



Mátészalka

2. Közlekedjünk két keréken!

Újabb kerékpárút épül Mátészalkán

5. Június első vasárnapja - pedagógusnap

Köszönjük a tanítók, nevelők, tanárok munkáját

6. Végre fürdőzhetünk

Interjú Deák Gergővel, a Városi Uszoda vezetőjével

... KÁCIÓ, AKÁCIÓ VAKÁCIÓ

Mindenki emlékszik azokra a napokra, amikor krétával írtuk a táblára: VAKÁCIÓ! Színes figurákat rajzoltunk, és az utolsó tanóra után magasba dobtuk a könyveket, füzeteket. A ballagó diákok a „babanapon” cumival a szájukban, kantáros nadrágban vagy éppen pörgős szoknyában tartották kezükben gyermekkoruk kedvenc plüsseit. Mindenki vidám volt, hisz tudtuk: következik a megérdemelt pihenés. Manapság is hasonló érzésekkel várják a nyári szünetet a diákok, akiknek lesz mit kipihenni, mert ez a tanév cseppet sem volt izgalmaktól mentes.



GYÓGYSZERTÁRI ÜGYELET



- 2021.06.07. - 2021.06.13. • Szamos Gyógyszertár
- 2021.06.14. - 2021.06.20. • Sas Gyógyszertár
- 2021.06.21. - 2021.06.27. • Fecske Gyógyszertár
- 2021.06.28. - 2021.07.04. • Szalka Gyógyszertár

- 4700 Mátészalka, Hunyadi köz 10/a
- 4700 Mátészalka, Kálvin tér 7.
- 4700 Mátészalka, Bajcsy-Zs. u. 25-27.
- 4700 Mátészalka, Eötvös 21.

Közlekedjünk két keréken!

- A jó idő a szabadba csábít bennünket. Érdemes átgondolni a közlekedési szokásainkat, és a négykerekű járműveinket biciklire cserélni. A szezon első használata előtt végezzük el az éves „nagyszervizt”: nézzük át a gumik, fékek állapotát, húzzuk meg a csavarokat, állítsuk be a legmegfelelőbbben a nyeret, és ne feledkezzünk meg a lámpákról sem! A biztonság a legfontosabb, biztonságosan közlekedni pedig csak megfelelő állapotú járművel lehet. Mielőtt családi túrát szerveznénk, beszéljük át a gyerekekkel is a főbb szabályokat. Legyenek tisztában azzal, hogyan kell a közlekedésben részt venni!



Mátészalkán és környékén csaknem 10 km meglévő kerékpárút és kerékpársáv várja e mozgásforma szerelmeseit, és már látványosak az új kerékpárút munkálatai is. Az utóbbi években számos régi adósságot törlesztett a városvezetés a bicikliseknek, hiszen megvalósult a Mátészalkát Nyírmeggyessel összekötő kerékpárút, ami a Debrecen felé tartó kerékpáros úthálózatba kapcsolta be városunkat. A most épülő 5,5 km hosszú szakasz pedig az M49-es út („Négysávos”) mentén teszi biztonságossá a kerékpározást, illetve további kerékpársávok segítik majd a biciklisek nyugodt közlekedését.

Semmi nem akadályoz meg tehát bennünket abban, hogy autómentes hétvégéket tartva két keréken közlekedjünk a városban. Ezzel nemcsak a környezetünket védjük, a pénztárcánkat kíméljük az üzemanyag költségektől, de az egészségünkért is sokat teszünk. A kerékpározás, mint mozgásforma erősíti a szívet, az érrendszert, fokozza a keringést, javítja a tüdőkapacitást, és segít a fogyásban. Egy óra kerékpározással átlagos tempóban körülbelül 360 kalóriát éget el a szervezetünk, ami azt jelenti, hogy egyórás bringatúra után a család minden tagja lelkiismeret-furdalás nélkül fogyaszthat el fejenként három gombóc fagyit! Ezt azért érdemes fontolóra venni...

Lakossági összefogás is szükséges

- Egy régi mondás szerint a legalkalmasabb időpont egy fa ültetésére 20 évvel ezelőtt volt. A második legalkalmasabb időpont most van. Megfontolva a bölcsesség üzenetét, a Mátészalkai Városgazda Nonprofit Kft. munkatársai tavasszal fásítási programba kezdtek.

