



Félegyházi Közlöny

Alapítva 1902-ben



Kiskunfélegyháza Város
Önkormányzatának
hivatalos lapja

XXXV. évfolyam 2. szám
2026. február 26.
MEGJELENIK KÉTHETENTE

HAGYOMÁNYŐRZÉS



2.

NAGYBÖJT



12.

STAFÉTA



6.

A DOBOGÓN



19.

Máglya, maskarák, mulatság

- így üzte el a telet Kiskunfélegyháza



Fotó: Bartha Dávid

A télboszorkával együtt a gondok is máglyára kerültek

Kacagástól és zeneszótól volt hangos Kiskunfélegyháza főutcája február 14-én délután, ahol a város apraja-nagyja együtt üzte el a hideget és a bánatot a Télűző Városi Farsangon. Jelmezes gyerekek, maskarás felnőttek és kíváncsi családok gyűltek össze, hogy egy vidám, közös ünnepléssel végre búcsút mondjanak a zimankós napoknak.

A farsangi időszak a vízkereszttől húshagyókedd éjfélig, vagyis a nagyböjti tartó időszak elnevezése. Ilyenkor mókás jelmezekkel, báli mulatozással, nagy lakomákkal és álarcos felvonulásokkal búcsúzzunk el a hideg téli napoktól,

mielőtt kezdetét veszi a visszafogottabb böjti időszak.

Ennek jegyében a Móra Ferenc Művelődési Központ és Kiskunfélegyháza Város Önkormányzata idén is megszervezte a Télűző Városi Farsangot. A február 14-ei

rendezvényen kicsik és nagyok együtt ismerkedhettek meg az ünnephez kapcsolódó népi hagyományokkal.

A mulatság maskarás felvonulással indult a Spar parkolóból. A várakozás perceiben mindenki megcsodálhatta az idei Télboszorkát, megmutathatta jelmezét, és megírhatta saját bánatcédláját is. A papírdarabokra felkerültek a kisebb-nagyobb gondok, amelyeket később a Télboszorka zsákjába rejtettek, hogy a közös

tánc hevében együtt égjenek el a máglyán. A tömegben boszorkányok, bohócok, tűzoltók, szuperhősök, tündérek, egyszarvúk és mindenféle állatjelmezek színes kavalkádja tűnt fel.

A sokszínű menetet idén is a város szelíd óriásai, a Langeléta Garabonciások vezették végig a Kossuth utcán zenebona és tánc kíséretében. A felvonulás végül a Városi Sportcsarnokhoz érkezett, ahol már lobogott az égő máglya.

Folytatás a 2. oldalon

Naponta frissülő hírekkel keresse a város online napilapját a www.felegyhazikozlony.hu oldalon!

Hagyományörzés és szakmanépszerűsítés – újabb sikeres Mezgés Disznótor



Fotó: Patyi Zoltán

Hatalmas érdeklődés mellett zajlott a disznóperzselés

Több száz adag étel lelt gazdára, rekordidő alatt a nyolcadik Mezgés Disznótoron február 14-én. A Déli Agrárszakképzési Centrum Kiskunfélegyházi Mezőgazdasági és Élelmiszeripari Technikum, Szakképző Iskola és Kollégium szervezésében, a félégyházi önkormányzat támogatásával megvalósult rendezvényre már a megnyitó idején nagyon sokan voltak kíváncsiak.

A napjainkra szinte teljesen eltűnt falusi disznóvágások élményét próbálták megidézni a városközpontban, amelynek főbb folyamatai vitték ki a közönség elé. Ilyen kedvelt programelem volt a mangalica perzselés, tisztítás és bontás, amelynek minden rész-

letébe beavatták a megjelenteket **Dénes Zoltán** és **Tóth Vencel** szakoktatók. A folyamatot hentes-tanulók végezték, akik szintén sok hasznos információt osztottak meg a nézőközönséggel. A szervezők nem titkolt célja az is, hogy a hentes szakmát népszerűsítsék, a

megjelent fiatalok kedvet kapjanak ahhoz, hogy később hivatásukká válasszák azt.

Intézményi összefogás és rangos vendégek

Rózsa Pál igazgató köszöntőjében hangsúlyozta, hogy intézményük az az iskola, amely egy ilyen nagy volumenű rendezvény megszervezésére is képes. Örömeinek adott hangot, hogy ilyen sok látogató érkezett, hogy megtöltötték a teret, és ehhez kiváló minőségű, hagyományos

ízeket visszahozó menüvel tudnak szolgálni. Büszke arra, hogy a fellépők között zömében saját tanulóik és oktatóik vannak jelen. Elmondta, hogy a nap folyamán több neves személyiség tiszteli meg a nyolcadik Mezgés Disznótort az Agrárminisztérium, a Déli Agrárszakképzési Centrum, valamint a partner egyetemek képviselőiben.

Csányi József polgármester elismerően nyilatkozott az intézményről, megköszönte Rózsa Pál igazgatónak és Dénes Zoltán szakoktatóknak, hogy nyolcadik alkalommal valósulhatott meg a disznótor. A polgármester azt is elárulta, hogy a toros ételek közül nála kiemelt helyet foglal el a pecsenye, a sült máj és a hagymás vér, amelyeket már móravárosi gyermekként, akkori disznóvágások alkalmával megszeretett.

Több mint ezer adag étel néhány óra alatt

A hagyományos reggeli 9 és 12 óra között állt a vendégek rendelkezésére: 350 adag sült hagymás vér, 200 adag sült máj, 300 adag toros pecsenye és 350 adag sült hurka és ugyanennyi sült kolbász lelt gazdára néhány óra leforgása alatt. Az ebéd orjalevesből, pincepörköltből és töltött káposztából állt, utóbbi esetében 352 adagot készítettek.

Z. A.

Máglya, maskarák, mulatság – így űzte el a telet Kiskunfélegyháza

Folytatás az 1. oldalról!

A télbanya elégetése előtt a gyermekek a Cibere vajda és Konc király című vidám népi játékban vehettek részt. A rövid előadás a farsang és a böjt küzdelmét jelképezi. Konc király a húsos, bőséges lakomákat, a vigasságot és a tél végi dózsölést szimbolizálja, míg Cibere vajda a böjti, egyszerűbb, húsmentes időszakot testesíti meg. A közös tornás bemelegítés után kötélhúzásban mérte össze erejét a farsangi és a böjti kurtalábú sereg, majd kezdetét vette a jelképes csata. Cibere vajda póréhagymával, Konc király kolbásszal a kezében vívta meg a végső összecsapást.



Fotó: Barta Dávid

Cibere vajda és a Konc király csatája

A küzdelemből Cibere vajda került ki győztesen, ezzel üzenve, hogy véget ér a farsangi mulatság, és kezdetét veszi a nagyböjt, ugyanakkor a tél is lassan visszavonul.

A csata után elkezdődött a Télboszorka táncoltatása a Padkaporos Táncgyűttes vezetésével. A hangulat egyre fokozódott, a máglya körül kört alkotva ropták a táncot a résztvevők. A tetőpontra a Télboszorka is a lángok közé került, vele együtt égetek el a bánatcédulák is, így űzve el a gondokat és a hideget.

A látványos elemekből ezután sem volt hiány. Fél hattól a Fire Fantasy Tűzszonglór Csapat káprázatos műsora varázsolta el a közönséget. A télűző mulatság a Szakmaközi Művelődési Házban zárult, ahol a Padkaporos Táncgyűttes hívta táncházba a mulatni vágyókat.

G. E.

Kiemelt arany minősítés a Kiskunfélegyházi Mazsorett Együttesnek



A boldog csapat a megérdemelt arany minősítéssel

Fotó: Kiskunfélegyházi Mazsorett Együttes

Ünnepi hangulatban zajlott február 7-én a Kiskunfélegyházi Mazsorett Együttes felnőtt csoportjának minősítő gálája, a Kiskunhalasi SzC Kiskunfélegyházi Kossuth Lajos Technikum, Szakképző Iskola és Kollégium tornatermében. A csapat a nemzetközi rendszer legmagasabb, D nehézségi szintjén mérettette meg magát. A háromtagú szakmai bizottság egyhangú döntése alapján az együttes 95 ponttal kiemelt arany minősítést szerzett.

A gála egy látványos nyitószámmal indult, amelyben a három nagyobb korcsoport lépett színpadra. Ezt követően **Jankovszki Zoltánné**, az együttes alapító művészeti vezetője köszöntötte a közönséget, majd **Jankovszki Zoltán**, az egyesület elnöke nyitotta meg a gálát.

A minősítés során hat koreográfiát mutattak be: három botos, egy pomponos, egy zászlós és egy látvány koreográfiát.

– Ez a megmérettetés ritka és kü-

lönleges alkalom az együttes életében – fogalmazott **Retkes Vanessza**. Az együttes művészeti vezetője elmondta azt is, hogy a minősítés hosszú hónapok munkájának, kitartásának és elhivatottságának eredménye, amely meghatározó a csoport jövője szempontjából.

– A fellépések előtt mindig emlékeztetem a lányokat: a legfontosabb, hogy egymásra figyeljünk és „együtt lélegezzünk a színpadon” – hiszen ettől lesz igazán külön-

leges minden közös produkciónk – fogalmazott.

Az együttes művészeti vezetője nemcsak edzőként, hanem táncosként is aktív szerepet vállalt, és a felnőtt csapat tagjaként állt színpadra.

– A felkészülés igazán összetett feladat: technikai gyakorlás, testtartásfejlesztés, zenei érzék és persze rengeteg próba és alázat szükséges hozzá. A nagy kihívást a folyamatos koncentráció és a csapat összhangjának megtartása jelenti a színpadon, miközben példát mutatva igyekszem motiválni a csapattársaimat a legjobb teljesítmény elérésére – tette hozzá.

Az előadásokat a Kiskunfélegyházi Koncert Fúvószenekar élő zenéje tette még emelkedettebbé, **Tóth László** karmester vezetésével. A háromtagú zsűri – **Csikós Györgyné** nívódíjas mazsorett oktató, a Sárvári Mazsorett Együttes művészeti vezetője, **Gmoser György** nívódíjas mazsorett oktató, a Kiskőrösi Városi Mazsorett Együttes művészeti vezetője és **Mihály Béla**, Szentes Város Fúvószenekar karmestere – az eredményhirdetés során külön kiemelte a két művészeti vezető kiváló együttműködését és összhangját, valamint a koreográfiák magas szakmai színvonalát és eredetiségét. A szakmai bizottság egyhangú döntése alapján az együttes 95 ponttal kiemelt arany minősítést szerzett.

G. E.

Kedves Félegyháziak!



Nagy megtiszteltetés számomra, hogy a jövőben főszerkesztőként irányíthatom a Félegyházi Közlöny munkáját. Örömmel fogadtam a felkérést, és elkötelezetten készülök arra, hogy megfeleljek az előttem álló kihívásoknak.

Különösen megtisztelő számomra ez a feladat, hiszen ez a város nemcsak munkám helyszíne, hanem az otthonom is, amelyhez ezer szállal kötődöm.

Több mint harminc éve dolgozom újságíróként. A Kiskun TV-nél kezdtem pályámat, ahol először kaptam lehetőséget arra, hogy kérdezzek, figyeljek és történeteket meséljek. Később a Petőfi Népe félegyházi szerkesztőségében tanultam tovább a szakmat, majd hosszú éveken át tudósítottam Kiskunfélegyháza és környéke eseményeiről, arra törekedve, hogy hitelesen, felelősségteljesen és a közösség iránti tisztelettel végezzem a munkámat.

Mindig hittem abban, hogy egy helyi újság legfontosabb feladata megmutatni az itt élők értékeit: a csendben dolgozó, alkotó embereket, a közösséget építő kezdeményezéseket, a sikereket és az emberi történeteket. Ezt a szemléletet szeretném továbbvinni a jövőben is.

Ahogy előző fogalmazott: a történet folytatódik. Én pedig szeretném, ha ezt a történetet együtt íránk tovább.

Tartsanak velem!

Vajda Piroska

Három család kapott gyorssegélyt a természeti károk után

Rendkívüli ülést tartott február 16-án a városüzemeltetési és környezetvédelmi bizottság, miután január elején három családot is természeti katasztrófa sújtott Kiskunfélegyházán. Két ingatlan tüzeset következtében rongálódott meg, egy otthon pedig a viharos szél okozta károk miatt vált lakhatatlanná.

A bizottság a gyors segítségnyújtás mellett döntött – tájékoztatta lapunkat **Bense Zoltán** bizottsági elnök. Mint elmondta, mindhárom érintett család 600 ezer forint vissza nem térítendő támogatásban részesült a károk enyhítése érdekében. Emellett az egyik család számára bérlakást is biztosított az önkormányzat, hogy az érintettek mielőbb biztonságos körülmények közé kerülhessenek.

V. B.



Munkában a bizottság

Fotó: Bartha David

Csodákat lehet tenni a vidéki múzeumokban is



Fotó: archív

Dr. Rosta Szabolcsot, a kecskeméti Katona József Múzeum igazgatóját választották a Magyar Vidéki Múzeumok Szövetsége elnöki posztjára a 2026-os évre. A 140 tagot számláló szervezet öt évente újraválasztja öt fős elnökségét, amelynek tagjai éves váltásban látják el a szövetség elnöki feladatait. A kiskunfélegyházi születésű szakemberrel a szövetség céljairól, küldetéséről, terveiről és a vidéki múzeumok lehetőségeiről beszélgettünk.

– Mikor alakult a szövetség és milyen céllal?

– Az Országos Közgyűjtemények Szövetségének mintájára, annak vidéki változatát hoztuk létre, 2015-ben. Miután a vármegei rendszert megváltoztatták, a vidéki múzeumok megyeiből önkormányzati fenntartásúvá váltak, ami egy a korábbiakhoz képest új helyzetet teremtett. Ekkor döntöttünk néhány kollégával úgy, hogy új alapokra kell helyezni az addigi együttműködési rendszert is, hogy a megyei rendszerből kikerült kisebb múzeumok érdekérvényesítését segítsük. A cél az volt, hogy a vidéki múzeumoknak egy olyan szakmai szervezete valósuljon meg, amely segítséget nyújt és szakmai integrációt is jelent számukra. A Magyar Vidéki Múzeumok Szövetsége tagja lehet minden felvételt kérő múzeum, kiállítóhely. A tagság döntő többsége nyilván vidéki, de az elmúlt években több budapesti székhelyű

országos múzeum is felvételt nyert a szervezetbe.

– Hogyan alakul a szövetség intézményi létszáma ma?

