



EGRI MAGAZIN

A MÉDIA EGER NONPROFIT KFT. INGYENES KIADVÁNYA • 2011. OKTÓBER • 4. ÉVFOLYAM 10. SZÁM





Miniszterelnöki biztos lett dr. Nyitrai Zsolt

Orbán Viktor felkérésének megfelelően Nyitrai Zsolt államtitkári besorolásban, miniszterelnöki biztostként, a Miniszterelnökségen folytatja munkáját.

Az átszervezett kormányzati kommunikációhoz illeszkedve Nyitrai Zsolt feladatkörébe a kormányzati konzultációk szervezése, irányítása, valamint a kormány humánpolitikai ügyei tartoznak.

Nyitrai Zsolt 2006 és 2010 között a Fidesz operatív igazgatója volt, ő koordinálta a párt 2010-es kampányát, a központi arculat alakítását.

Nyitrai Zsolt az elmúlt egy évben az NFM Infokommunikációért felelős Államtitkárságát vezette, helyét nem töltik be. Büszke vagyok az elmúlt időszakra, mert egy új szemléletű irányítással milliárdokat spóroltunk a kormányzati informatikában – hangsúlyozta a miniszterelnöki biztos.

Nyitrai Zsolt miniszterelnöki biztostként 2011. szeptember 13-tól látja el feladatát a Miniszterelnökségen.



Aranysárga

A Jóisten különleges ajándéka a hosszúra nyúló ős, ennek minden örömét látni a tájon, az embereken. A fák afféle vénkisasszonyként még a nyári pompa maradványait őrizgetik s egy-egy hűvösebb hajnalban színezett levél jelzi csak, hogy hamarosan beköszönt a hideg idő.

S ha a várost járjuk ilyentájt, a helyenként összeseregglő diákokat elhagyva a piac gazdag kavalkádját is megcsodáljuk, látva, milyen bőkezű velünk a Teremtő: nemcsak ízletesek a zöltségek, gyümölcsök, hanem a szemet is kápráztatják, az évszak megannyi színárnyalatát mutatva.

Az ős az elmúlást is hordozza. A veszteségek számunkra kiismerhetetlen mérlegen méretnek, s hisszük, bárki legyen is az elment kedves személy – édesanya, barát vagy közéleti kiválóság –, odafentről féltőn vigyáznak ránk.

Majd látjuk, hogy a gesztenyét gyűjtő gyerekek mellé – néha lopva – felnőttek guggolnak, régi mozdulattal zsebbe téve a fényesen csillogó termést.

Megnyílt az IFI PONT

Az Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda szeptember 1-től megkezdte működését. Minden hétköznap nyitva áll a város fiataljai előtt jelenleg 12 és 17 óra között. Később, amint kialakul a teljes programkinálat és az iroda teljes felszereltséget kap, a fiatalokat 10 és 18 óra között várják a Dobó tér 7. szám alatt található közösségi térben.

Az irodát azért hozta létre az önkormányzat, hogy helyet adjon a fiataloknak a szabadidő hasznos eltöltéséhez, biztosítsa a szükségleteiknek megfelelő információkat. Itt kap helyet a Városi Diáktanács, a Kábítószerügyi Egyeztető Fórum, illetve az Önkéntesség Európai Éve 2011 Információs Pont is.

A programok, szolgáltatások népszerűsítését a formálódó honlap (www.ifipont.hu), valamint facebook oldal, szóróanyagok, kiadványok segítik, és az egyes programokról plakátok készülnek.

A szolgáltatások: információk a fiatalokat érintő kérdésekben, ingyenes internet, filmklub, közönségtalálkozók, előadások, irodalmi estek, képzőművészeti kiállítások.

Felújítások indulnak

Egerben hamarosan elkezdődnek az út-, járda- és parkolófelújítások

Az első ütem novemberig tart, a Törvényház, Gyóni Géza, Tiba, Donát – Nagy-Eged, Szövetkezet utcákban felújítást végeznek, s képviselői keretből rámpát építenek a Csákány utca 25., a Kodály Zoltán utca 12. házknál, valamint átépítik a lépcsőt a Faiskola utca 6. számnál. Járda és parkoló építés és felújítás történik (aszfalt kopóréteggel) a Deméni utcán, az Attila utcán, a Nagylaposi és a Cifrakapu utcán. Ugyancsak képviselői keretből épül lépcső a Könyök utca-Rákóczi utca térségében.

A második ütemben történik meg az útfelújítás az Arany János utcában, a Paphegy utcában, s szélesítik a Kodály Zoltán utat. Átépítik a Verőszala utcai lépcsőt, járdát építenek a Kallómalom utca 88. számnál.

Járda- és parkolóépítés, felújítás lesz a Berzenyi Dániel, a Csokonai utca, az Ankli József utca, a Szalapart utca, a Görög utca, a Vécsey Sándor utca és a Kodály Zoltán utca egyes szakaszain.

A harmadik ütem előkészítése még folyamatban van, a tél miatt a kivitelezés egy része várhatóan áthúzódik a következő évre.

Egri Vízilabda Szurkolói Klub alakul

A korábbi bérletes rendszer helyett alakul meg az Egri Vízilabda Szurkolói Klub amelynek tagjai fényképes igazolvánnyal vehetnének részt a mérkőzéseken és egyéb eseményeken. Az igazolvány tulajdonosa jogosult valamennyi hazai, az Egri Vízilabda Klub által rendezett mérkőzés ingyenes megtekintésére (magyar bajnokság, Magyar Kupa, Bajnokok Ligája). Ezen kívül egyedi pólót is kapnak a klub tagjai. A részletekről a www.egerwaterpolo.hu címen lehet tájékozódni.

Béla András

Megújul és új funkciókat kap a Tűzoltó Múzeum

Az eredeti ütemtervnek megfelelően halad a Tűzoltó Múzeum rekonstrukciója. A felújítás során kicserélték a nyílászárókat, a vezetékeket és a gépészeti berendezéseket, elkészültek a szükséges szerkezeti megerősítések. Az épületegyüttesben már csak a festési és a burkolási munkák vannak hátra, a pályázatban foglalt eszközbeszerzésre a működtető EVAT Zrt. a közeljövőben közbeszerzési eljárást ír ki.

A Tűzoltó Múzeum, ahol a múlt értékeit a modern technika vívmányai keltik életre – ez a címe az EVAT nyertes pályázatának. Az Észak-magyarországi Operatív Program keretében 215 millió forint uniós, illetve állami támogatásból teljesen megújul a múzeum, a fennmaradó 40 millió forintot önerőből biztosítják. A tornyos épületet kivéve, amelyet már korábban rendbe hoztak, valamennyi szárnyat rekonstruálják.

A felújítás keretében interaktív és informatikai eszközöket helyeznek el a műemléképületben, így a látogatók közvetlenül ismerhetik meg a korabeli eszközök használatát. Az udvaron játszótér épül, ahol tűzoltóautó, egy tűzoltóaktanyához hasonló vár, csúszópálya és körhinta várja a gyerekeket. A tervekben egy kisebb szabadtéri színpad felállítás is szerepel, itt tűzoltó rendezvényeket, bemutatókat, koncerteket tartanak majd.

A beruházással hét új munkahelyet is teremtenek. Az építési munkákat az idei év decemberében fejezik be teljesen a kivitelezők.



Tisztelettel meghívjuk városunk polgárait
– nemzeti ünnepünk – október 23-
a alkalmából rendezett programjainkra

10 órától

10.40 – 11.20 óráig

11.20 órakor

12.25 órakor

Ünnepi Szentmise a Bazilikában

Térzene a Hatanas ezred emlékműnél.

Közreműködik: az Egri Obsitos Fúvószenekar
Karnizs Csaba karnagy vezetésével

Városi díszünnepség a Gárdonyi Géza Színházban
Himnusz

Köszöntő: **Habis László** polgármester

Ünnepi beszédet mond: **Dr. Csank István** az 56'-os

Szövetség elnökségi tagja, a „Hazáért és szabadságért” érdemrend tulajdonosa

„Bocskorosok” összeállítás **Gérecz Attila**

verseiből. Előadja: **Szívós Győző** színművész.

Közreműködnek: **Baran Grzegorz** és a **Gárdonyi**

Géza Színház Tánctagozata. Rendezte: **Fehér**

István

Szózat

Koszorúzás az '56-os emlékműnél a Hatvani kapu téren

Ady Endre: „Fölszállott a páva” c. versét előadja **Réti Árpád** színművész

Eger Megyei Jogú Város Önkormányzata 2011

Fogadóórák

Orosz Ibolya, a 7. sz. választókerület képviselője, a Kulturális és Idegenforgalmi Bizottság elnöke (hétfőtől csütörtökig) fogadóórát tart, előzetesen telefonon, vagy e-mailben egyeztetett helyen és időpontban (30/995-2290, oroszbolya@t-online.hu).

Október 4-én, kedden 15.00 és 17.00 óra között (előzetes telefonos bejelentkezés alapján, 523-708) **Sós István** alpolgármester, a 3. sz. választókerület képviselője, fogadóórát tart a Városházán. Október 4-én, kedden 17.00 órától a Balassi iskolában **Martonné Adler Ildikó**, a 9. sz. választókerület képviselője, a Humán Erőforrás Bizottság tagja, valamint **Gál Judit**, a 11. sz. választókerület képviselője, a Kulturális és Idegenforgalmi Bizottság tagja tart fogadóórát. Október 5-én, szerdán 15.00 órától **Csathó Csaba**, a 8. választókerület képviselője tart fogadóórát a Széchenyi utca 58-ban. Október 5-én, szerdán 16.00 és 18.00 óra között **dr. Csarnó Ákos**, a Pénzügyi és Ügyrendi Bizottság elnöke tart fogadóórát az LMP egri irodájában (Széchenyi u. 32., megközelítés a parkoló felől). Október 6-án, csütörtökön 16.00 és 17.00 óra között **Császár Zoltán**, az 1. számú választókerület független képviselője, az Urbanisztikai és Környezetvédelmi Bizottság tagja tart fogadóórát a Városházán. Október 6-án, csütörtökön 16.00 órától **dr. Misz Mihály**, a 4. sz. választókerület képviselője, a civil kapcsolatok tanácsnoka, a Fidesz-KDNP-Lokálpatrióta frakció vezetője tart fogadóórát a Kemény Ferenc Sportiskola és Általános Iskolában (Kodály Z. u. 5.).

Október 19-én, szerdán 15.00 órától **Csathó Csaba**, a 8. választókerület képviselője tart fogadóórát a Városházán. Október 19-én, szerdán 17.00 és 19.00 óra között **dr. Csarnó Ákos**, a Pénzügyi és Ügyrendi Bizottság elnöke tart fogadóórát az LMP egri irodájában (Széchenyi u. 32., megközelítés a parkoló felől).

Október 20-án, csütörtökön 16.00 és 17.00 óra között **Császár Zoltán**, az 1. számú választókerület független képviselője, az Urbanisztikai és Környezetvédelmi Bizottság tagja tart fogadóórát a Városházán. Október 20-án, csütörtökön 17.00 órától **Bognár Ignác**, a Humán Erőforrás Bizottság, valamint a Kulturális és Idegenforgalmi Bizottság tagja és **Tóth István**, a Költségvetési és Gazdálkodási Bizottság tagja tart fogadóórát a Jobbik Iroda Árpád termében (Szarvas Gábor u. 2.). A város minden választó körzetéből szeretettel várják az érdeklődőket. Október 26-án, szerdán 16.00 és 18.00 óra között **dr. Csarnó Ákos**, a Pénzügyi és Ügyrendi Bizottság elnöke tart fogadóórát az LMP egri irodájában (Széchenyi u. 32., megközelítés a parkoló felől).

Pályázati felhívás

Eger Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatala pályázatot hirdet egri székhelyű közép fokú oktatási intézmények nappali tagozatos, kiemelkedő tanulmányi eredményt elérő, szociálisan rászoruló, egri tanulói számára „Eger Város Ösztöndíjasa” címmel.

Az alábbi feltételek együttes teljesülése esetén pályázatot nyújthatnak be:

- Kiemelkedő tanulmányi eredménnyel rendelkezők.
- Állandó egri lakcímmel rendelkező, 23. életet be nem töltött fiatalok, akik egri közép fokú oktatási intézmény nappali tagozatán folytatnak tanulmányokat.
- Szociálisan hátrányos helyzetűek.

Elnyerhető támogatás: a pályázat alapján elnyerhető ösztöndíj havi tanulmányi támogatásból és egyösszegű támogatásból áll közép fokú tanulmányok esetén, összesen: 200 000 Ft. Tíz hónapon keresztül, a havi ösztöndíj összege: 10 000 Ft. Egyösszegű támogatás, a tanulmányok befejeztével, érettségi és sikeres felvételi, vagy egri munkahely igazolásával: 100 000 Ft.

Beérkezési határidő: 2011. október 17. 16.00 óra.

Részletesebb információ kapható és űrlap igényelhető: Eger Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatalának Oktatási, Kulturális, Sport és Ifjúsági Irodáján K. Fekete Mária ifjúsági referensnél a 36/523-790 telefonszámon, illetve letölthető a www.eger.hu honlapról.

„Visszafordíthatatlan folyamatok indultak el”

Beszélgetés Horváth Lászlóval, a Heves Megyei Kormányhivatalt vezető kormány megbízottal a közigazgatás, az államigazgatás változásairól

– A közigazgatás rendszere hogyan alakul át a jövőben?

– 1990-től az volt a politikai elit álláspontja, hogy minél kevesebb állam és minél több verseny, piac kell, a közigazgatásban pedig az a jó, ha minél több önkormányzat van.

2008-tól egyértelművé vált – többek közt a gazdasági válság hatására –, hogy állami szerepvállalásra szükség van. Nem az a kérdés, hogy kell-e állam – ez a kérdés eldőlt –, hanem az a kérdés, hogy milyen államra van szükség? Egyetértés született abban, hogy más szerkezetű, felépítésű állam kell, így kezdtünk neki a kormányzati munkának, a kormánystruktúra kialakításának. Ennek egyik jól érezhető hatása, hogy radikálisan, a felére csökkent az önkormányzati képviselők száma.

Ezt követően 2011. január elseje volt fontos fordulópont, a kormányhivatalok létrejöttével. Abból indultunk ki, hogy világosan egybe kell vonni azt, ami egybe tartozik. Az elmúlt időszakban az önkormányzatok nagyon sok állami feladatot láttak el, egyre többet, viszont az állami feladatokhoz adott finanszírozás egyre kevesebb volt. Ez az egyik fő oka az önkormányzatok eladósodottságának. Nagyon sok önkormányzat hitelből finanszírozta a működését emiatt! Akár Heves megyét is hozhatnám példának, itt nagyon jelentős folyószámlahitel halmozott fel a leköszönő szocialista megyei önkormányzat. Ez az országban általános volt. A területi államigazgatás újjászervezésének vezérelve az volt, hogy azokat a szereplőket, melyeket a minisztériumok hoztak létre, mint területi lábakat, ezeket integráljuk. A folyamat következő lépése a járássok létrehozása lesz. Ez lesz az államigazgatás legalsóbb, helyi szintje. Ezzel teljes körűen létrejön az egyablakos ügyintézés, ahol reményeink szerint a polgárok azt fogják érezni, hogy nem kiszolgáltatottak, hanem valóságosan gazdái az államigazgatásnak, hiszen az ő pénzükből finanszírozzák a működését. A hivatalos ügyek intézése a jövőben nem jelenthet olyan kaffkai élményt, mint az elmúlt időszakban. A kormányhivatalok feladatköre tovább bővül, januártól valamennyi, a megyei közgyűlés által fenntartott intézményt átvesz a kormány. Részen a kormányhivatalok útján, részben a tárcák útján. Világosan el fog különülni, hogy mi állami és mi önkormányzati feladat. Az államnak ezzel együtt a működési költségeket is biztosítania kell és a szakmai feladatellátás minőségét is szavatolnia kell.

– Ez egyfajta „profil tisztítás”?

– A 90-es évek közepétől a megyei önkormányzat intézmények lerakata lett, vagy teljesen a megyei önkormányzat fenntartásába kerültek intézmények, vagy valamilyen közös fenntartás formájában. A megyének a fő feladatára nem jutott energia, hiszen az intézményfenntartással kapcsolatos ügyek lekötötték. Elképzelésünk szerint a megyei önkormányzatok



a következő ciklustól azzal fognak foglalkozni, ami meggyőződésünk szerint a legfontosabb feladat lett volna mindig is: a területfejlesztés.

Erről nemigen esett szó az elmúlt két évtizedben. Nem volt szó egyértelműen megfogalmazott prioritásokról, az eszközök felhasználásáról, teljesen esetleges volt ez a munka. Így sok esetben kötvénykibocsájtással tudták biztosítani a szükséges forrásokat az önkormányzatok. Az intézmények fenntartása állami feladat és felelősség.

– **Hogyan lehet felkészülni ezekre a változásokra, hogyan lehet az érintetteket felkészíteni?**

– Úgy gondolom, hogy a polgárokat nem az érdekli, hogy ki a fenntartó, ki fizeti a fűtészámlát, az érdekli őket, hogy jól működjön az intézmény. Az intézmények dolgozóit a változás kevésbé érinti, a működés zavartalan lesz az átvétel során is, s az intézményekben ellátottakat, az intézményi szolgáltatásokat sem fogja zavarni. A működést egyszerűsíteni kell, de ez nem automatikus létszámleépítést jelent. Egy intézményfenntartó központ jön majd létre. A kormányhivatal dolgozóinak száma jelentősen megnő majd, hiszen most a megyénél több mint kétezer ember dolgozik, és akkor még nem beszéltünk a kórházról.

– **A kórház sorsáról mit lehet tudni?**

– A jelenlegi álláspont szerint a kórházak nem a kormányhivatalokhoz kerülnek, hanem a tárca közvetlen irányítása alatt lesznek. A szociális ügyek hosszú távon az önkormányzatoknál maradnak. A nagy ellátórendszer átalakítása az oktatást is komolyan érinti, jövő szeptembertől valamennyi oktatási intézmény kormányzati fenntartással működik majd a kormányhivatalokon keresztül. Nagyobb önkormányzatok esetén lesz lehetőség

arra, bizonyos feltételekkel, hogy az önkormányzatok működtessék továbbra is az iskolákat. Ez nagyon komoly feladat lesz, de ez tudja biztosítani, hogy egységes tartalom és egységes minőségi rendszer legyen. Ha megnézzük, hogy a nemzeti össztermékhez viszonyítva mennyit költ az állam oktatásra, nemzetközi összehasonlításban nem rossz a helyzet, a szerzett tudás piaci értéke szempontjából viszont elkeserítő. Alacsony hatékonyságú, pazarló rendszer működik. A felsőoktatásban például eddig létszámalapú finanszírozás volt a meghatározó, ezért sok intézmény a mennyiséget tartotta szem előtt. Kiderült közben, hogy a tudás nagy része nem hasznosítható a piacon, a hasznosítható tudást szerzett fiatalok közül pedig sokan külföldön keresik a boldogulást. Ez a közönségnek nagy kiadás a képzés finanszírozásában, utána pedig a munkanélküliség kapcsán.

– **Hol tart jelenleg a folyamat?**

– Az önkormányzati koncepció már volt a kormány előtt, hamarosan a kabinet elé kerül a törvényjavaslat, a Belügyminisztérium gondozásában.

A változások hatásait folyamatosan lehet érezni majd: 2012 a változások éve lesz, 2013-tól megkezdik működésüket a járássok. A járási rendszer létrehozásával párhuzamosan a feladatok átadása is megtörténik. S az önkormányzatok számára kötelező lesz a társulás, a közös hivatalok létrehozása.

Ez egy óriási vállalkozás. Valamennyi kormány programjában szerepelt az államigazgatás, a közigazgatás átszervezése, de mindig papíron maradt. Most alapvető változásokat hozó, visszafordíthatatlan folyamatok indultak el.

Bércessy András

238. tanévét nyitotta meg a főiskola

Szeptember 16-án délelőtt a nyilvános Tanévnyitó és Diszoklevél-átadó Ünnepi Szenátusülés keretében hivatalosan is megnyitották a tanévet az egri főiskolán. Szintén ezen a napon került sor a Főiskola Almagyardombi Kollégiuma felújításának átadására, melyhez kapcsolódóan a D épület rekonstrukciójának befejezését és az új – szintén a Leányka Úti Kampuszon épülő – oktatási és kutatási épület bokrétaavatóját is ünnepelték.

A Liceumban folyó revitalizációs munkálatok miatt idén is a Hotel Eger & Park Szálloda és Konferenciaközpont adott otthont a jeles tanévindító eseménynek. Dr. Hauser Zoltán a főiskola rektora köszöntötte a megjelent vendégeket, a gólyákat és a jubiláló öregdiákokat, majd megnyitotta a 238. tanév megkezdésére összehívott ünnepi nyilvános szenátusi ülést. Nyitóbeszéde elején külön kiemelte a jubileumi diplomát átvevő öregdiákok az oktatásban és a nevelésben példaértékű életpályáját. Ezt követően a gólyákhoz fordulva gratulált az intézményben első évüket kezdő diákok döntéséhez, a „jó döntéshez!”

A tanévnyitó ünnepi beszédet dr. Gloviczki Zoltánt, a Nemzeti Fejlesztési Minisztérium közoktatásért felelős helyettes államtitkára mondta. Az államtitkár köszöntőjében kiemelte, hogy a főiskola esetében olyan történeti iskoláról van szó, amely „az iskolatípusok nagyon széles palettáját bejárta”. A felsőoktatás mai helyzetéről szólva kijelentette: „összetett a helyzet az egyetemi oktatásban, merthogy olyan pusztulás után vagyunk, mint az I. világháború utáni Magyarországon. Így ma az oktatásban egy közepesen hosszú válság végén állunk.”

A főiskolára a normál felvételi eljárással együtt összesen 2910 fő iratkozott be, közülük 1430-an nappali tagozatra nyertek felvételt. A felvettek mintegy fele alapképzésben, 818-an mesterképzésben, míg 513-an felsőfokú szakképzésben kezdenek meg tanulmányaikat. A leendő hallgatók kétharmada államilag támogatott. További

200 fő szakirányú továbbképzésben, illetve részismereti képzésben tanul majd. A történelemtudományi doktori iskolába 13 doktorandusz iratkozott be.

A délutáni órákban megrendezett avatási ünnepségen Dr. Kis-Tóth Lajos általános és fejlesztési rektorhelyettes ünnepi köszöntőjében hangsúlyozta: az új felsőoktatási törvény megszületése előtti várakozó pillanatokban sem mond le a főiskola azon céljáról, hogy a magyar felsőoktatás meghatározó intézménye legyen, különösképpen a tanárképzés területén. Ezt a célt nemcsak azzal támogatja, hogy jól oktat, hanem kiváló eredményekre törekszik a kutatásban, továbbá az intézmény hallgatói számára is igyekszik kimagasló körülményeket biztosítani. Mindezek megvalósulásához elengedhetetlen az a magas színvonalú infrastruktúra, melyet a most létrejött fejlesztések teremtenek meg.

A kivitelező konzorcium képviselőjében Tóth Imre, az Imola Építő Kft. ügyvezető igazgatója adott rövid összefoglalót az infrastruktúrafejlesztésekről, melyeknek igazi jelentőségét abban látja, hogy a színvonalas környezet megváltoztatja a benne élő emberek hangulatát és látásmódját. Beszédében felelevenítette azt a régi hagyományt, az „építőipar egyik ünnepét”, amikor bokréta tűzték ki az új épületre annak legmagasabb pontja elkészültekor. A hagyományhoz híven, a főiskola mostani új épületének tetejére is egy szalagokkal díszített zöld fácska került.



Az eseményt Schöberl Márton, a Nemzeti Fejlesztési Minisztérium osztályvezetője is megisztelte jelenlétével, aki ünnepi köszöntőjében a főiskola felelős gazdálkodását emelte ki, amelyre méltán büszke lehet az intézmény. A hallgatók nevében Grebely Gergely, a Főiskolai Hallgatói Önkormányzat elnöke mondott köszönetet az új fejlesztések nyomán létrejött élhetőbb, emberibb és szebb környezetért.

Az Almagyardombi Kollégiumban közel 200 millió forintból komfortfokozat-emelést hajtottak végre, melynek kertében a 4 ágyas szobákban vizesblokkot alakítottak ki, felújították a főzőhelyiségeket, új burkolatokat raktak le, továbbá teljes bútorcserére került sor.

Eger Ünnepe

Rekordszámú, kilencven civil szervezet mutatkozott be az idei Eger Ünnepe Fesztiválon. Az Egri Civil Kerekasztal három napos programját az Érsekkertben rendezték. A civilek nemcsak munkájukat mutatták be az érdeklődőknek, szombaton több játékos, ügyességi és sportprogramot is kínáltak az egrieknek.

Az Egri Vitézlő Oskola felvezetésével, dobsszóval sétáltak át program résztvevői a Dobó térről az Érsekkertbe. A város parkjában már a felállított sátrak fogadták az érdeklődőket, kilencven civil szervezet mutatkozott be a tizenhatodik Eger Ünnepen. Eger egyik erőssége a gazdag civilélet – mondta Habis László polgármester a rendezvény megnyitóján. Hozzátette: nem csak beszélünk a civileletről, tárgyi és anyagi feltételek biztosításával is segíti az önkormányzat a szervezetek munkáját. A hivatalos megnyitót követően adták át a Civitális Vándordíjat, mely idén először kerülhetett városunkba. A díj erkölcsi elismerés, melyet azok a civilek kaphatnak meg, akik társaik érdekeit képviselik és a civil társadalom fejlesztéséért végeznek áldozatos munkát.

A díjat Bodó Péternek a TIT Bugát Pál Egyesület igazgatójának ítelték oda. Majd sorra követték egymást a fellépők a színpadon. Bemutakoztak a város ifjú tehetségei, énekesek és táncosok szórakoztatták a közönséget. Az Érsekkert többi részében sportprogramokkal, játékos vetélkedőkkel várták az érdeklődőket. A Magyar Vöröskereszt kamionjában pedig bárki adhatott vért, összesen közel hetvenen jelentkeztek véréadásra. A látogatók megköszönhatták annak a hét cukrászdnak a tortáját, amelyek nevezték a Civilek tortája díjra. A finom sütemények előtt hosszú sor kígyózott, végül a közönség szavazatai alapján Marján Sándor epres trüffeltortája nyerte el idén a Civilek tortája címet.