A 2019-es vihar igazolta, hogy folyamatosan figyelemmel kell kísérniük a meglévő faállomány állapotát, és a betegnek vagy veszélyesnek minősülő fák cseréjéről gondoskodniuk kell. A telepítések sikeréhez a lakossági összefogás is szükséges, mert csak így, közösen tudjuk a frissen telepített, törekeny facsemetéket megvédeni attól, hogy a vandalizmus áldozatává váljanak. A program első lépéseként két nyírfát ültettek a Kölcsey Parkban. Talán még emlékszünk, mennyire megsínylették ezek a fák a 2019-es szupercella pusztítását. Az Alkotmány úton 13, az Ipari úton 17 platánfával gyarapszik környezetünk. A Kegyeleti Park gömbkőrissel és piros virágú vadgesztenyével (összesen 10 darabbal) gazdagodik. Bugás csörgőfák kerülnek majd az Alkotmány úti tömbbelső és az „Északon” lévő futókör környékére. A Kikelet Tagóvodához japán díszcseresznyét, a Képes Kávéházhoz pedig korallberkenyéket ültetnek.

A fásítási program lendületesen vette kezdetét Mátészalkán. Igazán sikeres viszont csak akkor lehet, ha ezeket a növényeket és az azokról gondoskodó emberek munkáját tiszteljük, a város közterületére pedig a saját közös kertünként tekintünk.



Vedd a helyit, véd a helyit!

● Szeretek szombat reggel korán ébredni, mert akkor tudom, hogy a szokásos bevásárlási túra első megállóhelye a mátészalkai Nagypiac lesz. Nyár elején a korai reggelek hűvössége ébreszt a teraszomon, ahol a kávé kortyolgatása mellett agyamba villan, milyen primőr árura van szükségem a hétfégi főzéshez.

Alig várom, hogy teremjen a borsó, hiszen a helyi zsege borsónak nincs párja. Semmi más nem illik annyira hozzá, mint a kertből felhúzott friss répa és petrezselyem. Gyermekkoromban mindig ilyen ettem a nagyapám kertjéből, alig megmosva. Én már nem gyúrok tésztát, mint drága nagymamám tette, éppen ezért keresek majd a portékák közt gondosan elkészített házi csipetkét. Hiszen az ember mindig a gyerekkori ízekre vágyik. Szükségem lesz még friss tojásra. Piacos tapasztalatom szerint az idősebb néniktől és bácsiktól lehet a legjobbat szerezni. 100%-ban házi, friss és aranyárga a tojás. A vasárnapi reggeli alapvető része. Persze kifejezetten elfogult vagyok, ellágyul a szívem a tojások minőségellenőrzésénél, amikor az eladók „Kedveském” megszólítással fordulnak felém. Sosem hagyom ki a házi szalonna és a kolbász kínálatának az ellenőrzését. Hétről hétre találunk itt tepertőt, disznósajtot, különlegességeket. Nem fogyasztok se párizsit, se virslit, helyette a jó minőségű hazai füstölt húst választom.

Már veszem az új kedvenc bevásárlószatyromat, a cvekkert. Most újra divatját éli, úgyhogy érdemes átforgatni a nagy kamráját, biztosan lapul benne egy. Feleslegesen ne vegyünk újat! Lista a kézben, hiszen a fenntarthatóság ott kezdődik, hogy csak azt veszem meg, amire valóban szükségem van.

Kiérek a Nagypiacra, és már távolról hallok azt az alapzajt, ami mit sem változott az évek során. Ebbe vegyül a kereskedelem, a kínálgatás, a várakozás, az izgalom, és percek alatt nyüzsgő méhkasra emlékeztet a hely. Ebben a kábulatban a szigorú listás bevásárlási szabályomon enyhítek, megcsap a kiskerti virág illata, és nem tudok ellenállni a pünkösdi rózsacsokornak. Majd megérezem a lángos jellegzetes illatát, és újból engedek a kísértésnek. Nincsen piac lángos nélkül. Örökérvényű igazság.

A piaci vásárlással mindenki nyer. Ha megértjük, miért jobb minőséget venni a mennyiségnél, miért fontos, hogy tudatosan annyit vásároljunk, amennyit elfogyasztunk, már sokat tettünk a környezet védelméért. Ha felnövünk ahhoz, hogy az idős néni által árult zöldségben meglátjuk azt a reményt, azt a szeretetet, amivel tavasszal elvetette, gondozta, akkor már nem lesz soha ugyanolyan az íze a szupermarket polcain lévő zöldségnek.

Dr. Vizler Mónika



Reszkessetek szemetelők!



A mátészalkai közterület-felügyelet, a rendőrkapitányság és a városgondnokság közös erővel vette fel a kesztyűt az illegális hulladéklerakókkal szemben. A lerakott szemetet ezúttal nem csupán eltakarították, hanem eljárást is kezdeményeztek az ügyben, aminek akár súlyos pénzbírság is lehet a következménye. A szennyezett terület környékét - a társadalmi felelősségvállalás jegyében - az ottani földtulajdonosok is segítettek megtisztítani, amit Mátészalka közössége nevében ezúton is köszönünk. „Közös erővel továbbra is figyelni fogjuk az illegális szemét útját, és élni fogunk a törvény biztosította szankciók lehetőségével annak érdekében, hogy tisztább és egészségesebb környezetben élhessenek Mátészalka lakói” - mondta el lapunknak Kertes László, a közterület-felügyelet csoportvezetője.

