamikus feladatok. Előbbibe sorolhatjuk a beállított feladatokat, amikor pl. egy nagy labdán négykézláb áll a gyermek, előre néz, tartja a pózt, miközben a terapeuta mozgatja alatta a labdát. Ettől a sok ingertől tüzelnek az idegsejtek és akkora lesz bennük a feszültség, hogy újabb sejtnyulványt növesztenek. Dinamikus feladatok során pedig a baba mozog, pl. végiggurul a szőnyegen. Ilyenkor még intenzívebb a folyamat. A családoknak otthon megadott rendszerességgel kell végezni egy 20-40 perces tornát.

– Mit tanácsolna a szülőknek?

– Figyeljenek gyermekük igényeire, reakcióira! Biztosítsanak számára tanulási lehetőségeket, ingereket, de csak annyit, amennyit el tud viselni! Kellenek korlátok és szabályok, amikbe kapaszkodhat. Ha problémát gyanítanak, kérdezzék meg a szakembert! Azért vagyunk, hogy segítsünk.

A korai fejlesztés általában 6-12 hónapot igényel, de szükség esetén akár három évig is tarthat.

Történhet a gyermek otthonában, a Szakszolgálatnál vagy a bölcsődében. A foglalkozások hossza kb. 45 perc.

A Szakszolgálatnál kapott fejlesztés a családoknak ingyenes.

## Boldog Iskola címet kapott a Zsoldos

Palicska Irén

**Ettől a tanévtől kezdve a Hódmezővásárhelyi SZC Szentesi Zsoldos Ferenc Technikuma is csatlakozott a Jobb Veled a Világ Alapítvány által működtetett Boldogság Intézet pályázatához. Rác Noémi és Bakainé Vajdovich Judit október 25-én az Erkel Színházban vették át a „Boldog Iskola” cím elnyerését igazoló oklevelet.**

A pályázat által kínált módszerrel olyan személyiségfejlesztő és boldogságszint-növelő technikákat tanulnak a gyerekek, amelyek segítenek nekik a mindennapi életben. A program a pozitív pszichológia eredményeire épít. A pozitív megerősítés kihat önismeretük egészséges fejlődésére, teljesítményükre, eredményeikre és kapcsolataikra. A „boldogságórák” segítik a diákokat abban, hogy megőrizzék fizikai és lelki egészségüket, megbirkózzanak a rossz érzésekkel. Az órák lényege a személyiségfejlesztés, a pozitív életszemléletre való képesség tanítása.

A Zsoldos technikum a 2023/24-es tanévben



egy tanulócsoporthot von be a programba, havonta egy boldogságóra megtartásával. A teljes Boldogságóra program tíz egymásra épülő témából áll, amelyek fokról fokra ismertetik meg a boldogság különböző összetevőit, feltételeit. A Boldog Iskola cím egy tanévre szól, amely minden évben megújítható.

A programot már elkezdték a 9.C, Rendészeti osztályban, ahol a tanulók nagyon lelkesen fogadták. Konkrét tematika alapján haladnak, melyhez kaptak egy oktatócsomagot: tankönyvet és munkafüzetet, a pedagógusok pedig elvégeztek egy továbbképzést is.

– Komoly vállalás volt a részünkről, de úgy tűnik, hogy meghozza a gyümölcsét. A szeptember például a hála hónapja volt, a gyerekeknek össze kellett gyűjteniük, mi mindenért hálásak a szüleiknek, a barátaiknak, az iskolának. A tanulók erről szívemengető dolgokat írtak. A korosztály egyik nagy problémája, hogy nehezen találnak maguknak célokat, ebben is segít a program – mondta el Rác Noémi.

Bakainé Vajdovich Judit hozzátette: boldogság-technikákat és módszereket tanítanak a diákoknak, amivel nő az önbizalmuk. – Optimizmusra, pozitív hozzáállásra próbáljuk nevelni őket. Remélhetőleg ezzel javulnak az eredményeik, megtanulnak bizonyos helyzeteket kezelni, és az élet több területén, akár a párkapcsolatban is hasznát vehetik majd – fogalmazott.

# Brigádnapló – új filmet forgat Szőke András

Halupa Eszter, Tihanyi Zsóka

**Szőke András – Balázs Béla-díjas filmrendező, Karinty-gyűrűs humorista, a Magyar Érdemrend lovagkereszt kitüntetettje – nagyjátékfilmét álmódott, amelynek jelenleg az utómunkái zajlanak. A film köztödi Szenteshhez, megmutatja városunk szépségeit, épített örökségét is. Visszarepíti a nézőket az 1970-es évekbe, a szocialista brigád közösségébe. A produkciónban igazi legendák, színészcsoportok vonulnak fel, valamint a producer, Mészáros**



legyek a producer. Igent mondtam, mert engem is nagyon sok emlék, élmény köt az akkori Pe-

számomra. A szükséges források nem igazán látszottak, de az ötlet és a mellé álló támogatók ösz-

az étteremhez, a konyhához, elsősorban a Petőfi Szálló brigádijához kapcsolódóan. Szerencsére találunk megfelelő helyeket, sikerült a színészek ellátását is megoldani Bede Robi segítségével. Nagyon fontos, hogy a város is támogatólag állt ehhez, de néhány vállalkozás is segítséget nyújtott. A film vágása során többször is beletekinttem, és úgy látom, hogy egy ikonikus „Szőke film” kezd kialakulni. Három kameraállásból mintegy 50-70 órányi anyag van, amit össze kell vágni, zenével felépíteni, ez egy hatalmas munka. Több régi filmből is kerülnek bele jelenetek, valamint a Rákász disz-cóból is.

– *Mi a film üzenete, kiknek szól?*

– Az üzenet nem a nosztalgia, hanem egy groteszk, humoros feldolgozása annak, hogy az akkori nehéz időkben is az emberek túl akartak élni, feltalálták magukat. Hiánygazdálkodás volt, ez az néha leesett a teherautókról, kitalálták, hogy lehet a nehézségek ellenére vidáman, összefogva, egy csapatba szerveződve megoldást találni. Azt az igazi magyar hozzáállást próbálja bemutatni a film, hogy soha nem szabad feladni, a nehézségek ellenére is lehet derűsen élni. Az 1973-tól 1989-ig tartó időszakot mutatja be az alkotás, sok-sok jelenettel, izgalmas résztörténetekkel, melyben a humor és az összefogás a leglényegesebb.

Fotók: Havran Zoltán



**Zoltán, a Hunor Coop elnök-vezérigazgatója is szerepet kapott. Most egy kis betekintést enged a mű tartalmába, mondanivalójába.**

– *A film az 1970-es éveket idézi a Petőfi Szállóban. Hogyan képzeljük el ezt a szocialista brigádot?*

– Brigádnapló a címe, összeköthető a Tóth József Színház átadásával, vagy azzal párhuzamosan készült digitális anyaggal. Ekkor került elő ugyanis a Petőfi Szocialista Brigádnaplója. Nagyon szép kivitelű, a tartalma pedig valójában kortörténet. Ezt humorosan, ironizálva álmódta meg Szőke András, majd felkért, hogy



tőfi komplexumhoz. Volt itt akkor szálló, étterem, resti, borköszöntő, cukrászsütemény, melyek az én fiatalságomhoz kötődtek. Igazából egy szellemi kirándulás volt

szefogásának eredménye lett ez a film. Augusztusban kezdődött a forgatás szentesi, fábiánsebes-tyéni, nagymágocsi helyszíneken. Olyan színészcsoportokkal találkozhattunk, mint Reviczky Gábor, Szarvas József, Kautzky Armand, Gáspár Tibor de a többi szereplő játéka is izgalmas kirándulásra invitált. Igen alacsony költségvetésű a produkció, de láthatóan a színészeknek is egy örömjáték volt. Györgyi Anna színésznő nyilatkozta nemrégiben a tv-ben: Szőke András egy „új hullámos” rendező, vele forgatni mindig nagy kaland. Az én feladataim közé tartozott, hogy retro helyszíneket keressek



