

Tájékozottnak lenni jó!

# Szentélelet



## SZENTESI HŐSÖK

### Drahota-Szabó Dorka teniszező

- Bontással kezdődött meg a piaccsarnok építése
- Egy fiatalos, lendületes csapat: bemutatkozik a YEE-LO Pizzéria és Söröző
- Városi Kisdud Óvoda - 125 éve gyermekeinkért

917702381995003

21008



### Főszerkesztői ajánló

A héten már valóban érezni lehetett, hogy itt a tavasz. A ligetben rendszeresen futom a köreimet, ami kikapcsol, a mozgás feltölt, és az aznapi történések is átalakulnak, néha új értelmet nyerne. Mostanában zenével a fülemben futok, de valamelyik nap arra lettem figyelmes, hogy csodálatos madárcsicsergés fogadott, ahogy a futópályára értem, ezt szerettem volna végighallgatni, figyelni a lombkoronákat, és gondolkodni a jó dolgokon. Mert minden elműlik egyszer, és meg kell tanulni elengedni és befogadni. Egyik sem egyszerű. A jó idő beköszöntével viszont a remény is erősödik, hogy hamarosan jobbra fordul a helyzet. A YEE-LO is várja a nyitást a Kertvárosban, a séf pedig egy tésztás-sültes ételt ajánl a Szentesi Élet olvasóinak. A héten hősünk, Drahotka-Szabó Dorka, akinek boldogsága a teniszben rejlik. Hódmezővásárhelyre került a hármas ikres babakocsi, amit a Varga család kinőtt, és az önkormányzattal együtt úgy gondolták, hogy felajánlják, hiszen nagy segítség lehet egy hasonló helyzetben lévő családnak. Szentés arculata régen és ma sorozatunkban pedig a Városi Kisded Óvodáról olvashatnak.

Kellemes lapozgatást!

**Halupa B. Eszter**

## Az ápolókat köszöntötte Farkas Sándor

Halupa B. Eszter

A Magyar Országgyűlés 2014-ben február 19-ét, Kosuth Zsuzsanna születésnek évfordulóját, a Magyar Ápolók Napjává nyilvánította.

A térség országgyűlési képviselője, Farkas Sándor miniszterhelyettes már hagyományosan, virágcsokrokkal köszöntötte az ápolókat a Csongrád-Csanád Megyei Dr. Bugyi István Kórházban, február 19-én. A képviselőt dr. Kalmár Mihály főigazgató és dr. Abebené Bagi Márta ápolási igazgató fogadta.

– Kosuth Zsuzsanna hivatása ma is ösztönöz bennünket és ma még fontosabbá váltak az ápolók – hangsúlyozta Farkas Sándor. A térség országgyűlési képviselője hozzátette, hogy azoknak az em-



bereknek szeretnék e napon jelképesen megköszönni munkájukat - kifejezve a hálát egy csokor virággal -, akik a betegekért, az esetekért küzdenek, legfőképp most, a Covid-járvány idején. Vé-

leménye szerint ez a munka a legszebb, legnemesebb hivatás. Végül kitért arra, hogy az egészségügyet folyamatosan fejleszteni kell, a gyógyítás lehetőségét kell megtalálni.

## Hódmezővásárhelyre került a hármasikrek babakocsija

Palicska Irén

**Két évvel ezelőtt nagy öröme érte a szentesi Varga családot. Kislányuk, a hároméves Liliána mellett hármasikrekkel ajándékozta meg őket az élet. Szentés Város Önkormányzata akkor egy nagy értékű babakocsit ajánlott fel számukra, ami hatalmas segítség volt az elmúlt két évben. Mivel a gyerekek már kinőtték, ezért az önkormányzattal közösen úgy döntöttek, felajánlják egy másik családnak. A részletekről kérdeztük Hajós Viktóriát, az önkormányzat marketing referensét.**

A Varga család megkereste az önkormányzatot, hogy kinőtték azt a hármasikres babakocsit, amit az elmúlt két évben Izabella, Olívia és Kornélia használt. Az önkormányzat egy héttel ezelőtt tette közzé a felajánlást a város Facebook oldalán, hogy Szentésen vagy az ország bármely területén, akár határon kívül is keresik azt a családot, ahol a babakocsi nagy segítséget jelentene. – Az