IMPRESSZUM

Felelős kiadó: Mátészalka Város Önkormányzata, Dr. Hanusi Péter polgármester | **Főszerkesztő:** Úsz Illés

Elérhetőség: mateszalkaujsag@gmail.com | **Fotók:** Lakatos Gergely | **Design és gyártás:** Mohácsi Art Kft., Kötél Kinga

● Írásaink, fényképeink, grafikáink, a szerkesztési és tördelési megoldások önálló szerzői jogi védelem alatt állnak.

Engedély nélküli másolásuk, felhasználásuk és utánzásuk jogszabályba ütközik, ezért büntetőjogi felelősséggel jár.

Június 4. A nemzeti összetartozás napja

- Százegy éve írták alá a Párizs melletti Versailles Nagy Trianon palotában az első világháborút lezáró békediktátumot, amely Magyarországtól elvette területének 71,4 %-át, lakosságának pedig 63,5 %-át. 220 községnek a területét, 1011 birtokosnak a birtokát vágta ketté sokszor irracionális módon a határok meghúzásával.

A trianoni békeszerződés aláírásának napján, június 4-én nemzetünk történelmének legmegalázóbb, legigazságtalanabb, lélekben és lélek-számban legmegrázóbb eseményére emlékezünk, mely tizenegy esztendeje az országgyűlés döntésének értelmében a nemzeti összetartozás napja lett.

Trianon mélységes igazságtalansága, a méltánytalan ország- és nemzetcsontkítás még több mint száz év után is feldolgozhatatlan a magyarság számára.

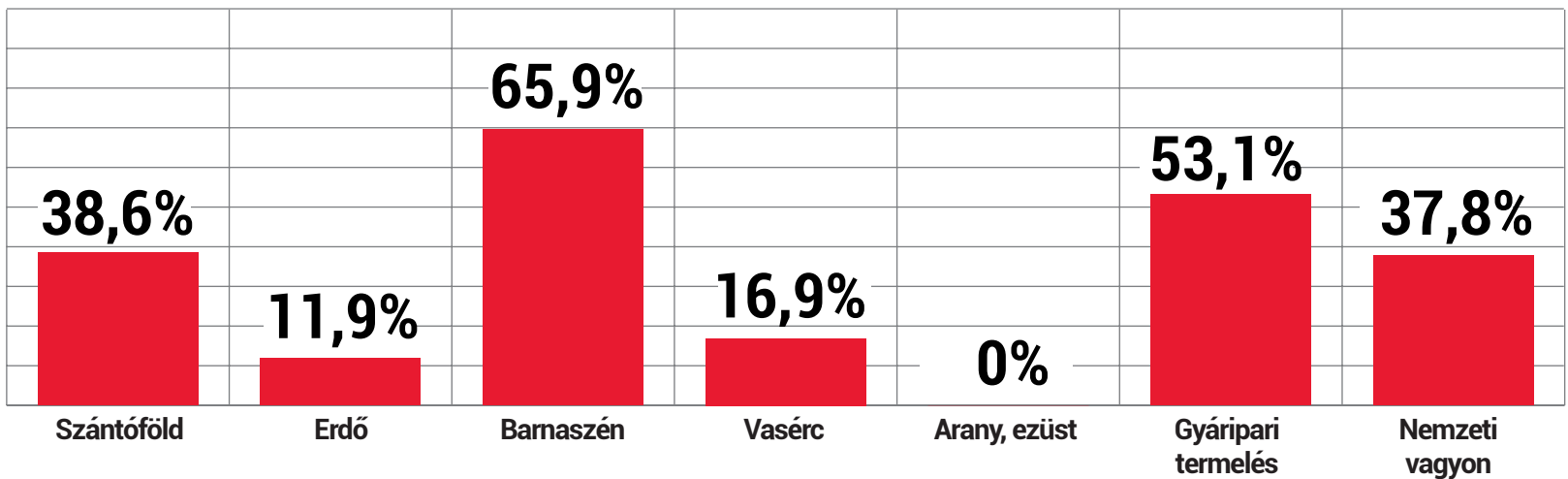
De mit érezhettek azok, akik mindezt átélték. Idézzük meg az országban uralkodó hangulatot Barkóczy Györgynek, a békekonferencián résztvevő magyar delegáció egyik tagjának leveléből vett részlettel:

„Magyarországon keresztülutaztunkban minden vasúti állomáson emberek százai fogadtak bennünket zászlókkal, táblákkal, mind a haza

ezeréves határaitra emlékeztették a béke delegációt; minden szó, ami elhangzott, minden könny, ami kicsordult – pedig sok öreget, fiatalot láttunk sírni minden pályaudvaron – Magyarország területi integritásának szolt. A hídon túl is magyarok laknak – volt a felírása egy egyszerű kis táblának Komáromban. Hat rövid szó, de benne annyi keserűség... Mindenhol Apponyhoz intézett üdvözlőbeszéd – a legszebb, a legfájóbb talán a nyugat-nagymagyarországi németeké, akik már másnak odaitélve, nem tudnak elszakadni Magyarország kebeléről. Apponyi felel rájuk, komoly, keresetlen szavakban – felzendül a Hymnus, az emberek sírnak, a vonat robog tovább a szomorú, honfiak reményeit megcsaló béke felé.”

(Forrás Kunt Gergely –L. Balogh Béni-Schmidt Anikó: Trianon arcai)

Ami a történelmi Magyarországból a trianoni országterületre jutott:



Forrás: www.nkp.hu

Állampapír- befektetés díjmentesen, otthonról

- Már több mint 24 ezren éltek azzal a lehetőséggel, hogy Ügyfélkapun keresztül, tehát személyes megjelenés nélkül nyitottak állampapír vásárlásához szükséges értékpapírszámlát a Magyar Államkincstárban. Ezek az ügyfelek eddig már 58 milliárd forintot meghaladó összegben vásároltak otthonról állampapírt a WEBKINCSTÁR vagy a MOBILKINCSTÁR alkalmazás segítségével.



Ha Ön állampapírt kíván vásárolni, és élni szeretne a modern technika adta lehetőségekkel, akkor ezt az ügyfélkapun, illetve a WEBKINCSTÁR és MOBILKINCSTÁR szolgáltatás igénybevételével megteheti. Ha inkább személyesen kívánja ezt intézni, úgy keresse a Magyar Államkincstár állampapír- forgalmazó kirendeltségeit.

További információk: www.allamkincstar.gov.hu

Babakötvényes számlanyitás ügyfélkapun keresztül is



Egy éve már otthonról is meg lehet nyitni a Babakötvényes számlát, az úgynevezett Start-számlát a Kincstárnál. Az ügylet tetszőleges időpontban, kényelmesen, gyorsan és költségmentesen elvégezhető, így nem véletlen, hogy közel 13 ezren éltek a lehetőséggel. A sikerhez a Babakötvény növekvő népszerűsége és az online számlanyitáshoz kapcsolódó nyereményjáték is hozzájárult. Nagy könnyebbség, főleg a járványhelyzet idején, hogy ügyfélkapun keresztül is megnyitható a Babakötvényes számla a www.magyarorszag.hu felületen. A Babakötvény magas kamata mellett a Kincstár a már említett nyereményjátékkal is ösztönözi az elektronikus számlanyitást.

Június első vasárnapja – pedagógusnap

Pedagógusnak lenni hivatás. Ők azok, akik nemcsak leadják az órán a tananyagot, letudják a foglalkozásokat, hanem nevelnek, támogatnak, kísérik a gyermekek fejlődését, és felkészítik őket az életre. Jelen vannak, és meghatározó szerepet játszanak életünkben. Emlékszünk rájuk az óvodából, az iskolából. Az osztálytalálkozókon a visszaidézett történetekben szinte újra éljük a felejthetetlen diákéveket, és sok-sok év után is hálával, tisztelettel emlékszünk vissza tanárainkra. Szeretettel köszöntjük őket a pedagógusnapon!

Pedagógusok gondolatait olvashatják az alábbiakban:

A GYERMEKEK MOSOLYA AJÁNDÉK

Egy óvodapedagógus személyiségében a legfontosabb dolog a gyermekek iránti szeretet és tisztelet. Ezt tanulni nem lehet, ez velünk születik. Én tudatosan és szeretettel készültem erre a pályára, ha fogalmazhatok így, már az anyatejjel magamba szívtam a szakma iránti szeretetet. Édesanyám és az ő anyukája is óvónőként végzett, dolgozott. A pedagógusnap számunkra csak a naptárban létezik, hiszen akik hittel és szeretettel élnek ebben a hivatásban, mindennap ajándékot kapnak egy-egy gyermeki mosollyal, öleléssel, kedves szóval. Számomra a legszebb dolog, ha a rám bízott óvodások szeretettel és vidámsággal élnek az óvodai életet. Nagyszerű érzés, ha évekkal később iskolásként megölelnek, amikor találkozunk, és öröm hallani, hogy milyen jó volt óvodásnak lenni. Ha újra kezdhethném, ma is ezt a legszebb hivatást választanám.