– Több mint 140 intézményt tömörít ma a Magyarországi Vidéki Múzeumok Szövetsége határon innen és túl. Mivel a magyar kultúrát ápoló és magyar munkatársakkal működő intézményekkel nemcsak országhatáron belül találkozhatunk, így meghirdettük a Kárpát-medencei nyitást, amely során szembesültünk azzal, hogy eddig sehol nem tartották nyilván azokat a székelyföldi, felvidéki vagy éppen délvidéki, kárpátaljai intézményeket, ahol magyar munkatársak dolgoznak és magyar kulturális emlékek találhatók. Ez hatalmas lépés volt számunkra és örömmel fogadtuk a felvételüket kérő határainkon túli magyar múzeumokat és kiállítóhelyeket. A kibővült létszámmal a legnagyobb szakmai szervezettel rendelkező szövetséggé váltunk az országban.

– Mi a szövetség feladata a gyakorlatban?

– Évente két közgyűlésünk van, különböző vidéki városokban. Itt nagyon fontos információáramlás zajlik, hiszen több mint száz intézményvezető cserél tapasztalatot és tudást. Nagyon fontos feladata a szövetségnek, hogy ténylegesen segítsük egymást. Például egy nagyobb költségvetésből megvalósult, később szétbontható és kisebb ráfordítással újra összeépíthető tárlat kisebb vidéki intézményben még kiválóan hasznosítható. Ezáltal mindenütt részesülhetnek látványos, minden igényt kielégítő bemutatóban, pusztán előremutató információáramlás révén.

– Milyen jelentős eredményekről tudsz beszámolni?

– Nagy öröm számunkra, hogy a döntéshozók is elismerték a szövetség fontosságát, amely nagy jelentőséggel bír a magyar kulturális élet szempontjából. Komoly előrelépés öt évvel ezelőtt történt, amikor **Demeter Szilárd**, a Magyar Nemzeti Múzeum Közgyűjteményi Központjának korábbi elnöke segítségével, nagyobb összegű támogatást ítélt meg szövetségünknek. Ennek részeként, a Magyar Génius Program keretében egy kiemelkedő színvonalú

kiállítást valósítottunk meg, amit 10 helyszínen láthatott a közönség. A tárlaton a Kárpát-medence múzeumaiból egy-két kiemelkedő műtárgyat szerepeltettünk. Ennek eredményeképpen olyan páratlan, kiemelkedő műtárgyállományt tudtunk felvonultatni, ami egvediségénél fogva is hatalmas sikert aratott. Természetesen a kiállítás csak egy része volt a pályázatból finanszírozott beruházásoknak. Vidéken 10 és 100 millió forint közötti, sok évtizede szükséges infrastrukturális fejlesztések valósultak meg meg, körülbelül száz intézményben. Ilyen volt például a Cifrapalota liftjének felszerelése, vagy a Kiskun Múzeum büntetésvégrehajtási kiállításának megújítása is. Ebből is látszik, hogy vidéken – legalábbis az országos nagy projektekhez képest – „kisebb” összegek is milyen hatalmas fejlődéseket hozhatnak, szinte csodákat tehetnek. A Budapesten kívüli múzeumi intézmények évről-évre bizonyítják, hogy komoly minőségi munka folyik falaik között is, hiszen szinte minden évben komoly verseny van például Az Év Kiállítása vagy Az Év Múzeuma versenyben. Számomra külön büszkeség, hogy az Év Kiállítása 2025 díjat megosztott első helyen ítélték oda a Kecskeméti Katona József Múzeum Egy eltűnt nép nyomában Az avarok élete a Duna–Tisza közén című időszak kiállításának, a Néprajzi Múzeum Székelyek – Örökség-mintázatok című időszak kiállításával.

Fontos megemlítenem, hiszen nagy jelentőséggel bír a Kiskun Múzeum fejlődése is az elmúlt másfél évtizedben, **Mészáros Márta** vezetésével. Nagyon komoly megújuláson esett át az intézmény a kiállítások, az infrastruktúra és felszereltség tekintetében. Sok egyéb siker mellett ezekre is mind büszkék vagyunk. **Z. A.**

Dr. Rosta Szabolcs régész, a Katona József Múzeum igazgatója és Mészáros Márta néprajzos muzeológus, múzeumpedagógus, a Kiskun Múzeum igazgatója a Magyar Kultúra Napja Bács-Kiskun Vármegyei Gála alkalmával dr. Hankó Balázs kultúráért és innovációért felelős miniszter elismerő oklevelét vehette át kiemelkedő munkájáért, amellyel hozzájárul a helyi és a nemzeti kultúra egészéhez. Az oklevelet Kovács Ernő főispán adta át a Kecskeméti Katona József Színházban rendezett ünnepségen.

Kiskunfélegyházától Kínáig – két forradalmár költő öröksége

A Petőfi Sándor Városi Könyvtár és a Móra Ferenc Közművelődési Egyesület szervezésében nemrégiben mutatták be a Bai Mang és Petőfi címmel megjelent könyvet. A városi könyvtárban megvásárolható kötet szerkesztői Li Zhen Árpád és Tarjányi József.

Tarjányi Józseftől megtudtuk, hogy a kötet egyrészt tartalmazza Petőfi Sándor néhány versének kínai fordítását, másrészt bemutatja Bai Mangot, azt a fiatal kínai költőt, aki a világ legnépesebb országával ismertette meg az európai kultúra és költészet halhatatlan magyar képviselőjét. A kétnyelvű kiadvány nemcsak a tiszteletet kívánja leróni a két forradalmár költőzseni előtt, hanem dokumentálni szeretné azt a történelmi pillanatot is, amikor Kiskunfélegyháza egy újabb fontos emlékhellyel gazdagodott.



Dr. Tarjányi József kezében az új könyvvel

A kötet szerkesztője felidézte, hogy Kiskunfélegyházán a Petőfi-fordítók sétányán angol, német, olasz, román költők domborműves emlékoszlopai láthatók, melyekhez csatlakozhatott a kínai fordító, Bai Mang portréját ábrázoló oszlop is. Az avatáson népes kínai delegáció tette tiszteletét.

Közvetlenül Kínából, Bai Mang szülőhelyéről is érkezett küldöttség.

A könyvben az avatási ceremóniáról részletes újságcikkek, ünnepi beszédek és képgaléria ad átfogó képet. Az olvasók megismerhetik Csányi József polgármester ünnepi gondolatait, valamint a kínai partnervárosok képviseletében

elhangozott felszólalásokat, köztük Xing Mengjun beszédét Ningbo Város Népi Kormányzata, valamint Wu Jiawei beszédét a Xiangshan Megyei Népi Kormányzat nevében. A kötetben helyet kapott Tarjányi Józsefnek, az Országos Petőfi Társaság tagjának megszólalása is.

A könyv külön fejezete foglalkozik a kínai nagykövetségi delegáció kiskunfélegyházi látogatásával, valamint Bai Mang és Petőfi kapcsolatának bemutatásával. A történelmi áttekintés, az életrajzi kronológia és a Petőfi-versek Bai Mang által készített fordításai érzékletesen mutatják meg, miként vált a magyar költő életműve a kínai olvasók számára is érthetővé és átélhetővé.

A kötetben szó esik azokról a Petőfi-szobrokról is, amelyek Kína több városában – Pekingben, Sanghajban és Csungkingban – őrzik a magyar költő emlékét, valamint a Xiangshanban felavatott közös emlékműről, amely Bai Mang és Petőfi Sándor előtt tiszteleg.

A kötet nem csupán egy dokumentum, hanem élő bizonyítéka annak, hogy a kultúra valódi hidat képes építeni Kiskunfélegyháza és Kína között. **G. E.**

Együtt a gyermekekért – új fejlesztő munkaközösség

Hiánypótló, fejlesztő munkaközösséget hozott létre Androvicz Krisztina, a Platán Utcai Általános Iskola logopédus-gyógypedagógusa. A szakmai csoportban kiskunfélegyházi és környékbeli gyógy- és fejlesztőpedagógusok cserélnek tapasztalatot, eseteket elemeznek, közösen ötletelnek és jógyakorlatokat mutatnak be egymásnak.

A munkaközösség célja tulajdonképpen, hogy az SNI (sajátos nevelési igényű) és BTMN (beilleszkedési, tanulási és magatartási nehézséggel küzdő) státuszú tanulók ellátását végző szakemberek (gyógypedagógusok, fejlesztőpedagógusok) valódi, támogató, tudásmegosztó közösséget alkotva segítsék egymás munkáját, ezáltal támogatva az ellátásban részt vevő gyermek fejlődését.

Lapunk megkeresésére Androvicz Krisztina elmondta, úgy véli, nagyon kevés alkalom van arra, hogy a szakmai képviselői találkozzanak, ugyanakkor egyre több gyermek szorul segítségre tanulási nehézsége, zavara okán. Fejlesztésük komplex, sokszínű, nagy odafigyelést és folyamatos tanulást, szakmai fejlődést igénylő feladat. Ezeknek a gyerekeknek gyakran nem adatik meg a látványos siker: az előrelépés, a fejlődés lassú, csendes munka

eredménye, amit megfelelő módszerekkel és eszközökkel érnek el.

A munkaközösség legelső találkozására tavaly novemberben került sor, amelyen kiskunfélegyházi és a környékbeli települések gyógy- és fejlesztőpedagógusai vettek részt. Már az első alkalom nagyon eredményesnek bizonyult, több órán keresztül tartó eszmecsere, közös ötletelések, előadások zajlottak, ahol nemcsak új módszereket és eszközöket ismertek meg egymás tapasztalatának köszönhetően, hanem megerősítést is adott minden résztvevőnek, hogy nincsenek egyedül az egyre növekvő kihívásokkal szemben. A munkaközösség további küldetése még, hogy a szakmai sikerekre tudatosan fókuszáljon, erősítse a kollégák szakmai önbizalmát, illetve az intézmények közötti kapcsolattartás szempontjából is remek lehetőség egy-egy ilyen találkozó.



Androvicz Krisztina munka közben

Krisztina a Platán Utcai Általános Iskolában betöltött munkaköre mellett logopédusként tevékenykedik, valamint városunk óvodai SNI ellátásban vesz részt. Elmondta, hogy munkája nagyon összetett és sokszínű, hiszen minden gyermek más, akikhez meg kell találnia a kulcsot, a megfelelő módszert, hogy eredményesen együtt tudjanak dolgozni. Fontos feladat még megszerezni a családok támogatását is ebben a folyamatban, hiszen jelentős eredményeket csak együttműködve lehet elérni. Boldog, amikor apróbb sikereket érnek el közösen, ami-

kor a gyermek megérti és elhiszi, hogy ő nem gyengébb vagy rosszabb, csak ő másként tökéletes. Sok alkalmazott eszköze mellett rendíthetetlenül hisz a humor és a szeretet erejében, foglalkozásain nagyon fontosnak tartja a nevetéssel teli pillanatokat.

Az általa megálmodott szakmai munkaközösség jelenlegi létszámát növelni szeretné, ezért minden érdeklődő gyógy- és fejlesztőpedagógust szeretettel vár találkozóikra. Információ és jelentkezés a plataniskola@gmail.com címen lehetséges.

Z. A.

Értékek, amelyek bennünk élnek

– Almási Emerencia gondolatai a Stafétában

A korábban dr. Rekedt Grétával elindított Staféta rovatunk következő részében Almási Emerenciát, a Móra Ferenc Művelődési Központ közművelődési munkatársát kértük arra, hogy ossza meg gondolatait az emberi értékekről. A rovat célja, hogy egymásnak átadva a kérdést, személyes nézőpontokon keresztül mutassa meg, mit tartanak fontosnak azok, akik munkájukkal és szemléletükkel formálják közösségünket.

Almási Emerencia számára az emberi értékek kérdése nem elvont fogalom, hanem mindennapjainkban megélt tapasztalat. Úgy véli, ezek az értékek már gyermekkorban gyökeret eresztenek, és alapjaikat elsősorban a családban találjuk meg. A család az a közeg, ahol először tapasztaljuk meg a szeretetet, a tiszteletet és a biztonságot, ahol a szülői minta – kimondva vagy kimondatlanul – meghatározza későbbi gondolkodásunkat és döntéseinket. Meggyőződése, hogy amit gyermekként látunk és megélmünk, azt visszük tovább, és idővel mi magunk is továbbadjuk.

A hiteles példa irányítóként szolgálhat

Hisz abban, hogy a nevelés nem csupán szavakból áll. A valódi értékeket nem elég megfogalmazni, azokat meg kell élni. A hiteles példa irányítóként szolgálhat, különösen azokban az életszakaszokban, amikor az ember önmagát vagy a világot keresi. Az emberi értékek

így öröklődnek tovább – személyiségről személyiségre, családról családra –, és mindannyiunk felelőssége, hogy mit adunk tovább ebből.

Inspiráló kapcsolatok, formáló közeg

Fontosnak tartja azt is, hogy olyan emberekkel vegyük körül magunkat, akik inspirálnak, gondolkodásra ösztönöznek, és akikkel együtt lehet fejlődni. A környezetünk jelentősen befolyásolja önmagunkról alkotott képünket és a világhoz való viszonyunkat, ezért meghatározó, kik mellett éljük a mindennapjainkat. Az értékalapú kapcsolatok megerősítenek, irányt mutatnak, és segítenek abban, hogy a legjobb formánkat hozzuk ki magunkból.

A megújulás képessége mint belső erő

Száma számára az egyik legfontosabb emberi érték a megújulás képes-

sége. Élete során többször tapasztalta meg, hogy az ember képes változni, újrakezdeni, és nehéz helyzetekből is megerősödve kilépni. Úgy gondolja, az emberi érték nem állandó, hanem folyamatosan alakul, fejlődik, és időről időre megújulást kíván.

Felelősségvállalás és kitartás

Kiemelten fontosnak tartja a felelősségvállalást is, amely ott kezdődik, amikor felismerjük döntéseink súlyát, vállaljuk hibáinkat, és törekszünk azok kijavítására. A belső erő és a kitartás segít át a nehézségeken, és képessé tesz arra, hogy újra és újra felálljunk, még akkor is, amikor a helyzet kilátástalannak tűnik.

A mindennapi segítőkészség és szeretet

A segítőkészség számára nem a nagy gesztusokról szól, hanem az apró, mindennapi figyelmességekről, amelyeknek mégis jelentős erejük van. Ugyanilyen fontosnak tartja a szeretet kimutatását is, hiszen meggyőződése, hogy az idő véges, ezért meg kell becsülnünk azokat, akik szeretettel vesznek



Almási Emerencia

Fotó: Nagy Gergely

körül bennünket. A hála pedig segít megállni egy pillanatra, és tudatosítani mindazt, ami jó az életünkben, még akkor is, amikor a mindennapok sodrásában ez hátterbe szorul.

Törekvés a jó irányba

Nem állítja, hogy ezekhez az értékekhez mindig könnyű hűnek maradni, de hisz abban, hogy a törekvés a legfontosabb. Az idő, az emberi kapcsolatok, a boldog pillanatok és a nehézségek egyaránt formálnak bennünket, és mindez lehetőséget ad arra, hogy tanuljunk, fejlődjünk, és tudatosan keressük a jó irányt.