Szentpéteri Anett szaunamester

## „Fantasztikus érzés, amikor dübörög a szauna”

### SZENTESI HŐSÖK

Palicska Irén

**Nem először címlaplány a Szentesi Életben Szentpéteri Anett szaunamester. Néhány évvel ezelőtt már mesélt munkájáról és erről a különleges szauna-világról. Most is el látogattunk hozzá a Szentesi Sport- és Üdülőközpontba.**

*– Hogyan csöppentél bele ebbe a különleges világba?*

– Szentesi vagyok, a pécsi egyetem testnevelés szakán végeztem, és ott ragadtam a környéken. Dolgoztam a harkányi gyógyfürdőben, Siklóson, szállodában is sokféle munkakört betöltöttem. Úszómester voltam, a szabadnapjaimon pedig a Balatonra jártam vízimentőzni. Fitalon bírtam, jó buli volt, most már kétgyerekes anyukaként más lenne. Azután elindultak a szaunaprogramok, rám került a sor, és nagyon hamar megszerettem. Amikor a kislányom, Panni 3 éves lett, hazaköltöztem. Új életet kezdtem Szentesen, és a közel 20 éves tapasztalatomnak megfelelő munkakört kerestem, így a strandra jelentkeztem. Főállásban a recepción dolgozom, emellett pedig szaunamester vagyok.

*– Mit szeretsz benne? Mit nyújt számodra?*

– Egyrészt örömet szerzünk az embereknek, hiszen az egészséges életmód része a szaunázás. Kiemelném a bőrápolást, kiváló pakolásokat, peelingeket lehet készíteni természetes anyagokból, amit szintén a szaunában, vagy a gőzkabinban végzek. Erre épül a női est is, amit nagyon szeretnek. Ma egyébként egyre fontosabb a környezettudatosság, az, hogy próbáljunk minél vegyszermentesebben és adalékanyagmentesebben élni. Ez egy tökéletes színtér erre.

*– Hogyan zajlik a női est?*

– A női est közel négyórás, 8-tól majdnem éjfélig tart, és 4-5 programot sűrítünk bele. Bemelegítéssel kezdünk. Az első kör kicsit nehezebben indul, mert be kell melegíteni a szervezetet. Ilyenkor kevesebb időt töltünk a kabinban, alacsonyabb a hőmérséklet, kevesebb a pára, ez egy lágyabb kezdés. Ha fölpuhul



a bőr, akkor jöhet a következő program, 45-60 percenként megyünk vissza a szaunába, ahogy a hölgyek bírják, közte pihenőt tartunk. Ezután következik a gőzkabinban a peeleng, aminek az alapja lehet só, cukor vagy kovaföld. A hétvégén például szőlőmagolajból, barnacukorból, szercsendióból és virágporból készítettem el. De a sós alapúkat is nagyon szeretem zöldfűszerekkel, rozmaringgal, mentával. Egy kis pihenő után újabb finn program, majd a bőrápolás következik. Ez valamilyen pakolás, ami lehet kókuszolajos, csokoládés, algás, gyümölcsös-mézes, joghurtos-fahéjas. Ezek ehetőek is, és illenek azokhoz a vitamin-turmixokhoz, amiket készítetek. A női esten próbálok különleges összetevőket használni: árpafüvet, moringát. Elmondom a vendégeknek, hogy minek milyen hatása van. Az utolsó pedig egy jeges program, azt is mindenki szereti. A jéggel átdörzsölik a bőrüket, ami jó kis pórustorna, friss levegőt hajtok be a szaunába. Az utolsó kör egy jó forró befejezés erőteljesebb felöntéssel.

*– Mit viseltek, szaunalepedőt, vagy törölközőt?*

– Mivel csak hölgyek jönnek, ezért mindig elmondom, hogy nyugodtan le lehet venni azt is, mert a bőrápolást sokkal könnyebb úgy elvégezni, de nem

igazán szokták megtenni. Mindenki úgy van, ahogy jól érzi magát, ahogy neki kényelmes. Ez azon múlik, ki mennyire szégyenlős. Ilyenkor a medence és a wellness rész is fürdőruhás. A turista vendégek közül is jönnek a női este, ez havi egy alkalom a hónap második vagy harmadik péntekén. A naturista szaunapont minden második szombatot rendezzük meg, a fürdőruhás szauna két szombatot és két vasárnapot jelent.

*– Úgy tudom, hogy jól beindultak a naturista programok, nagy az érdeklődés. Ezek szerint megtaláltátok a piaci rést, amire van igény. Honnan jönnek vendégek?*

– Az ország minden részéből, de volt már külföldi vendégünk is. Rengetegen érkeznek Szarvasról, Szolnokról, a Dunántúlról, sőt, még Hajdúszoboszló környékéről is jár rendszeresen egy csapat. Nyugaton egyre több fürdőruha-mentes szauna működik, a mi térségünk ebből a szempontból egy kicsit lemaradt, itt sokkal konzervatívabbak, zárkóztabbak az emberek.

A szaunamesteri tanfolyamon az első dolog, amit tanulunk, hogy a szaunázás textilben vagy a nélkül történjen, de mindenképpen fürdőruha- és károsanyag-mentesen egészséges. Ugyanis magából a műszálból, valamint a klóros, vizes fürdőruhából is olyan anyagok párolog-

hatnak ki, amelyek kimondottan károsak a szervezetre. Nagyon sokan nem figyelnek oda, hogy alaposan letusoljanak, és átöblítsék a fürdőruhájukat. Ha valaki minőségi szauna-programokon szeretne részt venni, akkor be kell illeszkednie ebbe világba. Sok szaunamester már nem is vállal fürdőruhás programokat.

*– Mondjuk ki, a meztelenség még manapság is tabunak számít. Szégyenlősök vagyunk, nem merünk levetkőzni idegenek előtt.*

– Igen, pedig ebben a térségben is sokan hódolnak a naturizmusnak. Nyilván azok is ide tartoznak, akik nem nagy szaunások, de a fürdőruha-mentes fürdőzést részesítik előnyben. Fontosnak tartom megjegyezni, hogy ezek a programok teljesen mentesek a szexualitástól, mert jó néhány komment és visszajelzés érkezett ezzel kapcsolatban. Sokan családostul érkeznek, a gyerekek már ebben nőnek bele, kiskoruk óta ebben a közegben szocializálódnak. A fürdőruha-mentesség is az egészséges életmódhoz tartozik, főleg a szaunában, és szabadságérzetet ad. Más fürdőekben készített felmérések alapján azt mondhatom, hogy a naturista vendégek sokkal egészségtudatosabbak és higiénikusabbak, jobb utánuk a vízminőség, tisztább a szauna. Soha senkire nem kell rászólni, hogy tegyen lepedőt maga alá, vagy a nyugágyra, hogy tusoljon szauna előtt és után, hagyja kint a papucsot, és szárazon jöjjen be. Hozzátenném, hogy ezek a vendégek a ruhával együtt a komplexusait is levetkőzik, látszik rajtuk, hogy nem frusztráltak, elfogadják magukat és a testüket. Ha pszichológus lennék, sokakat elküldenék egy ilyen programra, hogy megtanulják elfogadni a saját a testüket, és ne kritikával tekintsenek egymásra. Azt látjuk, hogy a naturista emberek önismerete, önel fogadása jól működik, és a mentális egészségük is rendben van. Vidám, boldog emberek, mindenkinek jó a kedve, nem kritizálnak, nem reklamálnak, nem elégedetlenek. Egyébként ez egy zárt közösség, saját szabályokkal, ami a személyeket és a családokat védi. Én is elkezdtem nívósabb szaunaprogramokra, versenyekre járni, egyrészt azért, mert én is szeretek ezeken részt venni,



másrészt azért, mert ezáltal rengeteget tanulok. Mindenkinek ajánlom, hogy aki még nem volt, nézze meg, mert fantasztikus látvány, olyan ügyes szaunameszterek vannak, és cirkuszba illő mutatványokat csinálnak a törölközővel.