Juhászné Szamosi Dóra

VÉGTELEN ÉLETERŐVEL RUHÁZ FEL

Pedagógussá válásom megállíon merengve rájöttem, hogy elhivatottságom gyökereit jóval messzebb kell keresnem, mint képzéseim kezdeti dátumai. Talán ott, hogy szüleim szintén pedagógusok. Első határozott emlékeim általános iskolás, alsó tagozatos koromból rémlenek fel. Apukám világéletében „Óriás” volt a szememben. Négy diplomás, doktorált tanárként hihetetlen tudáskincs birtokosa. Csodálatos szakmai életút áll mögötte. Szerettem volna olyan lenni, mint Ő, ezért kicsiként folyton az „Iskolájában lógtam”. Ültem az óráin, és ábrándoztam, mi lesz majd, ha én is ott állhatok a katedrán, ahol Ő! „Tanítottam” a képzeletbeli osztályaimat, magyaráztam a „hallgatóságnak” az üres tanteremben. Vágytam azt a szeretetet megélni, amivel körülvették, körülveszik ma is a tanítványai. Már jól tudom, amit anno csak érteni próbáltam, hogy a gyermekek odaadó, tiszta szeretete valóban végtelen életerővel ruház fel bennünket, pedagógusokat.

Bajkán Barbara Melinda

TÜRELMESEK, MEGÉRTŐEK VAGYUNK

Munkámat friss diplomásként magyar nyelv és irodalom szakos tanárként kezdtem egy Szabolcs-Szatmár-Bereg megyei kisfaluban. Jelenleg a „Dériben” igazgatóhelyettesként dolgozom. Pályám elején személyes céloomul azt tűztem ki, hogy „Lámpása” lehessen minden olyan közösségnek, ahová feladataim szólítanak. Vallom, hogy az ilyen „Lámpás” fényét a tanítványok visszajelzése, eredményei, sikerei adják. Sajnos az elmúlt hónapokban a járvány megnehezítette mindannyiunk életét, de folyamatosan igyekszünk pótolni a kiesett időszak tananyagait, még akkor is, ha ez időnként lehetetlennek tűnik. Türelmesek, megértőek vagyunk, mert diákot, pedagógust, szülőt egyaránt megviselt ez az időszak. Tagadhatatlan, hogy sokat segített az infokommunikációs fejlődés, de az is bizonyossá vált, hogy nagy szükségünk van a személyes találkozásokra is, melyek révén remélhetjük, hogy valamennyi „Lámpás” újra teljes fényében fog ragyogni.

Tóth Éva

AZ UNOKÁKAT SEGÍTEM A TANULÁSBAN

13 éve mentem nyugdíjba az Esze Tamás Gimnázium tanáraként. Nyugdíjba, de nem nyugalomba. Az Ádám Jenő Pedagóguskórus vezetőjeként egyre több munkát ad a kórusmunka. Sok fellépésünk volt, melyek során többször külföldre is eljutottunk. Készültünk a kórustalálkozókra, a jubileumi hangversenyekre, az egyre sokasodó karácsonyi hangversenyekre. Közben, ahogy nőttek az unokák, velük kiélhettem a tanári munkát is. Segítem őket a tanulásban. De nem utasítom vissza a házimunkát sem, ha szükség van rá. Nyugdíjas pedagógusként továbbra is érdekel a kulturális munka, figyelemmel kísérem az ünnepeket és a színházi előadásokat. Sajnos a pandémia miatt sok mindenről le kellett mondanunk, de reméljük, hamarosan visszatér a megszokott életünk. Így éltem, életem a nyugdíjas éveimet, karnagyként, tanárként és büszke nagypapaként.

Csányi Ottó



Végre fürdőzhetünk

A veszélyhelyzet miatt a Városi Uszoda is zárva tartotta kapuit, azonban a tavasz érkezésével kinyíltak az ajtók, és ismét fürdőzhetünk. Az intézmény új vezetője, Deák Gergő egy nehéz időszakban kezdte meg munkáját. Terveiről, elképzeléseiről kérdeztük. Cseppentő Ágnes interjúja



-2020. október 1-től vagy a Mátészalkai Városi Uszoda és Strandfürdő vezetője, melynek üzemeltetési feladatait egy nehéz időszakban kaptad meg. Milyen elképzelésekkel kezdted a munkát?

-Gyermekkoromban rendszeresen töltöttem a nyári hétvégéket a mátészalkai strandon. Emlékeimben még elevenen él az akkori strand sajátos hangulata, a barátokkal eltöltött kellemes fürdőzés. A 2007-ben elkészült fedett uszoda rész pedig hozzájárult ahhoz, hogy nem csak nyáron élhetünk az úszás lehetőségével.