Almási Emerencia a stafétát **Szunyi Anikónak** adja tovább, akitől arra vár választ, miként tud egy pedagógus valódi támaszt nyújtani a diákoknak. **V. B.**

Nem koplalni, hanem jól enni

– tanácsok édesanyáknak

A kisgyermek melletti élet nemcsak örömmel, hanem kihívásokkal is jár – különösen, ha az édesanya saját egészségére, alakjára és energiaszintjére is szeretne figyelni. A Petőfi Sándor Városi Könyvtár baba-mama klubjában, a Betűbölcsiben legutóbb, február 17-én arra keresték a választ: éhezés vagy egyensúly vezet a valódi eredményhez? A Gyermekbirodalom vendége, Recskiné Bódog Kitti személyi edző, életmód- és táplálkozási tanácsadó gyakorlatias szemlélettel, közérthetően mutatta meg, hogyan lehet a szigorú diéták helyett fenntartható, egészséges szokásokat kialakítani a mindennapok sűrűjében is.

A szakember előadásában hangsúlyozta, kisgyermekes édesanyaként nem a túl szigorú diéták fogják a megoldást jelenteni egy kívánt fogyás eléréséhez. Úgy véli, sokkal inkább fontos a rendszeres és változatos táplálkozás, amely egyaránt tartalmaz megfelelő mennyiségű rostot, minőségi fehérjét és vitaminokat. Ezzel az életmódvál-

tással egy hosszú távon fenntartható, egészséges szokást alakíthatunk ki, amely bélrendszerünk működését is támogatja. Utóbbi hatással van a stressz-szintünkre, immunrendszerünkre, hormonháztartásunkra és még az alvásunkra is, ezért is fontos, hogy olyan étkezést kövessünk, ami támogatja a bélflóra diverzitását.

Recskiné Bódog Kitti beszélt a diétáról és időszakos böjtökről, ismertette azok előnyeit és

hátrányait. Tájékoztatójában hangsúlyozta: a cél a stabil inzulinszint és az éhezés nélküli jó közérzet. Kitért arra, hogy a változtatásokat fokozatosan vezessük be a mindennapokba, így érhetünk el tartós, stabil eredményt. A megjelent édesanyáknak volt lehetőségük az előadás végén kérdéseket feltenni, amivel többen éltek is. **Z. A.**



A Betűbölcsiben babák és mamák együtt tanulnak

Fotó: Zakar Anita

Az esküvő a párról szól, nem az elvárásokról

Több mint száz esküvő tapasztalata, nyolc év a fényképezőgép mögött és egy határozott hitvallás: az esküvő a párról szól, nem a külső elvárásokról. A házasság hete apropóján beszélgettünk Kovács Szabolcs ceremóniamesterrel, aki pontosan tudja, milyen apró részleteken múlik a nagy nap hangulata, és azt is, hogyan maradhat minden felszabadult és gördülékeny akkor is, ha a forgatókönyv borul. Szó esett stílusról, döntésekről, váratlan helyzetekről és arról, miért a tudatos választás a legfontosabb lépés az esküvőszervezésben.

– Mesélnél egy kicsit arról, ki is vagy te, és hogyan találtál rá a ceremóniamesterségre?

– Az esküvők világa már régóta az életem része. Több mint nyolc évig fotóztam esküvőket, és ez idő alatt több mint száz pár nagy napját kísérhettem végig a készülőldéstől egészen a hajnalig tartó buliig. Ott voltam a legmeghittebb pillanatoknál és a legfelszabadultabb nevetéseknél is, és közben egyre inkább azt éreztem, hogy nemcsak megörökíteni szeretném ezeket a napokat, hanem aktívan formálni is a hangulatukat.

Így lettem ceremóniamester. Számomra ez nemcsak koordinálásról szól, hanem arról, hogy megteremtsem azt a laza, mégis elegáns légkört, ahol minden gördülékenyen halad, a pár pedig nyugodtan megélheti életete egyik legfontosabb napját. Fontos nekem, hogy az esküvő valóban róluk szóljon – őszinte érzelmekkel, felszabadultan, stressz nélkül.

– Mit gondolsz: mi az első, valódi lépés az esküvőszervezésben?

– Én mindig azt mondom, hogy van egy nulladik, sőt mínusz egyedik lépés: eldönteni önmagunkban és együtt, hogy valóban házasságot szeretnénk. Ez talán evidensnek hangzik, de nagyon fontos. Onnantól persze jön a lánykérés, majd az a kérdés, hogy mikor legyen az esküvő – akár még abban az évben, akár évekkel később.

– Az időpont kiválasztása mindig az első konkrét döntés?

– Igen, de ez sem fekete-fehér. Van, akinek erős kötődése van egy dátumhoz – például a lánykérés évfordulójához, vagy a szülők esküvőjének napjához. Másoknál viszont a helyszín az első szerelem. Előfordul, hogy valaki beleszeret egy rendezvényhelyszínbe, és inkább alkalmazkodik az elérhető dátumokhoz. Mindkettő teljesen rendben van.

– Ha már megvan az időpont és a helyszín, kivel érdemes folytatni a szervezést?

– Ez nagyban függ attól, van-e olyan szolgáltató, akihez erősen

egy pillanatra ahhoz, hogy minden szolgáltató jól tudjon dolgozni.

– Gyakran nehéz döntés a zene is. Zenekar vagy Dj?

– Igen, és itt nagyon számít a násznép és maga a pár stílusa. Ha inkább harmincas korosztályról van szó, akik a retróra, 2000-es évekbeli zenékre buliznának, akkor

Mindegyik jó lehet, csak más forgatókönyvet igényel. Az én feladatom az, hogy elmondjam, milyen lehetőségek léteznek, hiszen jó esetben ez a párok első esküvője, és segítsek kiválasztani azt, ami igazán róluk szól.

– Mi történik, ha a tökéletes terv borul?



A ceremóniamester egyben hangulatfelelős is. Kovács Szabolcs a képen jobbról

kötődnek. Volt már olyan, hogy egy pár inkább átszervezte az egész napot, csak hogy én fotózhassam az esküvőjüket. Ha nincs ilyen „kulcsszereplő”, akkor én azt javasolom, hogy a ceremóniamester legyen a következő lépcsőfok. Ma már a ceremóniamester szinte félig esküvőszervező: segít a szolgáltatók kiválasztásában, az időpontok egyeztetésében, a forgatókönyv összeállításában.

– Te miben segítesz konkrétan ceremóniamesterként a nagy nap előtt?

– Összerakjuk az apró részleteket. Átbeszéljük, kikre van még szükség, mikor kell megkeresni az anyakönyvi hivatalt, a templomot, a papot vagy a szertartásvezetőt. Ezeket sokszor nagyon korán le kell foglalni, főleg, ha van személyes kötődés. Emellett segítük a forgatókönyv kialakításában is: például mikor legyen a kreatív fotózás, lesz-e videós, mennyi idő kell egy-

sokszor a Dj a jobb választás. Ha viszont hagyományosabb hangulatot szeretnének, akkor a zenekar adja meg azt az ízt, amit keresnek. Mindkettő jó lehet, a lényeg, hogy passzoljon az esküvő egészéhez.

– Te nem ragaszkodsz a klasszikus hagyományokhoz?

– Ceremóniamesterként hiszek abban, hogy az esküvő a pár nagy napja, nem pedig egy kötelező társadalmi megfelelés. Ha valaki azonosul a hagyományokkal, az szuper. Ha nem, akkor ne erőltesse magára. Az esküvő egy új család születése – és ha már az elején megalkuvásokkal, önmagunk becsapásával indul, annak hosszú távon ára lehet. Például a „first look”-ban (ezt hívjuk annak, amikor a pár először látja meg egymást az esküvői ruhájukban) is rengeteg variáció van: lehet a vendégek érkezése előtt, intim körben, vagy lehet az első találkozás a szertartáson, a vendégek előtt.

– A ceremóniamester egyik legfontosabb feladata az azonnali, nyugodt reagálás. Volt például olyan esküvő, ahol a szertartásvezető dugóba került, és egy órát késett. Mire az ifjú pár kiért a templomból, már át volt szervezve a program: vendégfogadás, fotózás, minden. A párnak csak annyit mondtam: „Van egy kis módosítás, de minden rendben van.” Ez a lényeg. Az esküvőn a párnak nem problémát kell megoldania, hanem megélnie a napját.

– Mi az az egy tanács, amit minden párnak adnál?

– Döntsék el, milyen stílusú esküvőt szeretnének, és ahhoz igazítsanak mindent. Kertiparti jellegű, modern, klasszikus lagzi – mindnek megvan a maga tökéletes menete. De ezek keverése sokszor nem működik jól. Ha tudatosan választanak stílust, a program, a hangulat és az egész nap sokkal harmonikusabb lesz. **Barta Dávid**

Bemutatkoznak a leendő elsős tanítók

Az általános iskolába lépés minden család számára meghatározó pillanat. Az intézmény kiválasztása mellett legalább olyan fontos, hogy a szülők megismerjék azokat a pedagógusokat is, akik

a mindennapokban kísérik majd gyermekük elsős iskolai éveit. A tanító személye nemcsak az elsős tanulási élményeket formálja, hanem hosszú távon is hat a kisdiák fejlődésére, motivációjára és

a tanuláshoz fűződő kapcsolatára. Idén is szeretnénk támogatni a családokat a döntésben azzal, hogy bemutatkozási lehetőséget biztosítunk a félegyházi általános iskolák leendő elsős tanítóinak.

Kiskunfélegyházi József Attila Sportiskolai Általános Iskola

Eszik Zoltánné, Ildikó néni és Kovácsné Szekeres Melinda, Melinda néni: – Nagy szeretettel várjuk a leendő 1.a osztályos kisdiákjainkat. Tudjuk, hogy az iskolakezdés hatalmas változást hoz mind a szülő, mind a kisgyermek életében. Az új környezetbe való beilleszkedést egy elfogadó, szeretetteljes légkör megteremtésével igyekszünk megkönnyíteni. Szerintünk a szülő-pedagógus-gyermek kölcsönös bizalmán, tiszteletén alapuló kapcsolat elengedhetetlen a gyermekek sikeres beilleszkedéséhez. Legfőbb célunknak a tanulás iránti kedv felébresztését tartjuk. Az óráink hangulata vidám, biztosítjuk a tanulók számára az élményszerű tanulást. Valljuk, hogy minden gyermek egy külön egyéniség, akihez nekünk, pedagógusnak kell megtalálni az utat, hogy szeressen iskolába járni. Figyelembe vesszük a gyerekek életkori sajátosságait. Hisszük, hogy szeretettel, kedvességgel, türelemmel és szakmai hozzáértéssel mindent elérhetünk náluk. Minden gyermekben tudatosítjuk, hogy miben ügyes, tehetséges. Sok időt fordítunk a szociális kapcsolatok fejlesztésére és a baráti kapcsolatok alakítására is. A páros és csoportmunkák, valamint az irányított közös játékok során megtanulják a gyerekek, hogyan kell egymáshoz alkalmazkodni, egymást segíteni. Olyan képességekkel, készségekkel próbáljuk felruházni a gyerekeket, hogy kiegyensúlyozott, önmagában bízni tudó, felelősséggel tenni akaró, kreatív felnőttekké váljanak.

Földiné Elek Anikó, Anikó néni és Beálló Sándorné, Ildikó néni: – Izgatottan és örömtelien várjuk a következő évek pedagógiai feladatait, kihívásait elé, mint az 1.b osztály tanítói. Célunk, hogy a gyerekek az elkövetkező éveket élményként éljék meg az iskolánkban. A tanulás örömteli tevékenységgé váljon az életükben, boldogan ismerkedjenek meg a betűk és a számok világával, a rájuk váró új feladatokkal, izgalmas élet-



Beálló Sándorné Ildikó, Földiné Elek Anikó, Eszik Zoltánné Ildikó és Kovácsné Szekeres Melinda

helyzetekkel. Ehhez szeretnénk mi sok-sok türelemmel, tapasztalattal, szeretettel, lendülettel, humorral hozzájárulni. Változatos tanulási módszerekkel, technikákkal és következetes neveléssel akarunk haladni a kijelölt úton. Harmonikus munkakapcsolatunk nem csak a gyerekek számára teremt nyugodt légkört, mi is kiegyensúlyozottan tudjuk végezni felelősségteljes hivatásunkat. Több évtizedes tanítói, fejlesztőpedagógusi munkánk során bebizonyosodott már, hogy ezek az elkövetkezők a szülők támogatásával, együttműködésével kiválóan megvalósíthatók.

Vidám iskolás éveket kívánunk minden leendő elsős kisgyermeknek!

Batthyány Lajos Általános Iskola

Jernei Anikó, a leendő 1.a osztályfőnöke: – Tagadhatatlan, hogy az elsős tanító néni munkája csupa szépség, de ugyanakkor a legnehezebb, legnagyobb kihívásokat tartogató feladat az iskolába kerülés. Már a megismerkedés első pillanatában eldől, hogy sikerült-e szimpátiát kialakítani a gyerekekkel és a szülőkkel egyaránt.

Tudom, hogy a szülők, gyerekek tele vannak kérdésekkel, félelmekkel. Ezt csak akkor tudjuk feloldani, ha megvan a kölcsönös bizalom.

Óvónői szakközépiskolát végeztem, így korán kapcsolatba kerültem óvodás korú gyermekekkel. Ezt kamatoztatva végeztem óvó-és tanító szakon a Kecskeméti Tanítóképző Főiskolán. Jól ismerem a nagycsoportos korosztály életkori sajátosságait. Nyilvánvaló számomra, hogy az óvodából iskolába való átmenet kulcsfontosságú gyerekeknek, szülőknek, pedagógusnak egyaránt. Vallom, hogy közös együttműködéssel zökkenőmentessé tehető ez az időszak. Ahhoz, hogy a gyermek szeressen iskolába járni, éreznie kell, hogy fontos

a közösség számára. Éppen ezért már az iskolába kerülés pillanatától kezdve kiemelt feladatom a gyerekek megismerése, a szociális kapcsolatok feltérképezése, jól működő osztályközösség kialakítása.

Speciális szükségletű gyerekek az iskolában elnevezésű szakkollégiumot végeztem, tudom, mennyire fontos a sokrétű megismerés, tapasztalatszerzés, ezért az élménypedagógia módszereinek alkalmazásával igyekszem változatosá tenni a tanulást az első pillanattól kezdve.



Jernei Anikó

Lénárt-Szalkay Judit, a leendő 1.z osztályfőnöke: – Egy-két évvel ezelőtt az élet úgy hozta, hogy a szülővé válás mellett még egy nagy lehetőséget kaptam, osztálytanító lehettem.

Általános iskolába a Batthyány Lajos Általános Iskola ének-zenei osztályába jártam. Csodálatos dolog számomra, hogy volt tanárainkkal, tanítóimmal dolgozhatok együtt kollégaként.

Igyekszem a legtöbbet, a legjobbkat adni ezeknek a kedves, mindenre nyitott, lelkes kisgyerekeknek, szakmailag és érzelmileg egyaránt.

