

SZARVASKŐI HÍRMONDÓ

II/ 2.
szám

2015.
02. 17.



SZARVASKŐ KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATÁNAK LAPJA

A TARTALOMBÓL

- ❖ *Farsangi versek*
- ❖ *Szerkesztői sarok*
- ❖ *Farsangoltunk*
- ❖ *Önkormányzati hírek*
- ❖ *Hírek*
- ❖ *Friss frizura –jóleső boldogság*
- ❖ *Új üzlet a faluban*
- ❖ *Hogyan ússzuk meg a telet betegség nélkül?*
- ❖ *Új folyóiratok és könyvek a könyvtárban*
- ❖ *Közhasznú információk*

FARSANGI KALÓZLÁNY

integet Szarvaskő határában!
Emlékeztet arra, eljött a jókedv és bolondozás, a jelmezes népi játékok ideje!



Pálfalvi Nándor: Farsang

Táncra, táncra kisleányok,
daloljatok fiúk,
itt a farsang, haja-huj,
ne lássunk most szomorút!
Mert a farsang februárban
nagy örömet ünnepel,
múlik a tél, haja-huj,
s a tavasznak jönni kell!





Gazdag Erzszi:

Itt a farsang

Itt a farsang, áll a bál,
keringőzik a kanál,
Csárdást jár a habverő,
bokázik a máktörő.
Dirreg, durrog a mozsár,
táncosra vár a kosár,
A kávészem int neki,
míg az őrlő pergeti.
Heje-huja vigalom!
habos fánk a jutalom.
Mákos patkó, babkávé,
értük van a parádé.



Kalózlányunknak egy röpke pillanatra hús-vér kalózlány párja is akadt a farsangi móka idején!



SZERKESZTŐI SAROK

Kedves Olvasók!

Egy település életében nagyon fontosak a különböző, a település működésével szorosan összefüggő, az életminőséget befolyásoló **szolgáltatások**. A kellő mértékben és minőségben kiépített szolgáltatások mellett a település élete jól működik. A lakók együttélése zavartalan. Akár mennyiségében, akár minőségében kielégítetlen vagy nem időben kielégített szükségletek esetén a település életében zavarok keletkeznek, mint ahogy már megtapasztaltuk, amikor a helyi ABC bezárt.

A **település szolgáltatási köre** teljesen felöleli a különféle közüzemi, kommunális, egészségügyi, kulturális, és üzleti szolgáltatásokat, amelyek nagy részéről az önkormányzat gondoskodik.

Az **üzleti szolgáltatásokat** azonban elsősorban magánkezdeménnyezés hívja életre. Addig működnek, míg van irántuk kereslet. Értünk vannak, mi tartjuk fenn őket. A Szarvaskői Hírmondóban szeretnénk bemutatni a mindennapjainkat megkönnyítő, nélkülözhetetlen helyi üzleti szolgáltatásokat, hogy felhívjuk a figyelmet, csak addig tudnak működni, míg igénybe vesszük őket! **Törődjünk velük, mert nélkülük szegényebbek leszünk!**

A **jelenlegi lapszámunkban elkezdett szolgáltatási körképet a későbbiekben is folytatjuk mindazok bemutatásával, akik valamilyen kisebb, nagyobb közösségi szolgáltatást végeznek a lakosság számára, és szeretnének róla hírt adni. Pl. javító, karbantartó, szállítmányozó, kereskedelmi ellátás stb.**

Továbbra is várjuk a híreket, az ötleteket:

szarvaskoszerkesztoseg@gmail.com címre

vagy a Polgármesteri Hivatalban

AKI E-MAILBEN SZERETNÉ MEGKAPNI A HÍRMONDÓT KÉRJÜK, A FENTI E-MAIL CÍMEN SZÍVESKEDJEN JELEZNI!

*Olvassák és szerkesszék velünk
A SZARVASKŐI HÍRMONDÓT!*

*Kárpátiné Ézsias Edit
főszerkesztő*



A KÖZELMÚLT TÖRTÉNESEI

FARSANGOLTUNK

A farsang időtartama mindig változó, vízkeresztől (január 6.) hamvazószerdáig, a Húsvét előtti 40 napos nagyböjt kezdetéig tartó időszak. Farsang a tavaszvárás pogánykori ünnepeiben gyökerezik, melyek szoros kapcsolatban állnak a termékenység, bőség varázslással, a tél elmúltá felett érzett örömmel, a tavasz beköszöntét siettetni szándékozó rítusokkal. A karácsonyi időszak elmúltával, a mezőgazdasági munkák megkezdése előtt, a telet záró időszakban sokfelé rendeztek bálakat, táncmultságokat a falvakban.

A legtöbb lakodalmat is ebben az időszakban tartották, melyet hagyományosan a vidám lakomák, bálók, multságok, népünnepélyek jellemeznek.

A farsang csúcspontja a karnevál, hagyományos magyar nevén „a farsang farka”.

Ez a tradicionálisan farsangvasárnaptól húshagyó keddig tartó utolsó három nap, ami nagy multságok közepette, valójában télbúcsúztató is.