Az uszoda vezetőjeként a mindennapi teendők ellátása, a megfelelő színvonalú szolgáltatások fenntartása mellett elsődleges számomra, hogy ezeket a lehető legjobb gazdasági szempontok figyelembevételével valósítsam meg. Terveim között szerepel a fűtési rendszer korszerűsítése, valamint a medencék töltésének optimalizálása. Nagy örömmre szolgált az uszoda előtt álló tó kiépítése, amely hozzájárult ahhoz, hogy festői látványban gyönyörködhesse a strandra látogatók.

-Az elképzeléseidet hogyan befolyásolta a veszélyhelyzet?

-A járvány mindannyiunk életét felforgatta. A legfontosabb volt a munkahelyek megóvása. Kollégáinkat más területekre csoportosítottuk át, így sikeresen jutottunk túl ezen a nehéz időszakon.

A „kényszer zárás” ideje alatt hajtottuk végre a rendszeres karbantartási munkálatokat, valamint a lehetőségeinkhez mérten felújításokat végeztünk. Például a fürdő területén új burkolatot kapott a járdák egy része.

-Újra nyitva az uszoda. Milyen feltételei vannak a látogatásnak?

-A nyitást már nagyon vártuk, elvégeztük a szükséges teendőket, hogy az uszodába látogató vendégek a megszokott hangulatban, környezetben élvezhessék a szolgáltatásainkat. Az érvényes szabályozást figyelembe véve, az uszoda területét a 18 éven felüliek védettségi igazolvánnyal, illetve a védettséget igazoló applikáció bemutatásával vehetik igénybe, a 18 éven aluliak pedig a rájuk vonatkozó szabályozásnak megfelelően. Újra indult a babaúszás és az iskolai oktatáson belül az úszásoktatás is.

-Változtak a látogatási díjak?

Kapnak kedvezményt a mátészalkaiak?

-A nehéz időszakra tekintettel a belépők ára nem változott. A helybeliek, a diákok, a nyugdíjasok továbbra is a megszokott kedvezményben részesülnek. Ezen felül megmaradtak a családi és a csoportos kedvezményeink is.

-Mikor strandolhatunk?

-A külső területen a rendszeres karbantartási munkálatokat már elvégeztük, a nyitást június második felére tervezzük.

-A korábbi években rendezvények tették még hangulatosabbá a fürdözést. Számíthatunk folytatásra?

- Ezzel kapcsolatban még egyeztetések folynak, de természetesen

mindent megteszünk annak érdekében, hogy a lehetőségeknek megfelelően programokkal kedveskedjünk vendégeinknek.

-A jövőre nézve milyen terveid vannak?

-Hosszú távon azt szeretném elérni, hogy a Mátészalkai Városi Uszoda és Strandfürdő egy igazi családi, közösségi tér legyen, ahol szívesen találkozunk egymással. Lelki szemeim előtt olyan létesítmény lebeg, amely környezetbarát, öko- szemléletű, családi és gyermekköz-pontú. Ennek a helynek szelleme, történelme van, amit érdemes megőrizni, kihangsúlyozni, csupán a kor igényeihez kell igazítani. Ehhez a megkezdett fejlesztéseket a lehetőségek adta keretek között folytatni kell. Ötletekkel, programokkal, új megoldásokkal kell vonzóbbá tenni a Mátészalkai Városi Uszoda és Strandfürdő teljes területét. Én emellett köteleztem el magam.

TÓ NÉVADÁS- VÁRJUK AZ ÖTLETEKET!

Már egy jó ideje gyönyörködhetünk az uszoda melletti tóban, ami-re kezd „ráégni” a projekt neve, hisz jóléti tóként emlegetjük. A Mátészalkai Városi Uszoda és Strandfürdő kézbe vette a sorsát, és a lakosság bevonásával, ötleteivel szeretne méltó nevet találni az új tónak. Amennyiben ötlete, javaslata van, küldje el az indokolással és a saját elérhetőségeivel együtt a mateszalkauszoda@gmail.com e-mail címre. A névadás során fontos, hogy a magyar helyesírás szabályainak megfelelő, illő nevet találjunk ennek a szép környezetnek, hiszen gyermekeink, unokáink is így fogják majd emlegetni. A beérkezett javaslatokat az uszoda vezetése összesíti, a névadásról pedig a későbbiekben születik döntés.

JÓLÉTI ?! TÓ?
 UGYE MILYEN BÉNÁN HANGZIK?
 LÉGYSZI, SEGÍTS NEVET
 ADNI AZ USZODA MELLETTI TÓNAK!
 VÁRJUK JAVASLATOD A
MATESZALKAUSZODA@GMAIL.COM
 E-MAIL CÍMRE!