Kovács Géza köszöntése

Az Egri Városi Sportiskola igazgatóját 25 éves közalkalmazotti jubileuma alkalmából köszöntötték a város vezetői, munkatársai, tisztelői. Az ünnepelt életútját Habis László polgármester ismertette, sorolva a legfontosabb eredményeket: az Év Sportiskolája elismerést, a MOB érdemérmet, a számtalan érmet és helyezést.



A Polgármesteri Hivatalt bemutató „Az én városom” című televíziós, és az Egri Magazinban közölt sorozathoz az önkormányzat egy esszépályázatot is társított. 40 alkotás érkezett a felhívásra. A két kategóriában 1-1 fődíjat és 3-3 különdíjat osztottak ki.

A középiskolások kategóriájában különdíjat vehetett át: *Somody Zoltán* (Dobó István Gimnázium), *Járdán Eszter* (Szilágyi Erzsébet Gimnázium), *Hegymegi Flóra* (Szilágyi Erzsébet Gimnázium). A fődíjat, egy értékes digitális fényképezőgépet, valamint Egerről, a mi városunkról szóló kiadványokat *Dremmel Nóra*, az Andrásy György Közgazdasági Szakközépiskola 12. D osztályos tanulója kapta.

Az általános iskolások kategóriájában különdíjas: *Cambresy Natália* (Hunyadi Mátyás Általános Iskola), *Csányi Eszter* (Pásztortölglyi Általános Iskola és Gimnázium) és *Dicző Enikő* (Balassi Bálint Általános Iskola és Előkészítő Szakiskola Tinódi Sebestyén Tagiskolája). A fődíjat *Wernigg Mártonnak*, a Tinódi Sebestyén Tagiskola 7. A osztályos diákjának ítélte a szakmai zsűri.

Az én városom – így látom Egert

Én Ostoroson lakom, de minden nap járok Egerben. Mindenki megirigyelheti azt a látványt, ami a Kőporos tetejéről élém tárul. Eger a dombok alatt fekszik a büszke Eged-hegy lábainál.

A szép napfelkelteben versenyt nyújtózkodnak az Eged-heggyel Eger tornyai. Nem hiába hívják Egert a tornyok városának. A barokk templomtornyok és a török minaret délcegen magasodnak a házak fölé. Eger templomai közül a legnagyobb és leghíresebb a Bazilika, mely hazánk második legnagyobb katolikus temploma. De ott áll a minorita templom kér égbemeredő tornyával. Ne felejtkezzünk meg a város északi részén álló szürke Rác templomról, melyben buzgó hívek helyett már csak kíváncsi turistákat találhatunk.

De menjünk csak visszább az időben! Hagyjuk a barokk és klasszicista templomokat, kik történelmi szempontból még gyermekek; hagyjuk a minaretet, ki már „felőtt”; és nézzük meg a komótos őregurat, a várat, ki a város fölött még ma is őrzi a régi idők emlékét. Ő, vajon milyennek láthatja most a vár Egert? Ha ember lenne, mondaná-e dagadó mellet hogy „igen, ez az én városom!”, vagy szomorúan kiáltana fel hogy „hova tart a világ!?”. Ő, ki látta IV. Bélát, látta Hunyadi Mátyást, látta II. Rákóczi Ferencet, mondaná-e hogy „Eger most éli virágkorát”?

Szerintem mondaná. Mert Eger nem csak házakból, tornyokból és bástyákból áll, hanem Egerben van valami, ami életre kelti a köveket, megeleveníti a tornyokat, és vidámságot visz a beton-dzsungel zord utcái közé.

Ha az ember délután körülnéz, mindenhol vidám diákokat lát. Vannak, akik Egert diákvárosnak is hívják. De hova tart ez a diák-sereg? Mindenki élvezi a szabadidejét. Van, aki fagyizni megy, van, aki strandra megy, és van olyan is, aki csak a hozzá közel eső játszótérre célozza meg, hogy ott a barátaival találkozzon.

A diákok egy része sportolni is jár. Egerben nagyon sok lehetőség van a sportolni vágyók számára. Fallabda, floorball, lovaglás, úszás, vívás, ökölvívás, vízipóló, cselgáncs, karate, futball, kézilabda és kosárlabda szakosztályok várják az érdeklődőket.

Városunkban a kultúra is virágzik. Színház, mozi és a vár múzeumai csábítják az egrieket és a turistákat egyaránt. És – amivel nem büszkélkedhetik minden város – van egy periszkópunk, Eszterházy Károly készítettet. Ennek a periszkópunknak Camera Obscura a neve. A Camera Obscura az Eszterházy Károly Főiskola A épületében, a Liceumban található. Ezzel a szerkezettel az egész várost látni lehet. Olyan, mintha ez lenne a város szeme.

Befejezem a nézelődést, megfordulok, és rengeteg dombot látok végestelen végig. Dombok. De milyen dombok? Szőlődombok! Szép, zamatos érett szőlőszemek lógnak fűrtökben, és büszkék rá, hogy belőlük lesz a világ egyik leghíresebb bora, az Egri bikavér.

Eger olyan, mint egy ember. A teste tornyokból, házakból, bástyákból, szőlőkből, moziból és színházból áll. A lelke a diákság, a sport, az öröm és az összetartás.

Végül egy búcsúpillantást vetek a városra, és mintha a város szeme is rám kacsintana.

Wernigg Márton

„Az én városom – így látom Egert”

Eger! Hallva ezt a szót melegebben dobog a szívem, felcsillan a szemem és előnt az öröm. Hisz Eger az enyém, a mi városunk. Mert nemcsak az enyém, a miénk is, akik itt élünk. Akik szeretjük, akiket boldogít fejlődése, és akik minél több embert várnak ide, hogy bemutathassák nekik a városunkat. Büszkéek vagyunk rá, dicső múltjára, jelenkori épülésére- széplülésére, jövőbeli nagyszabású terveire. Tudjuk, hogy nemcsak sikerek sorozata egy város élete. Elfogadjuk, hogy vannak problémák, melyek néha megoldhatatlannak tűnnek, de hisszük, hogy újabb, még jobb ötletek születnek. Kivitelezésükben majd mi is részt veszünk.

Itt születtem, ide jártam bölcsődébe és óvodába. Akkor elfoglalt az önfeledt játék, most látom csak mennyivel szebbek, változatosabbak a jelenlegi játszóterek. Nekem a régi, kopottak is sok örömet szereztek. A kedves dadus- és óvó nénik mellett mit sem tudtam férőhelyhiányról, finanszírozási problémákról. A mesék nem erről szólnak.

S az iskolában, ahol tudásunk fokról-fokra gyarapodott, szintén rejtve maradt előttünk sok probléma. Felnőttebb fejfel szembesültünk a tanulóihiánnyal, az intézmény-összevonással, nevelőink állásgondjával.

Még nehezen értjük, hogy más a felnőttek világa. Mi élvezzük a számtalan programot, amivel Eger kitölti szabadidőnket és várja az idelátogatókat. Sétálunk ódon utcáin, nézelődünk az üzletekben, elfogyasztunk egy-egy üdítőt, szeretjük barátaink társaságát.

Persze, fiatalként telhetetlenek vagyunk, még több szórakozási lehetőségre, megfizethető eseményre, helyszínekre vágyunk. Élünk a sportolási lehetőségekkel, bekapcsolódunk a kulturális tevékenység egri sokszínűségébe. Nemcsak élvezem, amit ez a város nyújtani tud. Iskolai, közösségi, kulturális tevékenységgel egy picit én is hozzájárulok Eger növekvő értékeihez. Készülve a felnőtt életre, hasznos polgára szeretnék lenni szeretett városomnak.

Gondolkodunk jövőnkéről, melyet hol az álmok birodalmában, hol- gyakrabban- a realitás talaján keresünk. Az általános iskola elvégzése után nem okozott gondot a választás. Eger iskolaváros, bármely irányba kívántam volna indulni, megtalálhattam a megfelelő intézményt. Nem kellett elhagyni városomat. Maradhattam a szeretőn, féltőn ölelő közegben és örülhetek, mert sikerült jól választanom. Naponta örömmel sietek az órákra, a délutáni foglalkozásokra. Szívesen vállalom a közösségi feladatokat, szervezem osztályom életét.

Szeretnék egri maradni, itt tanulni tovább, vagy ide visszatérni. Ehhez azonban növekvő számú munkahelyek kellene. Ugye lesznek? Várjanak bennünket, s mi jönni fogunk!

Visszatérek majd Egerbe, mert ideköt számtalan emlék. Ismerősként köszöntenek a szűk utcáskák, figyelmeztetően int a harangszó- oszd be jól az idődet!

És az embereket, a régi és mostani egrieket is szívembe zártam. Ők adják a város lelkét. Őseim az itteni temetőkhöz nyugszanak, megpihenve dolgoz, hasznos életük végén. Emléüket őrzi a család, példájukat követni kívánom, hisz Egerért élő, megbecsült, köztiszeletben álló polgárok voltak. A mai egriek közül sokat ismerek. Nevelnek, gyógyítanak, szórakoztatnak, ha kell, jóra intenek szóval és főleg példával.

Ettől a várostól, ezektől az emberektől nem lehet hosszú időre elszakadni. Ha csak rövid időre is, de elhagyom Egert, örömmel térek „haza”. Oda, ahol születtem, ahol élek. Elfog a „minden ismerős” érzés, melyet sehol máshol nem éreztem. Ismerem a házakat, utcákat, a boltok feliratait. Várnak a barátok, körülölel ez a csodás város.

Jó lenne tudni, terveznek-e lakásépítést kezdők számára? Bővítik-e a bölcsődei-óvodai hálózatot? Növelik-e a beruházásokat, lesz-e állásunk, megélhetésünk? Tudni szeretném, mire számíthatok majd, ha évek múlva elkezdem önálló életem. Egri szeretnék maradni, eltéphetetlen szálak kötnek ide. Nem csak messziről kívánom szeretni ezt a várost, a városom.

Eger szépsége naponta újra és újra megejt varázsával. Életem csodálatos helyszíne, melytől már eddig is rengeteget kaptam látványban, lehetőségben, támogatásban, összetartó erőben.

Eger nemcsak a várat, a parkokat, híres gyógyfürdőjét, remek borait adja. Nemcsak a minaretet, a bazilikát, patinás iskoláit, hős harcának emlékét. A szívét osztja meg lakóival, látogatóival.

Egy ilyen város polgárának lenni csak megbecsülendő kincs lehet, amit féltve őrzök.

Szeretlek Eger! Szeretem házaid, lakóid, szeretem azt a hangulatot, amit csak itt érzek. Jó itt élni, jó kimondani – „Egri vagyok. Ez az én városom.”

Dremmel Nóra

„Az én városom”

Építésügyi Iroda – beszélgetés Rátkai Attila főépítésszel

– **Milyen feladatokat lát el az Építésügyi Iroda?**

– A tevékenységünk kettős és két helyszínen is zajlik. Az Építéshatósági csoport a Kossuth Lajos utcai épületben működik. Tuza Róbert kollégám vezetésével 3 adminisztrátor és 8 építéshatósági ügyintézővel foglalkozó munkatárs adja ki az építési-, bontási és használatbavételi engedélyeket, jegyzői hatáskörben. Évente több száz ilyen ügyet intéznek, s ez igaz most is: az építési beruházások volumene a gazdasági válság hatására ugyan csökkent, más jellegű feladataik is akadnak azonban bőséggel, többek között fejlesztési pályázatoknál, vagy panaszos ügyekben járnak el. Szomszédvitáknál, építérendészeti eljárásokban főszerepet vállal a Polgármesteri Hivatal szakmacsoportja, s ugyanígy közreműködik telekalakításokban, hatósági bizonyítványok kiadásában. Kiemelt téma ennél a csoportnál a fejlesztési pályázatok végigkísérése, hiszen az épületbővítések, átalakítások, egyes esetekben a homlokzati felújítások mind-mind engedélykötelesek. A főiskola nagy pályázatait, vagy a belvárosi rehabilitációs program is szép feladatot jelentett irodánkknak, noha utóbbi esetben a hatósági engedélyeztetést nem végezheti Eger önkormányzata.

Az iroda másik egysége a Főépítési Csoport, a Dobó téren. Vezetéssel 2 adminisztrációt végző kollegina és 7 ügyintéző, méremök dolgozik a városi szabályozási tervek elkészítésén, folyamatos karbantartásán. Ezen túl az önkormányzatnál készülő beruházások tervezési feladatait kísérjük végig a vállalkozásba adástól a legkisebb helyiségpótlásig, illetve a városi nagyprojektekig. A közterület-használati engedélyeket is itt állítjuk ki rendezvényekre, üzleti kitelepülésekre, a vendéglátóhelyek előkertjére, vagy éppen a reklámfelületekre, megállító táblákra vonatkozóan. Ha túl hangosnak találnak a lakók egy szórakozóhelyet, vagy koncertet, ez a jelzés szintén a mi irodánkhoz érkezik.

A környezetvédelem az elmúlt egy évben különös hangsúlyt kapott Egerben, készülöben van a város Éghajlatvédelmi Stratégiája, ezzel összefüggésben önkormányzatunk több együttműködési megállapodást is kötött és pályázatokat készitünk elő, szakmai konferenciákat, szemleltetformáló rendezvényeket is szervezünk.

– **Mi a főépítés feladata?**

– Mondhatnánk azt, hogy „az, amit magának csinál”.… Igazandiból azt szeretném, ha feladata lenne szaktanácsot adni és segíteni minden olyan dolgot, ami vizuálisan megjelenik a városban. A főépítés vezeti az Önkormányzati Tervtanácsot. Ez a grémium - helyi rendelet alapján - számos engedélyezésre benyújtott tervet véleményez, és teszi ezt úgy, hogy a szabályosság mellett a megjelenés, a praktikum, a környezethez való illeszkedés szempontjait is figyelembe veszi.

Egy-egy rendezvény megjelenésének kialakításánál is jelen vagyunk, közös felelősségünk az adventi vásár harmonikus, egységes képének formálása. Úgy látom, hogy ebben tavaly igazán jó munkát végeztünk.

Az önkormányzati beruházások terveinek ellenőrzését, szakvéleményezését is irodánk végzi, egyeztetünk a kivitelezőkkel, feladatunk, hogy az önkormányzat érdekeit érvényesítsük a beruházási folyamatban.

Úgy látom, hogy a járáások majdani megjelenésével az építésigazgatás önálló állami feladattá válhat, s ezzel a főépítész és a tervtanács városi érdekeket érvényesítő szerepe felerősödhet az engedélyeztetési eljárásokban.

– **Milyen lakosságot érintő ügyekben hoz döntéseket a főépítési csoport?**

– „Önszorgalomból” szinte minden engedélyezésre beadott tervdokumentációt átnézünk, és ha úgy látjuk, hogy egy kis változtatás gazdaságosabban fenntartható, praktikusabb elrendezésű, az utcaképhe jobban illő épületet eredményezne, ezt jelezzük. Csak együttműködést kérhetünk, hiszen a főépítésnek nincs joga arra, hogy egy „csúnya tervet” megvétőzzon. Az építész szakma képviselőivel egyébként jó együttműködésben dolgozunk, nincsenek nagy problémáink, összeköt bennünket a város szeretete, közös érdekünk Eger arcultatának megőrzése.

– **Az irodához tartozik a település rendezési terveinek és helyi építési szabályzatának elkészítése is. Egerben mit tartalmaznak ezek a rendeletek?**

– A településrendezési terv egy helyi jogszabály. Az önkormányzat saját jövőképét tartalmazza. Településfejlesztési stratégia határozza meg, hogy melyek a város hűzóágazatai, milyen elképzeléseket támogat Eger és erre a fő irányokat kijelölő stratégiára épül fel a szerkezeti terv. Ez utóbbi rögzíti például azt, hogy hol lehetnek utak, merre lehet autópálya kapcsolat, milyen irányban haladhat vasút, hol folyjék mezőgazdasági- és hol ipari termelés, illetve mely részeket jelöljük ki lakóövezetnek. Az építésbe kezdő állampolgár, vagy vállalkozás számára a közgyűlés rendeletével jóváhagyott jogszabály, vagyis a szabályozási terv és a helyi építési szabályzat a kötelező. Itt meghatározunk beépítési mértéket, magasságot, beépítési vonalakat is, s ezeket a konkrétumokat igyekszünk mindig az élethez igazítani. Idén a déli iparterület szabályozási tervének felülvizsgálatát kezdjük el.

– **Azok az egri lakosok vagy vállalkozók is ehhez az irodához fordulhatnak, akik építéséhez engedélyt szeretnének kapni, sőt ez kötelező számukra.**

– Eger területét érintő beruházásokkal, ingatlanl kapcsolatos hatósági kérdésekkel csak a Kossuth Lajos utcai irodánkhoz fordulhatnak az ügyfelek, emellett 21 további településen is igazgatási feladatokat lát el az Építéshatósági csoport. Hatósági teendők az építés, vagy bontás engedélyezése, használatbavételi engedélyek kiadása, kötelező határozatok meghozatala, például egy életveszélyessé váló épület esetében. Kollégáim munkájának szerves része a helyszínelés, műszaki végzettségű szakemberekről van szó, akiknek azonban - a hatósági jogkörök gyakorlása okán - jogi vénával is rendelkezniük kell. Munkatársaim az engedélyeztetés során minden esetben a rendezési tervek alapján dolgoznak.

A vállalkozókat illetően hadd mondjak egy konkrét példát a Főépítési Csoport munkájából. Folyamatos párbeszédet folytatunk a borászatokkal, több pincészet szeretne ugyanis borászati üzemet, hozzá kapcsolódó vendéglátást, úgynevezett chateau-t építeni a határban. Ezt a mostani szabályozás még megakadályozza, pedig



Fotó: Nemes Róbert

Eger stratégiai elgondolásaiba tökéletesen beleillenek az ilyen beruházások. Ezt a feszültséget feloldottuk, novemberben közgyűlés elé kerül a téma. A készülő terv támogatja a borászok ilyen irányú törekvéseit, ugyanakkor kellő mértékben akadályozza azt a nem kívánatos folyamatot, hogy a külterületeken elszórtan, kisebb családi házak épüljenek.

– **A tervek szerint életbe lépnek majd ezen az irodán is azok az e-ügyintézési lehetőségek, amelyekkel megkönnyíthetik az ügyfelek dolgát, vagy itt feltétlenül szükséges az ügyintézéshez a személyes találkozás?**

– Ahhoz, hogy az e-ügyintézés elindulhasson a Polgármesteri Hivatalban, nemcsak a megfelelő számítógépes és hálózati infrastruktúra szükséges, hanem esetünkben hatalmas adatbázis kell. Egy térinformatikai rendszerről beszélek, amelynek a kiépítése folyamatban van, ugyanakkor „házon belül” már használjuk is. A teljes közigazgatási rendszerre vonatkozó földhivatali alaptérkép a rendelkezésünkre áll digitális formában. Az elkészült szabályozási tervek nagy részét, az önkormányzat által üzemeltetett közműhálózatokat is feldolgozták már kollégáink ilyen formában. Ha valakinek beruházási szándéka van, beüt egy helyrajzi számot és lekérheti a telekre vonatkozó összes adatot a közműellátottságtól a szabályozási terv vonatkozó részén át a tulajdoni viszonyokig. Néhány irodánk már él ezzel a lehetőséggel, s miközben mi magunk is egyre jobban elsajátítjuk a programok használatát, folyamatosan bővítjük az adatbázist. Az a célunk, hogy a közeljövőben internet segítségével – és a megfelelő jogosultságok beállításával – bárki böngészhessen ebben a rendszerben, és ily módon akár építési ügyeit is elintézhesse.

Építésügyi Iroda Irodavezető: Rátkai Attila • Tel./Fax: 36/523-738, 36/523-786 • 3300 Eger, Dobó tér 2. • E-mail: foepit@ph.eger.hu • **Főépítési Csoport:** 36/523-733 • **Építéshatósági Csoport** Tuza Róbert csoportvezető • 36/521-930 • **Főbb ügycsoportok** • **Főépítési csoport:** Közterület-használati, rendezvény kérelem, telepengedélyezési és telephely engedélyezési eljárások, jegyzői hatáskörbe tartozó környezetvédelmi és természetvédelmi ügyek, zajkibocsátási határérték megállapítása, bejelentkezés az Önkormányzati Tervtanácsra, szabályozási terv módosításának kérelmezése • **Építés-hatósági csoport:** Építési engedélyezési- egyszerűsített építési engedélyezési eljárások és építési bejelentés, bontási engedélyezési, összevont építésügyi, fennmaradási, használatbavételi, elvi építési engedélyezési eljárások, adat, tény, állapot igazolása, szakhatósági nyilatkozatok.

Csökkenő várólisták a kórházban

A várólisták csökkentésén dolgozik a Markhot Ferenc Kórház vezetése, keresik annak lehetőségét is, hogy fizetössé tegyék a protézis műtéteket. Ezzel nem kerülnének hátrányba a várólistán lévő betegek és a várakozási idő is csökkenhetne.

Rendelet írja elő, hogy a fekvőbetegeknél milyen ellátások esetén kötelező a kórháznak várólistát készíteni és jelenteni az Országos Egészségpénztárnak. Ilyen például a szűrkehályog-, a mandula- és az orrmelléküregek műtéte, a térd- és csípőprotézis-beültetés, az epekő-, hasi- és lágyéksérv műtét, a nőgyógyászatban a nem daganatos betegségek, a prosztata-megnagyobbodás műtétei.

Fekvőbetegeknél minden más olyan beavatkozás esetében is kötelező vezetni várólistát, ahol az előjegyzési idő meghaladja a 60 napot. Jelenleg ilyen a Markhot Ferenc Kórházban nincs – tájékoztatott dr. Bauer Kálmán orvosigazgató.

2010 végén kapott a kórház pluszfinanszírozást az Országos Egészségbiztosítási Pénztártól (OEP) arra, hogy csökkentse a protézis – várólistát. Az előírtak szerint fél év alatt legalább 134 protézisműtétet kellett elvégeznie az intézménynek. Így is hosszú a várólista, azonban kiderült, sokan már elvégeztették máshol a műtétet, mégis szerepelnek a listán. A kórház levelet küldött a listán szereplőknek, s világossá vált, a betegek 20 százalékának már nincs szüksége a műtétre, így csökkent a várólista. Már 2012-re is küldtünk ki 357 levelet, itt is hasonló eredmény várható – mondja az orvosigazgató.

Csípőprotézis-műtétre például tavaly júniusban 4 évet kellett várni az egri kórházban, 2011 júniusában két évet. A térdprotézisnél 6,7 évről csökkent le a várakozás 3,4 évre.

Gyakran a kórházat tesszik felelőssé a betegek a

hosszú várakozásért – magyarázza Bauer doktor. Az OEP meghatározza, hogy mennyi pénzt tud biztosítani a beavatkozásokra. A Markhot Ferenc Kórház szeretne lehetőséget teremteni arra, hogy a várólistán kívül is végezhesse a protézis műtéteket térítés ellenében, erre mindenki jelentkezhetne, akinek műtetre van szüksége és nem szeretne várakozni. Ezeket az operációkat nem az OEP által finanszírozott műtétek rovására végeznék, hanem például hétvégenként, így a várólistán szereplők nem kerülnek hátrányba, sőt, hosszabb távon csökkenhet a várakozási idő.

Azáltal, hogy sok szakorvos visszajött az egri kórházba, például egy év alatt 75 százalékkal több szemlencsebeültetést tudtak elvégezni az intézményben, így itt is rövidebb lett 1-2 hónappal a várakozási idő, fél éven belül pedig további csökkenés várható. Dr. Bauer Kálmán tájékoztatása szerint általában a járóbetegeket fogadó szakrendeléseken is csökkentek a várakozási idők, sőt, Egerben bizonyos esetekben az országos átlagnál kicsit jobb is a helyzet. Van, ahol nem is kell várni, vagy csak pár napot, 1-2 hetet, például az audiológiai vizsgálatnál, a gyermek fül-orr-gégészeten, az onkoterápiás vagy a sebészeti szakrendelésen. Vannak persze idő- és eszközigényes vizsgálatok, ahol sajnos hosszabb a várakozási idő.

A kórház vezetése folyamatosan dolgozik azon, hogy a járóbeteg szakrendeléseken csökkentse a várakozási időt és a betegek választási lehetőségét növelje.



Fotók: Gál Gábor



Lelki köldökzsinór

Rengeteg vita és sokféle nézet alakult ki a magzati korról. Mára már tudjuk, a babák hallanak minket, sőt éreznek is, és nem csak a táplálék jut el hozzájuk a köldökzsinórral.

A 19. századig csupán a 2-3 éves már beszélni tudó gyermekeket ismerték el külön személyiségnek. Sigmund Freud változtatta meg igazán ezt a nézetet. Pszichoanalízisei során megfigyelte, hogy már magzati létünk is befolyásolja későbbi életünket. De mi is zajlik az alatt a bizonyos 9 hónap alatt? Hogyan tudjuk segíteni leendő gyermekünket már a pocakban?

A magzat már az anyaméhben érzékel:

- Hallja a külvilág hangjait, az élesebb zajoktól megijed, összerendez.
- Hallja az anya szívverését, pl. stresszes állapotban gyorsabb szívverésünket, így akaratlanul is tanúja lesz, ha idegesek vagyunk valami miatt.
- Érzékeli a hormonális változásokat, sőt a hormonokból kap is valamennyit.
- A hatodik hónaptól érzi a fájdalmat.
- Lát is: fényeket, foltokat.
- A bőrérzékelés kezdettől fogva működik, ez a legjelentősebb.

Az anya depressziója, születés előtti stresszek, hormonális eltérések, immunzavarok, különféle fertőzések és környezeti befolyások, párkapcsolati zavarok, konfliktusok, mind hatással vannak a magzat agyára, személyiségének fejlődésére, alakulására. Ez azt is jelenti, hogy gyermekünket ebben a 9 hónapban sok, későbbi életútja során felépítő szellemi, és fizikai zavartól megkímélhetjük. A legfontosabb, hogy a kezdetektől

tartsunk vele kapcsolatot. Minden nap 10 percet szánjunk egy kis relaxációs zene mellett a csukott szemmel végzett meditációra, hintaszékéssel egybekötve, beszéljünk hozzá, meséljük el milyen szép is a kinti világ, esetleg a családról, mindennapi életünkről, tartunk neki élménybeszámolót. Gondoljunk magzatunkra szeretettel. Figyeljük, mikor mozog, rugdos és érintésünkkel válaszoljunk mozgásaira. Sokat segít az ellátásban a jóga is, itt kapcsolatot tudsz teremteni kisbabáddal és nem utolsósorban magaddal is. Két magyar pszichoanalitikus, Raffai Jenő és Hidas György dolgozta ki az anya-magzat kapcsolatanalízist, mely módszer az anya és magzata közötti lelki köldökzsinórt hoz létre. S ha ez a lelki kapocs jól működik, akkor szülés-születés után a baba és az édesanya is úgy érzi majd, mintha mindig is ismerték volna egymást és ezer apró jelből bizonyosságot nyernek a közöttük fennálló kapcsolatról, amelyet nem megtehetnek, csak folytatni kell. Az első trimeszter lélektani feladata az „egyek vagyunk” érzés kialakulása. A második trimeszterben, amikor a baba megmozdul, kialakul az „egy önálló lény van bennem” érzés. A harmadik trimeszter a szülés köré csoportosul, „a babám elhagyja a testemet”. Szerencsére ez az elválás nem végleges, hiszen a szoptatás egy erős kapocs marad, „testemből táplálalak” érzéssel és szoros együttléttel.