Ekkor rendezik meg a híres karneválokat (Rió, Velence), Magyarországon pedig a nevezetes mohácsi busójárást. Ezen a napon általában szalmabábut vagy koporsót égettek, jelképesen lezárták a farsangot és a telet.



Idén e nevezetes karneválokkal egy időben, február 14-én a faluban is vidám, jelmezes farsangi télbúcsúztatóra hívott mindenkit Szarvaskő Község Önkormányzata. A helyi karnevál napján gyönyörű napsütésben gyülekeztek kicsik és nagyok, jókedvű, hangos télűző csinnadratta közepette vette kezdetét a felvonulás.

A népes résztvevő csapat járőr kocsival felvezetésével járta körbe a falut, trombitaszóval, dobolással csábítva csatlakozásra az otthon ülőket, de sokan várahoztak már a nagy téltemető máglyarakásnál is.





Rövidesen tüzre került a telet jelképező óriási szalma bábu, a körül állók öröme lángra magasba csapott, és gyorsan elégték a gyerekek kicsike kiske bábjai is. Néhányat ugyan továbbra is óvóan szorongattak tulajdonosaik, mert olyan szépre sikeredtek, hogy nem szívesen akartak tőlük megválni. Az is lehet, hogy így biztosították, maradjon még a tél legalább egy-két hózápor erejéig...



A vidám délután nagy derűtség közepette az álarcosok, jelmezesek bemutatkozásával folytatódott.

Volt itt medvebocs, tigris, cowboly, bohóc, cica, méhecske, pillangó és nagy pöttyös labda, de többek között megjelent Pöttyös Túró Rudi, egy valódi kalózlány, egy mexikói indián család és az egész Flinston família is.





Az első három helyezett

A közönség nagy tetszéssel fogadta az ötletes jelmezekbe bújt gyerekeket és felnőtteket. Elismerésüket a számos kiváló álca között leginkább a Cicalány, a Kis Rendőr és a verseny első helyezettjeként, a fellépők legifjabb tagja, a Nagy Pöttyös Labda nyerte el. Különdíjat kapott a Flinston család, akik finom feketeerdő torta nyereményükkel mindjárt meg is vendégelték a délután valamennyi résztvevőjét.



Nagy volt az izgalom a Polgármesteri Hivatalban, erre a napra a kőkorszaki Flinston család vette át az irányítást



A legeslegapróbbak is bekukkantottak a buliba, jövőre már álöltözékben várjuk őket.



A beszélgetés, tánc, móka, kacagás, a gyerekek felszabadult játéka, egészen az esti órákig tartott.



A farsangi buli nem létezhet farsangi fánk nélkül. Ezen a mulatságon is bőven kóstolgathattunk belőle.

Nagyon köszönjük az otthonról hozott, és a helyben sült finomságokat a mestereknek.

Szabó Klárka megosztotta velünk annak az ízletes fánknek a receptjét, amely a szemünk láttára sült, és nagy keletje volt az összejövetelem.



Farsangi fánk



Hozzávalók:

1 kg liszt, 5 dkg élesztő, 1 pohárka rum, 5 dkg mazsola, pici só, 6 dl tej, 8 dkg olvasztott vaj, 10 dkg

porcukor, 6 tojás sárgája.

Elkészítés: A meglangyosított tejbe felfuttatjuk az élesztőt és a többi hozzávalóval bedagasztjuk. Meleg, huzatmentes helyen a duplájára kelesztjük. Kelesztés után deszkára borítjuk és 1 cm vastagra kinyújtjuk, fánkzsaggaóval kiszúrjuk, és letakarva duplájára kelesztjük.

Ha megkelt, meleg, de nem túl forró olajban kisütjük, porcukorral megszórva, lekvárral tálaljuk.

Megkaptuk annak a mennyei feketeerdő tortának a receptjét is, melyet mindenki nagy örömeire Vinczepad Gyuláné Angéla készített (nem csak) a díjazottaknak.

Feketeerdő torta

Hozzávalók a tésztához:

8 tojás, 8 ek. kristálycukor, 8 evőkanál liszt, 1 cs. sütőpor, annyi kakaó, hogy szép színe legyen

A töltelékhez: 2 üveg meggybefőtt, 3 csomag vaníliás pudingpor, 3 ek. cukor, 5 dl habtejszín (Hulala)



Elkészítése:

1. A tésztához a tojásokat szétválasztjuk, a sárgájukat habosra keverjük a cukorral. A fehérjét kemény habbá verjük, és óvatosan összeforgatjuk a cukros tojássárgájával. A lisztet a kakaóval és a sütőporral elkeverjük, majd a tésztához adjuk.
 2. Egy sütőpapírral bélelt kerek tortaformába öntjük a piskótatésztát, és előmelegített sütőben 25 percig sütjük. Amikor kihűlt, 3 részre vágjuk.
 3. A töltelékhez a meggyet lecsöpögtetjük. Teszünk félre pár szemet a díszítéshez. A 3 csomag vaníliás pudingot 12 deci meggylével és a cukorral megfőzzük. Ha kész, a meggyet belekeverjük. A tejszínből kemény habot verünk.
 4. Az alsó tortalapra a kihűlt puding és a felvert tejszín egy részét rákenjük. Ezután óvatosan rátesszük a következő lapot. Erre kerül a maradék puding és a tejszínhab egy része. Ráhelyezzük az utolsó tortalapot.
 5. A tortát bevonjuk tejszínhabbal. A tetejét körben kirakjuk meggy szemekkel, közéjük tejszínhabot nyomunk, szépen megformázva. A kész tortát fél napra legalább a hűtőbe tesszük.
- Tipp:* A tetejét kicsit meg lehet szórní fahéjjal is, és az oldalát tortadarával, de ez elhagyható.

Szarvaskő Község Önkormányzata nagyon köszöni a lakosság jókedvű, aktív részvételét, segítségnyújtását az esemény előkészítésében és a vendéglátásban.

Köszöni a rendezvény szervezésével megbízott Molnár Zsuzsa kulturális közfoglalkoztatott és munkatársai nagyszerű munkáját.

Szerkesztőség



ÖNKORMÁNYZATI HÍREK

A 2015. 01. 15-én megtartott testületi ülésen a következő témák kerültek megtárgyalásra:

A képviselő-testület tárgyalta és elfogadta a 2015. évi belső ellenőrzési tervet.

(Az önkormányzat 2013. évtől az intézményeinek belső ellenőrzését a jogszabályok által megengedett módon, külső szolgáltató bevonásával, a források célszerű és optimális felhasználásával biztosítja a jogszabályban kötelezően előírt belső ellenőrzési feladat-ellátási kötelezettségét.)

A terv a kockázatelemzés alapján felállított prioritásokon és a rendelkezésre álló erőforrásokon alapul, valamint figyelembe veszi az Állami Számvevőszék és a Kormány közpénz-felhasználás átláthatóságára és a korrupció visszaszorítására irányuló törekvéseit.

Az ellenőrzés tárgya: Az önkormányzat költségvetési gazdálkodásának vizsgálata, különös tekintettel a bevételi előirányzatok teljesítésének hatékonyságára és eredményességére.

Az ellenőrzés feltárja, hogy a kontrolltevékenységek működése biztosítja –e a költségvetési bevételekre irányuló pénzügyi kihatású döntések gazdaságossági szempontú megalapozottságát, ezen keresztül a költségvetés egyensúlyát.

A belső ellenőrzés lefolytatására 2015. április hónapban kerül sor.

Haszonbérleti szerződés megkötésének kérelmével fordult a képviselő-testülethez: Székesi Béla (Szarvaskő, Tölgyfa u. 13.) Benkó Dániel (Szarvaskő, Petőfi S. u. 1.) Seres Tamás Richárd (Fehérgyarmat, Alkotmány u. 14.).

A képviselő-testület a haszonbérbeadásokhoz nem járult hozzá, az erről történő döntést elhalasztotta.

A testület véleménye szerint, tekintettel arra, hogy jelenleg még nem rendelkezünk a határhasznosítás sem rövidtávú, sem hosszú távú koncepciójával, a határral kapcsolatos kérelmek elbírálására nincs lehetőség.

További problémát jelent, még az is, hogy a 42/2007. (XII.28.) számú Képviselő Testületi határozatban a testület megtárgyalta és elfogadta az önkormányzat tulajdonában lévő zártkert – külterületi - belterületi ingatlanokra vonatkozó haszonbérleti szerződés tervezetét és éves bérleti díjtételének javaslatát.

Megállapítást nyert, hogy a haszonbérleti szerződés többek között az alábbiakat tartalmazza: „...az aktuális haszonbérleti díj minden évben automatikusan – tehát a felek erre irányuló külön jognyilatkozatai és szerződésmódosítása nélkül-megemelkedik a Központi Statisztikai Hivatal által a korábbi évre megállapított fogyasztói árindex mértékének 100 %-ával...”

Tekintettel arra, hogy a szerződés ezen tartalmát egyetlen évben sem alkalmazta a hivatal, megbíztam az Ügyrendi Bizottságot, végezzenek számításokat, hogy összességében mit eredményez a mulasztás és tegyék meg javaslatukat arra vonatkozóan, hogy a jövőben, hogyan járjunk el, illetve módosítsuk –e a haszonbérleti szerződések erre irányuló rendelkezéseit.

Fent leírtak alapján az ügyet a képviselő-testület a soron következő testületi ülésen napirendi pontként tárgyalja.

Közzeti megbízotti szolgálat támogatásáról döntött a képviselő-testület.

Megkeresés érkezett az Egri Rendőrkapitányság részéről a szarvaskői körzeti megbízott részére egy szolgálati mobiltelefon vásárlásának tárgyában, tekintettel arra, hogy a körzeti megbízott saját készülékét használja.

A testület döntése alapján támogatjuk egy készülékkel a körzeti megbízotti



szolgálatot, melynek üzemeltetési költségét a Rendőrkapitányság fedezi.