SZENTPÉTERY ZSIGMOND-DÍJ 2021

- Örömteli eseményt ünnepelehetünk a Kulturális Központ és Színházban, hiszen átadtuk – szűk körű ceremónia keretében – a Szentpétery Zsigmond-díjat. A kitüntetést 2015-ben alapítottuk, amit olyan személyeknek, intézményeknek, civil szervezeteknek, csoportoknak adományozunk, akik jelentősen hozzájárulnak a Mátészalkai Szentpétery Zsigmond Kulturális Központ és Színház tevékenységének sikerességéhez.



Van, aki szellemiségével, ötleteivel, alkotásaival, művészi munkájával támogat, van, aki rendszeres jelenlétével mutat példát és mintát a város lakosságának, és van, aki éppen kétkezi munkájával segít. A díjban az részesülhet, aki fontosnak tartja, hogy segítse a város kulturális szakembereinek a munkáját, hozzájárulva ezáltal Mátészalka kultúrájának megőrzéséhez, fejlesztéséhez. Régi vágyunk vált most valóra, hiszen évről évre, mikor a díjazandó személyekről beszélgettünk, sokszor elmondtuk, milyen szép lesz az, amikor egy mátészalkai fiatalot tüntethetünk ki, mert attól nagyobb boldogság számunkra talán nincs is, mikor a felnövekvő generáció szereti, éli és ápolja kultúránkat, részt vesz a város köz-

művelődési és közösségi életében.

Boldogok vagyunk, hogy idén egy nagyszerű fiatalembert jutalmazhattunk meg ezen elismeréssel. Csányi-Molnár Máté gyermekkorától kezdve aktív résztvevője és közreműködője rendezvényeinknek. Ez irányú példás tevékenységével mintát nyújt a fiatal nemzedéknek, felhívja a környezetében élők figyelmét a kultúra, a művészetek csodálatos világára, annak fontosságára, hasznosságára. Az elismerést Buzogány Béla színművész-igazgató adta át.

Zsoldos Judit

Mátészalkai Szentpétery Zsigmond Kulturális Központ és Színház

Találkozunk a színházban!

- 2021. június 18-án igazán izgalmas előadásnak örülhetnek a színház szerelmesei, ugyanis Mátészalkára látogat a Déryné Társulat a Déryné ifjasszony című produkciójával. A magyar nyelvű színjátszás megteremtőiként tiszteljük a vándorszínészeket, köztük az olyan nagy formátumú személyiségeket, mint amilyen Déryné Széppataki Róza is volt.

A Vidnyánszky Attila által rendezett darab főhajtás a magyar színjátszás hőskora előtt, ahol romantikus szerelmek, nagy fellángolások, szenvedélyes viszonyok szövevényében hol küszködnek, hol csatát nyernek hivatásuk, a magyar nyelvű színjátszás ügyéért folytatott küzdelemben. A színpadon megelevenedő miliőt átszővi a színház erejébe vetett hit, ezért a láthatatlan bizonyosságért zajló folytonos törekvés, melyben ki-ki a maga tehetségével, leleményességével, vagy éppen fondorlatával próbál érvényesülni. Herczeg Ferenc kalandokkal, tréfákkal, felfokozott érzelmekkel kikövezett színművét a színészek hangszeres játéka teszi még virtuózabbá. Az előadást a Déryné Program keretében láthatja a kedves közönség a Szentpétery Zsigmond Kulturális Központ és Színházban, amire nagy szeretettel várják Önöket! (Magyarország Kormánya rendeletének értelmében a rendezvényt védeltségi igazolvánnyal rendelkező személyek és felügyeletük alatt lévő kiskorúak látogathatják orrot és száját eltakaró maszkban.)

A darab címe: Déryné ifjasszony



RAJZPÁLYÁZAT



Jártál már az uszoda mellett tónál?

Rajzold le, milyennek látod a tavat gyerekszemmel!

Várjuk óvodások, általános iskolások rajzait a Mátészalkai Városi Uszoda és Strandfürdőben (4700 Mátészalka, Alkotmány út 2/A)! A rajzot leadhatod személyesen vagy eljuttathatod postán!

Beküldési határidő: 2021. június 15.

Kérjük, hogy a pályaművekre írástok rá az alkotó nevét, életkorát, az intézmény nevét, valamint egy elérhetőséget!

A kész művek az uszodában kiállításra kerülnek!
A legjobb alkotásokat díjazzuk!

Street workout edző, aki ízig-vérig mátészalkai

Gajdos Gergő életének egyik legmeghatározóbb része a sport, azon belül pedig a Street workout. A sportoló a példa arra, hogy egy filléredbe sem kerül, ha tényleg sportolni szeretnél. T. T. A. interjúja:

Mi is pontosan a Street workout?