óta rengeteg megkeresés érkezett az ország számos pontjáról telefonon, e-mailben és üzenetben a Balaton környékéről, Borsod-Abaúj-Zemplén megyéből, Tahitótfaluból, nagy többségében nevelőszülőktől. Arról nem volt tudomásunk, hogy Szentésen lenne hármasikres kismama. Elég nagy meglepetés volt, hogy több hármas ikret nevelő vagy váró szülő jelentkezett. Kaptunk számos nagyon szép e-mailt, amelyben leírták, hogy sokat küzdöttek a gyermekért, és a sors végül kárpótolta őket. Nehéz volt a döntés a városvezetésnek – fogalmazott a marketing referens.

Olyan értékelési rendszert kellett kialakítani, amely mindenki számára elfogadható. Előre vették azokat a szülőket, akik hármas ikreket nevelnek vagy várnak. Egyetlenegy olyan család volt, ahol most születtek hármas ikrek, a hódmezővásárhelyi Király család, így ők kapják meg a babakocsit. A két kisfiú és egy kislány - Rajmund, Regő és Réna - január közepén jöttek világra 1700 gramm körüli súllyal, és a napok-

ban térhettek haza a szegedi Koraszülött Intenzív osztályról. – Rajtuk kívül ilyen kicsi hármas ikrek nem is voltak a jelentkezők között, ezért választottuk őket. Némi helyi kötődésük is van, az apuka ugyanis szentesi születésű. A Varga családdal is megbeszéltek, és ők is örültek, hogy jó helyre kerül a babakocsi – mondta Hajós Viktória. (Az átadás lapzártánk után volt Hódmezővásárhelyen, amelyről következő lapszámunkban számolunk be.)



**Felelős szerkesztő: Halupa-Bogyó Eszter ügyvezető**

**Szerkesztőség:** 6600 Szentés, Kossuth tér 5. • **Tel., fax:** 63/311-563 • **E-mail:** szentesiélet@gmail.com

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

**Kiadja:** Szentési Élet Kft., 6600 Szentés, Kossuth tér 5. fsz. ép. • **Terjesztés:** saját terjesztői hálózat.

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

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



# A költségvetésben az egyensúly megteremtése volt a cél

Halupa B. Eszter

**Szabó Zoltán Ferenc polgármester aláírta Szentés város 2021-es költségvetését február 24-én. A működés teljes mértékben biztosított, a képviselő-testület is véleményezte az előterjesztést. A koronavírus okozta veszélyhelyzet kihatással van az idei évre, ami bizonytalanná teszi a tervezést.**

– A lehető legtakarékosabb költségvetésre készül a város, a működést szorosra kell vennünk – erősítette meg Szabó Zoltán Ferenc. A polgármester kiemelte, hogy a fejlesztési lehetőségeket mindenképp ki szeretné használni a város. A költségvetés végösszege 6 milliárd 976 millió forint. Ebből kb. 5 milliárd a működést biztosítja, fejlesztésekre 1,8 milliárd forint jut. Áprilisban születhet döntés a költségvetés kompenzációjával kapcsolatban, amelyről az előző lapszámunkban már részletesen beszámoltunk. – Kötötünk egy kompromisszumot a magyar kormánnyal még 2020-ban, hogy megvédjük a munka-



helyeket az önkormányzatnál. Több mint 500 emberről van szó – hangsúlyozta a polgármester, aki hozzátette, hogy eddig nem történt létszámleépítés, viszont létszám bővítésre sincs lehetőség. A dologi kiadások és a sportegyesületi támogatások is csökkennek, valamint a képviselői kereteket is a felére csökkentették. A szociális háló fenntartására törekszenek.

Kitért a Helyi Akciócsoport (HACS) pályázataira, ami jelenleg egy megragadt ügy, ahogy fogalmazott. A civil szervezetek, sportegyesületek, egyházi

szervezetek is pályáztak, amely nagy lehetőség lenne számukra a jövőben, hiszen forrásigényért nem csak az önkormányzathoz fordulhatnak, hanem az említett szervezetekhez is.