Saját tapasztalatom szerint az ének-zene tanulása semmihez sem fogható pluszt ad az emberi léleknek, ami aztán életünk végéig kísér bennünket.

Lendületes hozzáállással, tenni akarással, az érzelmi kötődések megtartása mellett tapasztalt kollégáim tanácsaira támaszkodva, igyekszem a gyerekeket az írás – olvasás – számolás varázslatos világába bevezetni, biztos alapokat nyújtani a további ismeretek elsajátításához.

Szeretném, ha mindig jószívvel gondolnának első iskolai éveikre, hiszen sok vidám percet töltünk majd együtt a tanulás és szabadidős tevékenységek során.

Fontos feladatnak tartom az osztályközösség formálása mellett, az egyéni adottságok kibontakoztatását, a szülők segítő hozzáállásával együtt.

Hiszem, hogy szeretettel, kedvességgel, türelemmel és szakmai hozzáértéssel minden célt el lehet érni.



Lénárt-Szalkay Judit

Tanulás élménnyel, nevelés szívvvel



A képen balról jobbra: Katona Rita, Fazekas Katalin, Liszikai-Kiss Anikó, Sárkányné Seres Katalin

Kiskunfélegyházi Platán Utcai Általános Iskola

Leendő elsős tanítóink:

1.a Sárkányné Seres Katalin osztályfőnök, Liszikai-Kiss Anikó partnertanító

1.b Fazekas Katalin osztályfőnök, Katona Rita partnertanító

Iskolánk olyan közösség, ahol a tanulás nemcsak feladat, hanem örömforrás is. Munkánk fókuszában a gyermekközpontúság áll: figyelünk az egyéni képességekre, a különböző tanulási utakra, és arra, hogy minden diák biztonságban, sikerélménnyel fejlődhesen.

Különös figyelmet fordítunk az óvoda és az iskola közötti átmenet megkönnyítésére, hogy a legkisebbek számára az iskolakezdés természetes, támogató folyamat legyen. Az első iskolai élmények meghatározóak: nálunk az első osztályban a gyerekek fokozatosan, nyugodt tempóban szoknak hozzá az iskolai élethez, miközben megőrzik a játékos örömet.

Az olvasás, az írás és a számolás elsajátítása élményszerű módon történik. A betűk és a számok mesékhez, történetekhez, mozgáshoz és játékos feladatokhoz kapcsolódnak, így a gyerekek szinte észrevétlenül sajátítják el az alapvető készségeket. A tanu-

lás nem elszigetelt tevékenység, hanem közös felfedezés, amely során minden apró siker megerősítést kap.

Az első osztály egyben a közösséggé formálódás időszaka is. A gyerekek megtanulnak együttműködni, figyelni egymásra, segítséget kérni és adni. A közös játékok, beszélgetőkörök és élmények erősítik az összetartozás érzését, miközben biztonságos keretet adnak az egyéni kibontakozáshoz.

A tanítás játékos, élményszerű, amelyet tudatosan felépített, módszertanilag sokszínű pedagógiai munka kísér. Iskolánkban a tanulók emelt óraszámokban tanulnak idegen nyelveket, megalapozva a nyi-

tottságot és a későbbi magabiztos nyelvhasználatot.

A jövő kihívásaira való felkészítést szolgálja kiváló digitális felszereltségünk, valamint a robotika és a digitális alkotótevékenységek, amelyek életkornak megfelelő módon jelennek meg a mindennapokban. A gyerekek megtanulják, hogyan használják a digitális eszközöket értelmesen és kreatívan.

Fontos számunkra a felelős gondolkodás és az empátia fejlesztése. Örökös Ökoiskolaként és Örökös Állatbarát intézményként a környezetvédelem, a fenntarthatóság és az élővilág tisztelete természetes része iskolai életünknek. Emellett nagy hangsúlyt fektetünk a hagyományörzésre, amely közösségi programjainkon és ünnepeinken keresztül erősíti az összetartozást.

A tanulás az órák után sem ér véget: változatos szabadidős programok biztosítanak lehetőséget mozgásra, alkotásra és kikapcsolódásra. Mindezt elhivatott pedagógusok támogatják, akik szakmai tudásukkal, türelemmel és odafigyeléssel kísérik a gyerekeket tanulási útjukon.

Az induló két osztállyal ugyanazt az utat járjuk, azonos elvek mentén haladunk, és a mindennapokban is sok közös élményt kínálunk a gyerekeknek. A kirándulások, kulturális programok és egyéb szabadidős tevékenységek többsége közösen valósul meg, erősítve az összetartozást és a közösségi élményt.

Iskolánk olyan hely, ahol a tudás, az élmény és a biztonság kéz a kézben jár – és ahol az első lépések egy életre szóló tanulási kedvet alapoznak meg.

Bemutakozó cikksorozatot a következő számban folytatjuk.

A Platán utcától az Európai Parlamentig

Félegyházáról indult, ma pedig az európai politika központjában dolgozik. Hegedűs Csabával beszélgettünk tanulmányairól, külföldi tapasztalatairól, az Európai Parlamentben végzett munkájáról és arról, mi motiválja nap mint nap.

– Félegyházán nőttél fel, ott is tanultál egészen a középiskoláig. Hogyan emlékszel vissza ezekre az évekre?

– A Platán Utcai Általános Iskolában kezdődött minden, ahol egy kiváló angoltanárom, **dr. Cserhádi Lászlóné** – nekünk Margó néni – megszerettette velem a nyelvet. Felső tagozatban már jól ment az angol, ami később is meghatározó maradt.

A Móra Ferenc Gimnázium nyelvi tagozatán tanultam tovább, tizenegyedikben felsőfokú angol nyelvvizsgát tettem, emellett emelt szinten olaszt is tanultam. A nyelvek és a történelem végig közel álltak hozzám. Bár nem volt még konkrét pályaképem, a szüleim és tanáraink biztos alapokat adtak a továbbtanuláshoz és a karrierépítéshez.

– **Hogyan találtál rá a nemzetközi tanulmányok szakra?**

– Végül a Szegedi Tudományegyetem nemzetközi tanulmányok szakát választottam, mert a geopolitika és a nemzetközi politika érdekelt leginkább, még ha eleinte nem is volt konkrét pályaképem.

Szegeden lelkes közösség alakult ki körülöttünk, sokakat vonzott az Európai Unió és az ENSZ világa. Első év végén bekapcsolódtunk az ENSZ-szimulációkba, amelyek nemzetközi vitaversenyek angol nyelven; több városban is részt vettünk ilyeneken. Ezek az élmények szakmailag és személyesen is sokat adtak, és ekkor fogalmazódott meg bennem komolyabban, hogy egyszer az ENSZ-nél szeretnék dolgozni.

– **A nyelvtanulás végig kulcs szerepet játszott az életedben. Hogyan jött a francia?**

– A nyelvtanulás mindig fontos volt számomra. Az egyetemen rájöttem, hogy bár az olasz szép nyelv, nem igazán elterjedt nemzetközi szinten, ezért elkezdtem franciául tanulni. Inspiráló volt számomra, amikor első évben vendégelőadóként ellátogatott hozzánk **Trócsányi László** igazságügyi miniszter, aki hangsúlyozta a francia nyelv jelentőségét a nemzetközi karrierben.



Hegedűs Csaba – háttérben az Európai Parlament Strasbourghban

A diploma után egy évet töltöttem Dél-Franciaországban, Nîmes-ben egy Erasmus+ önkéntes program keretében. Tanársegédként dolgoztam egy középiskolában, miközben intenzíven tanultam franciául. Mivel kevesen beszéltek angolul, rákényszerültem a nyelv használatára, és egy év alatt középfokú szintre jutottam.

– **Hogyan indult el a szakmai pályád?**

– Hazatérve a Nemzeti Közszolgálati Egyetemen nemzetközi közigazgatás mesterszakon folytattam tanulmányaimat. Közben jelentkeztem a Magyar Közigazgatási Ösztöndíjprogramba, ahol

évente hatvan fiatalot választanak ki minisztériumi munkára.

Dolgoztam a Miniszterelnökségen, politikai elemzésekkel és háttéranyagok készítésével foglalkoztam. A program részeként három hónapot a párizsi nagykövetségen töltöttem, ahol főként sajtófigyeléssel és diplomáciai háttérmunkával foglalkoztam.

2022 februárjában gyakornokként kerültem ki az Európai Parlamentbe. Fél évre szól a szerződés, de már két hónap után jelezték, hogy hosszabb távon is számíthatnak rám. Így még abban az évben állandó szerződést kaptam.

– **Pontosan mivel foglalkozol az Európai Parlamentben?**

– Az Európai Parlamentben különböző szakbizottságok működnek. Korábban a Mezőgazdasági és Vidékfejlesztési Bizottság, valamint az Állampolgári Jogi, Bel- és Igazságügyi Bizottság munkáját követtem. Az új ciklusban már önállóan viszem az utóbbit.

Politikai tanácsadóként elsősorban migrációval, jogállamisági kérdésekkel és belügyi témákkal foglalkozom. Követem a bizottsági üléseket, felszólalás-tervezeteket írok a képviselőnek, szavazási listákat és háttéranyagokat készítek. Ha a képviselő nem tud jelen lenni egy eseményen, gyakran én helyettesítem.

Gyakorlatilag a „jobb keze” vagyok: figyelem a lehetőségeket, jelzem a problémákat, és segítem a döntéshozatalra való felkészülésben.

– **Mit adott neked a nemzetközi közeg? Változott a magyarsághoz való viszonyod?**

– Érdekes módon minél többet voltam külföldön, annál jobban értékeltem, hogy magyar vagyok. Sokszor hajlamosak vagyunk lebecsülni magunkat, mert kis ország vagyunk, de a nemzetközi térben rájöttem, hogy mi is rengeteget tudunk adni.

Mindig vittem magammal egy kis „magyar virtust” legyen szó pálinkáról vagy házi kolbászról. Ugyanakkor rengeteget tanultam más nemzetektől is. Például spanyol lakótársaim révén ma már helyell-közzel értem a spanyolt is.

Bár Brüsszelben és Strasbourghban dolgozom, ha tehetem, hazamegyek Félegyházára. Az otthoni környezet tölt fel igazán. Nyáron, amikor egy hónapos parlamenti szünet van, szinte végig otthon vagyok, ez adja az egyensúlyt.

– **Mik a céljaid? Hová szeretnél eljutni?**

– Az európai politika központjában dolgozni nagy felelősség és egyben motiváció is számomra, mert olyan ügyekkel foglalkozhatom, amelyekben hiszek. A munkám változatos: kül- és belpolitikai, nemzetközi és magyar kérdésekkel egyaránt foglalkozom.

Konkrét jövőbeli tervem most nincs, mert élvezem a jelenlegi feladataimat. Különösen értékes számomra a nemzetközi közeg, valamint az erős magyar közösség, néha valóban olyan, mintha egy kis magyar szigeten lennénk Brüsszelben.

Barta Dávid

Színes, szabad, kifejező

– fiatal festőtehetségek kiállítása nyílt a könyvtárban

Mindenki fest címmel a Kecskeméti Szakképzési Centrum Kandó Kálmán Technikum Kondor Béla Művészeti Tagozat diákjainak képeiből nyílt tárlat a Kiskunfélegyházi Petőfi Sándor Városi Könyvtárban február 18-án, szerdán.

Abonyi Szilvia könyvtárigazgató köszöntöje után a kiállítást – Molnár István művésztanár gondolatának tolmácsolásával – tanítványa, Szabados Eszter nyitotta meg.

– Nagyon megtisztelő az a bizalom, ahogy egymást segítve dolgozhatunk együtt a fiatalokkal. Azt nem tudom, hogy a nézők személy szerint mit éreznek a munkákat látva, de mi tudjuk, hogy egy-egy jól sikerült alkotás mögött rengeteg meló is van: a fejlődés, az egyéniség formálása érdekében a kölcsönös munka – a tanítvány és tanító részéről egyaránt. Hogy mikor, milyen arányban, az mindenkinél eltérő módon változik. Hosszú távon mégiscsak a legtöbbet a fiatalok teszik bele kíváncsiságukkal, jobbító szándékkal. A bemutatott



A kiállító középiskolások mesterükkel, Molnár Istvánnal

alkotások túlnyomó része az iskolai feladatokhoz tartozik, de a változás másik fontos szempontja az volt, hogy a lehetőségekhez mérten, ezekből kiindulva a festményeken keresztül mutassanak a felnőtté váló önálló fiatalok egy nyitott ablakot, amelyen keresztül betekintést, bepillantást engednek szabad világukba. (...) Azt szeretnénk elérni, hogy a műértő látogatónak elsősorban a tehetség, lendület, érzelem, energia, fiatalság jusson eszébe – hangzott el a megnyitón.

A kiállító alkotók:

Andó Csaba, Cservencsik Maja, Kincses Mira, Szabó Mira Élette, Torbán Lili, Varga Zoé, Maróti Ivett, Dobár Hanna, Hagymási Lilla, Járomi Zsuzka, Kozák Erzsébet Eszter, Nagy Anna, Pákozdi Vanda, Szekeres Réka, Szűcs Erika Hanna, Tóth-Pócs Panni, Lengó Csenge, Szabadi Szabina Anna.

A tárlat március 14-ig látogatható a könyvtár nyitvatartási idejében. **Z. A.**

Kiskunfélegyházi orvosokra is lehet szavazni az orvosi díj közönségszavazásán

Nyolcvan évvel azután, hogy Szent-Györgyi Albert átvette az orvosi és élettani Nobel-díjat, ma is él az a szellemiség, amely munkásságát jellemezte: a tudomány iránti alázat és az emberek iránti elkötelezettség. Ezt az örökséget viszi tovább a Szent-Györgyi Albert Orvosi Díj, amely nemcsak a szakmai kiválóságot, hanem a gyógyítók emberségét is elismeri. A rangos elismerés közönségszavazásán idén kiskunfélegyházi orvosokra is voksolhatunk – olyan szakemberekre, akik nap mint nap bizonyítják, hogy a gyógyítás több mint hivatás: szolgálat. Most a pácienseken a sor, hogy egy szavazattal kifejezzék hálájukat és megbecsülésüket azok iránt, akikhez bizalommal fordulnak a legnehezebb pillanatokban is.

A Goodwill Pharma az Egészségért Közhasznú Alapítvány hagyományteremtő szándékkal hozta létre a Szent-Györgyi Albert Orvosi Díjat, amelyet minden évben olyan orvosok kaphatnak meg, akiket a szakmai zsűri és a páciensek is érdemesnek tartanak az elismerésre.

A díjra olyan szakembereket lehetett jelölni, akik életmentő

beavatkozásukkal vagy mindennapi, kiemelkedő odaadással végzett munkájukkal vívták ki betegeik megbecsülését. A közönségszavazás február 16. és március 16. között zajlik, ez idő alatt már csak a jelölt orvosokra lehet leadni a voksokat a szentgyorgyalbertorvosidij.hu oldalon. A szavazás során a szavazó nevét és e-mail címét kell megadni,

egy e-mail címről egy szavazat érkezik. Az aktuális állás folyamatosan nyomon követhető a honlapon.