– Két gyermeked van, ők ugyan még nem járhatnak szaunázni, de a férjed eljön a programokra?

– Az idősebb lányom 8 éves. A terhességem alatt szinte végéig dolgoztam, az utolsó három hónapot hagytam csak ki. Addig csináltam, amíg jól éreztem magam. A második lányunk születése után három hónappal pont vissza tudtam jönni, nem is hagytam ki egy szauna szezont sem. A finnek egyébként végig szaunáznak, valaki ott is szül. A párom szerint várandósan még erősebb programokat tartottam. Már szaunamester voltam, amikor megismerkedtünk. Elkezdett járni a fürdőruhás programokra, és nagyon megszerette. Azután szépen-lassan megszokta a naturista rendezvényeket is, és majdnem mindegyiken itt van.

– Azért ez a munka fizikálisan is igénybe veszi a szervezetet. Nemcsak a meleget kell jól bírni, de aktív, kemény mozgást végzel a 95-100 fokban.

– Igen, bírni kell a meleget, és ez nem fejleszhető. Ha nyáron nem gyakorolunk, akkor azt megérezem, bizony izomlázam van utána. A nyári szaunázás is ugyanolyan egészséges, mint a téli, jótékony hatása van a szervezetre, a nagy meleget is sokkal jobban bírja az ember. Aki elég függő, nyáron is vágyik rá. Négyen vagyunk szaunameszterek, a változatosság miatt még hívunk vendég-szaunamesztereket is Mórahalomról, Makóról, Kecskemétről, és megpróbálunk olyan másort letenni az asztalra, ami elnyeri a vendégek tetszését, akik közül nagyon sokan minden egyes alkalommal itt vannak. Fontos az edzettség, mert komoly fizikai igénybevételt jelentenek az erős felöntések, a lecsapások, hogy ráhúzzuk a meleget a közönségre. A program végén igazi show-t, különleges trükköket, törölköző-forgatásokat mutatunk be, ilyenkor megtapsolnak minket, gratulálnak nekünk, dübörög a szauna, még az utcán is hallani, hogy dobognak, ütik a fát. Azért ez fantasztikus érzés, és a legnagyobb elismerés számomra. Az a legfontosabb, hogy maximális szauna-élményt nyújtunk a vendégeinknek.

## Boldogok és gyorsak a "kissbálintosok"

Juhász Attila

**Sok mindent ünnepelhettek a "kissbálintosok" idén ősszel. Harminc lezárt tanév áll mögöttük, 250 éve született iskolájuk névadója és a reformátusok egyik legnagyobb ünnepe, a reformáció napja is elérkezett. Így közel 300 diák lehetett öröme azokban a programokban, amiket október 26. és 29. között tartottak.**

A hagyományos futóversenyek mellett kiemelkedő volt az ünnepi istentisztelet és az, hogy az elsősök ünnepélyesen fogadalmat tettek. Először a kicsiknek szánt futóversenyt tartották meg. Csütörtök délelőtt hét óvoda, köztük az új, Talentum ovisai is részt vettek ezen. Délután a nagyobbaknak szánt megmérettetésen városunk összes általános iskolája, de még a Szegvári Forray Máté Általános Iskola is képviseltette magát. A csapatversenyen a három leggyorsabb diák eredménye szá-



mított. A "kissbálintosok" természetesen többen vettek részt, de tőlük is minden korcsoportban csak a legjobbakat vették figyelembe. A hazaiak nagyon szép helyezéseket értek el, egyéniben három, csapatban kilenc aranyérmet szereztek. Mindezek ellenére a szervezők és a diákok nem vére menő versenyként, hanem egy játékos, közösségépítő szórakozásként tekintettek az egészre. A

fént említett programokat szeretnék volna egy emléktúrával is kiegészíteni, de azt sajnos a kedvetlen időjárás miatt kénytelenek voltak elhalasztani. A programsorozat zárása a vasárnap reggeli istentisztelet volt, ahol a tanári kar arany minősítésű kórusa is közreműködött, számolt be lapunknak az eseményekről Karikó-Tóth Tibor igazgató.

## Füstmentes Világnap



**Minden év november harmadik csütörtökére esik a Füstmentes Világnap, aminek célja, hogy felhívja az emberek figyelmét a nikotin és a dohányfüst káros hatásaira, illetve a leszokás fontosságára.**

A dohányzás súlyos egészségkárosító viselkedés, a legfőbb megelőzhető halálok a világon és Magyarországon is. Az Egészségügyi Világszervezet felmérése szerint Földünkön napjainkban mintegy 1,3 milliárd ember dohányzik rendszeresen és évente 8 millió ember halála hozható összefüggésbe a dohányzás szövődményeivel. A 2022-es adatok alapján Magyarországon a felnőtt lakosság 27%-a naponta dohányzik.

### A dohányzás káros hatásai

A dohányzás hatására jelentősen fokozódik a szív- és érrendszeri megbetegedések (magas vérnyomás, érelmeszesedés, trombózis, angina pectoris, szívinfarktus, stroke), egyes daganatok (tüdőrák, szájüregi rák,

gégerák, nyelöcsőrák és húgyhólyagrák), valamint a krónikus obstruktív légúti betegség (COPD) kockázata. A rendszeresen napi húsz szál cigarettát elszívók körében 15-ször gyakrabban fordul elő a tüdőrák. A dohányzás növeli a csonttritkulás és különböző szemészeti megbetegedések kialakulásának kockázatát is. A dohányzók körében sűrűbben alakul ki meddőség nőknél és férfiaknál egyaránt.

### Mit nyerünk, ha felhagyunk a dohányzással?

- Könnyebbé válik a légzés: A tüdő már az első 24 órában tisztulni kezd, 3 hónap múlva a légzés sokkal könnyebbé válik.
- Több lesz az energiánk: Pár hét múlva azt tapasztaljuk, hogy a séta, sőt a futás is sokkal könnyebben megy, és az életkedvünk is jobb lesz. Kevésbé leszünk fáradtak, és a fejük is ritkábban fáj majd.
- Kevésbé leszünk stresszesek: Az, hogy a cigaretta csökkenti a stresszt, egy tévhit. A rágyújtásból következő nyugtató hatás abból ered, hogy megszűnteti a csökkenő nikotinszinttel együtt járó kellemetlen tüneteket.
- Nő a fogantatás esélye: Amennyiben még gyermekvállalás



előtt állunk, bármelyik fél dohányzása csökkentheti annak esélyét, hogy a kisbaba megfogadjon. Lombik programban résztvevők esetében nő a fogantatás esélye, illetve csökken a vetélés, valamint a kis súlyú babák születésének kockázata.

- Megfitalodunk: A dohányzás feladása következtében az arcunk öregedése is lassul és később alakulnak ki ráncok, emellett fogaink fehérebbek, leheletünk pedig frissebb lesz.
- Pénzt spórolhatunk: Napi egy doboz cigaretta elszívása esetén a dohányzás feladásával közel 60 ezer forintot is spórolhatunk havonta.