Az 500 millió forintos hitelkeret a Tóth József Színház és Vigadó, illetve közlekedésfejlesztést szolgálja. Az utóbbi rész egy körforgalom kialakítása is a Csongrádi út és a Kiss Zsigmond utca kereszteződésében, amely az egyik legforgalmasabb közlekedési csomópontja a városnak. Hibás döntésnek tartja az orvosi ügyelet áthelyezését az OMSZ-

tól a Vásárhelyi útra, és komoly nyitottságot lát arra, hogy az államnak átadnák ezt a feladatellátást. Segítene a város abban, hogy visszakerüljön az orvosi ügyelet a régi helyére.

A költségvetés tervezésekor, megalkotásakor az egyensúly megteremtése volt a cél – hangsúlyozta Szabó Zoltán Ferenc. A polgármester visszautalt arra, hogy a fejlesztésekkel nem lehet leállni. Térfelügyelő kamerát helyeznek el a buszállomás területén, fejlesztik a külterületi utakat. A belvárosban parkolókat létesítenének, és a Campus-projekt, mint gyakorlati helyszín és képzési lehetőség a felsőoktatás területén is a tervek között szerepel. A gyógyhely minősítés is folyamatban van, a Termál-tó ökoturisztikai helyé vélik, a Kurca-part körül pedig egy harmonikus vízparti környezet kialakítására törekszik a városvezetés. A Tisza-parti Halászléfévő Fesztivált is tervezik. A sajtótájékoztató végén a polgármester aláírásával hitelesítette Szentés Város 2021. évi költségvetését.

## Közösen lobbiznak az uniós forrásokért a települések

Palicska Irén

**Véglegesítés előtt áll a Csongrád - Csanád Megyei Önkormányzat területfejlesztési programja. A szakemberek véleményezési céllal keresték meg a megye településeit. A szentesi járás települései összefogtak és készítettek egy kiélezítő előterjesztést, amelylyel a megyei tervezést segítve, ahhoz illeszkedve tették meg javaslataikat. Február 23-án a polgármesterek közös sajtótájékoztatót tartottak a városházán, és átadták javaslataikat a megyei önkormányzat elnökének, Gémes Lászlónak.**

A sajtótájékoztatót Szabó Zoltán Ferenc, Szentés polgármestere köszöntötte a jelenlévőket, majd elmondta, hogy először novemberben találkoztak a települések polgármesterei és együtt gondolkodva próbáltak kialakítani egy stratégiát. Meghatározták, hogy a megye északi részének fejlesztési elképzelései hogyan tudnának megvalósulni a 2021-27-es európai uniós ciklushoz kapcsolódóan. – Koráb-



ban megyei képviselőként úgy éreztem, hogy a déli rész felé tolódott a fejlesztések lehetősége, és úgy gondoltuk, hogy ebben az új ciklusban szeretnénk az egyensúlyt megteremteni és Észak-Csongrád megye befolyását erőteljesebbé tenni – mondta a polgármester.

Gémes László elnök bemutatta a megye elképzeléseit a 2021-27-es ciklusra vonatkozóan. Az előző ciklusban Bozó Zoltánnal együtt képviselte az északi rész településeit a megyei önkormányzatnál. A Települések Ope-

ratív Program keretén belül számos fejlesztés megvalósult, és Szentés is jelentős forrásokat tudott felhasználni, példaként említette többek között a Petőfi Szállót, az ipari parkot, a piacot és két bölcsőde létrehozását. Most pedig jóval több forrás jut a megyébe, tette hozzá az elnök. – Három prioritást állapítottunk meg. A legnagyobb a turisztika, az ipari parkok, piacok és önkormányzati konyhák fejlesztései. A következő halmaz az élhető települések, ide sorolhatók a csatornarendszerek, a kerékpárút-hálózatok bővítése,

a közösségi sportfejlesztések és a belterületi utak felújítása, ami megyszerte nagy probléma – fogalmazott Gémes László. Ebben a ciklusban felújítják a magyartési bekötőutat és a sarvasi út megyei részét. A városok pályázhatnak bölcsőde és óvoda felújításra, és a köznevelési intézmények is rekonstrukcióra. A második prioritási tengely a klasszikus energetikai korszerűsítés, a harmadik pedig a munka világába való visszajutást segítő program. A megyei önkormányzat mindenben partnere lesz a településeknek, hangsúlyozta az elnök.