A polgármester (évi bruttó kettőszázezer forint) cafetéria juttatásáról döntött a testület.

(Magyarország 2015. évi központi költségvetéséről szóló 2014. évi C. törvény 59. § (2) bekezdése szerint biztosított a költségvetési szerveknél foglalkoztatott tisztviselők részére évi bruttó kettőszázezer forint cafetéria juttatás.)

A 2014. évi választásokat követően történt polgármesterváltás szükségessé tette a kötelezettségvállalás, ellenjegyzés, utalványozás, érvényesítés szabályzatának módosítását,

melyre vonatkozóan az előterjesztett javaslatot a képviselő-testület elfogadta. (Barta Győző jogosult helyett, Szabóné Balla Mariannát nevezte meg jogosultként.)

Az önkormányzat által a JURTA 2001 Alapítvány részére nyújtott támogatás egy részének (300.000,-Ft) meg nem térüléséről már az előző számunkban tudattuk Önöket.

Sajnos a 300.000,- Ft, azóta sem térült meg, hiába tette a volt polgármester az akkori testület előtt a garanciavállalást az alább idézettek szerint:

„Ezzel kapcsolatban, hogy tegyem azt a garanciális javaslatot, hogy ezért a 800.000,-Ft –ért én személyes garanciát vállalok a juttatásom, illetve amennyiben nem leszek polgármester a végkielégítés terhére. Tehát ezzel a kiegészítéssel szeretnék élni, személyes garanciát vállalok ennek a 800.000,- Ft-nak a visszafizetésére.”

A személyes garanciavállalást Barta Győző 2015. január 13-án írt leveléből idézve az alábbiak szerint kell értelmezni:

„A Jurta 2001 Alapítványnak kölcsön adott összeg elfogadásakor, személyes garanciát, kezességet vállaltam, természetesen ezt továbbra is tartom. Szeretném felhívni azonban a Képviselő-testület figyelmét,

hogy nem kézfizető kezességet vállaltam! Tehát nem azt, hogy vagy Ők fizetnek vagy én. A törvény megszabja a tartozás behajtásának rendjét, kérem így járjatok el, ha szükségét látjátok.”

Barta Győző volt polgármester levelében kérte a testületet, hogy legyen méltányos az ügyben és amennyiben azt a Jurta 2001 Alapítvány kéri, tekintsünk el a maradék összeg megfizetésétől.

Köszönjük a tanácsokat, de *a testület úgy döntött, hogy nem tekinthet el a 300.000,- Ft visszafizetésétől és megteszi a szükséges jogi intézkedéseket.*

A JURTA 2001 Alapítvánnyal Szarvaskő Község Önkormányzat Képviselő-testülete 2005. november 29-én földhasználati szerződést kötött 20 éves időtartamra, hozzávetőlegesen 28 hektár terület ellenszolgáltatás nélküli használatára. A szerződés 23. pontjában rögzítésre került, hogy *„Azonnali hatályú felmondásnak van helye az Önkormányzat részéről, ha az Alapítvány a szerződésben vállalt kötelezettségeinek nem, vagy nem teljes mértékben tesz eleget”*

Tekintettel arra, hogy a földhasználati szerződés 2. sz. mellékletében megfogalmazott cselekvési ütemtervben, mely 2006 - 2010 közötti időszakra szolt, nem valósult meg pl. a 2.1. pontban meghatározott építkezés, mely a szerződés 7. pontjában meghatározott építmények felépítésére vonatkozott, *a képviselő-testület a földhasználati szerződés azonnali hatályú felmondásáról döntött.*



A JURTA 2001 területe





A 2015. év januári számunkban is szó volt már a fahidak javításához szükséges fűrészáru „beszerzéséről”, illetve arról, hogy a településünket érintő, aránytalanul kedvezőtlen „költség” miatt az ügyben, új árajánlatot szereztünk be, mely közel 450.000,- forinttal kedvezőbb.

Akkor az ügyben vizsgálatot kezdeményeztünk. Tájékoztatom Önöket, hogy a vizsgálat lefolytatását követően a *testület úgy döntött, hogy nem tart igényt a Likai Kft. által leszállított fűrészárura, melyről a gazdasági társaság vezetőjét értesítettük, aki az áru elszállításáról intézkedett.*

A Magyar Telekom Távközlési Nyrt. és a STRABAG Zrt. képviselőivel megtörtént a személyes egyeztetés a hivatal épületének alagsorában elhelyezkedő bérlemény kapcsán.

A megbeszélés során egyetértés született abban, hogy *a bérleti díj megfizetését visszamenőleg 5 évre vállalja a Telekom.*

A 2015. évi bérleti díj összegére vonatkozóan a megállapodás, február végéig elhalasztásra került, tekintettel arra, hogy a Telekom képviselője meg kívánja vizsgálni, *milyen kedvező feltételeket tudnának biztosítani településünkön, majd ennek tudatában térünk vissza a havi bérleti díj módosítására.*

Az előző számunkban tájékoztattuk önöket arról, hogy SZMSZ módosítást kezdeményezünk arra vonatkozóan, hogy a hivatal hatékony munkavégzésének érdekében minden hét legalább egy napján szüneteljen az ügyfélfogadás.