**Abba szeretné hagyni a dohányzást? Kérjen segítséget!**

<http://www.leszokastamogatas.hu>

**Ingyenesen hívható  
zöldszám: 06-80-44-20-44**

# Nyerjen a Szentesi Élettel!

Előző keresztrejtvényünk helyes megfejtése: „Ha nem lenne sötét, sose látnánk a csillagokat”. A 2 főre szóló belépőt **Szabicsné**

**Anna** nyerte. **Gratulálunk!** Ezen keresztrejtvényünk helyes megfejtői között egy darab 2 főre szóló belépőt sorsolunk ki a New York-i

Patachich Trió koncertjére a Hangversenyközpont jóvoltából. Megfejtéseiket telefonszám feltüntetésével küldjük el szerkesztőségünk

postacímére (**Petőfi u. 1.**), vagy a [szentesielet@gmail.com](mailto:szentesielet@gmail.com) internetes címre **2023. november 15. szerda** délig.

REPÜL STÍBIUM AMERIKAI RÖVIDEN	JÁSZAI MARI-DÍJAS SZÍNÉSZNŐ NEM KEVÉS	AZ UTOLSÓ BETŰ AZ ABÉCÉBEN	RÓMAI ÖTÖS	ÉPPEEN HOZZÁÉR	ZSELÉS KENŐCS	ELEKTRON	MEG-ÁLLAPODÁST HATÁLYBA HELYEZ
WOHL STEFÁNIA IRÓNÓ GONDOLATA							
GUBA IS LEHET ILYEN			EGY FALAT KRÉMES! FEJÜNKET TÁMASZTJA			ZORRO JELE KUKUCSKÁL	
HIBÁS VÁGÁS A DINNYÉN			FORRALT TEJEN KÉPZŐDIK DUPLÁN NAGYSZÜLŐ				
FLUOR VEGYJELE	A GONDOLAT FOLYTATÁSA		... PÉTER; REPÜLNİ KÉPES MESEALAK GIZGAZOS		... GROS; NAGYBAN CSAPADÉK-VIZ		A SZÁMÍTÓ-GÉPNEK IS VAN ILYEN MÓDJA PIHEN
ÓZD CENTRUMAI!	VÁLLALKOZÓI KÖZÖSSÉG DUNA-PARTI TELEPÜLÉS						KÁNYADI SÁNDOR VERSE NÉVELŐ NEM AZ
PARKOLÓ JELE			HÁZAS (FÉRFI) KRÁKOGNI KEZD!			FELFOGÁS FOGGAL ÓROL	DAC KÖZEPE! VALAMINEK AZ ESZTEN-DEJE
ÁLLAMI INTÉZMÉNY TOLVAJ MADÁR URÁN				BRIGÁD SAV MARADÉKA!			AZ ELMŰLT TIZENKÉT HÓNAP HELYRAG, A -RA PÁRJA
				ELLEN-JEGYEZ GAUSS			VONAL-KEZDET! LITER
BEFOGJA AZ ELŐTTE LEVŐT	O						



**NAPRAFORGÓ** ocsú eladó. Szeder I. u. 16. Telefon: 30/424-2595

**SÖVÉNYEK** nyírása. Telefon: 30/913-5560

**ZÖLDHULLADÉKÁT** elszállítom. Telefon: 30/913-5560

**CAMPING** kerékpár, 150 cm-es új fehér zománcos fürdőkád, RADIÁN gázkazán, fém tetőcserép hajlító, leszorító készülék, 120 literes műanyag szemeteskukka eladó. Telefon: 30/948-7134

**BÚZA** eladó. Telefon: 30/975-4796

**APPONYI** téren vagy környékén 1. emeleti 1-1,5 szobás lakást vennék. Telefon: 30/714-1273

## HIRDESSZEN INGYEN!

**ELADÓ** Szentesen a Felsőparton 2 szobás téglalapítású családi ház. Telefon: 30/250-8278, 30/853-6718

**GRUNDFOS** UP25-60 keringető szivattyúk eladó 7000 Ft/db. Telefon: 30/518-8554

**ZÖLDTERÜLET** kezelést és fűnyírást vállalom számlaképesen. Telefon: 30/913-5560

**KÉKFRANKOS** fajta minőségi borszőlő eladó pálinkának vagy bornak 190Ft/kg-ért Bokrosról, darálva

200Ft/kg. Telefon: 70/591-7892.

**APPONYI** téri 1 szobás 3. emeleti lakás eladó, vagy csere is érdekel első emeleti 1-1,5 szobás lakásra. Kertváros kizárva. Ha van lift emelet nem akadály. Telefon: 30/714-1273

**NŐI** kerékpár és régi könyvek eladó, 25.000 Ft. Érdeklődni, Szentes, Petőfi S. u. 16. 18 óra után.

**KISBÁLÁS** szalma eladó. Telefon: 70/626-1629

100 l fagyasztó láda, mini sütő grill-

lező is, meleg levegős fritező újak eladó 20.000 Ft/db. Telefon: 30/992-2279

**ALIG** használt Yama 6 csónakmotor Rakéta műanyag testtel eladó 270.000 Ft. Telefon: 63/311610, 30/9037021

**HÍVJON** minket az a szentesi, akár tanyán élő idős néni, bácsi aki megbízható gondviselőt keres. Gazdálkodni szerető család vagyunk. 0630/595-8476

**ÖRÖLT** paprika fél kg-os csomagban eladó, szögmentes törmelék ingyen elvihető. Telefon: 30/531-8923

**ÚJ** falra-akasztós szekrény anyagárban eladó 160x80x42 cm. Telefon: 30/975-4796

## Központi Konyha előfizetéses menüje

NOVEMBER 13-17.

**Hétfő**

Zöldborsóleves,  
Paradisomos-húsos  
penne

**Kedd**

Vegyes gyümölcsleves,  
Rántott sajt, zöldséges  
rizs, tartármártás

**Szerda**

Csontleves csigatésztával,  
Húsos káposzta

**Csütörtök**

Medvehagymás  
csirkeraguleves,  
Burgonyás tészta,  
körte

**Péntek**

Zöldségrémeles,  
Sertészelet zöldborsó  
csirkemáj ragu,  
párolt bulgur

A menü  
1480 Ft

A rendelést személyesen a megelőző héten pénteken 8:00-13:00 óráig lehet leadni a Központi Konyha irodájában. Allergiás, diétás menükről tájékoztatást kérhetnek telefonon a 63/560-470 telefonszámon.

## A Kurca hídjai 4. rész

# Az ifjúsági ház átkelője és a Makai-híd

Palicska Irén

Folytatjuk a Kurca hídjairól szóló sorozatunkat. A negyedik részben a Művelődési és Ifjúsági Ház átkelőjéről és a Makai-hídról olvashatnak Szentes anno rovatunkban. Kalauzunk Móra József önkormányzati képviselő.

Az ifjúsági háznál található rendkívül komoly, vasbeton szerkezetű hidat az 1980-as évek közepén kezdték el építeni, és 1985 szeptember végén adták át műszakilag. Azért készült, hogy az akkor beépülő alsóréti lakótelepről át tudjanak járni a lakosok, illetve a ligeti hídról áttereljék a kerékpáros- és a motoros forgalmat. A korabeli tudósító leírja, hogy az átkelő összeköti a Munkácsy Mihály utcát a Hegedűs László utcá-



val és a régi Felszabadulás, mai Csongrádi úttal. Érdekes, hogy több építető volt: az ATIVIZIG, a városi tanács és a posta. – Visszaemlékezések alapján úgy tudom, hogy a hídon egy komoly postakábel vezetett keresztül, ezen túlmenően pedig valószínűleg közműveket is. Ennek ugyan nem találtam nyomát, de a hármas beruházó azt feltételezi, hogy a Magyar Postának is volt benne érdekeltisége, valószínűleg ott egy nagyteljesítményű kábel hoztak be – fogalmazott a képviselő.