November óta dolgozik az anyag összeállításán a nyolc település polgármestere, Bocskay István, ipari park referens mutatta be a programot. Végül Szabó Zoltán polgármestere kérte a megyei önkormányzati képviselőket és az elnököket, hogy járjanak el a települések érdekében, és lobbizzanak a fejlesztési igények megvalósulásáért.

## Jó humorral a 90. születésnapon

Darók József

**Kilencvenedik születésnapja alkalmából köszöntötte otthonában Purgel Istvánnét Szabó Zoltán Ferenc polgármester február 20-án. Az ünnepeltnek hosszú élete során kijutott a nehézségekből, de megőrizte jó kedélyét.**

Tösgyökeres szentesi Purgel István Rózsika néni, ezt akkor említette, amikor a polgármester Orbán Viktor miniszterelnök emléklapja és egy csokor virág mellett a Tofán Sándor szentesi fotóiból készült könyvvel is megajándékozta. A szépkorú Rózsika

néni örült, hogy személyesen megismerhette a városvezetőt, jó hangulatban el is beszélgettek. Felsőpárton született, majd fiatalon tanyán élt, ahol minden munkát megcsinált, ami adódott. Dolgozott sertésfeldolgozónál, a városgazdálkodásnál, s kertészetben is. A hosszú életről azt vallja, ki így, ki úgy gazdálkodik az idejével.

Mozgásában kicsit segítségre szorul, műtötték térdeit, így a felállítás nem megy egyedül, de van segítsége. Rokonai, Szabó Imréné, és menyé, Szabó Tiborné el látja a nénit a napi teendőiben, egyiküket viccesen anyjának, más

sikukat mostohaanyjának hívja. Nincs egyedül egyébként sem, hiszen ott van mellette 40 éve hú élettársa, a néhány évvel fiatalabb Horváth Lajos bácsi, aki bevásárol, s közösen főznek, Rózsika néni instrukcióit Lajos bácsi szívesen megvalósítja. Kedvenc olvasmánya a Szabad Föld hetilap, a kezdetektől előfizetik, de forgatja a Szentesi Életet is. A napi hírekről a tévéből értesül, mint rokonaitól elhangzott, „naprakész Müller Cecíliából!”. A humora megmaradt, s igazi éltetője az is, ha zenét hallgathat.

Gyermeke nem született, de távol élő rokonai révén a születés-



napok alkalmával mindig népes család veszi körül, most is nagy mulatságra készülnek, ahogy lehetőség lesz rá.

## Köszönjük, hogy együtt segíthettünk!

**Egymillió 700 ezer forintot sikerült összegyűjteniük a HUNOR COOP ZRt. vásárlóinak a cég által meghirdetett, decemberben és januárban futó Jótékonyági akcióban! Az Országos Mentőszolgálat logójával és a Jótékonyági akció jelmondatával ellátott vidám hűtőmágneseket a társaság gyártatta le és a HUNOR COOP üzleteiben lehetett támogatásúként megvásárolni.**

Egy korábbi közvélemény-kutatási felmérésben a vásárlók ajánlották a mentősöket támogatásra, és a HUNOR munkatársai kaptak is az alkalmon, hiszen a jelenlegi járványügyi helyzetben az egészségügyi dolgozók minden plusz támogatást megérdemelnek.

A jó cél és az összefogás most is bebizonyította, hogy milyen segítőkészek a vásárlók. Volt olyan megható történet is, hogy az egyik Coop Szupermarketben egy idős vásárló a megvásárolt hűtőmágneseket visszaadta



a pénztárosnak és arra kérte őket, hogy: "Kedveseim, adjátok el újra ezeket, hogy támogassa még egyszer a mentősöket, hiszen nagyon megérdemlik!"

25 település 33 Coop áruházában lehetett megvásárolni a jelképes ajándékokat, melyekből két hónap alatt összesen 8500 darabot sikerült értékesíteni.

A befolyt összegből 200 - 200.000 forintot a szentesi és a makói mentőállomásnak ajánlot-

tak fel, mivel ezen két városban gyűjtötték a legtöbb adományt.