Égető Eszter és Harsáczkiné Kovács Adrienn



Útitárs a várandósságtól a szoptatás végéig

Bemutatjuk az Év bábáját

Az utóbbi néhány évben divatossá vált nemcsak orvost, hanem szülésznt is felkérni a szüléshez. Ők azok, akik évtizedek óta nap-nap után babákat segítenek világra, láttak csodákat és tragédiákat, a szülés aktív részesei. Értünk és születendő gyermekeinkért kelnek fel minden reggel, ügyelnek át éjszakákat, hogy legjobb tudásukkal és a rendelkezésükre álló eszközökkel megkönnyítsék a vajúdás óráit, segítsenek a szülésben. Tóthné Hasilló Annamária, az egri kórház szülész-nője negyed százada műveli hivatását, idén a kismamák szavazatainak és a szakma ajánlásának köszönhetően az Év bábájának választották.

– **Hogyan fogadta a díjat, mit gondol miért Önre esett a választás?**

– Óriási megtiszteltetésnek érzem. Igazán hálás vagyok azon édesanyáknak, akik szavazatukkal támogatnak, bizalmukról biztosítottak. Az Év Bábája díjat, a szakma társadalmi értékét hangsúlyozandó alapította meg az Országos Bábaszövetség 2006-ban. Nagyon örülök, hogy a kollégák is észrevették és értékelték a munkámat.

– **Hogyan és miben tudja segíteni a kismamákat a várandósság alatt és után?**

– A baba feladatai nagyon sokrétűek, hiszen ő végzi a terhesgondozás egy részét és a várandósság ideje alatt figyelemmel kíséri a kismama egészségi- és lelkiállapotát, rendszeres tanácsadások során felkészíti a kismamát a szülésre és az újszülött fogadására. A tanácsadásokon a kismamával olyan témákról beszélhet a szülész-nővel, mint a testi és lelki változások, a megváltozott életmód, az egészségmegőrzés. A baba technikai tanácsokkal látja el a kismamát többek közt a vajúdás és a szülés alatti teendőkről, az alternatív szülési módokról, a gátvédelemről, a helyes légzéstechnikáról. A vajúdás és a szülés alatt is végig együttműködik a szülő nővel, segíti, biztatja, figyeli a szülés folyamatát. A szülést követően pedig a csecsemős nővérrel együtt segíti az anyukát a megfelelő szoptatás és csecsemő ellátás elsajátításában.

– **A szülész-nő sokrétű feladatát lát el, egyszerűre ad szakértő tanácsokat és nyújt biztos támaszt. Ön munkája során milyen elveket követ, mi a mottója?**

– Hosszú évek óta, a tapasztalataimnak köszönhetően kialakulóban van bennem egy jelentős szemléletváltozás, amit leghitelesebben a következő idézet mond el: „Van egy erő, ami szüléskor eljön a nőkhöz. Nem kéri, egyszerűen csak elárasztja őket. Összegyűlik, mint a felhő a szemhatáron, átsuhan az égen, és magával hoz egy gyermeket. . .” A legfontosabb az, hogy szeressem azt, aki élete egyik legszebb, és legnehezebb pillanataira

útitársként választ. A szakma megtanulható, míg a szeretetet érezni kell és átadni.

– **Milyen tanácsokat adna a leendő anyukáknak és apukáknak, hogyan hangolódjanak rá gyermekük fogadására?**

– A szülés kimenetele jelentősen befolyásolhatja a szoptatás sikerét is, ezért minden lelkes, érdeklődő várandós édesanyát, édesapát arra biztatok, hogy szerezze meg azokat a hiteles információkat, amelyek a szülés természetes kimenetelét, és az anyatejes táplálás jelentőségét figyelembe veszik. Az a nő, aki megkap minden információt, magabiztossá lesz, önmagába vetett hite megizmosodik, félelme feloldódik. Az elégedett, egészséges édesanya, aki a szülés élményétől megerősödött, megfelelően képes táplálni-gondozni kisdedét. Így kisebb a valószínűsége a fölösleges idegeskedésnek, a szülés utáni depressziónak, s mindkettőjük élete kiteljesedik. Másrészt pedig, egy boldog és lelkes édesanya kellőképpen képes bekapcsolódni a közösségi életbe, másokat segítve és tanítva a szülővé válás útján. Felkészülni pedig többféleképpen lehet: a védőnői hálózat által szervezett tanfolyamokon, a Markhot Ferenc Kórház szülész-női segítségével és az Összhang Egyesület szülésre –szoptatásra hangoló összejövetelein.

– **Születésünk élménye mindvégig elkísér. Mit tehetünk azért, hogy gyermekünk boldogabban jöjjön a világra?**

– Bizony, ez igen érdekes kérdés, hiszen a szülés az első nagy változás az ember életében, ami a lelki folyamatokat kísérő szakemberek szerint egy lenyomatot képez. A magzati lét már nem folytatható, nagyobb térre, más feltételekre van szükségünk, hogy tovább fejlődhesünk. Így életünk első nagy változása egyúttal a szülés, mely minden későbbi problémamegoldás alapmintázatává is válik. Az édesanyák leginkább a következőket szokták kérdezni: Ha a babám egészségi állapota megengedi, ugye lehetőség van arra, hogy megvárják a

szülésem spontán, természetes beindulását? A vajúdás történhet a saját ritmusomban, infúziós fájáserősítés nélkül? Szabadon megválaszthatom-e a vajúdásom alatti testhelyzetet? A babám születésekor kérhetek-e gátvédelmet? Születés után közvetlenül, megszakítás nélkül megkaphatom-e a babámat a mellkasomra, ameddig csak meg nem nyugszik és el kezd szopizni? Szerencsére a fenti kérésekre az egri kórház nyitott. Az intézményben például az egészséges, érett újszülöttet egy órán át az édesanya mellkasán hagyják, hogy a bőréhez érve megnyugodhasson, megpihenhessen. Így aztán egymásra hangolódnak, ami pedig a szoptatás sikerét is segíti.

– **Egerben Pocaklakó Találkozót és Anyacsoportot is vezet. Miért hasznosak ezek az összejövetelek?**

– Az a tapasztalatom, hogy az édesanyáknak ez egyfajta hiánypótló összejövetel, ahol találkozhatnak anyatársakkal, beszélgethetnek az őket érintő kérdésekről, oldódhat félelmük. Sokan nem is láttak még közelről éppen szopizó kisbabát, hiszen a többgenerációs családok egyre kisebb számban vannak jelen a társadalmunkban. Úgy vélem egymástól tanulhatjuk a legtöbbet és ezen tapasztalatok átadásának egyik leghatékonyabb formája a POCAKLAKÓ TALÁLKOZÓ és a SZOPTATÁST TÁMOGATÓ ANYACSOPORT. A találkozókra való részvétel ingyenes, a résztvevők minden hónap második szerdáján gyűlnek össze a Pacsirta út 10. alatt.

– **Miért választaná újra ezt a hivatást?**

– Szülész-nőnek lenni csodálatos dolog. Ez nemcsak munka, hanem hivatás számomra. A mai napig megdöbbenek, mekkora erő van egy nőben, amikor életet ad egy kis jövőnyeknek, a férfiak pedig mennyire ellágyulnak, amikor kezükbe veszik gyermeküket. Mindig meghatódok, amikor bábaként részese lehetek ennek a szépséges egymásra találásnak. Ezekért a pillanatokért érdemes élni.

Somogyi Kinga

Birtokbavétel

Birtokbavételi partit szervezett a Családsegítő Intézet Fogyatékosok Napközi Otthona. Az intézmény néhány hete költözött új helyre, a Lajosvárosból a Kallómalom úti szolgáltató házba. Itt alakítottak ki számukra egy tágasabb, modern, jól felszerelt napközi otthont.

Parti-nyitó zenés műsorral kezdődött az ünnepség a fogyatékosok új nappali ellátó intézményében. Nem hiányzott a jókedv, a szíves vendéglátás, a lakók nagy örömmel tartottak rögtönzött idegenvezetést az intézményben. Az épületben helyet kapott egy tágas étkező és egy társalgó, van pihenő – és sportszoba, de sikerült elhelyezni a szővszékeket és a szivacsprításhoz szükséges bútorokat és eszközöket is. Összességében a korábbihoz képest egy nagyobb, kényelmesebb és modernebb épületet kaptak a fogyatékosok. A napközi nemrég költözött el a Lajosvárosból új helyére a Kallómalom úti szolgáltató házba. A város pályázat útján 90 millió forintból alakította át az épületet úgy, hogy az kiszolgálja a fogyatékos emberek minden igényét. A parti szervezésébe a szülők is bekapcsolódtak, süteménnyel és bográcsgyulással megvendégték a meghívottakat.

(tveger.hu)



Az a megtiszteltetés ért, hogy írhatok volt férjemről Szabó Pálról, Palikáról, Kalipáról. Sokáig gondolkodtam, sorra vettem az élete eseményeit. Tényszerűen mindent begyűjtöttem, aztán elolvastam, és nem tetszett. Valahogy hiányzott belőle az, ami Ő valójában volt. Aztán megkértem lányunkat Annát, és Pali második házasságából született kisebbik lányát Rékát, hogy írják le, számukra mit jelentett az édesapjuk. Ők egymástól függetlenül – lévén köztük vagy 15 ezer km – szinte ugyanazt írták, de más szavakkal. Álljanak most itt az ő fájdalomtól, szeretettől és büszkeségtől teli gondolataik, amelyekre édesapjuk méltán büszke lenne.

Eger, 2011. szeptember 21.

T.Á.

Wass Albert Ha visszatérek

Szerető szóért könyörögve, egyszer,
ha visszatérek: kolduló eretnek,
szeretni fognak, akik most szeretnek?

Ha lelken majd nagy sebek fakadnak,
s hitetlenebb leszek, mint bármikor:
a barátaim barátok maradnak?

Ha harcban járok, s véres lesz a lelkem,
villám szakad, és mennydörög felettem,
ha kitagad az ég, s a földön
életemet Isten-tagadva töltöm,
és átkokat szór rám a félvilág:

vajon, ha akkor visszatérek,
megismernek ezek a régi fák?



„Mindig felnéztem az édesapámra. Mikor a színpadon állt és az emberekhez szólt én büszkén tekintettem rá a tömegből: „igen, Ő az én apukám”. Nagy tudású, igaz magyar ember volt, akitől én nagyon sokat tanulhattam. Élete nem volt hétköznapi. Számos szakadékon kellett túljutnia, azonban sosem panaszkodott, pedig mindig tele lehetett gondokkal. Számomra a legértékesebb ajándéka, hogy megmutatta, hogyan éljek hívő keresztény emberként. Emlékét örökre megőrzöm szívemben, és hiszem, hogy odafentről figyel rám, és segít engem életem végéig.”

Réka

„Apa mindig december 26-án jött. Fehér ingben, fekete zakóban, bajusza alatt mosolyogva, ahogy átöleltük egymást. Leült velem szembe, aztán én kérdeztem, ő pedig válaszolt. Nem is válaszolt, hanem mesélt. Elmesélte a világ bonyolult összefüggéseit, az aktuális és kaotikus politikai kérdéseket. Hihetetlen tehetséggel, intelligenciával és lényeglátással volt megáldva; a legbonyolultabb összefüggések is mesévé váltak, hirtelen értelmet nyertek, logikusnak tunk. Vannak emberek, akik sok mindent tudnak, de ezt a tudást képtelenek, vagy egyszerűen nem akarják átadni másoknak, így tudásuk elvész és értelmetlenné válik. Apa igazi tanító volt. A tanítás, a tudás átadása élte és meggyőződése, hogy ennek hiányába halt bele...”

Édesapám! Felnőtt fejjel tanultam meg Tőled, mi a házasszeret. Megtanultam tőled azt, hogy az Igazság útja az egyetlen járható út és ezért harcolni kell. Büszke vagyok arra, hogy Te vagy az Édesapám.

Nyugodj békében...”

Lányod, Anna

Dr. Székely Ferenc temetése

Hatvani temetőben helyezték örök nyugalomra dr. Székely Ferencet, aki hosszú ideig tartó betegséggel küzdve 77 éves korában hunyt el. A gyászszertartáson családja mellett ismerősei, barátai, a város vezetése, sportolók, valamint a Magyar Olimpiai Akadémia és a Magyar Olimpiai Bizottság tagjai búcsúztatták.

Székely Ferenc halála nemcsak Egernek óriási veszteség, hanem az egész országnak is. Szenvédlője volt a sport. Bár sohasem húzott címeres mezt és nem olimpiai győzelemmel szerzett elismerést a hazájának, amiért életében dolgozott és amit munkájával létrehozott, hatalmas kincs az egész világnak – ezekkel a gondolatokkal búcsúztatták Székely Ferencet a Hatvani temetőben. A szertartáson megköszönték neki azt az áldozatos munkát, amelyet sok-sok éven keresztül Egerért, a város sportjának múltjért, jelenéért és jövőjéért végzett. Székely Ferenc alapította és igazgatta a Heves Megyei Sportmúzeumot, amely a közeljövőben felveszi nevét. A Magyar Olimpiai Bizottság örökös, tiszteletbeli tagjává is választották és ő volt a Heves Megyei Úszó és Vízilabda Szövetség főtitkára. Életében mindig fáradhatatlanul tett a sportért és szeretett múzeumáért. Hosszú ideig küzdött betegségével, amely végül legyőzte. Székely Ferenc 77 évet élt, nyugodjék békében.

Dr. Bárány István (1907–1995)

Európa hajdan egyik legjobb úszója, Bárány István 1907. december 20-án született Egerben. Édesapja, Bárány Géza a város főmérnöke, akinek elévülhetetlen érdemei vannak Eger úszósportjának szervezésében és fejlesztésében. Nem véletlenül nevezték őt az egri úszók „atyjának”. Bárány István 1925-ben érettségizett a helybeli Állami Főreáliskolába. 1926-ban a bécsi Kereskedelmi Akadémián német nyelvű végbizonyítványt, 1928-ban pedig a párizsi nyelviskolán oktatási bizonyítványt kapott. Időközben beiratkozott az Egri Érseki Római Katolikus Jogakadémiára. Ennek elvégzése után, 1929-ben a pécsi egyetemen államtudományi, 1930-ban pedig jogtudományi doktori oklevelet szerzett.

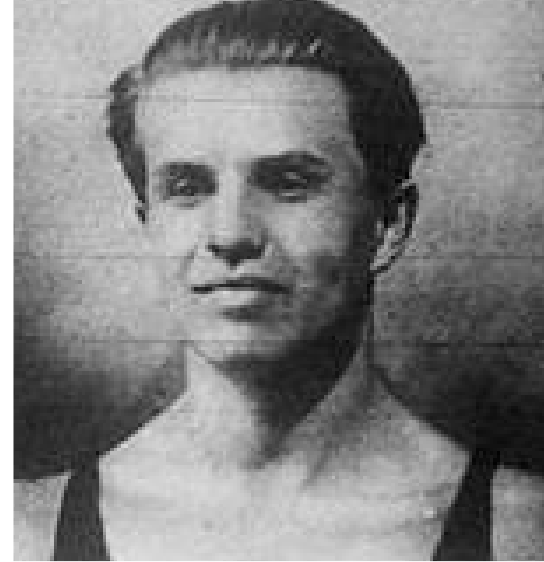
Bárány István úszótehetsége már gimnáziumi éveiben megmutatkozott. Igazi őstehetség volt. Sikert sikerre halmozott. Pályafutásának csúcsa az 1928-as amszterdami olimpia, ahol Weissmüller (58,6 mp) után másodikként ért a célba, egy percen belüli új európa csúccsal (59,8 mp). Az Egri Népújság 1928. augusztus 14-i számában ezt írta: „Szívdobogva figyeltük szombaton este a rádiót. Mi történik a világ legnagyobb úszótitanjai között a mi reménységünkkel, az egri Bárány Pistával. Weissmüller, Kojac, Takaishi, Arne Borg, Laufer. . . A világ leggyorsabb úszói. Bárány nyolcvan méterig legelől, Weissmüller mellett vezetett. Az amerikai úszófenomén csak úgy érte utól, hogy Bárány lába az 50 méteres fordulónál megcsúszott az uszoda medencéjében. . . A világ valamennyi magyarja, az egész magyar sajtó ujjong Bárány Pista világraszóló győzelmén!” A lap augusztus 23-án az alábbi tudósítást közölte: „A világhírnévű úszót, aki Európát és a magyar színeket olyan nagy sikerrel képviselte a világ összes nemzetének úszótornáján, szülővárosa olyan fogadtatásban részesítette, amilyenre eddig nem volt példa Egerben. A vasútállomáson mintegy kétezer főnyi lelkes közönség szorongott.”

A két világháború közötti időszak legnagyobb EB-sikerét 1931-ben Párizsban érte el a magyar úszósport. Bárány háromszor is, a 100 és 400 m-es gyorsúszásban és a 4x200-as tagjaként a győzelmi emelvény legmagasabb fokára állhatott. Európa-csúcsot három ízben állított fel 100 m-en, egy alkalommal a 200 m-es gyorsúszásban. 25 országos csúcsot javított. 1927-ben közönségzavazattal a legnépszerűbb magyar sportoló lett. 1928-ban a magyar sportért az évben legtöbbet tett személynek járó díjat kapta. 1932-ben a Los Angeles-i olimpia már nem hozta meg

Báránynak a várt sikert. Aranyéremre esélyesként utazott az olimpiára, de egy szerencsétlen és elfogult célbírói ítélet elütötte a döntőben való részvételtől. A harmadik helyezett gyorsváltónak azonban változatlanul ő volt az erőssége. Az olimpia után jelentette be, hogy visszavonul a versenyzéstől.

1933-1938 között a magyar csapat kapitánya volt. Az 1950-es években kiemelkedő érdemeket szerzett a magyarországi csoportos úszásoktatás megvalósításában. 1956-ban pedig úszómesteredző lett. 1957-1958-ban ő volt a Magyar Úszó Szövetség főtitkára. Bárány István gazdag tapasztalatait írásban is megfogalmazta. Az 1930-1944 közötti években a Pesti Napló, 1960-1964 között a Sport és Tudomány munkatársa volt. Ő volt az első modern sportmagazin, a Képes Sport alapító főszerkesztője (1939-1944). Az 1968-1990 közötti években szerkesztette az Úszósport folyóiratot is. 1926 és 1966 között tizennégy úszással kapcsolatos szakkönyvet írt.

1956-ban a Sport Érdemérem bronz, 1975-ben pedig annak arany fokozatával tüntették ki. 1979-ben Floridában az „International Swimming Hall of Fame” csarnoka tagjainak sorába fogadta. Az előterjesztés megállapította róla, hogy sokoldalúsága az úszásban egyedülálló. 1982-ben megkapta Magyarország örökös úszóbajnoka címet. Bárány István élete végéig nem feledkezett el szülővárosáról, Egerről, amely 1992-ben azzal tisztelte meg, hogy díszpolgárává



avatta. Ebben az évben érmeit, kitüntetéseit a Heves Megyei Sportmúzeumnak ajándékozta. Miután 1995. február 21-én távozott az élők sorából földi maradványait tartalmazó urnáját is itt helyezték el. Heves Megye Önkormányzata 2004-ben szakmai kitüntető díjat nevezett el róla.

Sajnálatos, hogy sokan úgy gondolják, hogy a Bárány uszoda róla kapta a nevét, pedig az elnevezés édesapja nevéhez fűződik. Ezért indokolt lenne, hogy a jelenleg folyó rekonstrukció után Bárány István nevét felvegye a létesítmény, és egykori lakóházán is emléktáblát kellene elhelyezni. Hiszen ő nemcsak nagyszerű sportoló, hanem kiváló ember is volt. A keresztény nemzeti elvek szerint élt, amelyek ma is időszerűek.

Dr. Szecskó Károly



TV Eger a digitális csomagban

2011. szeptember 30-tól a UPC digitális kábeltelevízió csatornáin között tesztjelleggel elindult a TV Eger műsora. A helyi híreket, információkat, szórakoztató tartalmakat a 153-as helyen találják a nézők.



Gyökerektől a világzenéig

25 év egy ember életében is nagy idő, a zene világában pedig ritka az, hogy egy együttes negyed évszázadon keresztül szórakoztasson korhatár nélkül mindenkit. A Gajdos Zenekarnak ez mégis sikerült: zenéjüket már országhatárokon túl is ismerik, fergeteges táncházaikban kicsik és nagyok együtt ropják. Sokoldalú képzettségüknek és zenei nyitottságuknak köszönhetően többfajta stílusú zenei elemet tartalmazó népzenei feldolgozásokra is vállalkoznak, melyek méltán népszerűek a közönség körében. Munkájuk szakmai körökben is elismerést nyert, amikor 1989-ben Okos Tibor furulyás szólístaként, 1993-ban pedig az együttes is megkapta a Népművészet Ifjú Mestere címet. 1994 nyarán Pro Agria emléklappal, 2010-ben megyei Prima Díjjal tüntették ki a zenekart. A jubileum kapcsán az együttes vezetőjével, Okos Tiborral a kezdetekről, a jövőbeli tervekről, valamint készülő albumukról beszélgettünk.

– **Hogyan indult az együttes zenei karrierje?**

– 1982-ben csatlakoztam a Kalodához, amely tulajdonképpen a Gajdos Zenekar előzenekara. Kamrás Lajos barátommal kezdetben populáris zenét játszottunk, majd népzenei feldolgozásokkal, versek megzenésítésével kezdtünk el foglalkozni. Fajcsák Attila népdanész biztatására fordultunk a népzene felé, melynek végső gyümölcse a Gajdos(jelentése: dudás) együttes megalakulása lett 1986-ban.

– **Milyen utat jártak be, hogy megtalálják saját hangzásvilágukat?**

– A zeneiskolai és főiskolai tanulmányok befejezése után, autodidakta módon sajátítottuk el a népi hangszereken való archaikus játékmódot, a magyar zenei anyanyelvet. Bartók Béla, Kodály Zoltán és tudós utódjaik régi felvételeinek tanulmányozása után, saját gyűjtőutakon mélyítettük el tudásukat, közvetlenül az idős falusi muzikusoktól tanulva. Zenekarunk tagjai több hangszeren is játszanak, ennek köszönhető, hogy a magyar nyelvterület változatos hangzásvilágának mindegyikét meg tudjuk szólaltatni. Koncertjeinken az autentikus népzenei hangzás mellett megszólalnak a „világzene” kategóriájába sorolt feldolgozások is. Ezekben a klasszikus zenei elemek, a könnyűzenéből kölcsönzött megoldások és a hiteles népzenei hangzás alkotnak különleges egységet.

– **Mit kell tudnunk a zenekar tagjairól?**

– Két hegedűsünk van: Szabó Adrién, aki hegedűjátékában a klasszikusról fokozatosan váltott népzenei hangvételre, rendkívül tisztán, pontosan játszik, valamint Buborék István, aki a gyöngyösi Vidrőczki Néptáncegyüttes primása volt. Régi tagunk Horváth Attila bőgős, sokoldalú művész. Zeneszerzői vénával megáldott, kobozon játszik, emellett rendkívül jól gitározik és énekel. Énekesünk Kerekes-Polgár Lilla, az 1996-os Ki mit tud? vetélkedő népdal kategóriájának nyertese, a Népművészet Ifjú Mestere cím birtokosa. Cimbalmosunk Andrassy Ferenc, a Dűvő zenekarból érkezett közénk,

míg az ütős hangszereket Okos Gergely szólaltatja meg. Jómagam brácsán, dudán, furulyán játszom.

– **Mi az együttes hitvallása?**

– A Gajdos Zenekar hitvallása az értékek közvetítése: azt szeretnék megmutatni, hogy a hitelesen megszólaló magyar népzene a 21. században is megtartotta friss, lendületes aktualitását, és az új kor ízlésének is könnyedén megfelel. Újra és újra merítkezve az autentikus népzeneből, igyekeztünk minél változatosabbá tenni koncertprogramunkat. Ennek érdekében zenei tudásunkat folyamatosan bővítjük, az így megszerzett tudást elmélyítjük. Pedagógiai munkánk során továbbadjuk zenei ismereteinket, arra törekedve, hogy tanítványaink minél hitelesebben megismerjék zenei anyanyelvüket.

– **Hogyan lehet ötvözni az autentikus népzene-t a világzenei elemekkel?**

– Az autentikus népzene hívei gyakran illetik váddal a világzenét játszókat, hogy nem ismerik jól az autentikus népzene-t, ezért nem is játsszák jól. Szerintem erre tökéletesen rácsófol a magas szintű népzenei oktatás, amely megköveteli, hogy a hallgató a népzene magasan képzett, avatott előadójává váljék, otthonosan mozogjon minden tájegység muzsikájában. Bizonyos dallamok pedig egyszerűen kínálóznak arra, hogy más zenei kontextusban jelenítsük meg. Ilyen módon be lehet vonni a népzene szeretetébe olyan embereket is, akik esetleg eredeti hangzásában nem hallgatnák meg az autentikus népzene-t.

– **Nagy hangsúlyt fektetnek a zenei utánpótlásra is. Miért fontos a Gajdos Népzenei és Néptánc Gyermektábor szervezése?**

– Idén volt a harmadik táborunk ezúttal Mátrafüreden. Az egy hetes intenzív képzést olyan 8–16 éves korú gyermekeknek szervezzük, akik népzene-t, néptáncot már valamilyen szinten tanultak. A táborban a gyerekek találkozhatnak a különböző népzene-ekkel, népi hangszerekkel, néptáncot tanulnak emellett koncert, kirándulás, játszóház, esténként tábortűz, tánc ház várja

a résztvevőket. A gyerekek jól érzik magukat és ezalatt az egy hét alatt annyit fejlődnek, mint iskolai körülmények között fél év alatt.