Hozzátette, ez egy komoly te-

herbírási híd, a jelentősége akkor nem látszott a város életében, nem tudni, vajon milyen erők mozgatták a megépítését, és miért pont azt a helyszínt választották. Akkor már eldöntött tény volt az ifjúsági ház építése, és az is érdekes, hogy a gépjárműforgalmat nem vitték át. Ha 50 méterrel arrébb jelölik ki a helyszínt, akkor a Hegedűs László és az Arany János utcát kötik össze, így az Alsórétől el lehetett volna jutni egészen a vasútállomásig, mentesítve ezzel a főutcát, mondta Móra József. – Amikor 2005-ben készítettük a városszerkezeti tervet, szóba került, hogy érdemes lenne megcsinálni ezt az összeköttetést, amely mentesítené a városközpontot a forgalom alól. A híd a kiegészítő útszakaszokkal együtt egyaránt alkalmas a gya-

logos-, a kerékpáros- és a motoros közlekedésre – mesélte a képviselő.

### A Makai-híd

Valószínűleg az 1920-as évek hidépítési programjában szerepelt ez a vasbeton, kéttámaszú átkelőhely, melynek hosszúsága 17,1 méter, szélessége 1,94 méter, a két pillér közti szabad nyílás pedig 12,3 méter. Nevét a Makai pékségről kapta. 1984-es felújítását a híd állapota tette szükségesé, ugyanis a korlátot tartó régi, vasbeton oszlopok tönkrementek, és ezeket ki kellett javítani. Mivel megépítették az ifjúsági háznál lévő hidat, ezért itt korlátozták a motoros- és a kerékpáros forgalmat, ennek kivédésére forgókapukat helyeztek el. 1985 júliusában adták át a forgalomnak, és azóta is a jelenlegi formájában működik.



**AUTÓKOZMETIKA DELTA**

**MEGNYITOTTUNK!**

**20%**

**NYITÁSI KEDVEZMÉNY EGÉSZ NOVEMBERBEN!**

+36-30-619-3720  
delta.autokozmetika@gmail.com

6600 Szentés, Vásárhelyi út 112.

**A Délalföldi Kertészek Szövetkezete Bolti értékesítő munkatársat keres a kertészeti TÉSZ áruházába.**

**Feladatod főként a Dél-KerTÉSZ saját termelőinek kiszolgálása, megrendelések kezelése, beszállítókkal való kapcsolattartás.**

**Téged keresünk, ha:**

- felsőfokú mezőgazdasági iskolai végzettséged van
- ismered a növényvédőszerket (érvényes "Zöldkönyv" megléte)
- be tudod mutatni az érvényes erkölcsi igazolványod
- kereskedelmi, és számítógépes alapismeretekkel rendelkezel
- jó az állóképességed és az önálló munkavégzés sem jelent problémát.

**Munkavégzés helye: 6600 Szentés, Szarvasi út 3/b.**

**Az önéletrajzokat az [info@delkertes.hu](mailto:info@delkertes.hu) címre várjuk.**

**A DélKerTÉSZ hazánk legnagyobb termelő és értékesítő szövetkezete, 500 Szentés és környéki termelőt tömörítő integráció.**

**Jelentkezz**  
bolti értékesítő munkatársnak az ország legnagyobb szövetkezetéhez

Vár a DélKerTÉSZ!

**Délkertes SZENTES**



## HETI MENÜ: November 13 - 17.

HÉTFŐ

**A menü:** Lencseleves virslivel  
Óvári szelet burgonyapürével  
**B menü:** Tejfölös zöldbableves  
Rántott sajt rizizivel és tartárral  
**Desszert:** Csokikrém palacsinta

KEDD

**A menü:** Sütőtökrémleves pirított  
tökmaggal és sonkacspisszel,  
Bácskai rizseshús  
**B menü:** Csirkegulyás,  
Túrós gombóc vaníliásodóval  
**Desszert:** Képviseelőfánk

SZERDA

**A menü:** Legényfogó leves,  
Kolozsvári rakott káposzta  
**B menü:** Zellerkrémleves Rántott  
csirkemell erdei gyümölcs  
mártással  
**Desszert:** Tejszínhabos  
karamellszelet

CSÜTÖRTÖK

**A menü:** Tojásos leves  
Betyár tokány tésztával  
**B menü:** Fűszeres almaleves,  
Sajtos sült csirkecomb kukoricás  
rizszel  
**Desszert:** Ízes palacsinta

PÉNTEK

**A menü:** Disznótoros leves  
Tordai lapácsenyve magyaros tört  
burgonyával és pikáns savanyú  
káposztával  
**B menü:** Halászlé  
Túrós tészta  
**Desszert:** Gesztenyepüré

**SZENTES, PETŐFI U. 7/A.**

**MENÜ: 1800,- Ft**  
**DESSZERT: 400,- Ft**  
**Bővebb információ:**

[WWW.GALERIAKAVEHAZ.HU](http://WWW.GALERIAKAVEHAZ.HU)

**TELEFON: 63/311-729**

**Fizetni készpénzzel  
vagy  
bankkártyával és  
SZÉP-kártyával is  
lehetséges.**

## Szentes családi ízei



Kép forrása: mindmegette.hu

### Spenótos-fetás rakott tortilla

**Hozzávalók:** 100 g vaj, 6 gerezd fokhagyma, 35 g finomliszt, 600 ml tej, 500 g fagyasztott leveles spenót, 100 g feta sajt.

**Elkészítés:** Először a besamelt készítjük el. Egy lábosban a vajat habzástig melegítjük, hozzáadjuk az apróra vágott fokhagymát és a lisztet, kissé megpirítjuk, majd lassan hozzáadagoljuk a tejet. Habverővel csomómentesre keverjük és jól kiforraljuk. Végül hozzáadjuk a spenótot, a feta sajtot és a szerecsendiót. Ha szükséges, kicsit megszóthatjuk, de számoljunk a feta sósságával.

Egy 20 cm-es csatos tortaformában fogjuk összeállítani a rakottat. Próbáljuk 6 rézre osztani a besamelt, hogy a vágásnál szépen mutassanak a rétegek. Rétegenként haladunk: alulra kerül egy tortillalap, erre egy adag spenótos-fetás besamel, és ebből készítünk összesen 6 réteget. A tetejét megszórjuk reszelt mozzarellaival, majd a 160 fokra előmelegített sütőben 30 perc alatt készre sütjük.

Ha kissé kihűl, könnyebben tudjuk eltávolítani róla a tortagyűrűt, és így a szeletelésnél sem fog szétszúzni a tortánk. A kész rakott tortillát cikkekre vágjuk, tányérra helyezzük és a tetejét olívaolajjal átkevert spenótlevelel díszítjük.

## + Egészségügyi ügyelet

A felnőtt és gyermek ügyeleti ellátás a Mentőszolgálat épületében, Szentes, Sima F. u. 29-33. szám alatt működik.

Az ügyeleti idő: hétköznap délután 16.00 órától – másnap reggel 8.00 óráig, hétfőn, ünnepnapon: a nap 24 órájában.

A gyermekek ügyeleti ellátása hétfőn és ünnepnapokon 8–20 óráig a dr. Bugyi István Szentesi Multidiszciplináris Centrum SBO épületében, bejárat a Kiss Zsigmond utca felől. Az ügyelet egységes telefonszáma: 1830.

**Az ügyeletet és készenléteket ellátó gyógyszer-tár november 13 - 20.**

### Kertvárosi Patika

(Szentes, Köztársaság u. 29.)

Telefon: 63/400-095

Készenléti telefon: 20/618-7020

**Gyógyszertári ügyelet ideje: hét-**

köznap 19 órától 20 óráig, szombaton 18 órától 20 óráig, vasárnap 8 órától 20 óráig, ünnepnapokon 9 órától 20 óráig.