A HUNOR COOP ZRT. nevében Mészáros Zoltán elnök-vezérigazgató február 18-án az Országos Mentőszolgálat központjában adta át az adományt Györfi Pálnak, az Országos Mentőszolgálat jól ismert szövívőjének, aki szokásos jó kedéllyel, mosolyogva nyilatkozott a jelentős támogatás átvételkor:

„Nagyon jólesik nekünk, men-

tősöknek az a támogatás, ami gyakorlatilag folyamatosan áramlik hozzánk az emberek részéről. Eddig is jó volt a munkánk társadalmi megítélése, a bizalom magas fokú, de talán most, a COVID járvány kapcsán ez még tovább erősödött.

A felajánlás révén egy igen komoly összeget, 1,7 millió forint támogatást kapott az Országos Mentőszolgálat Alapítványa a HUNOR COOP ZRt. segítségével, megint csak az emberektől. Sok-sok hűtőmágnes megvásárlásával gyűlt össze az összeg -, ez megint egy visszajelzés nekünk arról, hogy jó úton járunk. Az a hivatástudat, ami a bajtársainkban megvan, ettől még egy picit tovább erősödik. Külön megtiszteltetés, hogy az elnök-vezérigazgató személyesen hozta el nekünk ezt az adományt. Nagyon hálásak vagyunk nekik is, és természetesen minden vásárlójuknak!"

Fotó és szöveg: Mészáros Mariann

### Studium Generale Ösztöndíj továbbtanuló középiskolásoknak

#### A STUDIUM GENERALE PROGRAM CÉLJA

„Befektetni a jövőbe. Esélyt adni a tehetséges, tanulni vágyó szentesi, vagy Szentesen tanuló középiskolásoknak bizonyos tudományágakban az elmélyültebb tudás megszerzésére. Hozzájárulni ahhoz, hogy tehetséges diákjaink éljenek a felkínált lehetőséggel, a tanulmányi munkában a lehető legtöbbet akarjanak kihozni magukból. Tudatosítani bennük az érzést, hogy felelősek saját ma-

gukért, hogy nem elegendő bekerülni az egyetemi, főiskolai karokra, hanem kemény munkával sikeresen kell végigmenni a választott úton a diploma átvételéig! Szentes városa a fenti célokkal indította újtára a programot. Arra vállalkozik, hogy erőket mozgósítson a tehetséges szentesi, vagy Szentesen tanuló középiskolás fiatalok továbbtanulásának elősegítésére.

#### Az ösztöndíj célja:

A Studium Generale program és az azt működtető Szentes Városért Közalapítvány célkitűzései között szerepel a Programban korábban részt vett tanulók, majd a felsőfo-

kú oktatásban résztvevő hallgatók támogatása ösztöndíj formájában, mely összeggel csökkenthetik az oktatásra fordított kiadásait.

#### Az ösztöndíjra jogosultak köre:

A Studium Generale programot működtető Szentes Városért Közalapítvány ösztöndíjat folyósít azon hallgatóknak, akik: – középiskolásként részt vettek a Studium Generale programban és a program felé tartozási kötelezettségük nincs; – a programban oktatott tantárgyaknak megfelelő szakirányban tanulnak tovább a felsőoktatásban (azaz a választott szak felvételi követelményei

között szerepel a Studium Generale valamely oktatott természettudományos tárgya); – az adott felsőoktatási intézményben az első két félév sikeres teljesítése után beiratkoztak a 3. félévre; – tanulmányi eredményük, tantárgyainak átlaga a 2. szemeszter végén legalább 3,00."

Idézet a „Tanulmányi ösztöndíj szabályzat”-ból.

A Szentes Városért Közalapítvány Kuratóriuma idén 7 hallgatónak ítélte meg a fejenként 50 ezer forint ösztöndíjat, összesen 350 ezer forint értékben.

Szentes Városért Közalapítvány Kuratóriuma



# Bontással kezdődött meg a piaccsarnok építése

Halupa B. Eszter

**A TOP-1.1.3-16-CS1-2017-00010 azonosítószámú, Apponyi Téri Élelmiszer és Zöldségpiac fejlesztése című projekt kapcsán érdeklődünk a legfrissebb hírekről. Takács Gábor, a Városfejlesztési csoport vezetője nyilatkozott lapunknak, akivel körbejártuk a leendő piaccsarnok területét február 24-én.**