Akkor azt írtuk, hogy a módosítás elfogadására legkorábban 2015. január hónapban kerül sor.

Tekintettel arra, hogy fenti kérdésben a Közös Önkormányzati Hivatal Szervezeti és Működési Szabályzata rendelkezik, az ezzel kapcsolatos *döntésre a 2015. február hónapban megrendezésre kerülő Közös Önkormányzati Ülésen kerülhet sor.*

*Szabóné Balla Marianna
polgármester*

Tájékoztató

A Heves Megyei Közgyűlés Elnökének 2015. február 3-án kelt, a korábbi települési projektlisták felülvizsgálata tárgyában érkezett levele szerint:

A Heves Megyei Önkormányzat a Heves Megyei Településfejlesztési Ügynökség Nonprofit Kft. bevonásával járási konzultációs fórumot szervez, melynek célja, hogy a települések elképzelései minél pontosabban kerüljenek megfogalmazásra.

A települések projektlistáiból összeálló adatbázis fogja ugyanis az alapot képezni a Heves Megyei Integrált Területi Program (2014 - 2020) közötti tervdokumentum véglegesítéséhez.

A tervdokumentum véglegesítését megelőzően lehetőséget biztosítanak a településeknek a korábban benyújtott projektlisták felülvizsgálatára.

A képviselő-testület döntött a 2014-ben leadott projektlista módosításáról, miszerint *az ÖkoSziSzTéma Park – Komplex ökoturisztikai attrakció- és szolgáltatásfejlesztés Szarvaskőben helyett, az iskolaépület és az állomáskerti szabadidőpark átalakítását tűzi ki célul, és jelöli meg támogatandó projektként.*

Első helyen természetesen a szennyvíz csatorna hálózatépítést jelöljük meg.

*Szabóné Balla Marianna
polgármester*



HÍREK**ÚTJAVÍTÁS A SZÉRŰSKERTBEN**

A szérűskerti lakók egy kicsi, de lelkes csoportja úgy döntött, önkéntes munkával besegít az utak javításába és kisimítja a környék kátyúit. Az elhatározást gyorsan tett követte, előkerültek a csákányok, lapátok és szorgos kézben sem volt hiány.

Olyan gyorsan dolgoztak, hogy fotónk már csak a tevékenység utolsó pillanatait örökíthette meg!

Szarvaskő Község Önkormányzata örömmel köszöni a lakóközösség kezdeményezését, segítségét, az eredményes, hatékony munkát!

**BABAVÁRÓBAN**

Tavasszal nemcsak a gólyák érkeznek vissza, de hozzák március elejére Szarvaskő legifjabb lakóját is.

A Szabó házaspár, Melinda és Gábor már alig várja azt a csodás napot!

Mi is velük együtt örülünk a kis jövevénynek és boldog, szép életet kívánunk az egész családnak!



FRISS FRIZURA – JÓLESŐ BOLDOGSÁG!

Mi nők bevallottan örömmel és megnövekedett önbizalommal lépünk ki a fodrászüzletből felfrissült frizuránkkal, és szívesebben forgunk ilyenkor a társaságban, mint csapzott hajjal, és nyilván a férfiak is hasonlóan éreznek, csak éppen nem ütik nagydobra. Képesek vagyunk egy ügyes, előzékeny, kedves fodrászért felkutatni az egész környéket, sőt, ha megtaláltuk, nem vagyunk restek követni hét határon át sem.



Nos, a szarvaskőieknek nem kell messze keresgélniük a megfelelő szakembert, akire rábízhatják magukat, mert itt a faluban, helyben megtalálják. Sokan talán nem is tudják, hogy már több mint 5 éve működik *Bajzát Ignácné Emike* fodrászata a településen, az ABC épületének hátsó traktusában, nem túl szembetűnő helyen, hiszen a főútról nem látható, a Kisköz felől közelíthető meg.

Tip-top kis üzlet, kényelmes, meleg, mindennel felszerelt, ami az ellátáshoz szükséges. Emikéhez mindenki jöhet, nők, férfiak, gyerekek egyaránt, bizonyítványa szerint is *női – férfi fodrász*, sőt előbb szerzett férfifejek rendbetételére képesítést, és csak később lett női fodrász is. Egercsehiben, ahonnan átjár, mindezt jól tudják, de Szarvaskőben, ahogyan nevetve mesélte, el kellett nyerni a férfiak bizalmát. Akik felfedezték, szívesen visszatérnek

hozzá. A helybéliekén túl gyakran megfordulnak nála vendégek a környező településekről is. Látogatásom alkalmával éppen egyik törzsvendége, *Lengyel Mária* haját festette. Marika rendszeresen ide jár, elégedett az elkészült frizurával, mert Emike gyors és alapos, s nem utolsósorban helyben van.