**Ügyeleti időben** a gyógyszer-rész a gyógyszer-tárban tartózkodik, csengetéssel hívható.

**Gyógyszertári készenléti ideje:** hétköznap 20 órától másnap 7:30-ig, szombaton 20 órától másnap 8 óráig, vasárnap 20 órától másnap 7:30-ig (ha vasárnap után ünnepnap következik vagy ünnepnap után vasárnap, akkor 9 óráig tart a készenléti), ünnepnap 20 órától másnap 7:30-ig (ha ünnepnap után vasárnap következik, akkor 9 óráig).

**Készenléti időben** a gyógyszer-rész az adott telefonszámon elérhető és indokolt esetben (sürgősségi osztályról, orvosi ügyeletről érkező betegek esetén) legkésőbb 30 perc múlva érkezik a gyógyszer-tárba.

## HOROSZKÓP November 10-17.

**KOS** Úgy érzed, ezen a héten szinte bármi sikerül, semmi nem állíthat meg a lendületben. Igyekezz annyi mindent végig vinni a jó csillagzat alatt, amennyit csak lehet.

**BIKA** Valaki megbíz benned, és bár ennek örülsz, ugyanakkor nagy felelősséget is ró rád a dolog, és nem biztos, hogy erre most készen állsz. Ne élj vissza mások érzéseivel, inkább legyél őszinte velük!

**IKREK** Ott vagy megint, ahol a part szakad, és most már olyan döntéseket szeretnél hozni, amik valóban végleges megoldásokat hoznak. Ehhez azonban szükséged lesz valaki másnak a támogatására is.

**RÁK** Nincs értelme visszalépni, ha utána ugyanazt az utat fogod végigjárni, és ugyanazokat a hibákat fogod elkövetni. Csak akkor kezdj valamit újra, ha ezúttal bölcsőbb döntéseket hozol majd!

**OROSZLÁN** Ha megmákosod magadat, senki nem tud lebeszélni semmiről, és nincs olyan probléma, amit ne tudnál kezelni. Csak erre a pontra kell eljutnod valahogyan, és akkor nem lesz megállás.

**SZŰZ** Nem kell siettetned semmit, hiszen mindennel a lehető legjobban állsz. Egy kis nyugalomra viszont most már nagy szükséged van, az elmúlt hetek hajrái után. Engedj magadnak egy kis pihenőt!

**MÉRLEG** Most, hogy egy állandó feszültségforrástól megszabadultál, egészen jól érzed magadat a bőrödben, és olyasmiket is észreveszel, amiket eddig talán nem. Figyelj ezekre az új ismeretekre!

**SKORPIÓ** Olyan ritmust veszel most fel, amit csak kevesen képesek tartani. Ha valaki mégis igen, akkor talán érdemes lenne megfontolni, hogy mást is csináljatok együtt, mert jó párost alkottok.

**NYILAS** Nagy reményeket fűztél valamihöz, és most rosszul esik, amikor azt látod, hogy ebből valamit el kell engedned. Pedig a megvalósítás oldalán is nagyon sok van, erre is figyelhetnél.

**BAK** Sokkal több múlik az önbizalmadon, mint gondoltad volna. Ha most megfelelően állsz hozzá a dolgokhoz, akkor a későbbiekben ez megalapozhatja a sikereidet.

**VÍZÖNTŐ** Valaki, akire eddig támaszkodtál, más utakat kezd járni, és úgy érzed, kicsit el is távolodott tőled. Ez azonban jó lehetőséget teremt arra, hogy megpróbáld a magad lábán megállni, és új tapasztalatokat szerezni.

**HALAK** Ha egy kapu bezárul, fordulj egy másikhoz, mert most rengeteg lehetőség áll nyitva előtted, nincs okod arra, hogy elvesztesd ezt az alkalmat egyetlen elvesztett lehetőség hajkurászásával.

Dr. Papp Erzsébet

Kérdeztem, hogy „Ez egy balett?” Azt válaszolták: nem. Pedig, azt hiszem, a „balett” művészetének fogalma sokkal tágabb fogalom Csajkovszkij vagy más klasszikusok zenéjére előadható, szokványos koreográfiák művelésénél. Amit november 3-án a Tóth József Színházban láttunk, a legmagasabb művészi szintű tánc-produkció volt, a balett legmodernebb szintjén, de mindenféle klasszikus és modern táncok elemeit is magába foglalta. Nem tudnám felsorolni, hányféle zenére, hányféle ritmusban, stílusban, mégis egy uralkodó szellemet képviselve, egyetlen kis történet köré felépítve kápráztattak el bennünket a táncosok.

A keret: egy kislány álma, mint a „Diótörő” alapötlete. A kislány (György Alexa), úgy tűnik, most kezdi iskolás életét, előtte a világ minden lehetősége.

Rajzol, álmodozik, barátkozik és megbántódik, családi problémákat él át, és mindenféle táncot és zenét megismer álmaiban.

Fergeteges, gyors egymásutánban viharzanak a színpadra a táncosok rajai, pompás, látványos jelmezekben. Nem a „tütü” és a balettcipő, hanem a táncos tornacipő és a legkülönbözőbb dresszek jelzik a tánc stílusát. Az iskolai egyenruhától a hálópizsamán keresztül a sportruháig, a sötét öltönytől és kisestélyitől a piros nadrágtartóig, meg a kertesznadrágig mindenféle öltözék megjelenik.

Sok szebbnél szebb gyermek, fantasztikus fegyelemmel táncol szinte akrobatikus nehézségű koreográfiákat. Uszakai Gyöngyi, Felsegryh Bence, Fazekas Róbert és Kassai Gábor koreográfiai tar-

Színházban jártunk

## Egy élet, egy álmom



talmazzák a gépszerű, feszes és szögletes mozdulatok tömegét, ahol már-már azt hihetjük: ezek már nem is gyerekek, hanem fabábuk, vagy robotok, akiket valami láthatatlan zsinóron rángat felülről egy óriás, vagy egy „mesterséges intelligencia”, máskor túlmozgásos, fékezhetetlen, pajkos kislányokat, kisfiúkat látunk, akik titokzatos módon teljesen egyformán, egyetlen láthatatlan vonal mentén ugrabugrálnak. Vannak táncmozdulatok, melyeknél már olyan, mintha a táncosok végtagjai nem is a testükhöz tartoznának, szinte körbe csavarható lenne karjuk és lábuk.

Magával ragad bennünket a ritmus, a mozdulatok, lelkünkben együtt táncolunk velük mi is. Aztán egy felnőtt partin vagyunk, ahol társas táncokat lehetnek túsarkú cipőben, túllben/sötét öltönyben a „nagyok”. Szenvedélyes szerelem és válás tanúi lehetünk a kislány szüleinek táncában, Gallai Zsuzsa és Bozsoki Levente előadásában.

Sötét öltönyben táncolják a

swinget, az 50-es évek divatját látjuk a rock and roll megjelenítésénél. A hip-hop és a havy metal mellett a klasszikus balett és a magyar néptánc is megjelenik. (Érdekes módon a lábszár-csapkodós férfitáncot lányok táncolják.) Ennek megfelelően a zenei betétek összeolvastják a legkülönbözőbb stílusokat. Ob-La-Di-Ob-La-Da és Carmina Burana, Hattyúk tava és a Béreslegény, jól megfér egymás mellett.

Csodálatos a háttér is, amely segít megérteni a zenei és tánc-stílus hovatartozását, hangulatát. Vetített képeket látunk, videókat és fotókat, Kassai Gábor műveit.

Az egész produkció lelke, a rendező: Uszakai Gyöngyi. Mint egy varázsló, tárja elénk a mesét a tánc bűvöletéről...

Melyik gyerek-vagy felnőtt művészt emelhetném ki? Mind zseniális, csupa élet, fiatalosság, szépség volt ez az este. Üdítő fényfolt ebben a szomorú jelenben, ezen a sötét, hideg novemberi estén.