A közönség nyolc közönségszavazásos orvost választ ki régiónkénti bontásban, emellett a zsűri két különdíjat – a Goodwill Pharma Különdíjat és az Életműdíjat – is odaítél. A díjak egyenként 500 ezer forint értékűek. A Díjátadó Gálát várhatóan április 23-án rendezik meg Budapesten, a Magyar Tudományos Akadémia épületében.

A szakmai zsűri tagjai: **Dr. Magony Sándor**, klinikai főorvos, a Szegedi Tudományegyetem Szent-Györgyi Albert Klinikai Központ Belgyógyászati Klinikájának munkatársa; **Máté Krisztina** producer, televíziós műsorvezető, főiskolai tanár; **Prof. Dr. Klivényi Péter** egyetemi tanár,

Nyolc kölyökkutya menekült meg a biztos haláltól

Nyolc apró élet menekült meg a biztos pusztulástól a kiskunfélegyházi állatvédők és mezőőrök gyors, összehangolt fellépésének köszönhetően a közelmúltban. A Fido Bácsi Közhasznú Alapítvány Kiskunfélegyházi Kutymenhelye beszámolója szerint a kölyökkutyákat bezsákolva, egy földút szélén hagyták magukra, esélyük gyakorlatilag semmi sem volt a túlélésre.

Amint beérkezett a riasztás, a menhely egyik munkatársa azonnal a helyszínre sietett és a kimerült, alig mozgó kiskutyákat a Liget-Vet Állatorvosi Rendelőbe vitte. A szakemberek szerint a körülbelül tízhetes kölykök súlyosan alultápláltak voltak, kiszáradtak, parazitákkal küzdöttek, és sokkos állapotban érkeztek a rendelőbe. Állapotuk kritikus volt, de időben érkezett a segítség.

A menhely külön köszönetet mondott a helyi mezőőröknek, akik felelősségteljesen és állatbarát módon jártak el, és azonnal értesítették az állatvédőket. A szervezet arra kér mindenkit: ha gyanús zsákok vagy dobozok találhatók egy elhagyott területen, ne menjenek el mellette szó nélkül – egyetlen mozdulat akár életeket is menthet. **V. B.**

az MTA doktora, a Szegedi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Kar Neurológiai Klinikájának professzora.

A Bács-Kiskun vármegyei jelöltek között kiskunfélegyházi orvosokra is lehet szavazni. A városból az alábbi szakemberek kerültek a jelöltek közé:

Dr. Bajzák Jenő – háziorvos (Egészségközpont)

Dr. Farmasi Róbert – háziorvos (Egészségközpont)

Dr. Hegedűs Éva – csecsemő- és gyermekgyógyász, háziorvos (Egészségközpont)

Dr. Lugosi Henrietta – mozgásszervi rehabilitációs szakorvos (Bács-Kiskun Vármegyei Oktatókórház Kiskunfélegyházi Telephelye)

Dr. Szabó Edina – kardiológus (Bács-Kiskun Vármegyei Oktatókórház Kiskunfélegyházi Telephelye)

Dr. Szemerédi László – háziorvos (Egészségközpont)

Dr. Szolnoki Beáta – házi gyermekorvos (Egészségközpont)

V. B.

Nagyböjt a digitális korban



Fotó: Petróczy Tímea

Geszler Péter az Ótemplom esperes plébánosa

Hamvazószerdával kezdetét vette a nagyböjt, a húsvétra felkészítő negyvennapos időszak. A böjt azonban ma már nem csupán az étkezési lemondásról szól: egyre többen vállalnak „digitális böjtöt” is, tudatosan csökkentve a képernyőidőt, a közösségi oldalak használatát vagy az online szórakozást. A testi önmegtartóztatás mellett a csend, a figyelem és a kimondott szavaink fegyelmezése is segíthet abban, hogy hitünk és emberi kapcsolataink megújuljanak. A témában Geszler Péter atyával, a Sarlós Boldogasszony Templom esperes plébánosával beszélgettünk.

– Mit jelent ma a böjt?

– A Szent Negyven Nap idején legnagyobb ünnepünkre a Húsvétra, vagyis Jézus Krisztus halálára és feltámadására készülünk, elsősorban lélekben, melyet természetesen kiegészít a testi böjtölés is. XIV. Leó pápa idején nagyböjti üzenetében találóan megfogalmazza: a böjti időszak lényege, hogy újból életünk középpontjába állítsuk Istent, hogy „így hitünk új lendületet kapjon, és szívünk ne szóródjon szét a mindennapok aggodalmi és zavaró körülményei között.”

– A hétköznapokban milyen konkrét formát ölthet ez?

– A böjt kapcsán mindenki elsősorban a hústól való tartózkodásra gondol, de jól tudjuk, hogy ez szigorúan a 18–60 év közöttiekre vonatkozik, rájuk is csak hamvazószerdán és a pénteki napokon. Persze dicsérendő, ha valaki idősebb vagy fiatalabb korában is megtartja ezt,

vagy a teljes 40 napos időszakra elhagyja a húsfogyasztást, erre is van bőven példa. Mint ahogy arra is, hogy a hústiltalom mellett egyesek lemondanak az édességről, a lustálkodásról vagy akár a „hisztizésről” – ahogy egy kislány fogalmazott a napokban.

Mindemellett azonban érezzük, hogy ennél többről szól a böjt. Elsősorban rendezzük Istennel a kapcsolatunkat, ami a több imádságban, vagy a szentmisék gyakoribb látogatásában nyilvánul meg. Ehhez azonban elengedhetetlen az elcsendesedés, a hallgatás, hogy meg tudjuk hallani Isten szavát vagy akár felebarátink szavát is. A szentatya is erre bátorít idei nagyböjti körlevelében, amikor így fogalmaz: „milyen fontos teret adni az igének a hallgatás révén, mert a hallgatásra való készség annak a vágyának az első jele, hogy kapcsolatba lépünk a másikkal.”

– A mai digitális világban milyen módon böjtölhetünk még?

– Fontos, hogy rendezzük kapcsolatunkat önmagunkkal, ezt a célt konkrét böjttel vagy lemondásokkal érhetjük el. A hústiltalom mellett ma már sokan vállalkoznak arra, hogy egyéb lemondásokkal teszik lelküket tisztábbá, erényesebbé. Ide tartozik a „digitális böjt” is, ami háttérbe szorítja a képernyőhasználatot, legyen az telefon, tévé vagy akár számítógép. Vannak, akik az egész nagyböjti időszakra lejelentkeznek a közösségi oldalairól, vagy csak nem lépnek fel rá. Mások megvonják maguktól az internethasználatot, kizárólag a munkájuk végzéséhez szükséges időt töltik a világhálón. Vannak, akik streaming – vagy játék, esetleg zene – mentes böjtöt tartanak, lemondva az online játékokról vagy a kedvenc sorozataikról. Komoly áldozathozatal, hiszen az életünk szerves részévé vált a digitális világ és még az is előfordulhat, hogy elvonási tüneteket fedezhetünk fel önmagunkon. Ez figyelmeztető jel lehet számunkra, hiszen itt kiderül, hogy mennyire tudunk uralkodni önmagunkon, parancsolni magunknak.

– A kapcsolatainkban és a kommunikációinkban hogyan élhetjük meg a böjtöt?

– Az embertársi kapcsolatainkat is rendezniünk kell, ez pedig a felebaráti szeretet küldetése, melyet különösen is gyakorlunk a nagyböjtben. Ez lehet jótékonykodás, figyelmesség, az időnk odaajándékozása a másik számára. Leó pápa ebben az évben egy konkrét feladatot adott a keresztény világnak, ami azt gondolom nagyon is aktuális: „Szeretnék benneteket az önmegtartóztatás egy igen konkrét és gyakran alábecsült formájára hívni: a felebarátunkat sértő és sebző szavaktól való tartózkodásra. Kezdjük el lefegyverezni beszédünket: mondjunk le a csípős megjegyzésekről, az elhamarkodott ítélekezésekről, a távollevők megszólításáról – akik nem tudnak védekezni –, és a rágalmozásról. Törekedjünk inkább arra, hogy megválogassuk szavainkat, és kedvesek legyünk: a családban, barátaink között, munkahelyünkön, a digitális felületeken, a politikai vitákban, a médiában, a keresztény közösségekben. Így a sok gyűlölködő szó átadja helyét a reményt és békét közvetítő szavaknak.” Csodálatos gondolat a szentatyától, aki velünk együtt látja és érzi, hogy egy olyan világban élünk, amely sebeket hordoz, amely megfertőződött az emberi gyűlölettel és ennek egyik új harctere az a digitális világ, melyet böjtre lehet fogni ebben a szent időben.

– Nagyböjt idején több közösségi programot is hirdet a plébánia. Mikor és hogyan segítik ezek a híveket a lelki felkészülésben?

– A nagyböjt közösségi út is, nemcsak személyes vállalás. Március 9–11. között nagyböjti lelki gyakorlatot tartunk, amelyet dr. Serfőző Levente szegedi plébános vezet. Ez három olyan nap, amikor tudatosan félretesszük a hétköznapok rohanását, és Istenre figyelünk. Március 21-én az espereskerület képviselőtestületének lelkigyakorlata lesz Petőfiszállás–Pálösszentkúton, ami szintén a lelki elmélyülést szolgálja. Emellett a nagyböjt során minden szerdán és pénteken délután 17 órától imádkozzuk a keresztutat. A március 27-i városi keresztút, valamint az április 3-i, 15 órakor kezdődő nagypénteki keresztút a Kálvárián segítenek abban, hogy Krisztus szenvedését ne csak emlékezetben, hanem imádságban és személyes átélésben is kövessük. Ezek az alkalmak nem pusztán programok a naptárban, hanem megálló az úton: segítenek elcsendesedni, számot vetni, újrakezdeni.

G. E.

A harangszékért szólt a muzsika

Tizenkettedik alkalommal rendezte meg jótékonyági Vőfély-Zenész Találkozóját a Sarlós Boldogasszony Egyházközség február 14-én, szombaton, a Constantinum Sportcentrumban. A szervezők és a résztvevők visszajelzései alapján az elmúlt öt év legfergetegesebb hangulatú eseménye valósult meg: az esten csaknem 700 vendég mulatott együtt.

Kiss Zoltán főszervező elmondta, hogy a bál idén is jótékony célt szolgált. A befolyt összeget a 97 éves ótemplomi harangszék cseréjére fordítják, így a jó hangulat ezúttal is nemes ügyet támogatott.

Az est folyamán tíz vőfély mutatkozott be, köztük két hölgy és egy pályakezdő szakember, **Gombás Bende**. A talpalávalót a Ko-



Az est főszervezője mint minden évben, ezúttal is Kiss Zoltán volt (a képen jobbról)

sava Együttes, a Galga Expressz Band, a Hegedűs Fivérek, valamint Dj Szotyri szolgáltatta, biztosítva, hogy a táncparkett egy pillanatra se ürüljön ki.

A vendéglátásról a Constantinum intézmény konyhája és **Dencs**

István gondoskodott. A szervezők külön köszönetet mondtak az önkénteseknek és a támogatóknak, valamint a Kiskunfélegyházi Petőfi Sándor Polgárőr Egyesület tagjainak, akik figyelmes és hatékony munkájukkal hozzájá-

rultak a rendezvény zavartalan lebonyolításához.

A sikeres est ismét bizonyította: a hagyomány, a közösség és az összefogás ereje évről évre képes megtölteni a termet és jó célt szolgálni. **Z. A.**

A mesén túl – beszélgetés elfogadásról és barátságról

Különleges irodalmi élményben volt részük a Platán Utcai Általános Iskola második osztályos diákjainak február 18-án, a Petőfi Sándor Városi Könyvtár gyermekbirodalmában. A Vészits Andrea író, Móra Ferenc dédunokája által tartott interaktív foglalkozás középpontjában az író nő népszerű ifjúsági regénye, az Ábris és az azúrkék patkány állt.

A rendhagyó irodalomórán a gyerekek nemcsak megismerkedhettek Ábris és különleges barátja, Azúr történetével, hanem aktív részesei is lehettek az eseménynek. Csillogó szemekkel hallgatták az író-



Vészits Andrea író, Móra Ferenc dédunokája a könyvtárban

nő magával ragadó felolvasását, majd bátran jelentkeztek, amikor egy-egy jelenet eljátszására kaptak felkérést. Az író nő plüssfigurája pillanatok alatt oldotta a hangulatot.

A találkozó azonban nemcsak játék és nevetés volt. A történet kapcsán őszinte beszélgetés bontakozott ki a kirekesztésről, a magányról és az elfogadás fontosságáról. A gyerekek közül többen megosztották saját élményeiket is, és arról beszéltek, milyen fontos számukra, hogy ők maguk elfogadóak legyenek társaikkal. Szó esett az allergiáról, a kísérleti állatokról, a családi konfliktusokról és arról is, kihez fordulnának segítségért, ha bajba kerülnének.

Az érzékeny, mégis humorral átszőtt történet így nemcsak szórakoztató, hanem elgondolkodtató élményt is nyújtott. A foglalkozás végére minden résztvevő számára világossá vált: Ábris és az azúrkék patkány kalandjai túlmutatnak a mesén, fontos kérdéseket vetnek fel barátságról, bátorságról és egymás elfogadásáról.

Barta Dávid

Dr. Kiss Ákos Csaba: gyermekként döntöttem el, hogy orvos leszek

Gyermekkori álma vált valóra dr. Kiss Ákos Csabának, amikor 1986. szeptember 15-én orvosi diplomáját a kezébe vette. Egy véletlennek köszönheti, hogy hivatását a kecskeméti kórházban kezdte meg, aminek idén már negyvenedik évfordulóját ünnepli. Jelenleg a Bács-Kiskun Vármegyei Oktatókórház orvosi igazgató-helyettese, a Traumatológiai és Kézsebészeti Osztály, Idegsebészeti részlegének főorvosa, vezetője. Pályájáról, annak kihívásairól, az orvosi szakma szépségeiről és nehézségeiről beszélgettünk vele.

– Hogyan dönti el egy kisgyermek, hogy orvos lesz?

– Egy nagyon inspiráló személy hatására, akire már gyerekként felnéz. Az én életemben dr. Barta Gábor, Kiskunfélegyháza egykori legendás gyermekorvosa ilyen személy volt. A Jókai utcában nevelkedtem, szüleim és nagyapám is ott lakott, sőt Barta doktor édesapja is ebben az utcában tevékenykedett, asztalosként. Szüleink, nagyszüleim is összefártak a családjukkal, így sokat találkoztam a doktossal. Ekkoriban határoztam el, hogy én is orvos leszek. A legelső gondolataim a gyermekorvosi szakirány felé vezettek, de az egyetem alatt rájöttem, hogy inkább a manuális szakma vonz. Előbb a szülészet-nőgyógyászat felé fordultam, majd az egyetemi tudományos diákköri munkám során vált egyértelművé számomra, hogy az idegsebészet lesz az én hivatásom.