Éveken keresztül hetente két napon volt nyitva az üzlet, újabban azonban már Emike csak péntekenként dolgozik a faluban, mert azt szereti, ha egész nap folyamatosan járhat a keze, nem tud tétlenül várakozni.

Mielőtt eljöttem újabb vendég toppant be, *Dr. Hamar Piroska*, aki noha nem állandó lakója településünknek, ha csak teheti, felkeresi Emike fodrászatát. Kérdésemre, hogy miért szeret ide járn, máris kész volt a válasszal: elsősorban, mint minden nő én is a szimpátia alapján választom a személyes szolgáltatót, fodrászt, kozmetikust, de ugyanez a helyzet az ügyvéddel és az orvossal is. Ha a környéken van bírósági tárgyalásom, vagy bármilyen ügyintézőm, és Emike fodrászata nyitva tart, soha nem szalasztom el a lehetőséget egy kis hajszépítésre, mert a fodrászunk gyorskezü, ügyes varázsló (remek frizurát alkot) és nála a vendég személyre szabottan fontos, érdekli a család, az egészség, a munkahely, lehet vele beszélgetni háztartásról, könyvekről, filmekről és mindenféle házi, női praktikáról. Csendes, halk szavú, kedves, figyelmes, ő az az egyéniség, akire illik: ha nem lenne, ki kellene találni. Emikére szakemberként és remek asszonyként is szükség van a faluban, mert egyrészt helyben lehet az üzletében külsőleg szépülni, másrészt lelkileg is frissítő, ugyanis mindig megtalálja a megfelelő hangot a női, gyermek és a férfi vendégekkel, és a mai elidegenedett világunkban ez is szükséges.

Jó lenne, ha több vendég keresné fel az üzletét, hogy érdemes legyen Emikének sokáig a szarvaskői "fodrászdát" nyitva tartani és továbbra is igénybe lehessen venni a szolgáltatását – sorolta a sok erényt Piroska.

Mindehhez már nincs is mit hozzátennem, én magam is, az elégedett használók nevében csak csatlakozni tudok a kívánsághoz. Az üzlet nyitva tartása *péntekenként 7.00 – 15.00* között, de ha vendég érkezik, Emike tovább folytatja a munkát. Elérhetősége: **30-483-8907**

Kárpátiné Ézsias Edit



ÚJ ÜZLET A FALUBAN – VIKTÓRIA BOLTJA



Éppen a csipkebogyó fesztivál napján nyitott a falu új üzlete a patak partján, a főút mentén. Tábláján messzire hirdeti ZÖLDSÉG – GYÜMÖLCS kapható!

Nagy bátorságra vall az őszi kezdés, hiszen a szezon még messze van. Az üzlet fiatal, lelkes tulajdonosa *Énekes Viktória* elmondta, hogy vállalkozói pályázati támogatás segítségével nyitotta meg a boltot három hónapja. A téli időszak ugyan a próba ideje, de örömmel tapasztalja, hogy egyre többen térnek be hozzá. Tavaszra pedig számos további fejlesztési terve van.

A küllemében is vonzó faépület polcain esztétikus rendben sorakozik a sok-sok áru, ami az üzlet profiljába tartozhat. Együtt van itt minden alapanyag, amiből a háziasszony gazdálkodhat. *Friss zöldség, krumpli, káposzta, hagyma, tojás, a most szezonális déli gyümölcsök, narancs, banán, citrom, a hazai alma, de a konzervek, száraz áruk, édességek, üdítő italok* is széles választékot nyújtanak.

És nem hiányoznak a polcokról a *szarvaskői ízletes helyi termékek* sem:

házi barack, szilva, csipkebogyó lekvárok, mézek. Valamennyi gusztusos megjelenésben, csinos üvegekben!

Tavaszra Viktória nemcsak az újonnan megjelenő friss gyümölcsökkel, zöldségfélékkel szeretné bővíteni a kínálatot, de *kávét* is szívesen főz majd a látogatóknak, és szeretne a faház mellé kitenni néhány asztalkát, széket is az arra járók kényelmére.

Már most is van lehetőség arra, hogy rendelésre egercsehi *kenyeret* (270Ft/1kg) is beszerezzen, a jó idő beköszöntével pedig a vendégek válogathatnak majd a hűsítő *jégkrémek* között is, sőt nyárra talán még *fagyi* is lesz! A turisták kedvére apró *szarvaskői ajándéktárgyak* is megtalálhatók a kínálatban.

Márciustól az üzlet nyitva tartása meghosszabbodik!

Hétfőtől – Péntekig: 8.00 – 18.00

Szombaton: 8.00 – 15.00

Vasárnap: 9.00 – 13.00

Barátsággal és sok finomsággal, friss áruval várja a vásárlókat! A következő telefonszámon az üzlet vezetője bármikor elérhető: **20/ 265 – 6725**



Kárpátiné Ézsias Edit



HOGYAN ÚSSZUK MEG A TELET BETEGSÉG NÉLKÜL?