### November

#### PROGRAMAJÁNLÓ

##### 11. szombat

A Hangversenyközpontban 19 órai kezdettel a Ripoff Rasolknikov Band ad koncertet.

##### 12. vasárnap

Márton-napi matiné 10-12 óra között a Gólyás Házban. Minden korosztály számára érdekes programokkal: libalabirintus, barkács foglalkozás, mesesarok.

##### 14. kedd

Móra József önkormányzati képviselő A Szentesi Értéktár II. része című előadása lesz a könyvtárban 18 órakor.

##### 15 szerda

A városi könyvtárban 18 órakor Vercors: Farkascsapda és Lengyel Menyhért: Sacho Panza királysága című műveinek felolvasó estjére várják az érdeklődőket.

##### 16. csütörtök

A városi könyvtárban 18 órakor Dr. Reisinger János irodalomtörténész, MTA-kandidátusa tart előadást A Főti daltól a Nemzeti dalig. Vörösmarty és Petőfi kapcsolata. Miért égettek el Petőfivel egyik legnagyobb költeményét címmel.

##### 17. péntek

A városi könyvtárban 18 órakor Hogyan keletkeznek a mesterséges álmok? 2.0.- Prievara Zsolt programozó előadása.

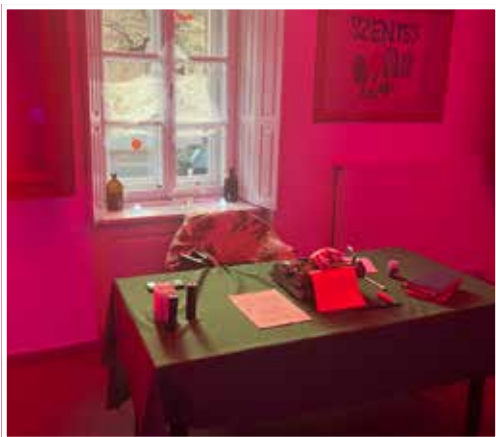
##### 16. csütörtök

A Hangversenyközpontban a Patachi Triót, Artur Kaganovskyt a "The Julliard School" New York hegedűművészt -, Eszter Kaganovszky brácsaművészt, valamint Kállay Ágnes gordonkaművészt hallgathatják meg 19 órától.

##### 23. csütörtök

A Tóth József Színház és Vigadóban 19 órától Kókény Attila koncertjén vehetnek részt. Jegyek kaphatók a színház jegypénztárában.

## Wednesday nyomozós játék a Rémségek Házában



Szabó Fiametta

Rémisztőbbnél rémisztőbb jelmezekben gyűlte össze a gyerekek a Gólyás Házban október 28-án, hogy megfejtsék a Wednesday nyomozós játék rejtélyét. A dekoráció, a sejtelmes fények és a helyiségeket elárasztó füst igazi halloweeni hangulatot keltett. Minden helyszínen elrejtettek egy betűt, amiből végül megszületett a megfejtés, a betűkeresést pedig izgalmas feladatokkal tették szórakoztatóvá a csapatoknak. A program olyan nagy érdeklődést keltett, hogy egyes megállóknál ugyan várni kellett, de ez egyáltalán nem rontott az élményen. Jutalmul minden gyerek halloweeni kosztümbé öltöztetett nyálókát kapott. Gyerekszivaj és kacagás töltötte meg a "Rémségek Házát".

Hering Viktor

**Bár a papírforma érvényesült, tisztességesen teljesített az olimpiai bajnokokat felvonultató Vasas ellen a metALCOM Szentesi VK férfi vízilabdacsapata. A mieinkre szombaton fontos mérkőzés vár, ezen a napon a Miskolc látogat a Dr. Rébéli-Szabó József Városi Sportuszodába.**

Nagy menetelésben vannak férfi vízilabdázóink, hiszen a Szolnokkal szembeni derbit a Vasas elleni összecsapás követte a ligeti uszodában. Ahogy a Szolnok ellen, úgy a fővárosiakkal szemben is kifejezetten jól teljesített a gárda, amely az utolsó pillanatig harcolt „izmosabb” ellenfelével szemben. Gyorsan kétgólos előnybe került az angyalföldi alakulat, ám Vismeg és Hajdú góljaival egyenlített a Szentes. Ezt követően viszont zsinórban öt találatot szerzett a Vasas, amire Asanin és Biros válaszoltak. A félidőben 9-4-re vezettek a vendégek, majd a harmadik és a negyedik negyed döntetlennel ért véget, így 14-9-es Vasas győzelemmel végződött a találkozó. –

## Kell a pont a Miskolc ellen

Először is gratulálok a Vasasnak, mert pontosan úgy hozták le ezt a mérkőzést, ahogy azt egy profi

gárdának le kell hoznia egy nagy menetelés közben – kezdte értékelését Kis Gábor, a metALCOM



vezetőedzője. – Ami a saját csapatomat illeti, nagyon tetszett a ma esti Szentes, mivel ellentétben azzal, hogy amikor a kis csapatok máskor meg szoktak törni nagynevű riválisaikkal szemben, mi talpon maradtunk, motiváltak voltunk. Most jönnek azok a mérkőzések, amelyek igazán fontosak lesznek számunkra, de amit ma láttam, abból kiindulva bizakodó vagyok a jövőt illetően.

Szombaton máris adott lesz a lehetőség a pontszerzésre, hiszen Vidumanszky László csapata, a Miskolc érkezik Szentesre, a találkozó 18 órakor kezdődik. A metALCOM Szentesi VK együttese jelenleg a táblázaton hat ponttal a kilencedik helyen áll.

**Férfi vízilabda OB I.,  
8. forduló**

**metALCOM Szentesi VK –  
Vasas 9-14**

(2-5, 2-4, 3-3, 2-2)

Szentesi gólszerző:

Asanin 3, Hajdú 2, Vismeg,  
Biros, Magyar, Vékony

## Fájó pontvesztés

Hering Viktor

**Hiába lőtt három gólt és dolgozott ki jóval több helyzetet, mégis meg kellett elégednie az egy ponttal a Szentesi Kinizsi SZITE vármegyei első osztályban szereplő labdarúgócsapatának. A Kinizsi szombaton a második helyen álló Tiszasziget vendége lesz.**

Nem bírt az Ásotthalommal a Szentesi Kinizsi gárdája. Bár a mieink már 3-1-re is vezettek, gólhelyzetek sokaságát alakították ki és látványosan többet birtokolták a labdát, a vendégek előbb a 74., majd a 84. percben is bevették Kotvics-Varga kapuját, és elvittek egy pontot a Kurca-parti pályáról. Péter József semmi sem múlt, a Kinizsi labdarúgója – aki már tíz találtnál járt az idei szezonban – újabb mesterhármast szerzett, ám ez is kevés volt a sikerhez, egyéni hibák miatt győzelem nélkül maradt a Szentes. A pontvesztés azért is fájó, mert kiállítás miatt az Ásotthalom egy félidőt emberhátrányban futballozott. – Azt kell, hogy mondjam, jó mérkőzést játszottunk, a játékunk is rendben volt, az első hatvan percben főként futballoztunk – értékelte a találkozó történéseit Sallai Róbert, a Kinizsi vezetőedzője. – Sajnos 3-1 után nem tudtuk megszerezni a ne-

gyedik találatunkat, pedig azzal végképp lezárhattuk volna a találkozót. A táblázaton a mögöttünk álló csapatok felzárkóztak ránk, ezért is lett volna fontos ennek a három pontnak a begyűjtése. Hullámzó a teljesítményünk, de a célunkról nem tétünk le, tavasszal a bajnokság felső házában szeretnénk játszani.