A torna utcai változatáról van szó. Lényegében ugyanazok az elemek, gyakorlatok találhatóak meg benne, és az Egyesült Államokból indult. Hazai viszonylatban is egyre népszerűbb sport, a 2000-es évek elejéig visszanyúló kultúrával. Sok olyan sportolóval büszkélkedhetünk, akik a legrangosabb nemzetközi versenyeken értek el nagyszerű eredményeket. Az edzések főként saját test-

súlyos gyakorlatokból állnak: fekvőtámasz - fordított evezés (más néven Ausztrál húzó-dzkodás) - tolódzkodás - húzózkodás - nyújtott lábas lábemelés - guggolás. A kitartó munka gyümölcse többek között a sokak által ismert human flag, vagyis a zászló nevű statikus gyakorlat. Ezeket különböző akrobatikus trükkökkel, freestyle-elemekkel teszik még látványosabbá, melyek vegyítéséből egy koreográfiát kapunk. Ebből a kettőből áll össze az a street workout, amiből

versenyeket, kupákat, sőt még világbajnokságot is rendeznek.

Hogyan lett az életed része ez a mozgásforma?

Egy YouTube videó volt mindenek az okozója, amit egy szerb fiatalokból álló Street workout közösség töltött fel, mégpedig a Bar Brothers, a sportág -sokak számára meghatározó képviselői. Lenyűgözött, amit műveltek, csupán a saját testüket használva a gyakorlatok kivitelezésekor egy hétköznapi porolóállványon, vagy egy rangos nemzetközi versenyen az erre a célra legyártott profi állványokon. Eleinte cikket olvastam, videókat néztem, könyveket tanulmányoztam. Igyekeztem okosan csinálni, mert megfelelő ismeretek hiányában könnyű lesérülni. Ezt javaslom azoknak is, akik edző nélkül kezdik el ezt a fantasztikus sportot.

Van erre lehetőség Mátészalkán?

A minőséget képviselik egyébként a városunkban megtalálható BeStrong Kondiparkok és azok elemei is. Ezek a Street workout parkok a Keleti- lakótelepen, illetve az Északi- lakótelepen találhatóak, és a legha-

tékonyabban vannak kialakítva arra, hogy a különböző -fejlődésünket és egészségünket szolgáló- testgyakorlatokat elvégezzük rajtuk. Elképesztő eredményeket lehet elérni ezen eszközök és a saját test-súlyunk használatával a szabadidős-, egészségmegőrző sporttevékenységtől egészen az élsportig. Hatalmas értéket jelentenek ezek a kondiparkok. Nagyon örülök, hogy Mátészalkán immár két ilyen helyszín is a város lakóinak sportolási lehetőségeit szolgálja. A családoknak is kiváló szabadidős tevékenység. Buzdítok mindenkit arra, hogy mozogjon! Ha valaki ezeket a gyakorlatokat vagy ezeknek a rávezető gyakorlatait végzi hetente legalább háromszor, és legalább egy hónapon keresztül, garantálom, hogy teljesen más szintre emeli az életét. Ha ekkor visszatekint az egy hónappal ezelőtti önmagára, elcsodálkozik majd, hogy miért is nem kezdte el hamarabb! A legjobb időpont elkezdni pedig most van, kezd el most! Várlak szeretettel az edzéseken, vedd fel velem a kapcsolatot telefonon vagy valamelyik közösségi média platformon, és emeljük együtt magasabb szintre Mátészalka sportkultúráját a Street workout-tal!



Mit főztek?

SZAMÓCÁS SÜTI

Hozzávalók:

Piskótalap

A főzött krémhez:

1 kg szamóca
1 liter tej
50 dkg cukor
4 csomag vaníliaízű pudingpor
fél liter növényi tejszín

Díszítés:

Szamóca csokoládéval
csorgatva

Elkészítése:

Hagyományos módon sütőpírral kibélelt tepsiben piskótát sütünk.

A krémhez a szamócából, a tejből, a cukorból és a pudingporból főzött krémet készítünk. Ha kihűlt, 2 dl növényi tejszínnel lazítjuk a krémet, majd rákenjük a piskótára. Ezt követően a maradék tejszín felverjük, a krém tetejére kenjük, végül a szamóccával díszítjük.

Jó étvágyat kívánok!

Itt a jó idő, és vele együtt a finomabbnál finomabb gyümölcsök is. Mindenkinek összefut a nyál a szájában egy gyümölcskosár láttán. Az illatos eper élménye önmagában is csodálatos, de ha elkészítjük Horváth Andrásné szamócás sütijét, nem elégszünk meg a látvánnyal.