A légúti betegségek, amilyen az influenza, a megfázás, a nátha, a hörghurut sajnos a téli időszakban szinte mindennaposak környezetünkben.

Ahhoz, hogy immunrendszerünk erős legyen, és legyőzhessük a betegségeket a különböző vitaminok nélkülözhetetlenek szervezetünk számára.

Ráadásul kevesebb napfény is ér minket, ezért fokozottabban oda kell figyelniük a

létfenntartású vitaminok és nyomelemek pótlására, melyeket a megfelelő táplálékkal kell bevinni szervezetünkbe.

Mindannyian tudjuk, hogy a friss gyümölcs telis-tele van különböző vitaminokkal, amelyek hathatós védeltséget nyújthatnak a betegségek ellen. A *banán*, a *citrusfélék* és az *alma* különösen népszerű, és egyben kiváló vitaminforrás is ebben az időszakban. Ne feledkezzünk meg a *zöldségekről* sem, hiszen ezekből is jócskán válogathatunk és legtöbbször igazi "vitaminbomba".

Különösen nagy szükség van a **C-vitamin** pótlására. A napi igény fedezésére megfelel egy-két *narancs*, *kiwi* vagy akár két pohár *ribizlilé*.

Közismert például a *savanyú káposzta* magas C-vitamin tartalma, de naponta 10-15 dkg-nál többet nem ajánlott nyersen elfogyasztani a magas konyhasó tartalma miatt. Kiváló C-vitamin-forrás a szobahőmérsékleten kiáztatott *csipkebogyó tea* is!

Ha izgatottnak, nyugtalannak érezzük magunkat, akkor kezdjük a napot egészséges reggelivel, fogyasszunk *müzlit*, *mogyorót*, *dióféléket*, *napraforgómagot*. Ezek ugyanis sok **B1-vitamint** tartalmaznak, amely idegvédő, segít a stressz leküzdésében, a téli fényhiányos időszakban különösen nagy szükségünk van rá. Nagyon jó B1-vitaminforrás a *sertéshús* és a *csirkehús*.

A téli hónapokban, amikor rövidek a nappalok az olvasás, a számítógépezés nagyon megerőltető a szemnek. A szemünk egészséges működéséhez **A-vitaminra** van szükségünk. Kiváló A-vitamin-forrás a *sárgarépa*, a *spenót*, a *tojás*, de választhatjuk a *tejtermékeket*, a *sütőtököt* és a *tengeri halakat* is.

A **D-vitamin** azon kevés vitaminok egyike, amit szervezetünk nem tud előállítani. Ezért igyekezzünk legalább napi húsz percet *napfényen tartózkodni*, hogy szervezetünk kellően feltöltődhessen D-vitaminnal. A napsugarak mellett a D-vitamin más forrásból is pótolható: a *heringfilé*, a *lazac*, a *gombák* és a *tojás* is kiváló D-vitaminforrások, de a *tejtermékek*, *belsősegek* és a *búzacsíra* fogyasztása is ajánlott.

A **B6-vitamin** nagyon gyorsan kiürül a szervezetből, ennek pedig idegesség, ingerlékenység lehet a következménye. B6-vitamint tartalmaz a *banán*, a *csirkehús*, a *tejtermékek*, a *lencse*, az *élesztő*.

Az **E-vitamin** szabad gyök fogó hatása védi a szív koszorúereit a károsodásoktól, így kevésbé alakul ki érlemeszesedés. Gátolja a vérrögképződést, ezzel véd a trombózis, a szívroham és a szélütés kialakulása ellen is, hozzájárul az öregedési folyamatok gátlásához. E-vitaminban gazdagok a *növényi olajok*, *olajos magvak*, a *mogyoró*, *mandula*, *homoktövis* és a *gabonacsírák*.

Megfelelően összeállított étrend mellett a vitamin tabletták akár el is hagyhatóak, azonban amikor szervezetünknek megnövekszik a vitaminigénye - például egy betegséget követően - hasznosak lehetnek. De legfontosabb a kiegyensúlyozott táplálkozás!

Forrás: www.webbeteg.hu



ÚJ FOLYÓIRATOK ÉS KÖNYVEK A KÖNYVTÁRBAN



Idén felfrissült a könyvtárba megrendelt folyóiratok köre. A *sokféle lap* között mindenki talál izgalmas olvasnivalót, és ki is kölcsönözheti a választott, színes magazinokat, ahogyan kedvére válogathat az újonnan érkezett *könyvek* között is!



Íme a folyóirat kínálat!

Megjelenés:

Csodaceruza

évente tízszer

Kertbarát magazin

kéthavonta

Az Otthon

havonta

Őstermelő

kéthavonta

Nők lapja

hetente

Nők lapja Psziché

kéthavonta

Praktika

havonta

Szívárvány

havonta

Természetjáró Turista

havonta

Vidék íze

havonta

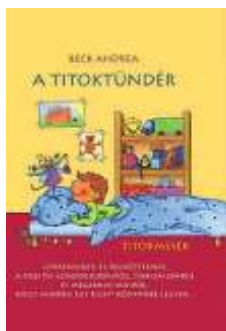
Világjáró

negyedévente

KÖNYVAJÁNLÓ

BECK ANDREA

A titoktündér



Egy mese, melyben nincsenek robotok és halálfejek, sem fegyverek, űrlények vagy topmodell kinézetű teremtmények.