A Kinizsi legközelebb szombaton lép pályára idegenben, az ellenfél a második helyen álló Tiszasziget lesz. A két gárda legutóbbi, augusztus végi, szentesi összecsapásán a vendégek nyertek 2-0-ra. – Hasonlóan fegyelmezett, koncentrált játékot várok csapatomtól, mint az SZVSE ellen, akkor meg tudtuk nehezíteni ellenfelünk dolgát, és mezőnyben sem futballoztunk rosszul. Ahogy nyáron, most is szoros mérkőzésre számítok – mondta Sallai Róbert. A Szentesi Kinizsi gárdája jelenleg tizenöt ponttal a hatodik helyen áll a táblázaton.

**Labdarúgás, Csongrád-  
Csanád vármegyei  
I. osztály, 12. forduló**  
**Szentesi Kinizsi SZITE –  
Ásotthalmi TE 3-3 (3-1)**

Szentesi gólszerzők:  
Péter J. (9., 22., 42. p.)



## Elődöntőkben táncoltak a Szilver párosai

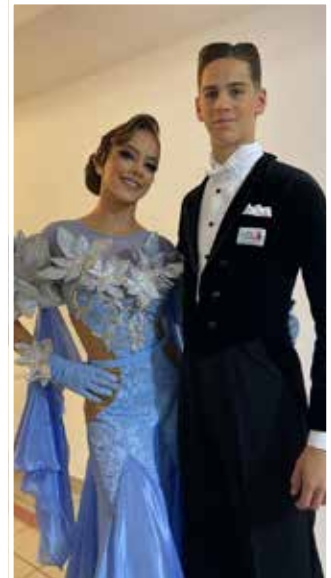


Hétvégén Romániában, Nagyszebenben rendezték meg WDSF Felnőtt Latin és Junior II Standard Világversenysorozatokat, ahol a Szilver TSE két táncosa képviselte Magyarországot és az egyesületet, és mindkét versenyen az elődöntőkben táncoltak a párosok.

### Eredmények:

Hidi Balázs (Valcer TSE) – Kis Violetta: WDSF Felnőtt Latin Világversenysorozat 69 fős mezőnyében 21. hely, WDSF World Open Felnőtt Latin 91 fős mezőnyben 8. hely.

Fehér Erik – Baráth Csenge: WDSF Junior II Standard Világ-



bajnokságon 54 fős mezőnyben: 19-20. hely

Petrás Bene – Terdik Tímea (Valcer TSE) WDSF Ifjúsági Standard Open 31 fős mezőnyben 12. hely, a WDSF Felnőtt Rising Star Standard 36 fős mezőnyben 14. hely, WDSF Felnőtt Standard Open 64 pár közül 41-43. hely.

**A táncosok Kozármislenyben, a Ritmo Kupa C OB és Klubközi Táncversenyen vettek részt.**

Konstantinovics Márk – Kára-

szi Kata Hanna OB Junior I C Standard 3. hely, OB Junior I C Latin egy lépésre a döntőtől: 7. hely.

Horváth Előd Áron – Oszlánczi Anikó Krisztina OB Junior II C Standard 5. hely, OB Junior II C Latin egy lépésre a döntőtől: 8-9. hely.

Kispál Gergely Tas – Biczó Petra OB Felnőtt C Standard 8. hely, OB Felnőtt C Latin 9. hely.

**Gratulálunk a párosoknak és a felkészítő tanároknak!**



## Barát László országos bajnok

A Mátra Kupával befejeződött a 2023. évi Országos Egyéni Tájékozódási Túrabajnokság november 4-én Mátraszentimréren. Barát László, a Szentesi Spartacus SZ.S.E. versenyzője a Mátra kupa megnyerésével országos bajnoki címet szerzett.

## Barna Milán diákolimpiai bajnok birkózásban



Hering Viktor

Az elmúlt szombaton Tatabányán rendezték meg a 2010-11-es korosztály Szabadfogású Birkózó Diákolimpiáját. A terü-

leti döntőn a Dr. Papp László Birkózó Egyesület öt versenyzője harcolta ki a továbbjutást az országos fináléba, ahol végül két birkózójuk pontszerző helyen végzett.

- Nagy Dávid a verseny előtti napokban gyomorrontással küszködött, ezért ki is hagyta az egész hetet - tudtuk meg Mazula Eriktől, az egyesület vezetőedzőjétől. - Ugyan a versenyre már egészségesen érkezett, de érthetően messze nem a legjobb formájában állt szőnyegre. Dávid végül a pontszerző, ötödik helyen végzett. Azért fájó picit a szereplése, mert azokat a birkózókat, akik most előtte végeztek, valamennyiüket legyőzte már korábbi versenyeken. Barna Milán ismét nem talált legyőzőre és diákolimpiai bajnok lett. Egy évben négy nagy versenyt rendeznek, kötött és szabadfogásban is van országos bajnokság és diákolimpia. Milán mind a négy versenyt

megnyerte és abszolút bajnoknak mondhatja magát. A versenyen még részt vettek, de nem végeztek pontszerző helyen, ennek ellenére büszkék vagyunk Sági Attila, Barna László és Kátai János szereplésére is.

Az egyesület birkózói ezzel befejezték a hivatalos versenyszezont, az esztendő hátralévő részében elsősorban a legfiatalabbak és a kezdők utaznak majd a helyi rendezésű viadalokra, hogy ők is átessenek a tűzkeresztségen, és „élesben” is megmutathassák tudásukat. A következő hetekben már az alapozó edzések kezdődnek, hiszen februárban a különböző korosztályos bajnokságok területi döntőire kerül sor.

**Karácsony eljövetelére várva...**

# adventi rajzpályázat gyerekeknek

## Kedves Gyerekek!

Arra kérünk benneteket, hogy **ragadjatok ceruzát, ecsetet, filctollat és mutassátok meg nekünk hogyan töltitek az adventet, a karácsonyra való készülődés heteit, napjait.** Ezt a semmi máshoz nem hasonlítható időszakot sokféleképpen el lehet tölteni: tervezgetéssel, vásárlással, meglepetés készítéssel, sütéssel, főzéssel, fadísítéssel, ajándécsomagolással, karácsonyi vásárok látogatásával, közös családi programokkal. Ezen kívül vannak más, szívmelegető módjai is annak, hogy az ünnepet emlékezetessé tegyük valaki / valakik számára adománygyűjtéssel, jótékonyági műsorral, szerényebb körülmények között élő családok megajándékozásával. Ezek a gesztusok még inkább emelik az ünnepi hangulat fényét.

Választhatok bármilyen sík jellegű technikát, **rajzolhattok ceruzával, filctollal, zsírkkrétával vagy akár festhettek, ragaszthattok is, A/3-as vagy A/4-es méretben.** A rajzotok hátoldalára írjátok rá a neveteket, az óvodátok vagy iskolátok és a csoportotok, illetve osztályotok nevét, és kerüljön rá a segítő, felkészítő pedagógus vagy szülő neve és telefonos elérhetősége is.

**Értékes díjakkal, ajándékokkal várunk majd benneteket a városi karácsonyi vásárba 2023. december 9-én szombaton az ünnepélyes díjátadóra!**

Nem csak egyéni pályaműveket, hanem ovis csoportok, illetve iskolás osztályok közös alkotásait is várjuk! Értékes díjakat nyerhettek a csoportotoknál illetve osztályotoknál! Érdemes részt venni a rajzos kalandban, mert a zsűri által odaítélt díjakon felül a Palincs Játék-Tér, és a Szelence virág és ajándéküzlet is különdíjakat fog átadni.

*További részletes információk az szvsz kft facebook oldalán található*

# Kalandra fel!



**IRODA-PROFIL  
KFT.  
SZENTES**



**Palincs**  
A JÁTÉK-TÉR



# SZVVSZ

**Szentes Városi Szolgáltató Kft.**  
6600 Szentes, Vásárhelyi út 12.