– Hogyan alakult a további szakmai előmeneteled?

– Egy véletlennek köszönhetem, hogy végül Kecskeméten kezdtem el dolgozni, ahol olyan orvost kerestek, aki idegsebészettel foglalkozik. A felkínált állást örömmel elvállaltam és 1986. október elsején megkezdtem a gyógyítást a megyei kórházban. Türelemesen és örömmel jártam végig a ranglétrát: beosztott orvos, szakorvos, adjunktus, főorvos, majd részlegvezető főorvosi munkakört töltöttem be.

Utóbbi mellett érkezett az a megtisztelő felkérés 2025 áprilisában, hogy orvosi igazgató-helyettesként is segítsen a menedzsment munkáját dr. Lénárt Endre orvosi igazgató mellett.

– Mekkora pluszfeladattal jár ez a beosztás a mindennapokban?

– Természetesen jár jelentős pluszfeladattal, ám mégis úgy érzem, hogy nekem ez igazán

testhezálló.

A húszéves Idegsebészeti részleg vezetőjét egy másik idegsebész kollégával látjuk el, fele hónap az övé, másik fele az enyém. Szerencsére a technika fejlődésével távoli eléréssel is rálátok adott vizsgálati eredményekre, így nem kíván non-stop jelenlétet a feladat és gyakran telefonos konzultációval megoldható egy-egy eset. Az idegsebészet mellett viszont mindig is érdekelt az egészségügyi intézmények működése, vezetése és szervezése, ezért 2009-ben a Szegedi Tudományegyetem Gazdaságtudományi Kar egészségügyi menedzsment szakát elvégeztem, ahol egészségügyi menedzsment szakértő diplomát szereztem. Tettem ezt azért, mert úgy éreztem belefér még, mint szellemi kihívás az életemben, másrészt pedig egy olyan szakirányt is választottam, amelyet akkor is végezhetek, amikor már nem tudok biztos kezekkel operálni. Szerencsére a kezeimnek semmi baja és az új beosztással együtt olyan új szakmai kihívások találtak rám, amely nem engedi számomra a kiégést. Örömmel és szívesen megyek be nap mint nap a munkahelyemre. Úgy vélem a vezetési szemléletben az mindenképpen jó, hogy olyan ember tölti azt be, akinek sokéves kórházi gyakorlata van, belülről ismeri az intézményt és jelenleg is dolgozik betegekkal.

– Ahogyan említetted, idegsebészként nagyon fontos, hogy stabil maradjon a kezed. Vannak olyan tevékenységek, amelyeket emiatt kerülnöd kell?

– Orvosi berkekben vannak történetek sebészekről, akik otthon kesztyűt hordanak, nehogy megsérüljön a kezük. Nos én nem vagyok ilyen. Kezeimet szívesen



használnom itthon és kell is, hogy munkában legyenek, hiszen állatokat tartunk, tanyával rendelkezünk, nem is tehetném meg, hogy ezekben a munkákban ne vegyek részt. Gyermekeim lovassportnak hódoltak, én magam is indultam korábban fogathajtó versenyeken. A mi családunktól nem áll távol a kétkézi munka. Sokat használok a kezem, úgy gondolom, hogy ezzel csak erősödik.

– Hogyan változott a páciensek száma és az idegsebészeti alkalmazott terápia az évek során?

– Sajnos nagyon sok gerincbeteg van manapság, köszönhetően a túlhajszolt életnek, a terhelésnek, a kevés mozgásnak, sportnak. A gyógyításuk változott nagytól az idők során. Míg korábban egy agresszívebb, operatív gyógymód volt a protokoll, ma már ez a konzervatívabb irányba fordult, köszönhetően annak, hogy szélesedett és nagytól fejlődött az ilyen kezelések köre (fizioterápia, vízitorna, gyógyszeres gyógymódok).

– Mit tanácsolsz gerincproblémák megelőzése szempontjából?

– Elsősorban mozgást és sportot. A csontos gerinc terhelését némileg át tudja venni az izom. Emiatt nagyon fontos a gerinc melletti izmok edzése, ami a gerincoszlopot tudja némiképp tehermentesíteni.

– Számos nehéz, ugyanakkor sok örömteli pillanatot is ad ez a hivatás.

– Igen, az örömteli pillanatok sokszor egy üdvözlőlap vagy egy közösségi médiában kapott üze-

net formájában érkeznek hozzám. Arról szólnak, hogy több éve megműtöttem az illetőt és azóta szerencsére jól van és köszönetet szeretne mondani. Úgy érzem, hogy a mi orvosi sikereinket ezek az üzenetek jelentik és ez nem hasonlítható össze semmilyen más hivatásban elért szakmai sikerrel. Volt egy esetem, amikor egy huszoneves fiatal nőt kellett sürgősen operálnom agytályog miatt, aki több mint harminchetes terhes volt. Ahogy a műtét lezajlott, azonnal a császármetszés következett. A közelmúltban járt nálunk kontrollvizsgálaton, karjában a gyermekével. Ezek azok a pillanatok, ami semmivel nem pótolható. Az érzés, hogy ebben a szépen végződő történetben nekünk is részünk volt. Sajnos viszont vannak olyan esetek, amikor – bár mindent megteszünk – segíteni már nem tudunk. Ezek mindig nagyon megviselnek.

– Vannak olyan esetek, amikor nem vállalod a kockázatot?

– Az idegsebészetben, főleg agyműtét során csak egyszer lehet odanyúlni. Annak pontosnak kell lennie. Itt nincs olyan eshetőség, hogy most nem sikerült, majd holnap megpróbálok újra. A manuális szakmát úgy lehet elsajátítani, hogy az ember rendszeresen végzi. Beépül a kezébe. Vannak viszont olyan speciális esetek, amelyeket alázattal felismerünk és a beteget továbbküldjük olyan intézménybe, ahol adott műtétet teljes biztonsággal el tudják végezni rajta. Nem vagyunk annak híve, hogy mindent, mindenáron megoldjunk. Ilyenkor a betegbiztonságot vesszük figyelembe és inkább megszervezzük az átszállítást, hogy a legjobb ellátásban részesülhessen a páciens.

– Hogyan kapcsolódsz ki, mit csinálsz szabadidődben?

– A tanya, a lovak, a fogatás mind az aktív kikapcsolódást szolgálják számomra. Őt lovunk van, a tanya ügyeinek javarésztét a fiam intézi, de természetesen én is szívesen segítek és veszem ki a részem a teendőkből. Nemrég vadászvizsgát tettem, amelynek azt a részét élvezem leginkább, amikor az erdőben, teljes csöndben létezhetek.

– Üzennél-e valamit a jövő idegsebészeinek?

– A fiataloknak szeretném üzeni, hogy válasszák bátran ezt a hivatást! Bárki, aki egy kis hívást is érez, ne tétovázzon, hiszen az orvosi pálya – még a nehézségeivel együtt is – a legszebbek közé tartozik.

Zakar Anita

Tavaszi előkészületek felelősen – így segíthetjük a költő madarakat

A tavasz közeledtével a természet lassan új életre kel. A nappalok hosszabbodnak, a hőmérséklet emelkedik, és a madarak egyre aktívabban keresik leendő fészkelőhelyeiket. A költési időszak a legtöbb hazai faj esetében március és július közé esik, de enyhébb teleken akár már februárban elkezdődhet. Éppen ezért fontos, hogy a kert, építési vagy területrendezési munkákat időben és körültekintően végezzük el. Hogy mire figyeljünk arról Udvardi István madárbarát, az MME 7. számú csoportjának tagja számolt be lapunknak.

Elmondta, a fák és bokrok metszését legbiztonságosabban február végéig érdemes befejezni. A sűrű sövények és bokrok ugyanis kedvelt fészkelőhelyei számos gyakori kerti madárnak. Márciusban sok faj már fészket épít, ezért ilyenkor csak alapos átvizsgálás után szabad munkához látni. Egy gondosan meghagyott bokorsáv vagy természetesebb kertrész nemcsak a madaraknak kedvez, hanem a kert ökológiai egyensúlyát is erősíti.

Épületkarbantartás: előre gondolkodva

A tetőjavítás, eresztisztítás vagy homlokzati munkák szintén időzítést igényelnek. Az épületeken költő fajok – például a molnárfecske és a füstifecske – rendszeresen visszatérnek korábbi fészkelőhelyeikre. Az aktív fészkek eltávolítása jogszabályba ütközik. Ha egy épületen korábban volt fecskefészkek, a javít

ásokat még a tavaszi érkezésük előtt célszerű elvégezni, és lehetőség szerint műfészkek kihelyezésével segíteni a visszatelepülésüket. A költési időszakban tilos a madarak megzavarása, tehát nem lehet eltorlaszolni a fészkeket például állványozással vagy hálóval.

Kerti és mezőgazdasági munkák felelősen

A nagyobb területek kaszálását, bozótirtását szintén ajánlott még a költési időszak előtt befejezni. A talajon fészkelő fajok különösen veszélyeztetettek a korai, ellenőrizetlen gépi munkák során.



Magyarországon minden védett madár természetvédelmi oltalom alatt áll. Fakivágást költési időszakban csak szakhatósági engedéllyel lehet elvégezni.

Nemcsak etikai, hanem jogi kérdés is

A természet védelméről szóló jogszabályok tiltják a madarak zavarását, a fészkek megsemmisítését, valamint a tojások és fiókák károsítását. A szabályok megszegése természetvédelmi bírságot vonhat maga után. De a felelőségteljes hozzáállás nem csupán a büntetés elkerüléséről szól: a madarak kulcsszerepet játszanak a rovarpopulációk szabályozásában és a természet egyensúlyának fenntartásában.

A tudatos előrelátás a kulcs

A legfontosabb tanulság egyszerű: a nagyobb beavatkozásokat még a költési időszak előtt végezzük el, és minden munkát előzzön meg alapos területbejárás. Egy kis odafigyeléssel elkerülhetők a károk, és kertünk vagy környezetünk valódi menedékké válhat a tavasz új életet hozó madarai számára – összegezte Udvardi István. **V. P.**

Odúk és idős fák ellenőrzése

A mesterséges fészkekodók tisztítását is ilyenkor érdemes elvégezni. Most még a régi fészkekanyag eltávolítható, az odú fertőtleníthető (vegyszermentesen), és ellenőrizhető a rögzítése.

A fakivágás különösen érzékeny kérdés. Az odvas, idős fák sok faj számára jelentenek költőhelyet.

Március 2., március 16. és március 30., hétfő

18 óra Kocsmakvíz - játékos műveltségi vetélkedő csapatoknak

A részvételhez előzetes asztalfoglalás szükséges!
Nevezési díj: 10.000 Ft/csapat
Művelődési Központ

Március 3., kedd

10 óra Betűbölcső, a városi könyvtár baba-mama klubja
Téma: Babamasszázs – a szeretetteljes érintés a babagondozás során
Vendég: Odor Eszter védőnő
Városi Könyvtár

Március 4., március 11., március 18. és március 25., szerda

16.30 óra
English Conversation Club



– angol nyelvű szóbeli kommunikációt fejlesztő csoport
Bővebb információ és bejelentkezés
Magony Ádám csoportvezetőnél a 76/466-843-as telefonszámon.
Művelődési Központ

Március 5., 12., 19., 26., csütörtökönként

9 óra Szenior örömtánc
Kocsisné Móczár Julianna oktatóval.
A program részvételi díjhoz kötött.
Városi Könyvtár

Március 5., csütörtök

17 óra Az alföldi tájfestészet, különös tekintettel Holló Lászlóra
Dr. Rád Szilvia művészettörténész előadása
Városi Könyvtár

Március 6., péntek

15 óra „Holló László nyomában Tiszadadán” című kiállításmegnyitó
Bemutatózó válogatás a 25 éves tiszadadai nyári alkotótábor munkáiból.
A tárlatot megnyitja: ifj. Kovács Géza közművelődési előadó, a tábor szervezője
Művelődési Központ

Március 8., vasárnap

9 óra NB II-es sakk csapatbajnokság
Kiskunfélegyházi Honvéd – Meritum Szeged
Művelődési Központ

Március 9., hétfő

18 óra „Hol a boldogság mostanában?”
– AI és az érzelmek”
Tari Annamária pszichoterapeuta előadása
Belépőjegy: 1.500 Ft/fő
Jegyek kaphatók a művelődési központ információs pultjánál.
Művelődési Központ

Március 9., hétfő

9:00 és 11 óra Tóth Péter Lóránt /Versvándor/ Petőfi és Arany barátsága című előadása
Kiskun Múzeum

ZENÉS PERCEK

Inspiráló szakmai nap a zongora jegyében

A zongora billentyűi feketék és fehérek, mégis milliónyi szint képesek megjeleníteni az elménkben. (M. C. Mena). Ezt tapasztalhatták meg a résztvevők február 6-án, a Balázs Árpád Alapfokú Művészeti Iskolában megrendezett 2. zongorista szakmai napon.



Mesterek és tanítványok

Az esemény különlegessége, hogy két különböző konzervatóriumból érkeztek a művészek és egyszerre két helyszínen tartották nyílt óráikat. A kurzus egyik tanára **dr. Zsigmondné dr. Pap Éva** zongoraművész, az SZTE Bartók Béla Művészeti Kar docense, a Gál Ferenc Egyetem Vántus István Zeneművészeti Szakgimnázium mentortanára volt, aki rendszeresen fellép hazai és külföldi hangversenyeken. A másik előadó **Gerhát László** zongoraművész- tanár, karmester, a Kecskeméti Kodály Zoltán Ének-zenei Általános Iskola Gimnázium Zeneművészeti Szakgimnázium és Alapfokú Művészeti Iskola, valamint a Budapesti Weiner Leó Katolikus Zeneiskolai és Zeneművészeti Szakgimnázium zongoratanára és korrepetitora volt. Ismét sok helyről, távoli te-

lepülésekről is érkeztek tanárok, növendékek. Sokat elárul a tavalyi sikerről, hogy a résztvevők közül sokan elhozták kollégáikat is a kurzusra. **Kis-Fekete Vilmos** igazgató nyitotta meg az egész napos rendezvényt, ahol jutott idő kérdésekre, fortélyok megosztására, „szakmázásra”, kerekasztal-beszélgetésre. A **Bolla Julianna** tanárnő által szervezett napot koncert zárta, melyen a két mester középiskolás növendékei léptek fel. A résztvevők, az előadók pozitív visszajelzései igazolják a szakmai napok szükségességét, hasznosságát, bizonyítva, hogy sokat lehet tanulni ilyenkor. A félegyházi fiataloknak különösen tanulságos volt a nap, hiszen a hónap végén tartják a 8. házi zongora versenyt, melyen mindig nagyon népes mezőny indul az elismerésért. **F. B.**

Foto: Utvardi István

KULTÚRSAROK

Érzelmek a modern korban

A közismert pszichoterapeuta, **Tari Annamária** látogat el március 9-én, hétfőn 18 órakor a Móra Ferenc Művelődési Központba, hogy a mesterséges intelligencia érzelmekre és életünkre való hatásáról tartson előadást.