– **Nevük összeforrott a tánc ház mozgalom-mal. Van-e igény erre a szórakozási formára a fiatalok körében?**

– Szerencsére egyre többen szeretik a tánc házakat, a tánc ház mozgalomban tevékenykedők száma egy millió-ra tehető. A népszerűség nemcsak a néptánc együttesek szaporodásával magyarázható, hanem azzal is, hogy rengeteg zenekar van, akik magas színvonalon muzsikálnak. Ehhez felzárkózott a népzenei oktatás is, újabb és újabb nemzedékek fedezik fel maguknak a népi kultúrát. Vallom, hogy legfontosabb a hangzóélmény átadása a fiataloknak, mert a népzene nem tanulható kottából, élő környezetben (pl. tánc házban) kell megismerni, tanulni azt. Régen örömlükben, bánatukban is táncoltak, zenéltek, énekeltek az emberek. Jó lenne, ha ez most is így lenne.

– **Hogyan készülnek a 25 éves jubileum megünneplésére?**

– Jubileumi koncertünk október 16-án, vasárnap 18 órától lesz a Gárdonyi Géza Színházban. A koncerten egykori tagjaink, így Maczkó Mária énekes, Király Tibor cimbalmos és Szabó Attila hegedűs is színpadra lép. Vendégünk lesz a Csík Zenekar, valamint a Magyar Dudazenekar is. Születésnap rendezvényünkre új CD-vel jelentkezünk.

– **Visszatekintve erre a két és fél évtizedre, milyen érzések kavarognak Önben? Milyen pillanatokat ragadna ki a zenekar életéből?**

– Nagyon jó, összeszokott csapat a miénk, a több éves barátság, és a zenei múlt összekovácsolta a bandát. Úgy gondolom, folyamatosan tanulunk, folyamatosan érünk és rengeteg ötletünk vár még megvalósításra. Szeretnénk maradandó élményekkel megajándékozni a közönséget, célunk, megtartani, megőrizni és átadni mindazt a szépséget, amit a népzene közvetít. Remélem ez még nagyon sokáig sikerül!

Somogyi Kinga

30 éves a Hunyadi

Beszélgetés Bodnár Gábor igazgatóval

Több mint 800 gyerek jár a Hunyadi Mátyás Általános Iskolába, ahogy sokan nevezik: a nyolcasba. A tanévben ünnepel az intézmény: 30 éve nyitotta meg kapuit. A 90-es években jelentősen bővült az iskola az összevonások kapcsán. 2006-ban hét tanteremmel bővült az intézmény, 2009-től már az andornaktályai gyerekek is ide tartoznak. Az igazgató duplán jubilál: 20 éve vezeti azt az iskolát, mely a város egyik legnépszerűbb intézménye.



Fotó: Bilku Krisztián

– **A kezdetek óta stabil iskolának számít a Hunyadi, népszerűsége az évek során csak erősödött.**

– Ez így van, és ezért sokan dolgoztak, dolgoznak ma is. 1981. szeptember 1-jén nyitotta meg kapuit, angol tagozatos iskolaként, ami akkor meglehetősen újszerűnek számított. Pászti József és Petre József után Köves Gyula lett egy évre a megbízott vezető, ezután pályáztam én a vezetői állásra. 450-480 gyerekkel indulhatott az iskola, évfolyamonként két osztállyal, most 811 tanulónk van, négy osztályt indítunk. Nó a létszám, s e népszerűség talán visszaigazol valamit abból, amiben hiszünk. A gyerekek okos szeretete és a szülők tisztelete nélkül nincs hatékony oktatói munka, ahol nem a magunk kényelmét kell figyelembe vennünk, hanem a gyerekek és a szülők igényeit.

– **Milyen intézményt képzelt el 20 éve és mit sikerült megvalósítania?**

– Mérnök tanárként végeztem, évekig tanítottam is, és inkább éreztem magam pedagógusnak, mint mérnöknek. Amikor megpályáztam az igazgatói állást, akkor is abban hittem, amiben ma: az általános iskola legfontosabb feladata a nevelés. Szeretettel kell nevelni a gyerekeket és kellő szigorral. Fegyelem nélkül nincs megfelelő oktatói munka, de mindig az arany közeputat kell megtalálnunk! Szeressük a gyereket, de ne majmol-

juk, fegyelmesszük őt, de ne okozunk semmilyen lelki sérülést! A harmóniára kell törekedni. Nem könnyű, néha megbottlottunk mi is, de tanultunk a hibákból. Kritikus vagyok magammal és a kollégáimmal is, de úgy gondolom, sikerült olyan tantestületet kovácsolni, ahol mindenki harmóniára törekszik. Ha valamelyik pedagógus hibázik, megvan benne az igyekezet a hiba kijavítására.

– **Az eredményes munkához nem elég a gyerekek és a pedagógus...**

– A szülők is kellenek hozzá! Mindig hangsúlyozom, a hatékony neveléshez elengedhetetlen a megfelelő szülői háttér. Ők a mi társaink, a jó teljesítményhez kell a segítségük, az akaratuk. Szerencsére nagyon jó a kapcsolatunk, közös programokat hozunk létre, együtt ünnepelünk, közösen álljuk a megpróbáltatásokat. Erőt ad nekünk az, ha érezzük a szülők támogatását.

– **Ez közös munka az iskola nyugodt, családias légkörén kívül milyen eredményeket hoz?**

– A tavalyi tanulmányi átlag 4,51 volt. Előtte 4.4, tehát nincs okunk panaszra. Gyerekeink több mint 90%-át felveszik érettségit adó gimnáziumba vagy szakközépiskolába, és nagyon pozitív visszajelzéseket kapunk a hunyadi diákokról. Legjobbaink Hunyadi-díjat vihetnek haza, ez egy szép emléklap. Tehetséges gyerekeink tanulmányi versenyeken is megméretik magukat, volt már ÓÁTV-s országos első helyeztünk földrajzból, de a matematika, az angol és a kémia versenyeken is remek helyezéseket szerzünk. A 2006–2007-es tanévben a megye legeredményesebb iskolájaként elhozhattunk a vándorserleget, tavasszal a Szilágyi Erzsébet Gimnázium vándorserlegét is mi nyertük, 9 tárgyból rendezett tanulmányi versenyen kellett helyt állniuk a tanulóinknak! A diákok magatartására sem lehet panasz: 4,7 volt az átlag. Olyan gyerekek járnak ide, akikkel lehet dolgozni, haladni. Vadhajtasok természetesen vannak néha, de egy jó kertésznek – ha jó szakember és szereti is a munkáját –, gondozott a kertje. Észre kell vennünk a gyerekek hibáit, de nem szabad keresni mindenáron!

– **Néhány éve folyik a floorball oktatása, de ez olyan jól működik, hogy nem találnak legyőzőre, mint ahogy a Játékos Sportvetélkedőben sem.**

– 5 diákolimpiai aranyat hoztunk el az elmúlt tanévben! A JSV-ben már évek óta verhetetlenek vagyunk, de a kispályás floorball-csapataink is sorban nyerik a diákolimpiákat! Köszönet érte a gyerekeknek, a felkészítő kollégáknak, és természetesen a szülők áldozata nélkül ez sem működne.

– **Kevés iskola mondhatja el mostanság magáról, hogy fejleszthet, korszerűsíthet. A Hunyadi kivétel, hiszen 2006 óta mindig van valamilyen beruházás.**

– Köszönhetjük a fenntartónak, hiszen az elmúlt 5-6 évben kb. 150 millió forintot tudtunk költeni bővítésre, felújításra, akadálymentesítésre! Jelenleg is

zajlik tornatermünk kopolit üvegének a cseréje, mert már eléggé elhasználódott, és az új műanyag nyílászárók minden bizonnyal gazdaságosabbak is lesznek. Az előző tanévben pályázati segítséggel 44 számítógépet, 8 interaktív táblát, notebook-ot, hangfalakat kaptunk. 12 interaktív táblás tanteremünk van, így remélem, a tanítás-tanulás még élvezetesebbé tehető pedagógus és gyerek számára egyaránt. Az órák harmadát szeretnénk megtartani ezekkel az eszközökkel.

– **Mennyire fordítanak figyelmet a tehetség gondozásra?**

– Ebben a tanévben végez az az évfolyam, ahol először vezettük be a nivóoktatást. Tehetség gondozással kapcsolatos képzéseken vesznek részt a kollégák, jómagam is beültem az iskolapadba, mert fontosnak tartottam a tehetségfejlesztő tanári szak elvégzését. Korábban is igyekeztem részt venni azokon a képzéseken, melyek eredményét alkalmaztuk az intézményben; nem árt ismerni azt, amit felvállal az iskola. A nivócsoportos oktatással a tehetséges gyerekeket szeretnénk segíteni, megkönyítenyi számukra a gimnáziumba való felkészülést. Múzeumok, kiállítások, előadások látogatásával egészítjük ki az oktatást. A többiek számára természetesen a pedagógiai programban vállaltak szerint folyik a tanítás, ugyanolyan magas színvonalon, mint eddig. A bekerülésnek és a bennmaradásnak megvannak a szabályai – tanulmányi átlag, tagozatos nyelvtanításban való részvétel, magatartás, szorgalom jegyek –, de szerencsére ezek sok diák számára teljesíthetőek.

– **Milyen programokkal ünneplik az évfordulót?**

– Novemberben gálaműsort tervezünk, külön a gyerekeknek, külön a szülőknek és a vendégeknek. Volt tanítványainkkal együtt 300-350 diák szerepelne a műsorban. Januárban a hagyományos családi sportnapunkat tartjuk a Körcsarmokban, tavasszal 30 órás kispályás focimeccsel Guinness-rekordot szeretnénk dönteni, gyerekekkel, pedagógusokkal, szülőkkel, vendégekkel közösen. Ezen kívül Mátyás-kupát szervezünk egri, környékbeli diákoknak, mesemondó versenyt hirdetünk, amelyen Mátyás királyról szóló mesét adnának elő a gyerekek. Szeretnénk egy hunyadi sokat bemutató évkönyvet is megjelentetni.

– **És az ön személyes évfordulója? Hogyan ünnepe-elné, és mik a tervei a jövőt illetően?**

– Ünneplésre az adna okot, ha továbbra is nyugodt körülményeket tudnék teremteni az oktatáshoz. Jó lenne, ha a jogszabályok változása miatt nem kerülne el az iskola a mostani fenntartótól. Számomra öröm, hogy egyáltalán itt lehetek, látom a gyerekeket és dolgozhatunk a mindennapi küzdelmek ellenére is. A nyári szünetet, az intézmény csendjét például nehezen viselem. Az oktatás, az iskola nekem szerelem, és ha a körülmények engedik, egy ciklusra még maradnék. Aztán meglátjuk, hogyan tovább... **Harsányi Judit**

Holnap hajnalig...

Megkockáztatom, talán nincs olyan ember hazánkban, aki ne tudná folytatni ezt az egy sort. Emlékek százai törtek fel bennem a Csepregi Éva- Végvári Ádám szüreti fesztiválon zajló szabadtéri koncertjén. Mit nem adtam volna a 1980-as évek elején egy személyes találkozásért... Sosem késő, most sikerült.

– 17 nagylemez, 1972 óta zenei jelenlét. Nem terveznek egy jubileumi koncertet?

CSÉ: – Érdekes, hogy éppen most lesz egy fellépésünk a Budapest Sportaréna-ban, december 27-én. Mindig nézegettük, mi lehetne az apropója a koncertnek. Ez jó ötlet, felfoghatjuk jubileumnak is.

– Nincs könnyű dolgom, egy ilyen gazdag életútról néhány percben kérdezni. Mi a több évtizedes, generációkon átívelő érdeklődés fenn-tartásának a titka?

CSÉ: – A Neoton Familia titkát ott lehet keresni, hogy amikor mi elkezdtünk zenélni, az volt az ötletünk, hogy elsősorban közönséget keressünk magunknak. Megtaláljuk azokat az embereket, akikhez játszani szeretnénk. Magunkról, hétköznapi emberekről szóltak a dalok. A szövegeink a magyar közönséghez szóltak és meghallgatásra találtak.

VÁ: – Igen. Mostanában sokszor kérdezik, hogy mitől egyre népszerűbb megint a banda. Az egyik kulcszó a vidámság. A koncert úgy épül föl, hogy elindul, és amikor nagyon jó a hangulat, akkor egy dobszó után egy magasabb mondanivalójú nótát játszunk. Lényeg az, hogy az egész koncert mindig vidám. Akik eljönnek, arra a néhány órára felszabadultak, gondtalanok lesznek. Épp a dorogi koncertünkön figyeltem meg, (nagyon közel volt a közönség), előttem tizenéves lányok visítottak bele a szőlőbe és énekeltek a dalainkat.

– A repertoár széles: slágerek, Boney M.-dalok magyarul, gyerekalbum, sőt egy Wass Albert-

vers megzenésítése. Mit lehet még szakmailag elérni ennyi siker után? Kik voltak a zenei példaképek?

CSÉ: – Nehéz a helyzetünk, mert volt egy jó pár év, mikor többen távoztak a zenekarból, abbahagyták a zenélést. Ezeket a különleteket nem lehet bepótolni. Ez meghatározta a zenekar életét. Más lenne a csapat, ha lett volna egy folyamatos jelenlét. Az emberek a régi dalokat szeretik hallani. Mindig becsempészek a saját műsoromba olyan Neoton dalt, ami nem igazán lett nagy sláger, pedig lehetett volna. Koncerteken viszont csak a nagy slágereket játszunk. Gazdag az életmű, a cél, hogy minden oldalról megmutassuk. Kamarai előadáson át a nagykoncertig.

VÁ: – A kérdés második felére a válasz: a zenekarban az volt a jó, hogy mindenki másféle zenét szeretett hallgatni. Én a rock zenét szerettem, a Chicagot, Totot, főleg az amerikai bandákat. A Pásztor Laci az olasz slágereket kedvelte. Jakab Gyuszi a funkot, a soult, az RnB-t. Éva az Olívia Newton-Johnt.

Van egy régi mondás: a verset írják, a zenét pedig szerzik. Ez számomra azt jelenti, hogy a zeneszerzés arról szól, hogy hallgatjuk a széles skálájú zenét, és ebből az ember agya szintetizálja a 12 félhang segítségével a nótákat. Ma is írunk dalokat, de nehéz elfogadtatni a közönséggel. A régiekre nagyobb az igény.

– Eddigi beszélgetéseim során szinte minden alkalommal találtunk valamilyen egri kötődést. Úgy tudom, Ádámnál is van...



VÁ: – Édesapám egész rokonsága Egerben él. Gyermekkorom minden nyarát a Csiky Sándor utcában töltöttem. Mindig a híres egri strandra jártunk, hazafelé beugrottunk a Sárvárihoz egy jó fagyira.

– Engedtessek meg egy bulvár ízü kíváncsiszkodás is. Rajongók ezrei találgatták, vajon volt-e szerelem Ádám és Éva között...

VÁ: – Olyan ez, mint a színház, szerepeket játszunk. Nekünk jól sikerült, elhitték az emberek. Amikor eljátszák a színészek Rómeót és Júliát, a darab után mindenki hazamegy a családjához. Mi is így vagyunk ezzel. Éva nagyon jóban van a feleségemmel.

Hiteles a vidámságról szóló megállapítás. A közönséggel szemben állva láthattam a gyerekektől a tiniken át az idősebb nénikig a felhőtlen időutazást Sandokán, a karnevál és a nyár van világába 220 felett...

Kovácsné Somogyi Mónika



Fotók: Kovácsné Somogyi Mónika



Sajtóközlemény



A Kereskedők és Vendéglátók Országos Érdekképviselői Szövetsége (KISOSZ), mint Kedvezményezett, a Nemzeti Fejlesztési Ügynökség, továbbá az ESZA Nonprofit Kft. közreműködő szervezet között kötött „KISOSZ ERNYŐ – a mikro- és kisvállalkozások humán erőforrás fejlesztéséért TÁMOP-2.1.4-09/1-2010-0003. munkahelyi képzések támogatása ernyőszervezeteken keresztül” támogatói okirat alapján vállalkozásoknak, vállalkozások alkalmazottainak, a szervezet tagsági körének ingyenes, OKJ-s tanfolyamot és vállalkozói tréningeket szervez.

OKJ-s bizonyítványt adó képzés:

– kereskedő boltvezető, OKJ 333410100000000

Szakmai tanúsítványt adó tréningek:

- Aktualizált vállalkozási ismeretek – Élelmiszerbiztonsági, élelmiszerhigiéniai, minőségügyi ismeretek EU irányelv megvalósítása alapján
- Vezetői HR ismeretek – munkajogi ismeretek
- Pénzügyi tervezési stratégia

A képzésekre a (+36 36) 516-467, és az 516-469-es telefonszámon lehet jelentkezni.



Nemzeti Fejlesztési Ügynökség
www.ujszecsenyiterv.gov.hu
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.

PARKETTA A MINŐSÉG, AMIN JÁR...
EGER, KOHÁRY ÚT 29. TEL: 36/312-041

- LAMINÁLT PADLÓK
- FASZALAGPARKETTÁK
- CSAPHORNYOS PARKETTÁK
- SVÉDPADLÓK
- TRÓPUSI PARKETTÁK
- BAMBUSZ PARKETTÁK
- RAGASZTÓK, LAKKOK

Házhozszállítást vállalunk

www.parkettatechnika.hu

Supra Vita Nyelviskola
Velünk megértheti a világot már 11 éve!

3300 Eger, Menház út 53. • További információ: www.supravita.hu • supravit@internet.hu • Tel.: (06 36) 413-284, (06 20) 4808-528.

GYERMEKCSOPORTOK!
Játékos, hatékony, kommunikatív órák, profi tanárok, tartós eredmények!

Felöttképzési nyilvántartási szám: 10-0223-04 Akkreditációs lajstromszám: AL-1426
Program-akkreditációs lajstromszám: PL-2270/4

Promtherm Agria Kft.
Eger, Mátyás király u. 130. T.: 36/512-200

GÁZKÉSZÜLÉKEK, GÁZKAZÁNOK SZERVIZE

GRUNDFOS szivattyúk értékesítése, márkaszervize

Kazánházak monitoring felügyelete, üzemeltetése
Fűtési rendszerek, kazánházak kivitelezése
Tüzeléstechnikai szaküzlet

Válassza a minőséget!

HITELES FORDÍTÁSOK KÉSZÍTÉSE EGY-KÉT NAPOS HATÁRIDŐVEL IS!

Az OFFI Zrt. 20% kedvezménnyel vállalja bizonyítványok, műszaki, minőségbiztosítási szövegek nem hiteles fordítását.

www.offi.hu
Országos Fordító és Fordításhitelesítő Iroda
3300 Eger, Széchenyi u. 50.

Tel./Fax: (36) 412 237 • E-mail: eger@offi.hu
Nyitva tartás: H-P: 8.30–16.00, P: 8.30–13.00

offi
A hiteles fordítás kulcsa

Segítség a hétköznapiakban, a tanulásban

A neurofeedback, más szóval EEG-biofeedback visszajelzi agyunk működését. A tréning során megtaníthatjuk agyhullámainkat a helyes működésre. A következő területeken használhatjuk fel legeredményesebben: hiperaktivitás és figyelemzavar csökkentése, tanulási problémák enyhítése (pl.: dislexia), feszültség lecsillapítása, oldása, teljesítményfokozás.

Ezen kívül is számtalan olyan problémánál jelent gyógyszer nélküli segítséget, melyet az agyhullámok eltérő működése okoz.

Gyermekek és felnőttek számára is segítséget jelent a mindennapi kihívások megoldásában. Most már Egerben is elérhető szakképzett trénerrel!

Kérjen részletes tájékoztatást, forduljon hozzám bizalommal:
06-30-57-69-659-es telefonszámon!

Jókai Szépségszalon

Fodrászat
Ivady Krisztina (+36 20) 3380 573
ammóniamentes hajfestés
Kis Judit (+36 20) 4683 306
Lukács Zsuzsa (+36 30) 2832 174

Kozmetika
Balogh Rozália (+36 30) 9789 646
Kovács Krisztina (+36 30) 3289 517
FLP-Sonya referenciakozmetikus

Manikűr, pedikűr, műköröm
Lizákné Marcsi (+36 30) 4350 092

Keresse exkluzív szépségszalonunkat a belváros szívében!

Eger, Jókai u. 10.

Reálhozam: 0 forint

2011-ben a kormány átalakította a hazai nyugdíjrendszert, így dönteni kellett arról, hogy maradunk magánnyugdíjpénztári tagok, vagy átlépünk az állami nyugdíjrendszerbe. Azok, akik a pénztárukat választották nem számíthatnak állami nyugdíjra, azok pedig, akik az állami rendszer mellett döntöttek kérhették a magánnyugdíjpénztári megtakarításuk reálhozamának kifizetését. Egy közelmúltban megjelent felmérés szerint az átlag reálhozam kifizetés személyenként 76 ezer forintnyi összeg volt, de ebben természetesen azok is benne vannak, akik egyetlen fillért sem kaptak kézhez. Az utóbbi hetekben Egerben is több tucat panaszos fordult a Pénzügyi Tanácsadó Irodához emiatt. dr. Balla Ferenc az egri iroda tanácsadója azt mondja: ahány pénztár és ügyfél, annyi féle kifizetés létezik, de annak is több összetevője van, hogy mi alapján számolja ki az illetékes pénztár a reálhozamot. A legtöbben azért keresték fel az irodát, mert nem voltak megelégedve a magánnyugdíjpénztári reálhozam kifizetéseikkel. Vagy azért, mert alacsony összeget kaptak, vagy azért, mert egyetlen fillért sem fizettek ki nekik. Hiába volt valakinek akár több milliós befizetése, hiába ért el több százezres nagyságrendű hozamot, kaphatott arról értesítést, hogy a ténylegesen kifizetendő reálhozamának összege nulla forint. A szakembertől azt is megtudtuk, milyen módon és hol kérhetünk segítséget akkor, ha igazságtalannak látjuk a kapott reálhozam összegét.

Dr. Balla Ferenc szerint az idei évben – kifejezetten augusztusban – az egyik slágertéma volt a tanácsadó irodában a reálhozam kifizetésével kapcsolatos kérdések, panaszok. Az elmúlt egy, másfél hónapban több tucat ügyfél fordult meg az egri irodában, személyesen vagy telefonon kértek segítséget. A panaszok szinte kivétel nélkül arra vonatkoztak, hogy az ügyfelek kifogásolták az általuk megkapott pénzösszeg nagyságát, illetve rengeteg panasz érkezett arra is, hogy a reálhozam összege nulla forint volt.

– Ilyen esetekben milyen hatásköre van a Pénzügyi Tanácsadó Irodának? Önök kérhetik a magánnyugdíjpénztárak felülvizsgálatát? Illetve azt, hogy a kifizetéseket, az összegeket a pénztárak számolják újra?

– A tanácsadó iroda kizárólag tanácsadással foglalkozik. Mi közvetlenül a pénzintézetekkel szemben nem járhatunk el. Ha befárad hozzánk egy ügyfél, felvesszük a panaszát, átnézzük az iratokat és ebben a körben csak a megfelelő tanácsadással tudunk szolgálni. Nekünk arra nincs jogosultságunk, hogy egy magánnyugdíjpénztárt vagy bármilyen más szervezetet, intézményt közvetlenül megkeressünk, vagy felülvizsgáljunk.

– Akkor miben bízhatnak azok, akik végső elkeseredésükben fordulnak öönhöz? Mert nézzünk egy konkrét esetet. Szerkesztőségünket is többen keresték meg panaszaikkal, közülük egy esetet szeretnénk kiemelni. Az illető 1998 óta volt pénztártag, az évek során 3,5 millió forint megtakarítása volt, majd kapott egy értesítést arról, hogy a hozama az említett összegből 500 ezer forint. Úgy döntött átlép az állami rendszerbe és kérte a kifizetését. De a következő értesítéskor a hozamból számolt kifizetendő reálhozamának összege már nulla forint volt. Hogy fordulhat ez elő?

– Ez tényleg nem egyedi eset sajnos. A nálunk előfordult ügyfelek több mint a fele ilyen jellegű panasszal érkezett. Már az év elején, amikor szóba került a nyugdíjrendszer átalakítása, már akkor jelezték a pénztárak, hogy augusztusra az előzetesen kiértécsített hozamok összege változhat. Sok ügyfél jogosan

kérdezi azt, hogy az előzetes értesítésben szerepelt összeg hová lett? De tudni kell, hogy több összetevője van annak, hogy az említett reálhozam összege milyen tényezőktől függ. Ilyen például az, hogy milyen portfólióba fektették be az egyéni számlán szereplő pénzösszeget. Ugyanakkor az is fontos, hogy milyen összegű tagdíj befizetések történtek az elmúlt 10-12 év alatt vagy az idő alatt, amíg valaki pénztártag volt. Az is egy jellemző és reálhozamot meghatározó tényező, hogy volt-e tagdíj kiegészítés fizetés. Az elmúlt hónapban olyan esettel is találkoztunk, ahol az ügyfél megdöbben azon, hogy a volt munkáltatója éveken keresztül nem tett eleget tagdíjfizetési kötelezettségének. Egy ilyen tényező sajnos komolyan befolyásolja, hogy mennyi lesz a reálhozam összege.

– Pénztáranként eltérőek lehetnek ezek az összegek? Tehát függ attól is, hogy kinek melyik pénzintézetnél volt magánnyugdíj-pénztári megtakarítása?

– Ez így igaz. Ahány pénztár, annyi féle összeg, és annyi féle kifizetés történik. Többen panaszkodnak az ügyfelek közül arra is, hogy például családon belül is teljesen eltérő összegeket kapnak, annak ellenére, hogy majdnem ugyanannyi ideig, ugyanannál a pénzintézetnél voltak tagok.

– Mit tehetnek tehát azok, akik nincsenek megelégedve a kapott összeggel, vagy azok, akik egyáltalán nem kaptak semmit a pénztáruktól sok-sok éves tagság után?

– Alapvetően azt kell látni, hogy van egy magánnyugdíjpénztár, amelynek van egy tagja. Ez a tagsági jogviszony egy polgári jogi viszonyt jelent. A reálhozam kifizetésnek a problémája pedig egy tételes elszámolási vitát jelent. Nagyon fontos azt tudni valamennyi ügyfélnek, hogy a Pénzügyi Szervezetek Állami Felügyeletének (PSZÁF) ilyen konkrét szerződéses belső elszámolási vitába nincs hatásköre beleszólni. Jelenleg Magyarországon egyetlen hatóság van, aki ebben jogerős döntést hozhat, ez pedig az illetékes polgári bíróság.