– A bontási munkát a város önerőből oldotta meg, a Szentés Városellátó Nonprofit Kft. munkatársai nagyon szép

munkát végeztek – értékelt Takács Gábor. A Városfejlesztési Csoport vezetője hozzátette, hogy az építkezés már a kivitelező feladata lesz. Jelenleg a kiviteli tervek készülnek, vélhetően márciusban lehet kiírni a közbeszerzést és áprilisban kezdődhetnek a kivitelezői munkák. – Amit nem látunk, azok a föld alatt lévő részek, annak a bontása már a leendő kivitelező feladata lesz, hiszen nem tudni, mennyi régi épületrész található a föld alatt – magyarázta Gábor. Hozzátette, hogy négy vagy öt hónap elég lehet az új vásár-



csarnokra, emellett a régi buszgarázs épülete is felújításra vár,

amely szervesen kapcsolódik a csarnokhoz, illetve vizes blokk is létesül benne. Bízom abban, hogy a nyár folyamán el fognak készülni. A beruházást és a kivitelezést is szeretnénk úgy megvalósítani, hogy a piac a jelenlegi üzemelését semmilyen szinten ne akadályozza. Próbáljuk minimalizálni a munkaterület nagyságát. A piac egész évben folyamatosan, a hét több napján nyitva van, kiszolgálja a város lakosságát, segíti a helyi termelők piacra jutását, mely a város esetében különösen kiemelt jelentőséggel bír.



A vasszerkezetet is elbontották



## Biológiai növényvédelem és poszméhes beporzás

**Már 29 éve!**

A Biobest a legjobb a biztonságos termesztésben!

tapasztalat...megbízhatóság...család...egészség



- poszméhes beporzás
- biológiai növényvédelem a
- technológiák különböző növényekhez
- helyszíni szaktanácsadás
- rugalmas kiszállítás
- kiváló minőség



cég hasznos szervezeteivel



30/2067-148 30/415-8089 30/269-7710 30/973-9734 30/285-0790

- **DélKer-Tész tagok részére ingyenes** talaj, közeg és vízvizsgálatok! 30/401-8524

[www.facebook.com/ArpadBiokontroll2003Kft](https://www.facebook.com/ArpadBiokontroll2003Kft)

Növényvédelem természetes úton...

**Árpád Biokontroll 2003 Kft.**

# Drámaian megnőtt a szorongásos és depressziós betegek száma

Palicska Irén

Lassan egy éve élünk együtt a félelemmel. Harcolunk egy láthatatlan ellenséggel, a koronavírussal, eddig ismeretlen protokollok szerint, szabadságunkban korlátozva létezünk. Aggódva néztük a külföldi tudósításokat a járvány első hullámáról, kicsit lazábban kezeltük a második hullám szabályait és előírásait, és rezignánsan vesszük tudomásul, hogy nyakunkon a harmadik hullám. Talán fellélegezhetünk, hiszen itt a védőoltás. De attól függetlenül, hogy elkaptuk-e a vírust, hogyan hat mindez a lelkünkre és a testünkre? Mit okozhat a tartós szorongás és a félelem? Hogyan tudjuk ellensúlyozni a ránk törő, és eluralkodó negatív érzelmeket, és hogyan őrizhetjük meg mentális egészségünket? Dr. Gögh Edit neurológus-pszichiáter főorvost kérdeztük.

**– Félelmet, szorongást, depressziót, szomorúságot és akár agressziót is okozhat a koronavírus miatti bezártság. Mit tapasztal a saját praxisában, mennyivel nőtt meg az ilyen tünetekkel önhöz forduló páciensek száma?**

– Sajnos egyre gyakrabban találkozom az agresszióval, amikor házaspárok – otthon lévén mindketten – a nyelv törével szinte „gyilkolják” egymást, mármint egymás lelkét. A bezártságot nem mindenki egyformán viseli. De emberiségünk méltósága valahol ott kezdődik, hogy megpróbálunk emberi módon alkalmazkodni a megváltozott helyzethez. A pandémiától függetlenül is drámaian nő a mentális betegségek gyakorisága a világban, a WHO adatai szerint 1990 óta csak a depresszió előfordulása több mint 50 százalékkal emelkedett. Napjainkban EU-szerte a mentális zavarok jelentik a második legnagyobb betegségterhet.