TARI ANNAMÁRIA

pszichoterapeuta,
onkopszichológus,
pszichoanalitikus

Az utóbbi években egyre nagyobb jelentőséget kap az emberek életében a mesterséges intelligencia: a generált képek és szövegek, a chatbotok, a munkát segítő alkalmazások vagy éppen a digitális vevőszolgálatok. Habár ezek a technológiák jelentősen megkönnyítik életünket, ritkán kerül szóba, hogy hogyan változtatják meg gondolatainkat és érzelmeinket gyakran negatív irányba.

Tari Annamária klinikai pszichológus, pszichoterapeuta munkássága az ember és a technológia viszonyát kutatja. Március 9-i előadása – ami a „Hol a boldogság mostanában? – AI és az érzelmek” címet viseli – betekintést enged a közösségi oldalak, az AI és az online világ lélekre gyakorolt hatásaiba. Az este folyamán megtudhatjuk, hogyan változtatja meg a digitális tér mindennapi kapcsolatainkat, gátolja a kötődések kialakulását és erősíti fel az elmagányosodási folyamatokat. A digitális technológiák ugyanis gyakran érzékszerveink becsapására építenek: így lesz a chatbotból fájdalomunkat meghallgató pszichológus vagy barát, így hamisítják a valóságot a generált képek, hangok és videók.

Ezek mellett szóba kerül a közösségi média nárcizmust erősítő mechanizmusai, a magánszféra és az intimitás felszámolódása, amely különösen a fiatalok lelki fejlődésében okozhat jelentős károkat. Hogyan tudjuk mégis megvédeni gyermekeinket és magunkat a digitális világ veszélyeitől? Lehetséges az, hogy felismerjük a negatív mintákat és egyszerűen hozzuk a valóságot és digitális életünket? Tari Annamária előadásán ezekre a kérdésre is választ kaphatnak az érdeklődők. Az előadásra a jegyek 1.500 Ft-os áron megvásárolhatók a művelődési központ információs pultjában.

A program a Nemzeti Kulturális Alap támogatásával az 504108/14218.pályázati azonosítószámú TUDATOS JÖVŐ - EMBERI JÖVŐ CÍMŰ ISMERETTERJESZTŐ ELŐADÁSSOROZAT részeként valósul meg.

KÖNYVTÁRSAROK

Bővült a városi könyvtár folyóirat kínálata

Petőfi Népe, HVG, Szabad Föld, Természetgyógyász Magazin, Vidék Íze, Filmvilág, Múlt-kor – csak néhány cím a százfélé folyóiratból, amelyek friss számai megtalálhatóak a Kiskunfélegyházi Petőfi Sándor Városi Könyvtárban. Idén a kínálatot tovább bővítették három lappal, bízva abban, hogy újabb olvasókat csalogathatnak az intézménybe.

A bibliotékát főleg hölgyek látogatják, a Nők Lapja, a Családi Lap, a Blikk Nők magazinok mel-

lett január óta a Meglepetés újság is elérhetővé vált számukra. A könnyed, szórakoztató hetilap

betekint a hazai hírességek otthonába, megemlékezik olyan művészekről, akik már nincsenek velünk, címlapsztárjai életigenlő gondolatokat közvetítenek.

A természet szépségei ismerhetők meg a National Geographic Magyarországon, a Földgömb és az újabb kéthavi lap, a Turista Magazin oldalain. A természetjárást, a túrázást ösztönző újság cikkeinek témái földrajzilag elsősorban Magyarországhoz köthetők, de kitekintenek a Kárpát-medence egészére, és alkalmanként külföldi tájegységekre is elkalauzolnak.



A 2007-ben debütált Mondo az egyetlen hivatalos, nem rajongók által szerkesztett japán kultúrával

foglalkozó magazin Magyarországon. A hat alkalommal megjelenő kiadványt azoknak ajánlják, akik érdeklődnek a japán rajzfilm, az anime és a japán képregény, a manga világa iránt.

A legújabb számokat csak helyben lehet lapozgatni, a régebbieket viszont egy hétre haza is tudják vinni a beiratkozott olvasók, hogy kényelmesen áttanulmányozzák.

Amikor a szülő nem edző, hanem biztos háttér

A lelátón ülve sok szülő úgy érzi, minden pillanatnak tétje van. Egy kihagyott helyzetnek, egy elveszített meccsnek, egy rossz döntésnek. Pedig a gyerekek sportja jóval többről szól, mint mérhető eredményekről vagy győzelmekről: a testi fejlődés mellett a mentális és lelki érés egyik legfontosabb színtere. Ebben a folyamatban meghatározó szerepe van annak, hogyan van jelen a szülő.

– **Miért ennyire fontos a szülő szerepe a gyermek sportolásában?**

– A szülői támogatás nélkülözhetetlen, hiszen a sport testi és lelki hatásai egyszerre érvényesülnek. A rendszeres mozgás nemcsak az állóképességet fejleszti, hanem javítja a tanulási képességeket, erősíti a fegyelmet és az önbizalmat is. Ugyanakkor a sport komoly családi elköteleződést kíván: időt, szervezést, alkalmazkodást, olykor lemondásokat. A nehézségek akkor kezdődnek, amikor az elvárások aránytalan terhet helyeznek a gyermek vállára – mondja **Borzai László** felnőttképzési tréner, sportcoach és mentáltréner, mentálhigiénés szakember.

– **Mikor válik problémává a teljesítményközpontú szemlélet?**

– Sok szülő a legjobb szándékkal közelít, mégis túl korán jelenik meg a teljesítménykényszer. Különösen 10–12 éves kor alatt lenne fontos, hogy a gyerekek elsősorban a sport élményével, közegével és szabályrendszerével ismerkedjenek. Ebben az életkorban az eredményeknek háttérbe kellene szorulniuk. A gyakorlat azonban gyakran mást mutat: az eredményközpontú szemlélet nemcsak a fia-

tal sportolóra, hanem az edzőre is fokozott nyomást helyez.

– **Mi történik versenyhelyzetben, amikor nő a feszültség?**

– Ilyenkor sok szülő – akár tudattalanul – kilép a szurkoló szerepéből, és edzői szerepbe lép. A pálya széléről érkező instrukciók megosztják a gyerek figyelmét, bizonytalanságot keltenek, és könnyen konfliktust szülnek az edző és a szülő között. Ha egy fiatal sportoló egyszerre több, eltérő elvárásnak próbál megfelelni, annak hosszabb távon teljesítményromboló hatása lehet.

– **Milyen mintát ad a szülő a gyermekének?**

– Sémák mentén nevelünk, gyakran tudattalanul, és ezekből a mintázatokból nehéz kilépni. A támogató, elfogadó jelenlét nemcsak a sport iránti elköteleződést erősíti, hanem a mentális egészséget is védi. A gyerekek azt tanulják meg, amit látnak: hogyan kezeljük a feszültséget, a kudarcot vagy éppen a sikert.

– **Miért kulcsfontosságú az edző és a szülő együttműködése?**

– Az utánpótlás-nevelés egyik legfontosabb kérdése a közös szemlélet. Ma már a képzések pszichológiai és mentális szempontból is összetettebbek, de az edzők számára továbbra is kihívás



Fotó: Borzai László

megtalálni az egyensúlyt az egyéni figyelem és a csapatszintű elvárások között. A szülő érthetően elfogult saját gyermekével kapcsolatban, az edző viszont több tényezőt mérlegel. A cél azonban közös: hogy a fiatal sportoló képességeihez mérten a legtöbbet hozza ki magából.

– **Hogyan érdemes kezelni a kudarcokat?**

– Fejlődés nincs hibák és viszázsok nélkül. Amikor a szülő nehezen fogadja el a hibázást, az teljesítményszorongáshoz és sérülékeny önbizalomhoz vezethet. A fejlődő szemlélet ezzel szemben a nehézségeket a tanulási folyamat természetes állomásainak tekinti. A hibától való tartós félelem gátolja a kibontakozást, miközben a sport valódi értéke nem kizárólag az érmekben, hanem az emberi minőség fejlődésében mérhető.

– **Milyen kihívásokat jelent a sport és a magánélet összehangolása?**

– Különösen azokban a családokban jelent ez nehézséget, ahol több gyermek is sportol. Ilyenkor kiemelten fontos az asszertív, kölcsönös tiszteleten alapuló kommunikáció szülő, edző és sportoló között. Ha a felek közös szemlélet mentén működnek együtt, a fejlődés kiegyensúlyozottabbá válik, és a sport hosszú távon is örömforrás maradhat.

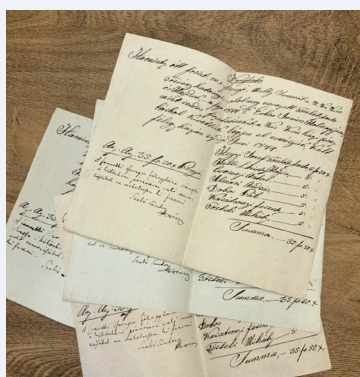
– **Mi lehet a jövő kulcsa a fiatal sportolók támogatásában?**

– A tudatosság és az önfejlesztés szerepe egyre nagyobb. A generációk motivációs működése átalakulóban van, a belső hajtóerők másképp szerveződnek, ezért egyre nagyobb szükség van mentálisan is felkészült szakemberekre. Könyvek, hanganyagok és önismereti tréningek mind hozzájárulhatnak ahhoz, hogy a sportoló gyerekek ne csupán eredményesek legyenek, hanem hosszú távon is kiegyensúlyozott, kitartó és rugalmas pályát futtasnak be. **V. B.**

TÁRLATJÁRÓ

Piszkos anyagiak: nyugták a kerületi tömlöc öreinek fizetségéről

A Kiskun Múzeum történeti dokumentum gyűjteményében több, az egykori kerületi tömlöcre vonatkozó irat található. 1844-ből egy 4 tételes, darabonként 24.5x20.8 cm nagyságú nyugtákat tartalmazó együttes is fenn maradt. Ez ugyan csonkán, csak márciustól júniusig tartó négyhónapnyi időszakot öleli fel, viszont így is értékes forrás egyrészt a tömlöc egykori öreinek kiléte miatt, másrészt személyekre lebontott fizetésük nagysága miatt is.



leginkább börtönparancsnokként megnevezhető tömlöctartó, **Hegyi József** 5 forint 50 krajcárt, míg az örök, korabeli elnevezésük szerint a hajdúk (**Helle Lőrinc, Cserenyi Antal, Almási András, Dobos Pál, Karátsonyi Ferenc, Törteli Mihály**) fejenként 5-5 forintot vettek fel havi fizetség gyanánt. Összesen tehát a tömlöc

személyzetének bére havonta 35 forint 50 krajcárra rúgott, ez évi szinten 426 forintot tett ki. (Összehasonlításképpen a helyi szűcsök céhének kasszájában 506 forint 30 krajcár összeg volt az 1844. év végén, 1845-ben pedig 35 forintot fizettek ki csak zászlóanyagra.) A tömlöctartó és hat társa korabeli mércével is igen csekély fizetségre számíthatott a rabok őrzéséből.

A nyugták bal oldalán **Szabó Sándor** pénztárnok feljegyzése olvasható, miszerint „A fentebbi összevet Félegyháza városa a különházi pénztárra való tartozásából ne rendeltessen ki fizetni.” A fizetéseket ugyanis nem a város, hanem a Kiskun Kerület házi pénztárából vették fel.

Dr. Farkas Csaba
történész-muzeológus
Kiskun Múzeum

A kifizetéseket igazoló elismervények szövege és a kifizetett 7 személy neve nem változott a négy hónap leforgása alatt. A ma

A valódi változás nem fogadalom, hanem belső döntés



Kerepesi Kati, személyi edző

Az új év sokakban indítja el a változás iránti vágyat, Kerepesi Kati személyi edző, egykori fitnessversenyző azonban nem az újévi fogadalmakban hisz. Nem azért, mert a megújulás lehetetlen, hanem mert a fogadalmak gyakran kívülről jövő kényszert jelentenek. Olyan elhatározásokat, amelyeket nem belső döntésből, hanem elvárásból teszünk meg. A valódi változás szerinte akkor születik meg, amikor meghalljuk a testünk jelzéseit, és szeretettel döntünk úgy: figyelmet, időt és gondoskodást adunk önmagunknak.

Kati szemléletében nem egy jövőbeni célért élünk, hanem már az első naptól kezdve úgy, mintha azok lennének, akivé válni szeretnénk. – Mondd ki magadnak: én fitt vagyok. Nem baj, ha még nem lát-szik – vallja. Ha ez az önkép megszületik, nincs szükség újrakezdésekre és új fogadalmakra, mert nem egy vállalásért dolgozunk, hanem önmagunkért. A sport csúcsteljesítő is így működnek: szinte irreálisan hisznek magukban, mert nem szabnak határt annak, amit

elképzelhetnek magukról. Amint elengedjük az önkorlátozást és mások véleményének súlyát, belépünk abba az állapotba, ahol már mi formáljuk az életünket.

A női test mint finoman hangolt rendszer

A női test Kati szerint finoman hangolt, összetett rendszer, ahol a hormonális egyensúly, az emésztés, az energiaszint és a lelki állapot szoros kapcsolatban áll egymással.

Éppen ezért nem egy-egy részletre, például kizárólag az étkezésre érdemes fókuszálni, hanem egy olyan belső alapra, amely a mindennapi szokásokból és a tudatosan kialakított rutinból épül fel. Az élet bármikor kibillenthet minket, ilyenkor nem a körülményekhez való kapcsolódó alkalmazkodás tart meg, hanem az a rendszer, amelyhez mindig vissza tudunk térni.

Rendszer, ami megtart

Korábbi megközelítésével szemben Kati ma már nem az „öt dobozos étkezést” hangsúlyozza, hiszen ez nem működik mindenkinél általános megoldásként. Ehelyett a napi rutin kialakítására helyezi a hangsúlyt: arra, hogy mindenkinek legyen öt fix, megrendíthetetlen pontja a napjában, amely az aktuális élethelyzetéhez igazodik, mégis stabil kapaszkodót ad. Nem az életet kell a rendszerhez igazítani, hanem a rendszert kell úgy felépíteni, hogy az megtartsa a mindennapokban.