– Mi tehát a panasztétel sorrendje?

– Valamennyi ügyfélnek első körben mindenképpen panasszal kell fordulnia az illetékes magánnyugdíjpénztárhoz. Ebben a panaszában tételesen

le kell írnia, hogy miért nem ért egyet a reálhozam összegével. Azt is szoktuk javasolni a panaszosnak, hogy kérje azt, hogy saját hatáskörben az adott magánnyugdíjpénztár számolja újra az adott reálhozam összegét, és erre 30 napon belül írásos választ kell kérnie. Azt is szoktuk javasolni, hogy a magánnyugdíjpénztári tagság kezdetéig visszamenőleg részletes és havi kimutatást kérjen az ügyfél.

Abban az esetben, ha megjön a válasz és a magánnyugdíjpénztár fenntartja a korábbi álláspontját, és az ügyfél ezt a pénzösszeget nem fogadja el, akkor az illetékes bíróság előtt kereseti kérelem benyújtásával szerezhethet a panaszos érvényt az igényének. Ezt akkor is megteheti, ha kevesli az összeget.

De nagyon fontos mérlegelni azt, hogy mekkora lehet egy ilyen perköltség, meddig húzódik el egy ilyen bírósági eljárás. Nem biztos, hogy minden esetben megéri pereskedni. De a Pénzügyi Fogyasztóvédelmi Tanácsadó Iroda pontosan azért van, hogy az ilyen ügyekben segítséget nyújtson, tanácsot adjon.

A panaszosok felkereshetik az irodát Egerben a Kosuth Lajos utca 9. szám alatt, a Megyeháza udvarában, hétfőtől péntekig minden nap. A szakember szerint nem szabad sokáig halogatni a panasztételt. Bár erre vonatkozóan nincs megszabva határidő, érdemes minél előbb az adott korábbi magánnyugdíjpénztárhoz fordulnia annak, akinek bármilyen reklamációja van.

Antal Anett

PSZÁF Egri tanácsadó iroda

3300 Eger, Kossuth Lajos u. 9.
(06 36) 515-598/008 mellék
eger@penzugyifogyaszto.hu

Ügyfélfogadás:

Hétfő: 11:00–19:00

Kedd: 8:00–12:00

Szerda: 12:00–16:00

Csütörtök: 12:00–16:00

Péntek: 8:00–12:00

A Heves megyei régió kiemelkedő nyelvtudása

Szeptember 1. és 19. között zajlott „Az Ország Nyelvi Tesztje” elnevezésű verseny, mely Magyarország megyéinek és Budapestnek a küzdelme volt annak érdekében, hogy megtaláljuk az ország azon részét, ahol a legjobban és a legtöbbet beszélnek idegen nyelvet. Bárki részt vehetett a versenyen, aki állandó lakhellyel rendelkezik Magyarországon és beszél a 13 nyelv valamelyikét, amelyekből a teszt kitölthető volt. A tesztek 30 kérdésből álltak, minden helyes válasz 1 pontot ért és minden pont növelte a tesztkitöltő megyéjének pontszámát.

Az Ország Nyelvi Tesztjén azt a három megyét díjaztuk, ahol a lakosságszámra vetítve a legtöbb pontot érték el a tesztkitöltők. Ezekben a megyékben 10-10 hátrányos helyzetű gyermek 1 éves ingyenes oktatását vállalja a verseny főtámogatója, a Katedra Nyelviskola.

Miért is volt érdemes kitölteni a tesztet?

- Ha legalább 1 pontot elért valaki a teszten, értékes külföldi, belföldi és online nyelvtanfolyamokat nyerhetett.
- Támogattuk a megyénk pontszámát
- Hozzájárulhattunk hátrányos helyzetű gyerekek nyelvtanításához
- Megtudhattuk saját nyelvi szintünket

Szeptember 19-én véget ért a verseny és másnap közjegyző jelenlétében kisorsolták a nyerteseket. Heves megyéből összesen 1350 fő töltötte ki a tesztet. A kitöltők 61% angolból, 22% németből volt kíváncsi nyelvtudásának szintjére. További kitöltők francia, orosz, olasz, spanyol nyelvekből voltak, de olyan is akadt, aki a román, eszperantó, szlovák, szerb nyelvekkel próbálkozott.

Örömmel láttuk, hogy mindkét összesítésben Heves megye végzett az első helyen. Azaz régióinkban volt a legtöbb kitöltő és a legtöbb pontot is mi szereztük. A kitöltők száma szerinti sorrend: 1. Heves, 2. Nógrád, 3. Tolna. A legtöbb pontot szerzett megyék: 1. Heves, 2. Tolna, 3. Nógrád. Így a nyერeményekből is jócskán jutott megyénknek. De ami a legfontosabb: megyénkben 10 hátrányos helyzetű gyermeknek biztosítja a veseny főszponzora, a KATEDRA nyelviskola, 1 éves nyelvtanulását. 2 hetes angliai nyelvtanfolyamot (repülőjeggyel, szállással, ellátással) nyert a St. Giles International szervezésében Herendi Róbert parádi tesztkitöltőnk. 32 órás csoportos belföldi nyelvtanfolyam a jutalma Lajkó Júliának és Molnár Annának. A 100 db kisorsolt E-Katedra csomagból 10 hevesi tesztkitöltőnek jutott az a lehetőség, hogy 1 hónapon keresztül használhatja a MacMillan English Campus online tananyagát. (X)

AZ ORSZÁG NYELVI TESZTJE

KATEDRA[®]
nyelviskola Eger
3300 Eger, Bartók tér 12. • Tel.: (+36 20) 321 6371 •
E-mail: eger@katedra.hu • Web: www.katedra.hu •
nysz: 10-0020-07, AL1561

Tanulni soha nem késő!
De minél korábban teszt, annál olcsóbb!

Oktoberben induló délelőtti angol és német tanfolyamok
most akár 50% kedvezménnyel a KATEDRÁBAN!

**Jelentkezési határidő:**
október 15.
Várjuk ingyenes írásbeli és szóbeli szintfelmérésre, egyénre szabott képzési tanácsadással.

Az év utolsó TELC nyelvvizsgálója: november 19.
Jelentkezési határidő: október 18.

Ne kockáztassd a vizsgádíjat! **Próbavizsga: október 14.**
Vizsgáztató tanárok értékelik tudásod!

HÁSTÁNC OKTATÁS
Szeretettel várlak a most indult kezdő csoportba!

Kortól, testalkattól függetlenül!
www.faatimah.hu
20/9372-618

**KINEZIOLÓGIA**
házassági tanácsadás,
kismama relaxáció,
stresszoldó, meditációs tréningek

AJÁNDÉK A HONLAPON:
www.kineziologuseger.hu
(06 20) 9764 604

imolainvest 

IRODÁK KIADÓK

- Eger belvárosában a Kossuth L. u. 13. sz. alatt önálló lépcsőházi bejáratú 204 m² alapfelülettel rendelkező irodaszint
- Eger, Koháry út 2. sz. alatt többfunkciós, több lépcsőházas, saját parkolókkal rendelkező, összesen 500 m² területű irodaépület

KIALAKÍTÁSUK, ALAPTERÜLETÜK EGYÉNI IGÉNYRE SZABHATÓ

Érdeklődni a 30/9352-850-es telefonszámon, vagy a takacs.tibor@imolanet.hu címen lehet.

Eladó pince!
EGRI BELVÁROS KÖZELI KÉTÁGÚ BOROSPINCE A CIFRAKAPU TÉREN ELADÓ.

A telek mérete 100 négyzetméter,
25 négyzetméteres borházal. Víz-villany, esővíz-elvezetés van. Érd.:
az esti órákban: (+36 36) 737-530.

**NYOMDAI MUNKÁK**

- kártyanaptárak
- szórólapok
- névjegykártyák
- prospektusok
- könyvek, jegyzetek
- újságok

Akár tervezéssel, tördeléssel és házhoz szállítással!

Tel.: (+36 20) 383 3506
E-mail: ildi01@vnet.hu

**SZŐLŐSKERTEK KÖZEPÉN,
DOMBOLDALAK LÁGY ÖLÉN...**



www.koronaborhaz.hu

PANTA TAXI
333-333

**NINCS OLCSÓBB AZ INGYENNÉL,
hívja a Panta TAXI ingyenes számát!**
(06 80) 343 343

**INGYEN HÍVHATÓ
80/343-343**

Moziműsor

URÁNIA MOZI

Drive – gázt! • október 6–12. 15.00, 17.00
Elhurcolva • október 6–12. 19.00, 21.00
Három testőr • október 13–14. 15.00, 17.00, 19.00 • október 15. 13.00, 15.00 • október 16. 13.00, 15.00, 17.00, 19.00 • október 17–19. 15.00, 17.00, 19.00
Elhurcolva • október 13–14. 21.00 • október 16–19. 21.00
Delfines kaland • október 20–26. 15.00, 17.00 • október 22–23. 13.00 órakor is!
Három testőr • október 20–23. 19.00 • október 25–26. 19.00
Drive – gázt! • október 20–26. 21.00
Delfines kaland • október 27–28. 15.00 • október 29. 13.00 • október 30. 13.00, 15.00 • október 31. – november 2. 15.00
Kémkölykök 4. – A világ minden ideje • október 27–28. 17.00, 19.00 • október 29. 11.00, 15.00 • október 30. – november 2. 17.00, 19.00
Három testőr • október 27–28. 21.00 • október 30–2. 21.00

AGRIA MOZI

Barátság extrákkal • október 6–12. 16.00, 18.15, 20.30
Született feleség • október 6–12. 17.30, 19.30
Harry Brown • október 6–12. 18.00, 20.00
Fertőzés • október 13–19. 15.00, 17.30, 20.15
Colombiana • október 13–19. 15.30, 17.45, 20.30
Csak tudnám, hogy csinálja • október 13–19. 16.00, 18.00, 20.00
Kaland • október 20–26. 15.00, 17.00, 19.00
Hupikék törpikék • október 20–26. 15.30, 17.30
Colombiana • október 20–26. 16.00, 18.15, 20.30
Lopott idő • október 27. – november 2. 15.00, 17.00, 19.00, 21.00
Fertőzés • október 27–2. 15.30, 17.45, 20.15
Csak tudnám, hogy csinálja • október 27. – november 2. 16.00, 18.00, 20.00

A NEW YORK-I METROPOLITAN OPERA ELŐADÁSAI HD-MINŐSÉGBEN, MAGYAR FELIRATTAL A MOZIBAN

október 15. 19.00 – Gaetano Donizetti: Boleyn Anna • Cím-szereplő: Anna Netrebko, vezényel: Marco Emiliano.
október 29. 19.00 – Wolfgang Amadeus Mozart: Don Giovanni • Címszereplő: Mariusz Kwiecien, vezényel: James Levine. Rendezte: Michael Grandage – Tony díjas.
Jegyek az Uránia mozi pénztáránál válthatók. Jegyár egy előadásra 3500 Ft. Kedvezményes bérletár (min. 5 előadásra): 3000 Ft/előadás. Részletes program: www.egermozi.hu.

SZÍNHÁZ A MOZIBAN

október 24. 19.00 – A vagina monológok • Főszereplő: Dévényi Ildikó, Nyertes Zsuzsa, Xantus Barbara. Rendezte: Moravetz Levente.
Jegyek a színház jegyirodán kaphatók.

ARANYÉLETKORÚAK MATINÉJA

október 5. (szerda) 10.00 – Kirándulás Operettországba • Előadó: Lévai Zsolt zenetörténész-igazgató.
október 12. (szerda) 10.00 – Újra Egyiptomban a múmiákkal • Előadó : Kárpáti János egyiptológus-régész.
október 19. (szerda) 10.00 – Saját gyűjtésű katonadalok a világháborúból • Előadó: Galó Gábor a Bazilika káplánja.
október 26. (szerda) 10.00 – Eger imázsa • Előadó: dr. Pozder Péter professzor.

Programok

Az Egri Kulturális és Művészeti Központ, a Művészetek Háza Eger N.K.K. Kft., a Dobó István Vármúzeum, a Harlekin Bábszínház, a Gárdonyi Géza Színház és a Bródy Sándor Megyei és Városi Könyvtár programjai

3. hétfő

Találkozó Bozók Ferenc íróval. Könyvtár, Böngésző (Könyvtár). **14.30 Olvass Macinak! Angol nyelvű olvasás kisiskolásoknak.** Könyvtár, Idegennyelvi Részleg (Könyvtár). **15.00 Idősek világnapja.** BBKH (EKMK). **17.00 Bébillér – családi mesekör.** Gyermekkönyvtár (Gyermekkönyvtár). **18.00 Gyuri bácsi, a füvesember.** BBKH (EKMK).

4. kedd

10.00 Életet az éveknek. Egészségkör. 1.Sz.Fiókkönyvtár (Könyvtár). **10.30 Régi könyvek, védett könyvek.** Gyermekkönyvtár (Gyermekkönyvtár). **10.30 Szokások, hagyományok a régi felnmeti emberek életében.** 2.Sz.Fiókkönyvtár (Könyvtár). **16.00 „Vladviszockij” – A végzet dalai.** Könyvtár, Böngésző (Könyvtár). **17.00 Eger Anno. Előadások Eger múltjából – Kiss Péter, Kárpáti János, Murawski Magdolna.** BBKH (EKMK). **18.00 Mit – mikor – mivel?** BBKH (EKMK).

5. szerda

Süssünk, főzzünk, barkácsoljunk! Családi ötletbörze. 2. Sz. Fiókkönyvtár (Könyvtár). *Ügyes kezek, új ötletek. Kreatív könyvtárlátogatók délutánja.* Könyvtár, Galéria (Könyvtár). *Mese kvíz: kötelezők röviden! Vetélkedő 7–12 éves diákoknak.* 3. Sz. Fiókkönyvtár (Könyvtár). **10.30 Ciróka kör. Höcögtetők, ölbeli játékok.** Gyermekkönyvtár (Gyermekkönyvtár). **13.00 Mindentvaró tü. Felolvasás.** Gyermekkönyvtár (Gyermekkönyvtár). **14.00–21.00 Év iskolája. Egri középiskolások vetélkedője.** Sportcsarnok, Dobó tér (EKMK). **15.00 „Filléres emlékeim.” Kreatív megyei alkotók kiállítása.** Könyvtár, 1. emelet (Könyvtár). **15.00 Sikeres és sikertelen nyelvtanulók.** Könyvtár Idegennyelvi Részleg (Könyvtár). **16.00 Törekedjünk belső harmóniára! 1. Sz. Fiókkönyvtár (Könyvtár). 17.00 Mit hoztunk magunkkal születésünkor?** BBKH (EKMK). **19.00 „Magyarok a világ nyolcezresein”. A Világjáró klub vendégei: Eröss Zsolt, Kollár Lajos, Mécs László.** BBKH (EKMK).

6. csütörtök

13.00 Tanuljunk magyarul. Nyelvi játékok diákoknak. Gyermekkönyvtár (Gyermekkönyvtár). **14.00 Misi Mókus kalandjai.** Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.). **16.00 Lira és próza. Heves megyei tollforgatók.** Könyvtár, Böngésző (Könyvtár).

7. péntek

10.00 Misi Mókus kalandjai. Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.). **14.00–18.00 „Az egészséggel élni kell!” Egészségdelután a Heves Megyei Diabetes Szövetséggel.** Könyvtár, Galéria (Könyvtár). **18.00 Wass Albert: Erdők könyve. A felsőtárkányi színjátékszók előadása.** BBKH (EKMK). **19.00 Káin és Ábel. Bemutató előadás.** GGSZ, Nagyszínpad (GGSZ).

8. szombat

8.00 Kisbakancsos túra. Info: Forrás (EKMK). **9.00–16.00 „A nő: tetőtől talpig élet” II. egészségnap – „Jó-gával az egészségért”.** BBKH (EKMK). **10.00 Családi cserebere-terefere.** Gyermekkönyvtár (Gyermekkönyvtár). **16.00 Sárkánykör. Mesekör felnőtteknek.** Gyer-

mekkönyvtár (Gyermekkönyvtár). **17.00 Agria néptáncnap.** Egri és Eger környéki néptáncgyűttesek találkozója. Forrás (EKMK). **19.00 Káin és Ábel.** GGSZ, Nagyszínpad (GGSZ).

9. vasárnap

10.00 Könyves vasárnap. Könyvtár, Böngésző (Könyvtár). **11.00 „Vadat és halat, s mi jó falat. . .” Főzzünk a királyi szakáccsal!** Vendég: Dósa Tibor. Könyvtár, Galéria (Könyvtár). **13.30 Köztünk élő tehetségek. Margó mesél.** Könyvtár, Böngésző (Könyvtár). **15.00 Valentin Kálmán-emlékműsor. Közreműködik: Agria Operett és Szalonkvartett.** BBKH (EKMK). **15.30 Vocalissimo koncert.** Könyvtár, Galéria (Könyvtár).

10. hétfő

14.30 Olvass Macinak! Angol nyelvű olvasás kisiskolásoknak. Könyvtár, Idegennyelvi Részleg (Könyvtár). **17.00 Felkészülés a télre. Immunerősítés. . .** BBKH (EKMK).

11. kedd

10.00 Misi Mókus kalandjai. Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.). **13.00–16.00 „A nő: tetőtől talpig élet” III. Rózsaszín szalagos séta.** BBKH (EKMK). **18.00 Jeles napok jelentése. Molnár V. József előadása.** BBKH (EKMK). **19.00 Káin és Ábel.** GGSZ, Nagyszínpad (GGSZ).

12. szerda

10.00 Misi Mókus kalandjai. Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.). **10.00 és 14.00 Alkotó játszóházak óvodásoknak, általános iskolásoknak.** Forrás (EKMK). **19.00 Káin és Ábel.** GGSZ, Nagyszínpad (GGSZ).

13. csütörtök

14.00 Misi Mókus kalandjai. Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.). **18.00 Káin és Ábel.** GGSZ, Nagyszínpad (GGSZ).

14. péntek

19.00 Sóska, sültkrumpli. Bemutató előadás. GGSZ, Stúdiósínpad (GGSZ).

14. péntek – 16. vasárnap

XIII. Országos Nonverbális Diák Fesztivál. Forrás (EKMK).

15. szombat

8.00 Vándorlók túra. Info: Forrás (EKMK). **15.00 Káin és Ábel.** GGSZ, Nagyszínpad (GGSZ). **18.00 „Szent szőlő, szent bor”. A Házimuzsikálók című sorozat befejező estje.** BBKH (EKMK).

16. vasárnap

18.00 Gajdos 25. Jubileumi és lemezbemutató koncert. GGSZ (EKMK).

17. hétfő

Az egri vár napja. Egri Vár (Vármúzeum). **14.30 Olvass Macinak! Angol nyelvű olvasás kisiskolásoknak.** Könyvtár Idegennyelvi Részleg (Könyvtár). **15.00 A biztosítás előnyei és szolgáltatásai.** BBKH (EKMK).

18. kedd

10.00 Misi Mókus kalandjai. Harlekin Bsz (Harlekin Bsz.). **18.00 Harcsa Veronika koncert.** BBKH (EKMK).

19. szerda

10.00 Misi Mókus kalandjai. Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.). **10.30 Ciróka kör. Höcögtetők, ölbeli játékok.** Gyermekkönyvtár (Gyermekkönyvtár). **10.00 és**

14.00 Alkotó játszóházak óvodásoknak, általános iskolásoknak. Forrás (EKMK). **17.00 Természetes táplálkozás: makrobiotika.** BBKH (EKMK). **18.00 Az ügynönök a paradicsomba mennek. Filmvetítés és ankét Dézsy Zoltán rendezővel.** BBKH (EKMK). **19.00 Sóska, sültkrumpli.** GGSZ, Stúdiósínpad (GGSZ).

20. csütörtök

14.00 Misi Mókus kalandjai. Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.). **16.00 Egri arcok. Vendég: Ivády Erika színművész.** BBKH (EKMK). **16.00 Bródy Sándor emlékezete konferencia.** Könyvtár, Böngésző (Könyvtár). **19.00 Sóska, sültkrumpli.** GGSZ, Stúdiósínpad (GGSZ).

20. csütörtök – 23. vasárnap

Éneklő Magyarország regionális kórusfesztivál. BBKH (EKMK).

21. péntek

10.00 Misi Mókus kalandjai. Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.).

22. szombat

8.20 Kisbakancsos túra. Info: Forrás (EKMK). **11.00 Liszt Ferenc – Király Csaba: Krisztus oratórium.** Bazilika (EKMK).

23. vasárnap

11.00 Misi Mókus kalandjai. Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.). **11.30 Városi díszünnepség.** GGSZ, Nagyszínpad (GGSZ).

24. hétfő

14.30 Olvass Macinak! Angol nyelvű olvasás kisiskolásoknak. Könyvtár Idegennyelvi Részleg (Könyvtár). **17.00 A munka mint kreatív önkifejezés.** BBKH (EKMK).

25. kedd

19.00 S. Maugham – Szenes I. – Nádas G.: Imádok férjhez menni. Az Adáshiba Színjátéző Csoport zenés játéka. BBKH (EKMK).

26. szerda

10.00 és 14.00 Alkotó játszóházak óvodásoknak, általános iskolásoknak. Forrás (EKMK). **15.00 Ludas Máttyás. Előbemutató.** GGSZ, Nagyszínpad (GGSZ).

27. csütörtök

Gárdonyi Géza-emléknap. Egri Vár (Vármúzeum). **15.00 Ludas Máttyás.** GGSZ, Nagyszínpad (GGSZ). **19.00 Sóska, sültkrumpli.** GGSZ, Stúdiósínpad (GGSZ).

28. péntek

19.00 Ludas Máttyás. Bemutató előadás. GGSZ, Nagyszínpad (GGSZ).

29. szombat

15.00 „Hogyha a világon bor se volna. . .” Szüreti nő-taműsor. BBKH (EKMK). **15.00 A huszárból lett király (előbemutató).** Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.). **19.00 Káin és Ábel.** GGSZ, Nagyszínpad (GGSZ).

30. vasárnap

11.00 A huszárból lett király (előbemutató). Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.). **15.00 A huszárból lett király (bemutató).** Harlekin Bsz. (Harlekin Bsz.).

31. hétfő

14.30 Olvass Macinak! Angol nyelvű olvasás kisiskolásoknak. Könyvtár Idegennyelvi Részleg (Könyvtár).



AJÁNLÓ

2011. OKTÓBERI PROGRAMOKBÓL

Október 1. szombat - 9. vasárnap

II. AGRIANUM NAPOK

Benne: Várjáték, Eger Anno c. előadások, Év Iskolája - középiskolások vetélkedője, Hajdan volt egriek c. kiállítás, Agria Néptáncnap, Valentin Kálmán emlékműsor..
Helyszínek: Egri Vár, Bartakovics Béla Közösségi Ház, Dr. Kemény Ferenc Sportcsarnok, Forrás Gyermek és Ifjúsági Ház

Október 5. szerda 19.00

„MAGYAROK A VILÁG NYOLCEZRESEIN”

A Világjáró klub vendégei: **Eröss Zsolt, Kollár Lajos és Mécs László** hegymászók
Helyszín: Bartakovics Béla Közösségi Ház

Október 14. péntek - 16. vasárnap

XIII. ORSZÁGOS NONVERBÁLIS DIÁK FESZTIVÁL

Alternatív kulturális művészeti rendezvény ép és sérült fiatalok részvételével
Helyszín: Forrás Gyermek és Ifjúsági Ház



További információ: Egri Kulturális és Művészeti Központ, Eger, Bartók tér 6. 36/517-555; 36/510-020
www.ekmk.eu; ekmk@ekmk.eu

A hálózat csapdájában – A netfüggésről

Az internet egy óriási lehetőség, mely képes kinyitni a világot, információt, segítséget nyújt. Ma már egy lépést sem kell tennünk ahhoz, hogy új ismeretséget kössünk, vagy éppen vásároljunk. Van, aki távoli családtagjaival tartja rajta keresztül a kapcsolatot, van, akinek a munkájához elengedhetetlen. Az online szolgáltatások az élet szinte minden területére kiterjednek a partnerközvetítéstől a teljeskörű ügyintézésig. A kérdés csak az, az internetezők mikor lépik át azt a bizonyos határt, amely az átlagos használatot a függőségtől elválasztja. Dr. Szerdahelyi Ferenc pszichiáterrel az internetfüggőség lelki okairól, a szenvedélybetegség jeleiről, gyógymódjáról beszélgettünk.

– **Mikortól mondhatjuk valakire, hogy internetfüggő, milyen jelei vannak ennek a szenvedélybetegségnek?**

– Az internetfüggőség túlzott internet használatot jelent. Függőnek tekinthető az, aki olyan sok időt tölt a számítógép előtt, hogy emiatt elhanyagolja egyéb kötelességeit, gyakran társas kapcsolatai is jelentősen beszűkülnek. Ez egy nagyon speciális formája az emocionális függőségnek.

A netezésnek igazi közösségformáló ereje lehet, gondoljunk csak a közösségi oldalak, a fórumok gyakori látogatására, a chat, az e-mail használatára. Számos előnye mellett azonban bizonyos problémákkal és veszélyekkel is számolnunk kell használatá közben. A függőség tünetei lehetnek, hogy az internetező egyre több időt tölt a világhálón, mint ahogy korábban elhatározta. Netezés közben egyfajta eufórikus érzés tölti el, könnyen elveszíti az időérzkét, ha leül a monitor elé, az órák is csak perceknek tűnnek. Elhanyagolja kötelességeit, feladatait, baráti és családi kapcsolatait. Sokszor olyankor is az Internetre gondol, amikor éppen valami más tesz, és gyakran maga is érzi, hogy jó lenne változtatni, de nem sikerül csökkentenie az Internet mellett töltött időt. Ha rajtakapják, hogy már megint a gép előtt ül, hazugságokkal próbálja menteni magát. Ezek a tünetek sok hasonlóságot mutatnak az egyéb szenvedélybetegségekkel, példaként elég, ha megemlítjük a kóros játékszenvedélyt.