Nincs benne csúnya beszéd sem, és a bugyuta, értelmetlen, semmitmondó történetek is kimaradtak.

Hogy mi az, ami szerepel benne? Varázslatos mesevilág, mely szórakozás és hasznos segítség is egyben szülő és gyermek számára. Többek között, HA: kicsúfolják, fél a sötétben, verekszik vagy őt bántják, beteg lesz, barátkozni vagy békülni kell, netán elveszít valamit, vagy híján van az önbizalomnak. De akkor is önfeledt mesés perceket nyújt, ha ezek mindegyike szerencsésen elkerüli gyermekét.

Játék és mese, melyben észrevétlenül kap helyet a pozitív gondolkodásra való nevelés, az önbizalom fejlesztése és mindenekelőtt a vidám, gondtalan életszemlélet kialakítása és megtartása. Kicsiknek és nagyoknak egyaránt!



FALVAI RÓBERT

**A Hunyadiak asszonyai
A Magyar királynék és
nagyasszonyok 9. kötete**

Itt a sort egy igazi nagyasszonnyal kezdjük: magával Szilágyi Erzsébettel, aki sok

gyötrelmes kalandon ment át, miközben férje mellett élte a török időket, bátyja, Szilágyi Mihály kisebb zsarolásainak engedve, hogy aztán első fiát kivégezzék, a másikat külföldi börtönbe hurcolják. Később fia, Mátyás uralkodása alatt vállalt sok feladatot és ő nevelte fel törvénytelen unokáját, Corvin Jánost is.

Mátyás két feleségéről írunk majd, a cseh Katalinról, aki korán meghalt, és az itáliai Izabelláról, akiről a későbbi századok során furcsa dolgok derültek ki, többek között az, hogy már hazájában is gyilkos volt. Könnyen lehet tehát, hogy valóban ő mérgezte meg a férjét, amit későbbi királyi ambíciói is igazolnak.





VÉGSŐ BÚCSÚ

Őszinte fájdalommal tudatjuk, hogy 80. életévében, *2015. január 19-én* elhunyt **Hagymási Tivadar**. Gyászolják családtagjai, barátai, tisztelői, a szarvaskői közösség tagjai. Nyugodjék békében.....



VÉGSŐ BÚCSÚ

Őszinte fájdalommal tudatjuk, hogy 53. életévében, hosszú betegség után elhunyt **Csuhai Győző**. Végső búcsút *2015. február 20-án 14 órakor* vesznek tőle családtagjai, barátai, tisztelői, a szarvaskői közösség tagjai a szarvaskői templomban és temetőben. Nyugodjék békében....

SZARVASKŐÉRT ALAPÍTVÁNY SZÁMLASZÁMA

11994507-03402748-00000000

LOMTALANÍTÁS



2015. MÁRCIUS 24-ÉN kerül sor településünkön az éves nagy lomtalanítási akcióra, a feleslegessé vált holmik összegyűjtésére!

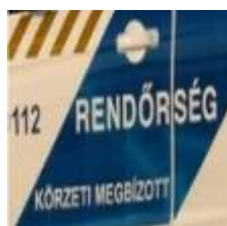
NEM keverhető be a veszélyes hulladék, építési törmelék, konyhai hulladék!

KÖZHASZNÚ INFORMÁCIÓK



**POLGÁRMESTERI ÉS
JEGYZŐI FOGADÓÓRA:**
minden pénteken
9.00 - 12.00-ig

SZOCIÁLIS ÜGYEK (közgyógyellátás, ápolási díj, TB ügyintézés)
minden csütörtökön 8.00 - 10.00-ig
a Polgármesteri Hivatalban



**KÖRZETI MEGBÍZOTT
FOGADÓÓRÁJA:**
*minden hónap első és
második hétfője*
9.00 - 10.00-ig
a Polgármesteri
Hivatalban



**ORVOSI RENDELÉS
IDŐPONTJAI:**
hétfő: 8.00 – 10.00-ig
szerda: 8.00 – 10.00-ig
(vérvétel: 6.30 - 7.30)
péntek: 7.30 - 9.00-ig



**SZOCIÁLIS
GONDOZÁS**
rendszeres
odafigyelés,
látogatás,
ápolás,
segítségnyújtás

Gonozók:
Liktorné Majoros Erika
Pusztai Tiborné Ibolya

Szarvaskői Hírmondó

Szarvaskő Község Önkormányzatának Lapja
Főszerkesztő: Kárpátiné Ézsiás Edit
Szerkesztőbizottság:
Liktorné Majoros Erika, Lőrincz József
Szerkesztőség: Polgármesteri Hivatal
3323 Szarvaskő, Rákóczi u. 1.
szarvaskoszerkesztoseg@gmail.com