Az öt megrendíthetetlen pillér

Ez az öt pont jelenleg Kati életében így néz ki – hangsúlyozva, hogy versenyzőként más volt, és mindenkinek egyéni lehet. A nap reggeli ébredéssel és belső beállítással indul: váltózuhany, majd húsz perc meditáció és napindító megerősítések segítik az idegrendszer ébresz-

tését és az elme irányba állítását. Ezt követi a tudatos, személyre szabott étkezés, amely nem szabályokból, hanem támogatásból áll, és az energiaszint fenntartását szolgálja. A mozgás – legyen az futás, edzés vagy úszás – nem büntetés, hanem áramlás, amely erőt ad és felszabadítja a boldogsághormonokat. A szabadban töltött idő a kapcsolódás tere: természetben, családdal, gyermekkel vagy önmagunkkal. A napot esti meditáció és tudatos lezárás zárja, visszatekintéssel arra, mi működött jól, és min szeretnénk változtatni. Ez az öt pillér adja azt a belső szintet, amelyhez mindig vissza lehet térni. Ez a rendszer teremt ritmust, biztonságot és nyugalmat akkor is, amikor az élet váratlan helyzeteket hoz. A fittség így nem teljesítménykényszer, hanem testi-lelki harmónia, amelyhez már heti néhány alkalom mozgás, megfelelő alvás és tudatos jelenlét is érezhető támogatást ad. A napi 6–8 óra pihentető alvás, a mentális elcsendesedés és a rendszeresség együtt teremtik meg azt az állapotot, amelyben jól érezzük magunkat a bőrünkben.

Önazonos döntésből születő változás

Kerepesi Kati üzenete egyszerre határozott és felszabadító: a változás nem fogadalomból születik, hanem önazonos döntésből. Ha szeretettel fordulunk a testünk felé, figyelünk a jelzéseire, és nap mint nap megerősítjük magunkban, hogy képesek vagyunk rá, akkor az egészséges életmód nem teher lesz, hanem egy inspiráló, örömteli út önmagunk felé.

V. B.

Dobogón itthon és külföldön a félegyházi birkózók

Eredményes időszakot zártak a félegyházi birkózók: hazai válogatóversenyen, nemzetközi edzőtáborban és országos bajnokságon is bizonyították felkészültségüket. A kiváló szereplésekről Szabó József edző számolt be.

Február 8-án Budapesten rendezték meg az első U17-es női és kötöttfogású válogatóversenyt, ahol a félegyházi sportolók kiemelkedő eredményekkel tértek haza. **Bárány-Almási Bianka** a 73 kilogrammos súlycsoportban, míg **Szécsényi Kornél** a 110 kilogrammos kategóriában állhatott a dobogó legfelső fokára.

Az Európa-bajnoki bronzérmes **Bárány-Almási Bianka**

ezúttal is magabiztos, érett birkózással szerezte meg az aranyérmét. **Szécsényi Kornél** szintén kiváló formában versenyzett, és főlényes teljesítménnyel diadalmaskodott saját súlycsoportjában. Győzelmüknek köszönhetően mindketten előnyös helyzetből várhatják a további válogatókat, amelyek döntő jelentőségűek lesznek az Európa-bajnoki csapatba kerülés szempontjából.

Szabó József hangsúlyozta: a versenyzők fegyelmezett munkája és kitartása ismét meghozta gyümölcsét. Bízunk abban, hogy tanítványai sikerrel veszik az előttük álló akadályokat, és kivívják a részvétel jogát a májusban, a bulgáriai Szamokovban megrendezendő Európa-bajnokságra.

A klub sportolói nemzetközi szinten is bizonyítottak. **Hideg Balázs** egyhetes edzőtáborban vett részt a közelmúltban a németországi Heidelberg városában, ahol több ország birkózóival készülhetett együtt. Az intenzív felkészülés után a Kö-

zép Német Bajnokság mezőnyében is szőnyegre lépett.

A rangos versenyen hat mérkőzést kellett megnyernie a végső sikerhez – **Balázs** mind-egyiket magabiztosan hozta, így aranyérmel zárta a megmérettetést, tovább öregítve a félegyházi egyesület hírnevét.

Hazai fronton is szép eredmény született: **Dobák Luca** az U13-as Szabadfogású Országos Bajnokságon a fiúk között versenyezve szerzett bronzérmel. Teljesítménye különösen értékes, hiszen erős mezőnyben, kemény mérkőzéseken harcolta ki dobogós helyezését.

V.B.

A dobogóig meneteltek a nemzetközi megmérettetésen

Remek versenyzéssel a harmadik helyen zárta a European Masters Throwdown nemzetközi páros versenyét a Kiskunfélegyházi Funkcionális Sportegyesület két versenyzője, Nagy Viktor és Gulyás Gergely. A február elején, Budapesten rendezett versenyen 12 hazai és határon túli (szlovák, lengyel, dán) csapat vett részt.

A kétnapos megmérettetésen a funkcionális fitnessz 6 tesztfeladatát kellett teljesíteniük, ahol állóképességet, erőt, teljesítményleadást, készségeket vettek figyelembe. Az induló 12 csapat az első nap végére megfeleződtött, a versenyt a legjobb hat folytathatta. Mieink az első napot a harmadik helyen zárták, erejüket és hatékonyságukat szerencsére a második napon is meg tudták mutatni. Bár a küzdelem nagyon szoros volt és izgalmas pillanatokot bőven tartogatott, a kiskunfélegyházi duó szorosan együttműködve, egymást segítve az előkelő bronzérmet szerezte meg a torna végén, 45 év alatti, profi RX kategóriában.



Nagy Viktor és Gulyás Gergely a megérdemelt bronzéremmel

Mindketten nagyon pozitív élményként élték meg a megmérettetést. Ahogy fogalmaztak remekül kiegészítették egymást, jó kommunikációval, egymás erősségeit és gyengeségeit ismerve segítették párosukat a dobogóra. Céljuk volt, hogy versenyszituációt gyakorolja-

nak és pozicionálni tudják magukat a mezőnyben. A versenyszézon következő nagyobb megmérettetése a nyári országos bajnokság, ahol mindketten dobogón szeretnének végezni, hogy kvalifikációt szerezhessenek és szintet léphessenek nemzetközi porondon. Ennek

érdekessége, hogy ekkor már egymás ellenfeleként versenyeznek majd.

Viktor idei nagy terve között az őszi Európa-bajnokság szerepel, Gergely, hivatásos tűzoltóként minden erejével a 2027-es ausztráliai Rendőr és Tűzoltó Világjátékokra koncentrálna. A felkészülés mellett a hétköznapokon munkájukra kell leginkább összpontosítaniuk, de megpróbálnak egyensúlyt teremteni a két terület között.

Felkészülésük a Wod Factory Cross- és Funkcionális edzőteremben zajlik, ahol Viktor ügyvezetőként, edzőként tevékenykedik. A terem felszereltsége minden igényt kielégít, az elmúlt évek során több remek versenyzőt nevelt ki. Segédedzőként Vidéki Zsófia segíti munkáját, akivel a magánéletben is egy párt alkotnak.

Z. A.

Valentin-napon is célt találtak a nyilak Félegyházán



A verseny helyezettei

Valentin-napon sem maradtak tábla és nyilak nélkül a darts szerelmesei: február 14-én amatőr versenyt rendezett a Félegyházi Darts Sport Egyesület, amelyre több településről is érkeztek játékosok, hogy összemérjék tudásukat és egy sport-szerű, baráti hangulatú napon vegyenek részt.

A megmérettetésre Tiszaföldváról, Orgoványról, Szegedről, Petőfiszállásról és Csanytelekről is érkeztek versenyzők, akik a tábla előtt bizonyították felké-

szültségüket. A jó hangulatú, izgalmas mérkőzésekkel tarkított verseny egészen késő délutánig tartott, a résztvevők pedig nemcsak a győzelemért, hanem a minél pontosabb dobásokért és a kiemelkedő teljesítményekért is küzdöttek.

A nap végén **Holló Attila** állhatott fel a dobogó legfelső fokára, míg a második helyet **Tóth Róbert** szerezte meg, a harmadik **Barna Csaba** lett, a negyedik helyen pedig **Körmöczi Márton** végzett. A vigaszág győztese **Berta Tamás** lett. Különdíjat érdemelt Holló Attila a legtöbb 180-as dobásért, míg a legmagasabb kiszállót Barna Csaba jegyezte.

A rendezvény ismét bebizonyította, hogy a darts nemcsak precizitást és koncentrációt igénylő sport, hanem közösségépítő erő is, amely összehozza a környék játékosait és sportszerető közönségét. G. E.

Fotó: Félegyházi Darts Sport Egyesület

Gatsby-hangulatban debütál az I. Városi Diákbál

Új kezdeményezéssel bővül Kiskunfélegyháza városi programkínálata: március 26-án, csütörtökön első alkalommal rendezik meg a Városi Diákbált a Városi Sportcsarnokban. Az eseményt Kiskunfélegyháza Város Önkormányzatának Ifjúsági Irodája hívta életre azzal a céllal, hogy a helyi és térségi fiatalok számára közös találkozási pontot teremtsen.

Kiskunfélegyházát gyakran nevezik az „iskolák városának” – nem véletlenül. A város mindennapjait meghatározza a diákélet, a főtca és az intézmények környéke nap mint nap fiatalokkal telik meg. A Diákbál ennek a közösségnek kínál egy olyan alkalmat, ahol különböző iskolák tanulói, valamint a városból elszármazott, ma már felsőoktatásban tanuló hallgatók is együtt vehetnek részt egy kulturális eseményen. A rendezvény a 15 és 26 év közötti korosztály számára biztosít részvételi lehetőséget.

A szervezők célja, hogy a fiatal generáció számára is elérhetővé és átélhetővé váljon a báli hangulat világa.

GATSBY NIGHT DIÁKBÁL

2026.03.26.

KOROSZTÁLY: 15+ VÁROSI SPORTCSARNOK

JEGYÁR: 6500 FT

VACSORA - FELLÉPŐK - DJ

ÉS MÉG SOK MEGLEPETÉS

JEGYVÁSÁRLÁS

KIZÁRÓLAG AZ IFJÚSÁGI IRODÁBAN, REGISZTRÁCIÓS LAP KITÜLTÉSÉVEL.

A program vacsorával és zenei fellépőkkel egészül ki, miközben lehetőséget teremt új ismeretségek kialakítására és régi kapcsolatok megerősítésére is.

A tematika kiválasztásáról maguk a diákok dönthetnek: szavazataik alapján a 20-as évek hangulata, a Gatsby-korszak világa adja az est keretét. A sportcsarnok ennek megfelelő látványvilágot kap, miközben a rendezvény – a Rendőrség együttműködésével – alkohol- és drogmentes formában valósul meg.

A jegyárból az önkormányzat – **Csányi József** polgármester döntése alapján – 2000 forintot átvállal, így a részvételi díj 6500 forint, amely tartalmazza a vacsorát és a zenei programokat is.

A jegyek kizárólag az Ifjúsági Irodában vásárolhatók meg március 20-ig. A vásárláshoz regisztráció szükséges, 18 év alatti résztvevők esetében szülői hozzájáruló nyilatkozat kitöltése is kötelező. A szükséges dokumentumok az Ifjúsági Irodában érhetők el.

Az I. Városi Diákbál egy új, hagyományteremtő szándékkal induló esemény, amely a város fiatal közösségeinek kíván közös élményt biztosítani a tavaszi időszakban.

ANYAKÖNYVI HÍREK

SZÜLETTEK: Hol-ló-Szabó Eliána (édesanyja neve: Tarjányi Ivett), Vas Noel Márk (Gyórfi Irma Beáta), Szigeti Zselyke (Mihálykó Anna), Harmai Dominik (Vidéki Nikolett Noémi), Kollár Rézi Anna (Kollár Zsófia Edina), Szikora Mira (Kristó Veronika), Hornyák Bendegúz (Patus Bernadett Ildikó), Bartucz Armand



(Szabó Claudia), Hódos Zóra Zoé (Vizi Tímea Anett), Tóth Enrikó Emír (Tóth Anita Zsanett).

ELHUNYTAK: Horti Istvánné Faragó Anna (1948 – Lakitelek), Mészáros Imréné Balla Anna Rozália (1965) Mészöly Józsefné Gindert Ilona (1926 – Tiszakécske), Simon Pálné Barat Mária (1943 – Kecskemét), Kőrös Péter

Pál (1946 – Bugac), Nagy Imre (1948), Szeredai Gábor Márton (1956 – Budapest), Tóth Imréné Cséplő Irén Rozália (1939 – Orgovány), Szelei Rózsa (1954 – Kecskemét), Seres Ferenc (1956), Szabó Sándorné Kasza Zsuzsanna (1957), Kontra György (1979), Lőrincz Sándorné Borzai Terézia Ilona (1933), Varga Csaba (1961).

Hirdetés

Web-Áruházunk KOSÁR webshop.pcvarazslo.hu

TAVASZVÁRÓ AKCIÓK

Felújított és ÚJ notebookok Windows 11-gyel!

FELÚJÍTOTT NOTEBOOK 1 ÉV GARANCIÁVAL:

HP EliteBook 840 G4: Intel i5-8350, 8GB memória, 256GB SSD, 14,1"-os kijelző, Windows 11:	br. 87.990 Ft
Fujitsu LifeBookE449: Core-i3 7020, 8GB memória, 256GB SSD, webkamera, 14,1"-os kijelző, Windows 11:	br. 64.990 Ft
Dell Latitude 7490: Core-i5 8350, 8GB memória, 256GB SSD, webkamera, 14,1"-os kijelző, Windows 11:	br. 95.990 Ft
Dell Latitude 5590: Core-i5 8350, 8GB memória, 256GB SSD, webkamera, 15,6"-os kijelző, Windows 11:	br. 104.990 Ft

ÚJ NOTEBOOK 3 ÉV GARANCIÁVAL:

HP 250 G10: Intel Core i3-N305, 8GB memória, 512GB SSD, webkamera, 15,6"-os kijelző, Windows 11:	br. 189.990 Ft
HP 250 G9: Intel Core i5-1235, 16GB memória, 512GB SSD, webkamera, 15,6"-os kijelző, Windows 11 Prof.:	br. 236.990 Ft

A gépek készletről, beüzemelve elvihetők!
Számítógép, nyomtató és notebook javítását is vállaljuk!

PC Varázsló – Merlin PC Kft.
„Szakértelem és Megbízhatóság”
Kiskunfélegyháza, Klapka u. 2. Tel.: 76/430-555, 06-20/505-1728
www.pcvarazslo.hu info@pcvarazslo.hu

KIADJA
A FÉLEGYHÁZI KÖZLÖNY
NONPROFIT KFT.

Felelős kiadó:
Vajda Piroska
ügyvezető

Szerkesztőség
és kiadóhivatal:

6100 Kiskunfélegyháza,
Kossuth L. u. 1.
Telefon: 06 20/488-2812
E-mail: info@felegyhazikozlony.hu

Munkatársak:

Szabadszállásné Gajzer Erzsébet (újságíró), Barta Dávid (újságíró, fotó), Veres Borbála (újságíró, reklám), Zakar Anita (újságíró, reklám)

Nyomdai előkészítés:

Euro Bioinvest Kft.
Nyomtatás:
Mediaworks Hungary Zrt.,
9021 Győr, Újlak u. 4/a.
Felelős vezető: Szabady Balázs
nyomdaigazgató