– **Kiket szippant be leginkább a virtuális világ? Meghatározható-e, hogy melyek a függővé válás szempontjából veszélyeztetett rétegek?**

– A probléma elsősorban – de nem kizárólag – a fiatalokat érinti, a fiatal korosztályon belül is a 14–19 éveseket emelném ki, ők már együtt nőnek fel a digitális technológiával. A betegség fokozatosan alakul ki, először nem is igazán feltűnő. A szülők sokszor meglepődve tapasztalják, hogy „milyen jó a gyerek”, hiszen nem csavarog el otthonról, inkább az internetet böngéski. Aztán egyre több időt tölt a fiatal a számítógép előtt – más tevékenységek rovására. Háttérbe szorul a tévénézés, az olvasás, a barátokkal töltött idő, sőt az alvás és a tanulás is. Ez addig vezethet, hogy a kedvelt tevékenység – az internetezés – hiánya függőségi tüneteket vált ki. Depressziós vagy ideges, feszült lesz az illető, ha nincs internet közelben, esetenként pedig még agresszív is lehet. Megemlíteném, hogy a 40–50 évesek se mentesek a járványtól, esetükben olyan sérülékeny személyiségekről van szó, akik valamilyen nehéz időszakon mentek keresztül (szakítás, munka elvesztése). Lehet a háttérben egy konfliktuskerülő magatartás is, vagy más probléma: önbizalomhiány, kisebbségi érzés, identitásproblémák. Összességében félelem alakul ki bennük attól, hogy egy élő kapcsolatban nem bizonyul elég értékesnek, erősnek, vonzónak. Ráadásul a virtualitás sokkal kényelmesebb, kevesebb a konfliktus, és sokkal könnyebb a kezelése: akkor „találkozik” a másikkal, és akkor lép ki, amikor ő akarja. Nem kell azt a fajta felelősséget és hitelességet felvállalni, mint egy

valós kapcsolatban. Ha valaki csak az interneten alakít ki emberi kapcsolatokat, az mindenképpen menekülést jelent a valóságos kihívásoktól. Úgy mondanám ez a fajta megoldás az örömszerzésnek könnyebb, egyszerűbb, de infantilisabb módja.

– **Mi az oka annak, hogy az internet ugyanolyan veszélyes lehet mint az alkohol, drogok, cigaretta, szerencsejáték? Miért olyan vonzó az Internet?**

– Az Internet teljes mértékben kiszolgálja az embert. Csekély befektetéssel bárki igénybe veheti, s többé az utcára sem kell kilépnie, hogy megszerezze mindazt, amire vágyik. Ez a lehetőség azonban veszélyt is rejt magában; az elmagányosodás veszélyét. Bármennyi barátot is szerzünk, a távkapcsolatok nem helyettesíthetik a kézzel fogható jelenlétet, a közös élményeket. A világhálón könnyebb új barátokat szerezni, egy elképzelt életet kialakítani. Nincsenek kötélességek, sem pedig felelősség. A netfüggő, ha kirekesztett volt a régi környezetében, itt akár népszerű is lehet, hiszen álarc mögé bújva egy teljesen új emberré válik. Az igazom, hogy a valódi személyiségünk felfedése nélkül teremthetünk kapcsolatot, egyféle álarc kialakítására készítheti az internetezőt. Az „arctalan csoportok”, a virtuális élet új játékszabályai olyan érzelmi kielégüléshez juttathatják a netezőt, ahol a kirekesztett befogadottá válik, a hátrányos helyzetű előnybe kerül.

Ez azonban számtalan veszéllyel jár; elszigetelődés a valós világtól, mely néha akár a munka, vagy éppen a család elvesztésével járhat. Ez a fajta függőség legalább olyan veszélyes és destruktív, mint bármely más szenvedélybetegség. Legsúlyosabb esetben az internetfüggőség más betegségekkel is párosulhat. Kialakulhatnak úgynevezett másodlagos addíciók – játékszenvedély, alkohol- vagy drogfüggőség. Ezt megelőzendő, mindenképp érdemes pszichológus vagy pszichiáter segítségét kérni.

– **Mi iránt érdeklődnek a nők és mi iránt a férfiak?**

A leggyakoribb problémák közé tartozik a játékfüggőség és a chatfüggőség. Míg az előbbi főleg férfiakra, az utóbbi inkább nőkre jellemző. A férfiak általában a szerep-, a lövöldözős- valamint a stratégiai játékokat részesítik előnyben, míg a nők inkább kapcsolatletteremtésre használják a netet, a világhálón a férfiaknál nagyobb mértékben keresnek barátokat. Mindkét nemre igaz, hogy a virtuális közösségek megadják a hovatartozás érzését, és lehetővé teszik számukra a biztonságos környezetben történő szocializációt.

– **A függés milyen káros a lelki tünetek mellett milyen testi hatásokkal jár az egyén életére?**

– Fizikai tünetei lehetnek az alvászavarok, a személyes higiénia elhanyagolása, étkezési rendellenességek, hát- és derékfájás, szemszárazság vagy a „carpal tunnel” (csukló-alagút) szindróma, ami a kéz, ujjak zsibbadásával jár. A mozgáshiány rossz hatással van a szervezetre, ezért az internetfüggők gyakran kórosan elhízhatnak vagy rettentően lefognak a gép előtt ülve. Fontosnak tartom

megjegyezni, hogy az internetfüggés oka lehet, hogy egy kialakulatlan személyiség az Internet némi képp álomszerű, vagyis a valóság és az irreális határán mozgó világgal találkozza tartósan regresszív állapotba kerül, ami azt jelenti, hogy egy korábban már elért, illetve meghaladott személyiségfejlődési fokról visszacsúszik egy korábbi, és hosszabb időre abban reked. A regresszió egyik formája a gátlások hiánya, a korábban létezett gátlások kioltása. Másik tünete lehet az énközpontúság és a nárcisztikus vonások újbóli felerősödése valamint a veszélyérzet csökkenésével egyfajta sebezhetetlenség-tudat kialakulása. A regresszió harmadik típusában a számítógép átveszi a barát, barátinó, szülő stb. szerepét, és elmélyítheti a függőségre való hajlamot.

– **A probléma kezelésére milyen megoldás létezik?**

– A netfüggőség megállapítása és kezelése meglehetősen nehéz, hiszen nincsenek olyan egyértelmű jelei mint például az az alkoholizmusnak, ráadásul az emberek többsége otthon „szőrözök” a neten és nem kávézóknak, könyvtárakban ül. Ha elfogadjuk, hogy ez is egyfajta szenvedélybetegség, akkor nyilván gyógyítani is lehet. A cél általában a függőség mögött meghúzódó okok megkeresése, a beszűkült életvitel megszüntetése, új célok és társas időtöltések felfedezése. Elsőként érdemes a problémát másokkal megosztani. A kimondás és a visszacsatolás már eredmény. Célzerű más elfoglaltságokban is megtalálni az örömforrásokat, szabályokat felállítani a nethasználatra (időkeretek, rendszeresen látogatott oldalak), tudatosan pihenéseket is be lehet iktatni.

Ha a háttérben valamilyen családi konfliktus áll, jó ha a terápiába bevonjuk a családtagokat is. Gyógyszert csak akkor alkalmazhatók, ha az internetfüggőség valamilyen más betegséggel – szorongás, depresszió – együtt jelentkezik. Más, eredeti elgondolások szerint a problémát a keletkezés helyén kellene orvosolni, tehát az Internet-függést az Interneten. A „leszoktatás” kezdeti stádiumába a kóros internetezés kezelését anonim online tanácsadással lehetne kezdeni. Ehhez szükség lenne egy speciális mentálhigiénés hálózat létrehozására az Interneten. Az elgondolás szerint a függők kezelése ún. Internet-klinikákon, majd a hagyományos háttérintézményekben lehetne eredményes.

– **Ki és mit tehet a megelőzés érdekében? Milyen szabályokat tartunk szem előtt a világháló használatakor?**

A technológiának szolgálnia kell, nem irányítani. Javasolom, úgy irányítsuk szervezzük az életünket, hogy ne veszítsük el azt az időt, amit a családdal, barátokkal tölthetünk. A számítógép, és az internet csodálatos információ forrás, szórakozási, és kommunikációs eszköz lehet, és kaput nyit a világ felé, de ez a virtuális közeg soha ne szakítson ki a való világból! Virtuális kapcsolatok helyett vagy mellett szervezzünk valódi közösségi programokat. A családunkkal, barátainkkal eltöltött kellemes együttléteket, személyes beszélgetéseket, közös kirándulásokat semmi nem pótolhatja.

Somogyi Kinga



IRODAHÁZAK ÉS INTÉZMÉNYEK TAKARÍTÁSA

TAKARÍTÓSZOLGÁLAT
20/9359-211

SZALAGFÜGGÖNY TISZTÍTÁS!
HELYSZÍNESEN, LESZERELÉS NÉLKÜL

ELADÓ INGATLAN

Felsőtárkányban, a Várhegy lakóparkban 2005-ben épült, családi ház, 900 m²-es parkosított telken szép kilátással és kerttel eladó. A ház ytongból épült, 160 m² lakóterű, 3 szobával, egy nappalival, 2 fürdőszobával. Irányár: 30 millió Ft. ☎ (+36 70) 336 5392.

Régiségvásár Egerben legközelebb október 16-án!

Tel.: (+36 30) 9550-550 • www.regisegvasareger.hu

Minőségi gránit síremlékek
már 178 000 Ft-tól

Urna sírok
már 80 000 Ft-tól

AJÁNDÉK FEJKÖVÉSÉS!*

Tekintse meg széles választékunkat bemutatókertünkben!

CESTE
KÖZEP-EURÓPAI KÖRKERESKEDELMI VÁLLALAT

Az akció 2011. október 1-től október 31-ig, vagy a készlet erejéig érvényes. *A fejkő vésés 30 karakterig ajándék. A kép illusztráció. A részletekről érdeklődjön bemutatókertünkben.

Eger, Kistályai út 34. (az 5-ös busz végállomásánál)
Tel.: (06 36) 333-888, (06 70) 967-0515 • info@ceste.hu
Nyitva: hétfő–péntek: 8.00–16.30, szombat: 9.00–15.00
www.ceste.hu



Az egri Nagyboldogasszony-templom (Barátok temploma) altplomában urnatemetkezési hely került kialakításra.
Az urnafülkék – melyek két-három urna elhelyezésére alkalmasak – 30 éves időtartamra, illetve lejárat nélkül válthatók.

Érdeklődni lehet a Plébánia Hivatalban hétfőtől péntekig 9–12 óra között, valamint a Plébánia (36) 312 227 telefonszámán.

Kodmön Csárda
– A GASZTRONÓMIA FELLEGVÁRA –

Szülföldünk ételei és borai a Szépasszony-völgyben

☞ esküvők
☞ fogadások
☞ üzleti vacsorák
☞ rendezvények

kodmoncsarda@szepasszonyvolgy.eu
(+36 36) 413-172
www.szepasszonyvolgy.eu



Ifjúsági Információs és Tanácsadó Iroda

Amit az Ifi Pontban megtalálás:
Információk: továbbtanulásról, állás-keresésről, önkéntességről, rendezvényekről és még sok másról!

Szolgáltatások: ingyenes internet használat, pályaaorientációs tanácsadás, önismereti foglalkozások, drogprevenció, közösség találkozó, diák jogi tanácsadás és még sok más, ami egy fiatal érdekelhet!

Gyere be, akkor is, ha nincs épp kérdésed csak szeretnéd egy barátságos helyen eltölteni az idődet! Nyitva: hétköznap 10 és 18 óra között.

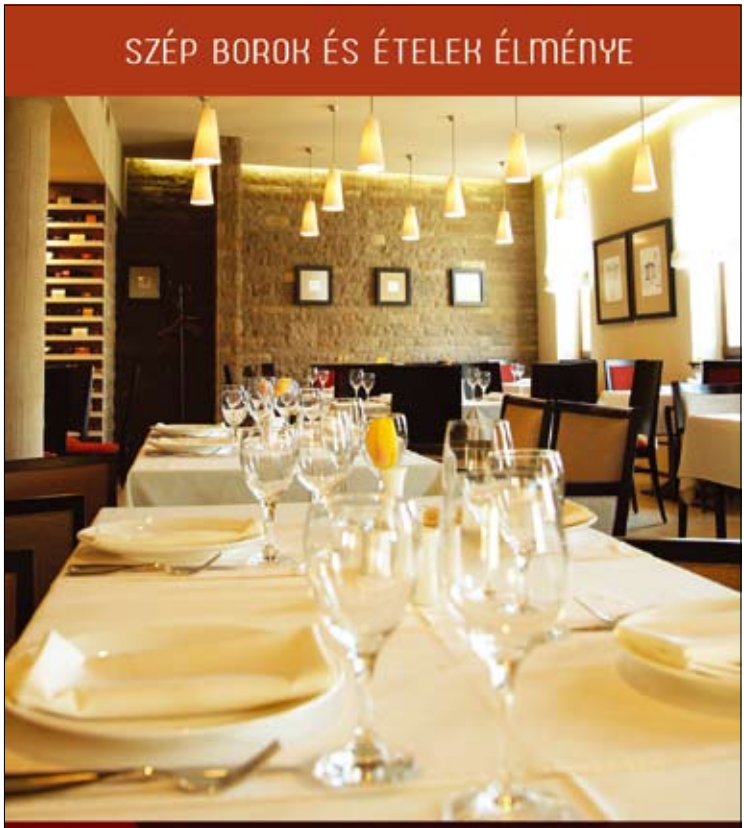
Elérhetőség: 3300 Eger Dobó tér 7, telefon: 36/789-133, email: ifiponteger@gmail.com, Facebook: IFI PONT.

OXFORD
INTERNATIONAL NYELVISKOLA KFT.
WWW.OXFORDINTERNATIONAL.HU
EGER, BRÓDY S. U. 1.
(36) 322 800, (30) 687 5830
FELNÖTTKÉPZÉSI NYILVÁNTARTÁSI SZÁM: 10-0231-04
AKKREDITÁLT INTÉZMÉNY: AL-1293

Angol, német, francia, orosz, spanyol, japán, eszperanto és magyar mint idegen nyelv tanfolyamok, nyelvvizsga tréningek, beszédgyakorlat-órák! 9 anyanyelvi oktató! **Lakossági és céges tanfolyamok! Anyanyelvi oktatókkal is, mint-ha külföldön tanulna!** Fordítás, tolmácsolás!



SZÉP BOROK ÉS ÉTELEK ÉLMÉNYE



Imola Udvarház
boréletterem és apartman

Eger, Dózsa György tér 4.
Telefon: 36/516-180
Fax: 36/516-187
e-mail: udvarhazeimolanet.hu

A szépségért szenvedni kell?!

A dermarolleres kezelésről

Megegyezkedett bőr? Ráncok? Aknés hegek? Dohányos, fakó bőr? Pigment foltok? Striák? Ugye egyikünk számára sem ismeretlen fogalmak? Az idő múlásával ezek a problémák szép lassan szinte mindannyiunknál jelentkeznek. A városi élet, a szennyezett levegő, a szinte kivédhetetlennek tűnő mindennapi stressz alaposan nyomot hagy bőrünkön, testünkön. Az évek során a szervezetünkben található kollagén vízmegkötő képessége csökken, emiatt bőrünk elveszti rugalmasságát, és ráncosodni kezd. Mindez roppant elkeserítően hangzik, de van megoldás! A dermarolleres bőrfiatalító eljárás! Ez az igen újszerű arcifiataltató eljárás már Egerben is elérhető, melyről Lázár Krisztina elektrokozmetikust, sminkest kérdeztük.

– Mi a dermaroller, vagy más néven kollagén indukciós terápia?

– A dermaroller gyakorlatilag egy tűkkel ellátott, néhány centiméteres henger, amelyet a kezelés alatt többször végiggörgetünk a bőrön. A tűk nagyon aprók és rendkívül vékonyak. Feladatuk az, hogy átlukaszszák a bőr legfelsőbb rétegét, a felhámot, és behatoljanak az alatta lévő rétegbe, az írhába, anélkül, hogy bármelyiket is károsítanak. Az eljárás lényege az, hogy megsebezze a bőrt. A számtalan, gyakorlatilag láthatatlan tűszúrásoktól beindul a sebgyógyulás folyamata. A kezelés közben keletkezett parányi sérülésekre a szervezet azonnal regenerálni kezd, vagyis olyan anyagok rekordsebességű termelésére ad parancsot, amelyek a bőr feszességéért, fiatalágáért felelősek. Ezek az anyagok a kollagén és az elasztin, melyek termelődése a bőr öregedésének során erőteljesen hanyatlik, tehát csökken a vízmegkötő képesség, a bőr tömörsége és rugalmassága. A dermaroller hatására azonban ismét munkába lendülnek a bőr ezen kulcsfontosságú építőelemei, melynek köszönhetően ismét feszes és üde lesz a bőr, kisimulnak a ráncok, összeszűkülnek a tág pórusok, kiemelkednek a mély hegek, újra egyenletes lesz a bőrfelszín.

– Hogyan zajlik a kezelés?

– A kezelésnél kiemelt figyelmet kell fordítani a sterilítésre és a higiéniaira. A kezeléshez szükséges megfelelő szélességű és tűhosszúságú rollert kiválasztom, megtisztítom az arcot, a dekoltázst, esetleg a kézfejet a szokásos kozmetikai módon. Bőrradírozással eltávolítjuk az elhalt hámsejteket. A hatóanyagok így könnyebben és nagyobb mennyiségben juttathatók be. Érzéstelenítés után rollerezem a bőrt. A kezelést addig végzem, amíg erőteljes kipirosodást, kisebb kivérzéseket nem tapasztalok. A hatóanyag komplexet ultrahanggal vagy steril gumikesztyűben végzett gyengéd masszázssal bemasszírozom, majd nyugtató pakolást alkalmazok.

– Kiknek ajánlott ez a bőrfiatalító eljárás?

– Aknés hegek, apró ráncok eltüntetésére, mé-

lyebb ráncok halványítására egyaránt jó a módszer, de nem csak arc-, hanem testkezelést is lehet végezni ily módon. Narancsbőr, valamint fogyás, szülés utáni megegyezkedett bőr esetén a kötőszövet regenerációjáról ugyancsak gondoskodhatunk. A dermaroller ajánlott nőknek és férfiaknak egyaránt!

– Mikor várható látványos eredmény?

– A kezelést követően egyből javul a bőr állaga, a hosszú távú hatás azonban kb. két hónap múlva jelentkezik, amikor beindul a kollagén szintézis. Megjegyzem a kollagén képződése egyénfüggő. Függ a kortól, a tű hosszától, az étrendtől és az általános állapottól. Ami biztos, hogy a kezelés végén látható eredményt fog tapasztalni.

– Kiknél nem alkalmazható a tűs henger?

A dermaroller-kezelés elvégzése nem tanácsos, ha bőrön fertőzés, pattanások, ekcéma, herpesz található; ha valamilyen bőrbetegség, anyajegyek, szemölcsök vagy rozácea van; továbbá, ha a bőr regenerálódási képessége rossz, vagy keloidra vagyunk hajlamosak. Nem tanácsos igénybe venni savas hámlasztás, ráncfeltöltés után; és ellenjavallatot jelenthet egyes gyógyszerek szedése (például véralvadást gátlók, Roacutan), valamint véralvadási problémák és a cukorbetegség is.

– Van-e káros mellékhatása, kockázata a módszernek?

– A kezelés után a leégéshez hasonló bőrpír jelentkezhet, mely a bőr regenerációs képességétől függően 1–3 napon belül általában teljesen elmúlik. Rendkívül érzékeny bőrűek esetében 1–2 napig tartó kisebb véraláfutások is jelentkezhetnek. Általában tanácsos a terápiait követően elkerülni az olyan közösségi helyeket, mint a fürdő vagy a szauna. Sminkelni is csak pár óra elteltével javasolt. Mivel mikrosérülésekről van szó, gyakorlatilag nem is láthatóak, legfeljebb pirosposzsgás lesz egy kicsit az arc, viszont azonnal kitelik, üde lesz a bőr. A kezelés közben keletkezett parányi sérüléseket a szervezet azonnal regenerálni kezdi, vagyis olyan anyagok re-



kordsebességű termelésére ad parancsot, amelyek a bőr feszességéért, fiatalágáért felelősek. Az eredmény nem csak átmeneti, a kezelés hatására 3-4 hónap alatt újraépül a rugalmas kollagénháló.

– Mi a kollagén indukciós terápia nagy előnye más hasonló célú kezelésekkel szemben?

– A dermaroller-kezelés egy új, hatékony eljárás a bőrön keresztül történő hatóanyag bejuttatására. A bőr feladata, hogy megvédje testünket a külső behatásokkal szemben, ezért a külsőleg használt krémek hatóanyagait sem engedi felszívódni, így csak kis mértékben jutnak be a kellő mélységbe, ahol látványos eredményt tudnának produkálni. A bőr megszúrása átmenetileg áttöri ezt a védőréteget, és lehetővé teszi nagy mennyiségű hatóanyag bejuttatását, a kellő mélységbe, közvetlenül az adott bőrproblémáért felelős sejtekhez. A mikrotűk által steril csatornák képeződnek, melyeken keresztül a kezeléshez kívánt steril hatóanyagokat bejuttathatjuk a kellő mélységbe, ahol aztán látványos és tartós eredmény produkálva fejtik ki hatásukat. Ezek a mikrocsonnák egy órán belül spontán bezáródnak. A helyesen megválasztott hatóanyagokkal látványos és tartós eredmény érhető el. A kollagén indukciós terápia nagy előnye, hogy más hasonló célú kezelésekkal szemben (pl. lézeres arcifiataltítás) minimális fájdalommal jár, semmilyen ismert káros mellékhatása nincs, és szükség szerint ismételtelhető! Emellett a dermaroller kedvező áron elérhető, a lézeres kezelések árához képest nagyságrendekkel olcsóbban is. (X)

Somogyi Kinga

SZERETNÉL EGY AUTÓT



NYERNI?

Az Agria Parkban most sikerülhet!

FARKAS AUTO.HU
márkafüggetlen autókereskedelem

Vásárolj 2011. október 3. és november 25. között egy napon belül legalább 5 000 Ft értékben az Agria Park bármely üzletében, regisztrálj az információs pultnál és



NYERJ!

1 db Chevrolet Aveo
3 db 25 000 Ft értékű Agria Park vásárlási utalvány
6 db 15 000 Ft értékű Agria Park vásárlási utalvány

Nyereménysorsolás: 2011. november 26. 18.00 A földj megnyerésének feltétele a földj sorsoláson való személyes jelenlét! Részletes információk és szabályzat az információs pultnál és a weboldalon.

agria park
ÉLMÉNY EGER SZÍVÉBEN

www.agriapark.hu

FOGYÓKÚRÁZIK? CUKORBETEG? VELÜNK VÉGE A KOPLALÁSNAK!

Megnyitottuk!

Nem lenne fantasztikus, ha mostantól úgy fogyna, hogy közben finomakat eszik, iszik?
Ha nyugodt szívvel ehetne süteményt, édességet?

Az Update-tel ez lehetséges mert minden termékünk:

- ✓ csökkentett szénhidrát tartalmú,
- ✓ alacsony glikémiás indexű,
- ✓ hozzáadott cukortól mentes,
- ✓ és mindez klinikailag tesztelt.

Részletekért friss információkért
„Lájkoljon” minket a facebookon!
www.facebook.com/updateeeger



Ha jól akarja indítani a napot, térjen be üzletünkbe, s keresse reggeli menünket! Helyben sült péksütemények, kávékülönlegességek, teák, kakaó és üdítők akár elvitelre is.

Cím: Eger, Széchenyi út 23. (Nagypostával szemben)

GYÓGYFÜSZERTÁR
DÍÓ
MÉRGEK NÉLKÜL
HATÁSOSAN!
Kozmetikumok
Hajfestékek Samponok
Eger, Jókai u. 1/A
(a Rádi mellett, a Kossuth L. út sarkán)
www.gyogyfuszertar.hu

SIKEREKÓD • Múlt havi számunk nyertese: Juhász Katalin, Felsőtárkány. A nyertest a tréning előtt értesítettük és átadtuk neki az utalványt. Gratulálunk!

Másolás a belvárosban

- Dokumentum és rajzmásolás, szkennelés
- A4 - A3 méret színes és mono
- A2 - A0 méretben monochrom

Pavilon
másoló
centrum
fénymásolás - nyomtatás - szkennelés

Eger, Kossuth utca 6. ☎+36/513 459
www.imolanet.hu/masolas

CINÓBER
GYORSNYOMDA
Eger, Bródy S. u. 1. 36/427-893
gyorsnyomda@cinober.hu
Bélyegzőkészítés ...
Nyomdai szolgáltatás ...
Fénymásolás ...
CINÓBER
CAD-NYOMDA
Eger, Szt. János u. 11. 36/518-893
cinober.cad@gmail.com
Mérnöki tervrajzok másolása, nyomtatása ...
SZÍNESBEN IS!

WWW.CINOBER.HU



BRINZA ÉS TÁRSA
TEMETKEZÉS

3300 Eger,
Knézich Károly u. 26.

Tel.: (36) 427 030
www.brinzaestarsa.hu

Fedezd fel
Hello HOA TIME!T
a nyelvek világát a Langwesttel!
ANGOL német, francia spanyol, olasz tanfolyamok nyelvvizsgák előkészítők
www.langwest.hu
Eger, Nagyvárad u. 14/C
36/411-910
Ny.sz.: 10-0202-04

Klier Fodrázat Agria Park Eger

Női-, férfi és gyermek fodrázat

Törvényház u. 4. tel.: (36) 312-226

hétfő–szombat: 9–20 óra • vasárnap: 9–19 óra



A hét minden napján!
Komplett árak!
Bejelentkezés nélkül!



ZÖLDSAROK

ÖSSZEÁLLÍTOTTA: DANKA KLÁRA

Kakukkfüves mezők illata

A gyógynövények sokszínűsége és változatossága, gyógyító hatása évezredek óta ismeretes, és a jelenkorban is számos gyógyszer készül gyógynövények kivonatából. A világon több mint 20 ezer féle fűszert és gyógynövényt tartanak számon. A kedvező éghajlatban rejlő adottságok miatt hazánk már évszázadokkal ezelőtt is híres volt a különböző tájak gyógyfüveiről és azok hatásairól.

Nagyon izgalmas olvasmány a gyógynövények felismerését segítő állatokról szóló történet, miszerint a kávé a kecskék, a chinint az oroszlánok, a cocalevet és ipecacuanát ugyancsak az állatok őstőne és az ember hosszú megfigyelése segítette felfedezni.

A gyógynövények összekötnek bennünket a múlttal, jelennel és jövővel. Sokan vagyunk úgy, hogy egy-egy fű neve illatokat, emlékeket ébreszt bennünk, természetes illatként, balzsamként, gyógyírként, vagy akár étvágygerjesztő alakjában. De történelmi cselszövések em-

léke is fűződhet némelyikhez, vagy vallási történeteké, de napjainkban relaxációs szertartásokat is idézhet bennünk.

A gyógynövények gyűjtésének arany szabályai, például a hatások összefüggése a talajminőséggel, a begyűjtés idejével, valamint a szárítás módjával a „Bükki füvesember”, Gyuri bácsi előadásából, könyveiből, gyógynövényes blogjaiból megismerhető. Ez az ismeret ősi gyökereket, nagy tudást és tapasztalatot követel. A növények felismerése óriási szaktudást, gyakorlatot igényel. Ugyanilyen tudásra van szükség a begyűjtött fűvek szárításához, kezeléséhez, majd forrázshoz, a főzet, extractumok, tinktúrák, kivonatok, szirupok készítéséhez is. A gyógynövények hatóanyagaira is felsorolásszerűen jut hely, így a vitaminok, erjesztők (fermentumok, enzimek), alkaloidás, glykozidás, cseranyagok (tanninok), keserűanyagok, szaponinok, illóolajok, aminok és kolinok.

Tippek

Érdekes, és eléggé feledésbe merült a különféle gyógynövényes fürdők vétele, így a zabszalmafürdők, zsurlófürdő, cserfakéreg-, lenmag-, görögcsénapor-, és az ismeretebb fenyő-, illetve a kamillafürdő áldásos hatása.

A fenyőfürdővel kitűnő hatás érhető el köszvénynél és krónikus reumánál, csontgyulladásnál. Tüdő és légzőszervi katarusnál a forrázat gőzét érdemes belelegezni. Előtte a különböző fenyőféléket (vörösfenyő, jegenyefenyő, boróka) összevagdaltjuk, elszecsázzuk és a gőzüket belelegezzük.

A zabszalma, szénapelyva (polyva) forrázata 1 kg zabszalma és 5 l víz forrázata arányában biokémiailag ható

sókat tartalmaz, így kálisókat, foszforsavas, kén-savasókat, kóvasavat.

A zsurlófürdő (békarokka, csikófark, kannamosófű) vesebajnál, vizezési nehézségnél, hólyag-, vese-, epekő-, homokbajoknál, vagy görcsöknél, gyomorbántalmaknál borogatással hatásos. Köszvényes csomókra, ödémákra is ajánlott meleg, 40 fokos fürdővíze.

Orr-, torok-, gége-, szájjüreg-, fül- és fogínygyulladásra a belőle készült főzet igen gyógyító. Érdekes módon éles szélei miatt – mivel az állatállomány nem eszi – tűzzel-vassal irtják, pedig egyike a legértékesebb gyógynövényeinknek.

Cserfa (kocsánytalan tölgy) kérgével készült fürdő

csersavtartalma miatt kitűnő, de elfeledett. 1 kg cser-tölgykérgét 3 liter vízzel főzünk, amíg 2 literre csökken a mennyisége, és a szüredéket a fürdővízbe öntjük. Bőrbetegségek-nél, női bajokra a zsurlófű főzetével keverjük, aranyér, altesti gyengeség, fagyás esetén, és lábizzadás-nál jó hatású. Kiütésre, kelésre, furunculusra kötés és a borogatás jó. Torok- és mandulagyulladás esetén öblö-getés ajánlott.

Jó, ha felismerjük a természetben rejlő erőket, és testi, és lelkierőnk szolgálatába állítjuk. Kirándulások alkalmá-val átjár bennünket a belelegzett illat, mely a környezet-ből árad, jól esik a tarka, vidító környezet. Töltekezzünk fel a borús, téli időkre! Legyen minden jó fenntartható!

A „lélek tükrenek” festője vagyok...

Riport Gerendély Ágnes állatportréfestővel

Tőrekszem a szép meglátására az élet minden pillanatában és ezt az érzést szeretném átadni másoknak is ké-peimmel – vallja Gerendély Ágnes festőnő, akihez az állatok megörökítése áll a legközelebb. Képeivel az állatok lelkének szépségét szeretné visszaadni.

– Mikor kezdett el legelőször rajzolással foglalkozni?

– Mindig elbűvölt a képek világa. Ügyesen rajzoltam, megörökítettem minden történet, óvodai, iskolai ese-ményeket, kirándulásokat. Ha faliújságra kellett rajzolni, mindenki rám gondolt. Óráig lefoglaltam magam, ha volt kéznél papír és ceruza.

– Gondolom, később mentorokra is talált, és úgy fejlesztette tudását.

– Az általános iskolai rajztanár-móm biztatott. Kicsit haragudtam is rá, mert nekem nem adott könnyen ötöst, mondván, többet vár tőlem. Mikor én is rajztanárr lettem, megértettem őt. Az Árpád Gimnáziumban a nagy tudású Balog Jenő tanár úrnál fejlesztettem rajztudásomat, bel-ső látásomat, majd a Dési Huber Rajzkörben készítettem a főiskolai felvételig. Mestereim között említeném Pataki Ferencet, Dér Istvánt, Bráda Tibort, a sor korántsem tel-jes.

– Legszívesebben mégis a természetet, ezen belül is az állatokat szereti ábrázolni, megörökíte-ni. Honnan ez a kötődés?

– A Duna mellett nőttem fel, Budapest szélén, de mégis kicsit falusias hangulatú városrészben. Nem voltak járművek, iskola után miénk volt a Rókahegy, a Római part, úsztunk, bicikliztünk, szánkóztunk. Nagyszüleim-nek minigazdasága volt, nyulak, csirkék, kacsák, disznók, kutya, cica volt az udvarban. Haszonállatként tartottuk őket, de amíg éltek, tisztelettel és szeretettel bántunk velük. Ez akkor természetes volt, mint ahogy a kikelő kis-csibék lármája is a konyha sarkában. Testközelből figyel-hettem meg az életüket, viselkedésüket, kinézetüket. A cicámnak panaszkodtam el ha sérelem ért, és ő megtartott minden rábizott titkot. Az állatok őszinték, nem tudnak hazudni és megérik az őszinte közeledést.

– Azt vallja, az állatok lelkének szépségét szeretné visszaadni a képein. Mennyire nehéz és ugyanakkor mennyire hálás feladat ez?

– Nehéz, mert vissza kell adni az adott modell karak-terét, ami minden állatnál más, még ha oly egyformának is látják őket. Meg kell találni azt a kifejezést a szemében, pofácskáján, fejtartásán, füle állásán, amitől a saját ku-tyus, cica stb. tekint vissza a festményről.

Hálás, mert az a pillanat minden fáradtságot megér, amikor elkészülök a képpel, és a gazdik elpityerednek, vagy könnyes szemmel mondanak köszönetet, hogy az ő kedvencük tekint vissza a képről, és évek múlva is ugyan akkora örömet okoz nekik a festményem.

Festményeim nagy része magángyűjteményekben ta-lálható szerte a világban, többek között Magyarországon, Svédországon, Svájcban, Németországon, az USA-ban, a Dél-Afrikai Köztársaságon, Puerto Ricóban.

– Hogyan történik egy állatportré elkészítése?

– Ha tehetem, szívesen találkozom a modelljeim-mel, de ez sajnos sokszor nem adatik meg. Több jó fotót szoktam kérni a kedves megrendelőtől, hogy kialakuljon bennem egy kép a megfestendő kisállatról. Elbeszélge-tünk a gazdival, mesél a kiskedvencről, szokásairól és megbeszéljük melyik a jellegzetes mozdulata, nézése, ami egyedivé teheti a festendő képet.

Elkezdem felvázolni a képet és lassan kialakul egy „párbeszéd” közöttem és a kép között. Nem tudom megmagyarázni, de elkezdem érezni a formákat, majd a lelkét, beleélem magam a lelki világába, és festem, amíg készen nem lesz a kép. Ilyenkor az ember egy „más álla-potba” kerül, meggyőződése, hogy Isten vezeti a keze-met, amikor megy a festés. Egyedül ehhez kevés vagyok, de az ő segítségével öröm az alkotás és jó lesz a kép.

– Mi az, ami megragadja egy-egy állat festé-se, rajzolása kapcsán?

– A szeme. Ha belenézel egy állat szemébe, meg-látsz benne mindent: félelmet, bánatot, örömet, hálát, náluk tényleg a „lélek tükre”, nem tudnak alakoskodni. Én mindenkinek a szemét nézem, a képeimen nagyon fontosnak találom a szemeket. Egy portrénál a szemek a legfontosabbak, az állatoknál még ennél is fontosabbak. Azután formájuk, testtartásuk, majd a bundájuk, ha sző-rös állatról van szó. Szívesen ábrázolom őket a kedvenc-tevékenységük közben, megszokott környezetükben, akkor a legtermészetesebbek. Festettem már lovat a kedves megrendelő emlékei alapján, teknőst, kígyót, szalamandrát, nincs megkötés, minden megfesthető ízlésesen, élvezhetően.

– Októberben ünnepeljük az Állatok Világnap-ját. Mire hívná fel a figyelmet ennek kapcsán?



– Ne csak ezen az egy napon gondoljunk az álla-tokra, az év minden napján velünk vannak, segítenek nekünk, dolgoznak nekünk, örömet szereznek a pusztá létükkel, viselkedésükkel, hűségükkel, feltétlen szere-tetükkel. Állataink szemében mi minden szempontból tökéletesek vagyunk. Legyünk méltók a bizalmukra, szeressük őket egész évben, tiszteljük őket, bánjunk ve-lük ennek megfelelően, és ne menjünk el szó nélkül, ha valamelyik embertársunk elfeledkezne Gandhi szavairól: „Egy nemzet nagysága és erkölcsi fejlettsége híven tükröző-dik abban, ahogyan az állatokkal bánik.” Hiszem, hogy ha pici korban az állatok tiszteletére, szeretetére neveljük a gyerekeket, felnő egy állatszerető, az állatokat helyükön kezelő és felelősen tartó nemzedék. Aranyosi Éva

tek, és a közönség bizalmat szavazott azzal, hogy dupla annyi bérletet váltottak eddig, mint a tavalyi év azonos időszakában.

Megújult a tánctagozat

Topolánszky Tamás vezeti majd a megújult tánctagozatot GGTánc Eger néven. Nyolc táncművészt hívott Egerbe. Mint elmondta: az önálló produkciók mellett részt vesznek a színház zenés előadásaiban is.

Az egri társulat el is kezdte a munkát: első bemutatjuk Sütő András: Káin és Ábel című drámája lesz október 7-én, Blaskó Balázs rendezésében.

Évadnyitó a Gárdonyi Színházban

Évad végéig biztosított a színház működése, januártól azonban más szervezeti formában – hangzott el a Gárdonyi Géza Színház évadnyitó társulati ülésén. Sta-bil az anyagi helyzet, a közönség pedig bizalmat szavazott, hiszen a tavaly júliusi adatokhoz képest, idén megkétszereződött a bérletvásárlási kedv. Az erőgyűjtés, a tartalékképzés időszaka következik – fogalmazott Blaskó Balázs igazgató. Növelni szeretné a nézőszámot, a következő hónapokban a bevételek jelentik a színház költségvetésének alapját. Biztató, hogy a színházért összefogtak a civil szerveze-

www.creaton.hu

Értékteremtő munka a rácsok mögött

Az 1908 óta működő egri büntetés-végrehajtási intézet jelenlegi parancsnoka, Juhász Attila bv. ezredes 2007 óta tölti be hivatalát.

Az intézet vezetőjeként nagy hangsúlyt fektet arra, hogy a börtön tevékenységek széles választékát biztosítsa a fogvatartottaknak. Munkatársaival közös tapasztalata, hogy a börtönbe kerülők közül sokan úgy érzik az intézetbe, hogy nem ismerik a szabadidő eltöltésének ésszerű, kulturált módját. Így a börtönnek az is a feladata, hogy új, értékes tevékenységekbe vezesse be az elítélteket. Olimpikonokat hívtak az intézetbe. Rendeztek irodalmi műsorokat, legutóbb Kézdi György járt náluk. Tavaly karácsonykor a Gárdonyi Géza Színház társulatának tagjai adtak egy színvonalas előadást. Főleg kulturális és vallási programok szervezésére töreksenek. Maradandó élményt jelentett a váci börtön bibliakörének látogatása: a korábban bűnöző életmódot folytató rabok tanúságot tettek arról, hogy megtérésük után mennyire megváltozott az életük.

Juhász Attila szerint sok embernek vannak előítéletei a rabokkal és a börtönnel szemben. Az egri börtön vezetője viszont figyelmeztet: a büntetés-végrehajtásnak nem az elrettentés és a retorzió a lényege – bár ennek is jelen kell lennie néha –, sokkal inkább az, hogy olyan új impulzusokat, értékeket, minőséget

közvetítsenek a rabok felé, amivel talán nem is találkoztak korábban. Ebből az elgondolásból született a Börtön a városért program, amivel azt szeretnék volna megmutatni, hogy a kétkezi munka is bírhat komoly értékkel. A fogvatartottaknak általában alacsony az önértékelésük, kudarcként könyvelik el a börtönbe kerülést. A Börtön a városért programmal lehetőségük nyílt arra, hogy valami hasznosat tegyenek a városért. Emellett ezek a tevékenységek a munkához való viszonyukat is átértékelik. Egy másik programmal, az Esti mesével a fogvatartottak családi kapcsolatait szeretnék volna erősíteni, mivel a visszaüllesztés sarkalatos pontja a család. Karácsonyra mese CD-t készíthettek az elítéltek gyermekeiknek, szüleiknek, házastársuknak. Mintegy 70 produkció készült tavaly, a program idén karácsonykor is folytatódik.

Az egri börtön szeretne nyitni a város felé, hangsúlyozza Juhász Attila, megismertetni a börtön falai mögött zajló értékteremtő munkát. Fontosnak tartja, hogy a helyi közösségek minél nagyobb rálatással bírójanak az intézetben folyó munkára, hiszen ezekbe a közösségekbe fognak visszakerülni a fogvatartottak. Arra törekkenek, hogy a társadalom minél szélesebb köre megjelenjen a börtönben: a családtagok, az egyházak, az oktatás és a kultúra képviselői személyében. Ha már a rácsok mögött értékes kapcsolatokat

tudnak kialakítani a fogvatartottak, ha megtanulnak egy hasznos szakmát, akkor ezeket a kapcsolatokat, tudást kint is tudják majd kamatoztatni. A visszaüllesztésnek már a börtönben el kell kezdődnie, mondja a börtönparancsnok. Évről évre többféle képzést sikerült indítaniuk ennek érdekében, többek között tartottak informatikai, kazánfűtő, cipőfelsőrész-készítő, virágkötő képzést. Jelenleg egy parkgondozói és egy takarítói képzés zajlik az intézetben.

A visszaesés első sorban nem a börtön felelőssége, magyarázza Juhász Attila, sokkal inkább a fogvatartottaké, a társadalomé és az utógondozásé. Bármilyen hatékonyan tölti is be feladatát egy börtön, bármennyire is eltöltött egy most szabadult, ha ugyanabba a családi helyzetbe, esetleg bűnözői körbe megy vissza kikerülése után, akkor szinte egyenes út vezet vissza a börtönbe. A börtönparancsnok szerint akkor működik jól egy büntetés-végrehajtási intézet, ha olyan értékeket tud átadni a fogvatartottaknak, amit később a szabadulásuk után is tudnak hasznosítani. Ha a börtönben eltöltött időt lehetőségként élik meg arra, hogy eddigi életmódjukkal szakítva új képességeket, ismereteket sajátítsanak el, amik lehetőséget biztosítanak a szabadulást követően egy más minőségű életre.

Juhász Emese

Eger, Felsővárosban, a Rákóczi u. 15/A szám alatt, vegyes beépítésű övezetben 130 négyzetméter alapterületű ingatlan eladó.

Irodának, műhelynek kiválóan alkalmas. Környezetében zömmel társasházi lakások és egyéb rendeltetésű (benzinkút, kereskedelmi és szolgáltató egységek) ingatlanok találhatók. Közúton jól és gyalogosan, helyi járatú autóbusszal is jól megközelíthető. 1985-ben épített panel épületben található, 2+2 fél szobás, belső térelválasztás beton és km. téglá. Nyílászárók: vegyes, fa és acéltokos dupla síkúvegezéssel. Városi vezetékes hálózatra kötött víz és szennyvízrendszerrel rendelkezik. Fűtés: melegvízes radiátorsor a központi kazánjáról leszakaszolva.

Az ingatlan irányára 16 millió forint. Érdeklődni: 36/510-602



„...Mezeinket, szőlőinket testi élelműnkre és segedelműnkre, oltalmazd meg.”
(Részlet az Egerben gyűjtött Szent Dónát köszöntőből)

MEGHÍVÓ

A Házmuzsikálók sorozatot szervező Egri Csillagok Népdalkör és Agria Cigányzenekar tisztelettel meghívja Önt és kedves hozzátartozóit, barátait, ismerőseit a 2011. október 15-én 18 órakor kezdődő

„Szent szőlő, Szent bor” című jótékonyági műsorra!



Helyszín: Bartakovics Béla Közösségi Ház (Eger, Knézich Károly u. 8.)

A rendezvény fővédnöke: Dr. Ternyák Csaba egri érsek. Védnök: Habis László, Eger MJV polgármestere.

A rendezők az est bevételét a Belvárosi Plébánia Telekessy úton működő szegénykonyhájának támogatására ajánlják föl. Támogatói jegy ára: 1000 Ft

Gyermekeknek a belépés ingyenes, nyugdíjasok esetében egy jeggyel ketten jöhetnek be megtekinteni a műsort, melynek szünetében borárverést is tartunk az Európai Borlovagrend Egri Legátusa és a Borbarát Hölgyek közreműködésével.

A borárverésen való részvételi szándékát kérem október 10-ig jelezze a (06 20) 934 6286-os telefonon.

**Pa
pa**
szépségcikk

Papa Szépségcikk

3300 Eger, Deák Ferenc u. 4.

Professzionális és lakossági kozmetikumok, hajápolási termékek, műkőrmös alapanyagok. Alfa Parf, Yellow, és Ilcsi kozmetikumok kizárólagos forgalmazója. Üzletünkben ezen kívül az alábbi márkák közül választhat: Mátrix, Young, Subrina, Crystal Nails, Lady Stella, Indola.

Professzionális felhasználók részére Heves-, és Nógrád megye területén ingyenes kiszállítás.

Üzletkötők: Csörgő Aliz, (+36 20) 539-2323
Tóth József, (+36 20) 298-2142
Kiszállítás: Pallagi László, (+36 20) 298-3575
Bolt: (+36 36) 951-676
Bolt/raktár: (+36 20) 500-0331

Július 1-től új helyen
Tihaméri
BOR & PÁLINKAHÁZ
(a régi Tihaméri Borüzlet)
Széles bor- és pálinkaválasztékkal, új környezetben várjuk minden kedves vásárlóinkat.
Címünk: 3300 Eger, Homok út 4. (Maklári út – Homok út sarok)
Nyitva:
Hétfő-péntek: 7.30-16.30
Szombat: 8.00-12.00

SZÜRETI AKCIÓ
3 PALACK
OSTOROSI ÁLDOMÁS ÉDES VÖRÖSBOR
990,- Ft (betétdíjjal, 386 Ft/l)
5000,- Ft feletti vásárlás esetén 1 palack bikavért adunk ajándékba!

www.radipeksseg.hu
RádiPékség
...hogy az étkezés élmény legyen!...
Mindig friss, hozzáadott tartósítószer nem tartalmazó kenyereinket, pékáruinkat, szendvicseinket, salátáinkat megtalálja üzleteinkben, Egerben és az ország számos pontján.
2011. október 10-16-ig BAJOR HÉT a Rádi Pékségnél!
Kóstolja meg kiváló bajor termékeinket az AGRIA PARKBAN!

Eger < Gyöngyös < Hatvan < Gödöllő < Vác < Budapest
Pásztó < Mezőköved < Miskolc

BÓTALINGUA
NYELVI KÖZPONT
Communication Pure and Simple

8 nyelv 8 nyelv 8 nyelv 8 nyelv 8 nyelv
Bótalingua Nyelvi Központ • Bóta Irodaház Kft. • 3300 Eger, Szálloda u. 5.
www.botalingua.com • (36) 411 579 • info@botalingua.com
Felnőttképzési nyilvántartási szám: 00676-2008 • Intézményi akkreditációs lajstromszám: AL-1215

minőségi bútorok
verhetetlen áron • • • • •
Balla Bútor Eger
WWW.BALLABUTOR.HU
Cifrakapu u. 164. (06 36) 537 160
(A DIEGO és az EUROINICS mellett)
Miért érdemes nálunk megvásárolnia bútorát?
25% kedvezményt biztosítunk minden Bútorra! • Nappali, háló, étkező, ifjúsági és konyhabútorok nagy választékban! • 30 km-ig ingyenes házig szállítás! (100 000 Ft feletti vásárlás esetén)

Üzőgarbiturák nagy választékban!

Bútorok 25% kedvezménnyel!

Kanapék többféle stílusban!

Franciaágyak, heverők!

Az akció az általunk fogalmazott Black Red White bútorokra vonatkozik, visszavonásig!

26

Életmódtanácsok mindenkinek – kulcs a kitartás!

Amikor sportolni kezdünk, sokan nézünk szembe kudarcokkal. A kezdet mindig nehéz. Megszokni a környezetet, beilleszkedni egy összeszokott közösségbe, ahol szinte mindenki ismeri egymást. Az első alkalmon nagyon sok múlik. A hozzáállásunkon is és a körülményeken is persze. Meg kell tanulnunk elfogadónak lenni, olyannyira, hogy a kezdeti nehézségek ne vegyék el a kedvünket a sporttól. Nézzünk egy konkrét példát: vegyünk egy fiatal lányt, aki a középiskolás éveitől sportolt utójára komolyan. Eltelt néhány év és az idővel gyarapodó kilók zavarni kezdték. Ez a lány eldönti, hogy sportolni kezd, de azért, hogy nagyobb legyen a motiváció, nem egyedül vág bele, hanem egy csoportos edzést választ. Hányan érzetük már magunkat bizonytalanul, elhagyatottnak, vagy esetleg csalódottnak az első edzés után. Az agyunk és a szervezetünk szinte sokként éli meg a mozgást, ezért mindkettőnek időt kell hagyni, hogy hozzászokjon a változáshoz. Egyetlen dolgot ne tegyünk, ne adjuk fel!

Egy személyi edző, mint állandó tanácsadónk Horváth István is gyakran találkozik hasonló esetekkel. Van, hogy valaki úgy lép ki az első óra után az edzőteremből, hogy ez nem neki való, vagy a másnap, vagy harmadnap érzett izomláz veti fel benne a kérdést: „kell ez nekem?” De elkerülhető egyáltalán ez a kellemetlen kálvária? Mi kell hozzá, hogy erősek maradjunk és kitartsunk addig, amíg el nem érjük a célunkat. Ebben segít a szakember.

– Normális, ha az első edzés alkalmával – legyen az egyéni vagy csoportos edzés – szerencsétlennek érzi magát az ember, és egyfajta csalódottságot érez?

– Igen, ez természetes. Gondoljunk bele: bekerülünk egy olyan közegbe (társaságba) ahol csupa ismeretlen emberrel találkozunk és esetleg még olyan mozgást is fogunk végezni, amit eddig még nem próbáltunk. Nem csoda, hogy esetlenné érezzük magunkat. Szokták mondani, hogy minden kezdet nehéz, ez a csoportos edzésekre is igaz. Ezeket a problémákat egyszerűen kiküszöbölhetjük pár egyszerű dologgal. Először is próbáljunk olyan mozgásformát választani, amiről úgy gondoljuk, szívesen csinálnánk. Óra előtt keressük meg az edzőt, mutatkozunk be és pár mondatban vázoljuk fel neki, hogy mi a célunk az edzéssel, esetleg van-e olyan egészségügyi problémánk, ami okozhat gondot. Nincs az az edző, aki ne válaszolna készségesen kérdéseinkre. Hiszen ő nap mint nap találkozik ezzel a situációval és valószínűleg pár percben olyan instrukciókat tud adni, ami nagyon hasznos lehet számunkra. Bármilyen edzésről is legyen szó, a terhelést és intenzitást mindig magunkhoz mérten kell megválasztani, hiszen mindenki más-más edzésszinten van. Óra közben bármikor megállhatunk pihenni, hiszen a cél nem a „belehalás”. A tapasztalat azt mutatja, bárkiről is legyen szó, pár óra alatt tökéletesen beilleszkedik a társaságba, új barátokat szerezhet és megoszthatja az edzéssel kapcsolatos tapasztalatait edzőtársaival.

– Mennyi idő és milyen gyakoriságú edzés szükséges ahhoz, hogy észrevehetően fejlődjünk?

– Kezdő szinten heti 2×1–1,5 órás edzés tökéletesen elég ahhoz, hogy a szervezetben élettanilag olyan változások induljanak be, amelyek számunkra előnyösek. Mivel a szervezet edzésalkalmazkodása igen gyors, ezért pár hét után emelnünk kell az edzéstérhelés összetevőit. Gondolok itt az intenzitásra, a gyakoriságra, az időtartamra. . . stb. Természetesen ez egyénenként változik és több összetevőből áll, de általánosságban elmondható, hogy heti 3-4 edzéssel mindenki kihozhatja magából a maximumot, bármi legyen is a célja.

– Ha már a fejlődésnél tartunk, fontos az is, hogy edzés előtt, vagy után mit eszünk?

– Igen, fontos. Hiszen a szervezetünk mind az alapvető élettani folyamatokhoz, mind a testedzéshez a tápanyagokból veszi fel az energiát. Éhesen soha nem szabad elindulni edzeni, mert mozgás során gyorsan leeshet a vércukor szintünk és rosszullét, hányinger, szédülés vethet véget a sportolásnak. Célzerű edzés előtt 1,5-2 órával olyan összetett szénhidrátokat fogyasztani, amelyek folyamatosan biztosítják a mozgáshoz szükséges energiát. Az edzés utáni táplálkozás is fontos, hiszen a szénhidrát raktárakat fel kell újra tölteni, hogy a következő nap is lendületesen kezdődjön. Mivel a sport izommunkát jelent, éppen ezért a szervezetnek edzés után megnő a fehérje igénye, tehát jó minőségű és biológiailag magas értékű fehérjéket is kell fogyasztanunk. A tápanyagok aránya, összetétele, és a kalóriák mennyisége mindig a célnak megfelelő legyen.

– Mit tehetünk az elviselhetetlen izomlázsal? Hogy ne mozogjunk úgy az edzés másnapján mint egy bádogember?

– Az izomláz természetes velejárója az edzésnek, hiszen a fejlődéshez szükséges a terhelés folyamatos növelése. Az pedig kiváltja az izomlázát. Ennek kétféle változata van. Az első és gyakoribb a savasodásos izomláz. Az anaerob energiatermelő folyamatok egyik mellékterméke a tejsav. Ez okozza az izomzatban azt a bizonyos feszülő, égő érzést. Ettől nem kell félni, mert ez természetes folyamata a szervezetnek és 1-2 napon belül elmúlik. A regenerálódás folyamatát fel tudjuk gyorsítani, ha olyan mozgást végzünk, ami a keringési rendszerünket intenzívebben mozgatja, mert így a vérkeringés útján az izomzatban ragadt tejsav gyorsan elszállítódik. Az izomláz másik fajtája a mikroszakadásos izomláz. Ennek kiváltója a nem megfelelő terhelés megválasztása. Ez elsősorban súlyozás edzésnél fordulhat elő. Ennek viszont már vannak veszélyei, mert olyan sérüléseket okozhat az izomzatban, ami maradandó károsodáshoz vezethet. A regeneráció itt már jóval hosszabb. Ha az izomlázunk 4-5 napon belül nem enyhül vagy nem múlik el, valószínű izomsérülésről

beszélhetünk. Mindkét esetben gyorsíthatjuk a gyógyulást szaunával, meleg fürdővel, masszázssal, izomlazító krémekkel.

– Gyorsabban érhetjük el a kívánt eredményt, ha váltogatjuk az edzéstípusokat? Egyáltalán szabad ezt?

– Mivel minden edzés más-más izomcsoportot mozgat intenzívebben, ezért célzerű is váltogatni az edzéstípusokat. Törekedjünk arra, hogy a mozgás mindig jól essen, szívesen csináljuk és érezzük jól magunkat közben és utána is. Ezáltal kiküszöbölhetjük azt, hogy megunjuk a sportot vagy monotonná váljon az edzés, mert így nagyobb az esélye, hogy hamarabb feladjuk.

– Mikor lesz a mérlegen is látható az eredmény? Vagy inkább figyeljük a változást a ruháinkon?

– A sportolásnak kétféle hatása van a szervezetre. Élettani hatás: gyorsuló anyagcsere, testösszetétel változás előnyös irányba, nagyobb tüdőkapacitás, erősödő immunrendszer, szív és keringési rendszer erősödése, gyorsabb regeneráció betegségek után stb. Pszichoszociális hatás: jobb közérzet, stresszleépítő hatás, magasabb tűrőképesség, kiegyensúlyozottabb életvitel, nagyobb türelem munkánk során és a magánéletben stb.

Tehát láthatjuk, hogy a pozitív változások már az első edzések után jelentkeznek. Edzéscélnak megfelelően a fogyás 2-3 héten belül elindulhat, az izmosodás úgyszintén. Összegezve elmondhatjuk, hogy a sportolással fantasztikus eredményeket érhetünk el és a maximumot hozhatjuk ki magunkból.

– Hogy érhetjük el, hogy kellőképpen kitartóak legyünk? Hogyan motiválhatjuk magunkat?

– Legyenek céljaink! Céltalanul soha semminek nincs értelme. A célok azok, amik előre visznek, és amikor fel akarjuk adni, megerősítenek abban, hogy jó úton járunk. Fantasztikus érzés, ha valaki eléri célját. Apró picit célokkal kezdjük, és ha ezeket elértük, tűzzünk ki újakat. Ha látjuk a változást magunkon, a motiváció magától jön. Fontos, hogy a sport életünk részévé váljon, mert csak így maradhatunk boldogok és egészségesek egy életen át!

Antal Anett, Horváth István

Sikeres volt az erdészeti nyílt nap

Az erdők nemzetközi éve alkalmából nem mindennapi élményben részesítette Eger mintegy 2000 óvodását, iskolását és szüleiket az Egererdő Erdészeti Zrt.: közérthetően és látványosan ismertették meg velük az erdő élővilágát, s az erdőgazdálkodás munkafolyamatait az Érsekkertben. A sikeres nyílt napnak hagyományt szeretnének teremteni. Terveik szerint ugyanakkor a Rimaszombati Erdészeti Üzemmél közösen nemzetközivé szélesítik a kezdeményezést.

– Körülbelül meddig él egy tölgyfa? – kérdezte felső tagozatos tanulóktól az erdésztechnikus előadó. – Ameddig ki nem fűrészelik! – vágta rá egyikük. Az erdészek éppen az ilyen és ehhez hasonló válaszok által győződtek meg a kezdeményezés, az interaktív módszerek alkalmazásával tartott bemutató helyességéről szeptember másodikán. A nyílt napon ugyanis azt is elmondhatták a gyerekeknek, hogy az általuk legjobban ismert karácsonyfán kívül sok más növényátulás található az erdőben: a Mátrában, a Bükkben és azon túl.

– Az erdő nem csak fák összessége, hanem bonyolult életközösség is, megtestesítője a jó levegőnek, a tiszta víznek, a közéleti tevékenységnek. Munkánk különös ismertetőjegye, hogy a természetben, a természetért dolgozunk. Erdőgazdálkodásunk legfontosabb elemét, az éves fanövekmény és fakitermelés megfelelő arányát mindig irányadónak tartjuk. Ezt úgy érzük el, hogy erdészeink egy személyben gazdálkodók, természetvédők és gondos vendéglátók is. Bizunk benne, hogy a nyílt nap résztvevői közelebb kerülnek az erdőhöz, amely jó kezekben van – fogalmazott Jung László vezérigazgató, majd Heves megye és a város vezetői elültették a 2011-es év védett fáját, a tiszafát.

Az érdeklődőket sokféle látnivaló fogadta a ligetben. Hét erdészet – az egri, pétervásári, felsőtárkányi, mátrafüredi, parádfürdői, szilvásvárad – kilenc állomáson mutatkozott be. Az erdészek hamisítatlan erdei hangulatot teremtettek: bizonyították, hogy nem csak gazdasági és közéleti haszna, lelke is van a fák világának. A gyerekek megismerkedtek az erdő életével, lakóival, levél és kéreg alapján különböztették meg egymástól a fajokokat. A felfedezés örömeivel ismerték fel a madárhangokat, az elejtett állatok trófeáit, vadászputyákat simogattak. A nagyobbak figyelmét mindenekelőtt a működésben lévő aprító-, rakodó-, hasítógépek és motorfűrészek ragadták meg, a kisebbek főleg a lekvárokat, szörpöket, az erdei gyümölcsöket kóstolgatták.

– Az erdőjáráshoz is igyekeztünk kedvet csinálni – mesélte Kaszala Judit, gyakorló erdőmérnök. Megmutattuk, hogy fel-

ügyelet mellett, csoportos kiránduláskor milyen öltözék kerüljön a hátizsákba, hogyan kell tüzet rakni és oltani. Megtudhatták, hogy az erdőben mindennél jobban kell vigyázni a tisztaságra. A sok érdekesség és játékos tanulás jutalmául az erdőgazdaságtól ajándékot kaptak: kulcstartót, színezőt, ceruzát.

Élményei alapján néhány kisdíák máris arról beszélt: márpedig ők erdészek szeretnének lenni! Ez nem meglepő, hiszen az erdőnek csupán a szebbik arcát ismerhették meg. „Amikor a tölgyet kivágják, az egész erdő visszhangzik az esésétől, de száz makkot vet csendben egy észrevétlen szellő.” A fakitermelés embert próbáló, nagy körültekintést igénylő munka. A szakemberek erre is felhívták az érdeklődők figyelmét, miközben megismertették velük az őshonos tölgy, bükk, cser, gyeptyán, fenyőfa fajokat. Számszerűen a tölgy áll az első helyen. Megtudhatták például, hogy mennyi fér egy köbméterbe és mekkorára nőnek a fák.

„A faanyag hengeres formában kerül ki az erdőből. Az üzemből felszeletelik, ebből lesz a fűrészfűrész. Majd a szakmunkások méretre vágják, gyalulják, csiszolják és felületkezelik. Így készül a parketta” – avatta be őket a Mátraparkett munkájába Trombitás Zoltán gyárvezető. A látogatókat az erdő ízei, termékei mellett érthetően a fák, a vadak és a trófeák érdekelték legjobban. Elhangzott: az 57 ezer hektáros élőhelyen minden nagyobb vadfaj – vaddisznó, gímszarvas, muflon, őz, daimszarvas – megtalálható az Egererdőben. Évente átlag 200 tonna szalás takarmányt fogyasztanak el. A cégnek Mátrafüreden, Verpeléten és Szilvásváradon vadaskertje van, kisvasutat üzemeltetnek Gyöngyösön, Felsőtárkányban és Szilvásváradon.

Mire jó a fagyal? A tűzifa energiája miért hasznosabb a széntüzelésénél? Az előadói válaszok után a legkisebbek egymás szavába vágva sorolták a maguk tudományát: a Süsü kedvence a vadkörte, a vaddisznóé a makk, a fenyő termése a toboz. A kérdésre, hogy mire használják a tölgyet, késlekedett a felelet. Végül egy kislány szólalt meg: nagyapám is ilyen hordóban tartja a borát!

Mika István



Pataktakarítás

Az érsekkerti Zenepavilon előtt nyolcvan gyűlte össze, hogy negyedszerre is megtisztítsák az Eger patak medrét.

Az önkéntesek hét szakaszon kezdték meg a patak kétszer 5 kilométeres szakaszának takarítását. Az első pataktakarítási akció 2010 májusában volt.

A Heves Megyei Büntetés-végrehajtási Intézet kezdeményezéséhez a Média Eger Kft és a Kaptárkó Természetvédelmi és Kulturális Egyesület is csatlakozott. Elvégezték a patakmeder kaszálását, szemetes zsákok és gumikesztyűt biztosítottak az önkénteseknek.

Az akció keretében másfél tonna szemét gyűlt össze.

Mobilitási Hét

Az Európai Mobilitási Hét a kontinens 38 országának polgárait mozgatta meg. Egerben a szervezők az Eger Ünnepe rendezvénysorozat részeként különböző programokkal várták az Érsekkertbe kilátogatókat.

Az ideai programsorozat mottója, vagyis a „Közlekedj ÖKOsan!” jelmondat szellemében a környezet-kímélő közlekedési módokra: a közösségi közlekedésre, a kerékpározásra vagy éppen a gyaloglásra biztatták az Érsekkertbe kilátogató érdeklődőket.

A szervezést a polgármesteri hivatallal közösen az Egri Civil Kerekasztal szabadidő szekciója végzi, olyan közösségek bevonásával mint a Forrás DSE és különböző környezetvédelmi egyesületek, vagy a legújabbak, mint a Forrás modellezői és a megyei kormányhivatal Közlekedési Felügyelősége, illetve a Heves Megyei Rendőr-főkapitányság.

(tveger.hu)



Kiválóan szerepelt az Egri Koronaborház csapata az Érsekkerti Tenispályán rendezett országos bajnokságon a közelmúltban.

A 8 csapatos versenyen mások mellett Balasagyarmat csapatát is sikerült legyőznie az egrieknek. Képünkön: Nagy Máté, Farkas Richárd, Pócsik Bence, Rácz József, ifj. Rácz József, Rácz Gergely.



Első lett a magyar válogatott

A tavalyinál jóval erősebb mezőnyben állt helyt a magyar kerekesszékes vívó válogatott. Az egri Világkupa versenyen összesítésben első helyen zártak: négy arany, két ezüst és három bronzérem az eredmény.

Harmóniában az élettel

Napjainkban egyre nagyobb problémát jelent kiegyensúlyozott életmódot folytatni, a folyamatos stressz, a rohanó életmód kisebb-nagyobb betegségekhez, életünk összhangjának felbomlásához vezethet. A XXI. századi ember testi-szellemi-lelki harmóniájával kapcsolatos kihívásokról kérdeztük Bóta Veronikát, a 10 éves évfordulóját novemberben ünneplő Ébredés Holisztikus Életmód Központ vezetőjét.

– **Mi vezet a mai kor emberének számtalan gyógyíthatatlannak mondott panaszához?**

– Úgy gondolom, hogy a mai felgyorsult életmódban az emberek legnagyobb problémája, hogy nincs idejük befeléfordulni, elcsendesedni, megélni és tudatosítani belső, lelki folyamataikat és külső, életvezetési problémáik összefüggéseit.

Az Egészséghez vezető ösvényre lépni nagy felelősség, mert a hárítások mechanizmusai megszűnnek, és a felelősség a miénk lesz. A Te és a Kint világát az Én és a Bent világa váltja fel. A lámpás a mi kezünkbe kerül, hogy a tudatlanság sötét világába fényt vigyen.

– **Mit jelent az, hogy holisztikus szemlélet?**

– A holo görög eredetű szó, jelentése: egész, teljes. Számomra a fizikai, szellemi és lelki síkok találkozását jelenti önmagunkban és környezetünkben.

– **Mi inspirált a központ létrehozásában?**

– Mint ahogy a nevében is rejlik, éreztem azt a hívást, hogy szüksége van az embereknek egy olyan helyre, ahol némi ébresztőt kapnak azzal kapcsolatban, hogyan élhetnek tudatosabb életet, ahol nem csak a fizikai tüneteket orvosolják, de az embert, mint kísérő vezetőjük a gyógyulás felé vezető úton.

Az Ébredés Holisztikus Életmód Központ 2001-ben kelt életre, azzal a céllal, hogy az alternatív gyógy-módokat és a holisztikus életszemléletet Egerben és környékén meghonosítsa. Szellemi ösvényeket kínálunk életünk legősi kérdéseire: ki is vagyok én, mi dolgom a világban?

Központunk ars poeticáját e Hamvas Bélától származó idézet fejezi ki legméltóbban: „Nem kell-e útnak indulni, mint a régi bölcsék tanították és addig

meg nem nyugodni, míg az ember meg nem találja önmagát?”

– **Milyen gyógymódokkal segítitek a hozzátok érkezőket?**

– 8 lelkes szakember kíséri gondos szaktudással a gyógyulni vágyókat a természetgyógyászat, a Bach virágterápia, a reform táplálkozás, a gyógy-masszázsok, a mauri masszázs, a craniosacralis terápia, a kineziológia, a homeopátia, a pszichológia, a pszichodráma, az egyéni és csoportos önismereti foglalkozások, az asztrológiai tanácsadás és az asztrodramma módszereivel.

– **Milyen sikerek övezték az elmúlt 10 évet?**

– 10 évvel ezelőtt úttörők voltunk a holisztikus gyógyítás területén, ezen túl igyekeztünk új élményeket adni és lehetőségeinkhez mérten változtatni az emberek gondolkodásán.

Tartalmas kulturális, művészeti rendezvényeknek, testi-lelki egészségmegőrző programsorozatnak, előadásoknak is otthont adott az Ébredés Holisztikus Életmód Központ. Vendégünk volt több alkalommal Müller Péter. Lehetőségünk volt a nemrég elhunyt Popper Péter egyetemes gondolatait is közvetíteni, de említhetem Rákos Péter, Hoppál Bori, Váradi Tibor és Kaló Jenő érdekes előadásait is. Különösen nagy büszkeséggel tölt el, hogy egy olyan országos rendezvénysorozatot, mint a Születés Hete Fesztivál, szárnyunk alá vehettünk.

– **Mivel ünneplitek a 10 éves évfordulót?**

– November 5-én egy izgalmas és színvonalas nyílt nappal szeretnénk megmutatni magunkat, ahová minden kedves érdeklődőt sok szeretettel várunk.

(X)

Nyílt nap – 2011. 11. 05.
Elmulás és újjászületés jegyében

9.00–11.00 Az élet körforgása (Csiffáry-Vass Réka pszichológus) – Születés és a halál lenyomata családi sorsokban

11.00–12.00 „Megbocsátás és elengedés” – A múlt sérelmeinek feldolgozása a vizuális meditáció segítségével (Lászka Mária és Dr. Tyeklár Zoltán életmód tanácsadók)

12.30–13.15 „Sorsod a kezében” (Szolári Ágnes kineziológus) – A kineziológia tükrében

13.30–14.30 Érzelmi veszteségek és a depresszió kezelése homeopátiával (Dr. Szabó Ágota homeopátiás szakorvos)

14.45–16.45 Metamorfózis a skorpió jegy szellemében (Trombitás Katalin asztrológus és Bóta Veronika önismereti vezető)

17.00–18.30 „Az intimitás új kapui” – Bezáruló és kinyíló lehetőségek az párok kapcsolat területén (Szentesi Szilvia intimitás terapeuta)

Mindenkit szeretettel várunk előadásainkra és foglalkozásainkra! Részvétel ingyenes, további részletek: www.ebredes-eger.hu • Telefon: 06-20-5791-688



Az Andrássy György Közgazdasági Szakközépiskola a 2011/2012-es tanévben ünnepli fennállásának 90. évfordulóját.

Az elmúlt 90 év alatt az iskola több nemzedéknyi gyermeket, ifjú tehetőséget és értékes embert nevelt fel; a felnövekvő nemzedék igényes útravalót kapott iskolájától, a végzett növendékek megállják a helyüket a gyakorlati életben, jó ajánlólevél a továbbtanulásnál, az elhelyezkedéskor az iskola bizonyítványa. Az iskola mai szakmaisága, erkölcsi nevelése méltó folytatása első kinevezett igazgatója, Dr. Óriás Nándor professzor örökségül hagyott szellemiségének. Az igényes, széles látókörű szakmai képzés mellett az Andrássyban napjainkban is legfontosabb a nemzeti és érzelmi nevelés. Bizonyítják ezt a tanulók országos szakmai versenyeken, városi pályázatokon elért eredményei, a diákszínpad színvonalas fellépései.

A 90. tanévet rendezvények sorozata kíséri, melynek első állomása 2011. október 21-én a Jubileumi évnnyitó.



„A gyermekeknek két dolgot kell adnunk: gyökereket és szárnyakat. Gyökereket, amelyek tartást adnak, hogy tudják hova tartoznak, de ugyanígy szárnyakat is, amelyek lehetőséget adnak új utakat bejárni.”
(Goethe)

ŐSZI KIKAPCSOLÓDÁS!
az egri TERMÁL- és STRANDFÜRDŐ-ben!
ESTI FÜRDŐZÉS!
Csütörtöktől-szombatig nyitva 21:00 óráig!
DÉLUTÁNI jegy 16 órától
900 Ft!
Eger, Petőfi t. 2. 36/510-558
www.egtermal.hu
Eger, Fürdő u. 3-4. 36/510-552

Testet-lelket nyugtató élmények sora a **Török Fürdő**-ben!
Lepje meg kedvesét, szerelmét **egy kellemes fürdőzéssel és egy relaxációt nyújtó masszázs élményével!**
Keresse meglepően kedvező masszázscsomag ajánlatainkat!

Eötvös Cirkusz 2011 • BRAVISSIMO!

Arany bohóc díjas elefántok!

Jöjjen el hozzánk! A világhírű Eötvös család és nemzetközi sztárvendégei maghívják önt és kedves családját egy magas színvonalú, garantált szórakozásra. Amerikai Winetou lovas show a vadnyugat világában, indiánokkal és cowboyokkal! Magyarországon először! Angyalok és démonok, lélegzetelállító légiakrobaták! Az Avatar földjére is ellátogatunk Netri-vel! Matrix földön és a kupolában! Nem lesz hiány humorban és kacagásban sem! Legújabb szuperprodukcióinkban sok meglepetés, újdonság várja kedves vendégeinket!

Az igazi szenzáció! Az elefántok, akik mehödítették a világot! A 2011-es Monte Carlo-i cirkuszfesztivál arany bohóc díjas elefántjai! Igazi világszám! BRAVISSIMO! Keressen minket a Facebookon, ismerje meg a művészek mindennapjait! Betekintést nyerhet a kulisszák mögé, tudja meg a legfrissebb híreket a 40 fős társulat életéről! Legyen tagja Ön is rajongótáborunknak!

Egerben október 7-től 9-ig a Népkertben az Érsekkerti salakos focipályán!
Előadások: hétköznapokon 18.00 órákor, szombaton 15.00 és 18.00 órákor, vasárnap: 11.00 és 15.00 órákor!

Családbarát kedvezmény: A premier előadásra minden jegy csak: 999 Ft! Hétköznapokon aki a „B” szektorba felnőtt jegyet vásárol, az egyet fizet kettőt kap kedvezményben részesül! Hétvégén aki az alábbi a kupont felmutatja, 500 Ft kedvezményt kap! (A fenti kedvezmények páholyra nem érvényesek!) Infóvonal: (06 30) 4019507, www.eotvoscircusz.com, Facebook: Eötvös cirkusz. A cirkuszpénztár nyitva: 10–18 óráig. Fűtött nézőtér!

A VILÁGHÍRŰ EÖTVÖS CIRKUSZ

A premier napján mindenkinek csak **999,- FT A BELÉPŐ!**
(csak a C szektorba felhasználható, hétköznapokon)

A 2011-ES MONTE CARLO-I CIRKUSZ FESZTIVÁL ARANY BOHÓC DÍJAS ELEFÁNTJAI!

Hétköznapokon **1-et fizet kettőt kap**
(csak a B szektorba felhasználható, egy felnőtt jegy vásárlása esetén)

HÉTVEGÉN MINDEN BELÉPŐJEGY ÁRÁBÓL **500,- Ft kedvezmény**
(Ha ezt a kupont a cirkusz pénztáránál felmutatja, egy belépőjegyhez egy kupon felhasználható fel, minden szektorba felhasználható, kivétel a VIP páholy.)

XV. Országos népszámlálás

A kérdőívek kézbesítésével megkezdődött a népszámlálás folyamata. Dr. Kovács Luca jegyző, települési népszámlálási felelős kéri az egrieket: postaládájukon mindenképpen tüntessék fel, hogy az mely lakáshoz tartozik, ezzel is megkönnyítve a számlálók munkáját. Az összeírók által kikézbcsített csomagban a népszámlálással kapcsolatos útmutató, egy lakás- és egy személyi kérdőív is van. A kitöltéshez legfeljebb 20 perc szükséges, a személyi rész 43 kérdésből áll (33-ra kötelező válaszolni, 9-re nem, ezek közé tartozik például a nemzetiségre, vallásra, tartós betegségre vonatkozó kérdés), a lakáskérdőív pedig 16 kérdést tartalmaz. Utóbbi ív jobb felső sarkán található egy azonosító és egy belépőkód, amellyel az Interneten is ki lehet tölteni az adatlapokat. Aki a világhálón szeretne válaszolni a kérdésekre, az ezt október 1-je és 16-a között, a www.enepszamlalas.hu oldalon teheti meg. Fontos, hogy háztartásonként azonos módon, azaz egységesen vagy papír alapon, vagy elektronikusan kell adatot szolgáltatni a népszámláláshoz. Kérjük azokat, akik elektronikus úton kívánják benyújtani a kért adatokat, minél hamarabb tegyék ezt meg, hiszen így nem keresi fel őket feleslegesen a népszámlálási biztos!

A népszámlálásban kötelező részt venni, aki megtagadja az adatszolgáltatást, azt – a 218/1999-es Kormányrendelet 31. paragrafusa alapján – 50 ezer forintig terjedő pénzbírsággal sújthatják. A bírságot polgár továbbra is eleget kell, hogy tegyen az adatszolgáltatási kötelezettségnek.

Egerben 200 számlálóbiztos végzi munkáját, az erre feljogosító igazolvány nem fényképes, ezért az csak fényképpel ellátott, személyazonosság igazolására alkalmas okirattal együtt érvényes! Az egri számláló biztosok kétharmada nő, egyharmada férfi, kiválasztásuknál számos szempont érvényesült, ezekről igen pontosan rendelkezik a Központi Statisztikai Hivatal útmutatója. Dr. Kovács Luca jegyző elmondta: ügyeltek arra, hogy a leendő számlálóbiztosok vegyes életkorúak legyenek, s az iskolai végzettség, a város területi lefedettsége, és természetesen alapvetően a jelentkezési sorrend is befolyásolta a döntést.

A teljes körű megkérdezésen alapuló népszámlálásban az adatfelvételt 2011. október 1-je és 30-a között kell elvégezni.

Magyarországon 1870 óta tartanak népszámlálást, a 2011-es kötelező érvényű és a tizenötödik lesz a sorban. A tízévente esedékes, idén első alkalommal elektronikusan, az Interneten is elvégezhető népszámlálás Egerben több mint 24 ezer háztartást érint, egy-egy számláló biztoshoz 140-150 cím tartozik. A körzetekről és az illetékes összeírók jegyzékéről felől a (80) 200-014-es és a (80) 200-224-es zöld számon bárki érdeklődhet. Aki további részletekre kíváncsi, keresse fel a www.nepszamlalas.hu oldalt!

A népszámlálás 2011. október 1-jei állapotot rögzít, az összesített eredmény 2012 tavaszára várható, a KSH ennek alapján fontos adatokat tesz majd közzé országos, regionális és megyei szintre lebontva.

Rendőrségi ajánlás a népszámlálás időszakára

Óvakodjunk a trükkös csalóktól!

A bűnözők kihasználhatják a népszámlálás lehetőségét, hogy pénzhez, értékhez jussanak. Módszerük legfőbb jellemzője lehet például, hogy számlálóbiztosnak kiadva magukat kihasználják az emberek jóhiszeműségét, gyanakvásának hiányát és figyelmüket elterelve otthonaikba könnyű szerrel bejutva tőlük különböző értékeket (pl. ékszereket, készpénzt, stb.) tulajdoníthatnak el.

Az számlálóbiztosok személyét a Központi Statisztikai Hivatal (06 80) 200-014, (06 80) 200-224 ingyenesen hívható, zöld számain ellenőrizhetik le!

A számlálóbiztos magát számlálóbiztosi igazolvánnyal igazolja, amelyen szerepel a neve és aláírása, az azonosítószáma, valamint a kártya hátoldalán a település jegyzőjének az aláírása. A számlálóbiztosi igazolvány kizárólag a számlálóbiztos személyazonosságát igazoló fényképes igazolvánnyal (személyi igazolvány, jogosítvány, útlevél) együtt érvényes. Amennyiben bármely okból kétsége merülne fel, értesítse a rendőrséget az ingyenesen hívható 107, vagy 112-es számon!



népszámlálás 2011