**– Milyen konkrét panaszokkal keresik fel?**

– Különféle félelmek, szorongások, alvászavarok, teljesítményzavarok, de vannak, akinél már pszichoszomatikus emésztőrendszeri panaszok, fejfájások állnak a középpontban, amelyek a páciens szenvedését okozzák. Dominál a félelem és szorongás. Tudjuk, hogy minden félelem mögött szorongás áll. Ha a félelem és szorongás tar-



tósan fennáll, az előbb a vegetatív idegrendszert, majd az immunrendszert fogja gyengíteni, aminek egyenes következménye, hogy kitérje a kapuit a betegségek előtt. A szervezet bedobja a stressz-hormonokat, amik a legkülönbözőbb tünetek képében jelennek meg. Hogy kinél milyen elváltozásban, az egyed-specifikus, de a félelem mindig az úgynevezett „gyenge pontunkon” támad.

**– Milyen hatással van ez az időszak a gyerekekre, és hogyan védhetjük meg őket?**

– A gyerek védtelen. A gyerek a szülőre van bízva. Ha a szülő szorong, fél, vagy pánikrohamai vannak, ezt látja a gyermek, aki mintegy átveszi a szülőől ezt a mintázatot, ő is félni, szorongani fog. Sőt, a gyerekek az általános szorongáson túl attól is félni fognak, hogy mi lesz, ha apa vagy anya beteg lesz, vagy meghal. Ez óriási teher a gyermeki léleknek. A 10–20 év közötti korosztályban egyébként is, még a koronavírus-járvány előtt is jóval több volt a mentális problémával küzdő, mint az összes többi betegségben szenvedő együttvéve. A fogyasztói társadalmakban a gyerekek 20-25 százaléka (!) küzd mentális problémákkal. Minderre még rátett a koronavírus okozta bizonytalanság, amely eredménye, hogy 35-50 százalékkal megnőtt a szorongásos, depresszív tünetek és pánikbetegségek száma a gyermekek között is. Éjszaki felriadások, félelmek, kisbékénél a már szobatiszta gyermek ismét éjszakai bepisiléssel reagálja le félelmét. Megvédeni a gyermeket ettől akkor tudja a szülő, ha ő maga is stabil és harmóniában van. Ha nincsenek otthon hangos családi viták, veszekedések, ha a gyermek megélheti, hogy bár van egy

járvány, de védettnek érzi magát a szeretettel, megértő, meghallgató és elfogadó család védőhálójában, anya és apa mellett biztonságot érez. A gyermeknek nagyon fontos a biztonság tudata és légköre.

**– Online kurzusokat segít a túlélésben. Mi volt a motivációja és a célja a kurzus elindításának?**

– Épp a karantén-helyzet vezetett bennünket a PSY-NATURA Online Önismereti Kurzus létrehozására (www.psnaturahu). Amikor a pandémia miatt korlátozva vagyunk a személyes találkozásokban, amikor az emberek nem tudnak, nem mernek, vagy a korlátok miatt nem akkor találkozhatnak orvosokkal, nem akkor kérhetnek segítséget, amikor szeretnének, ezért a segítség megy az otthonokba. Így nem kell gyakori rendszerességgel orvoshoz utazni, emiatt szabadságot kivenni. Ez az online kurzus, egy kicsit más, sőt, fordított a „felállítás”, mint amikor valaki elmegy lelki vezetőjéhez vagy egy pszichiáterhez. Mert a rendelőben a páciens beszél, a szakember hallgat. Ez alkalommal fordított a helyzet, mert a páciens hallgat – a pszichiáter beszél – ahol a hallgató négy szemközt lehet önmagával – és lelkébe beépíti a hallottakat, mellyel a szó szoros értelmében építi, gyógyítja saját lelkét. Ez a kurzus egy belső utazás útlevél nélkül. A sok visszajelzésből az derült ki, mert egyre többen írták: „megértettem tüneteimet”, „magamra ismertem”, vagy „választ kaptam kérdéseimre”. Ezek a visszajelzések azért kellenek, hogy mi is fejlődünk, hogy hatékonyabban tudjunk segíteni az arra igényt tartóknak.

**– A bezártság nem csak az egyénre, hanem a kapcsolatokra is hatással van. Ön szerint van kiút, de mi a teendőnk?**

– Való igaz. Az egyik véglet, amikor a család összezárt tagjai egymásnak esnek, sajnos nő a családon belüli agressziók száma. A másik oldalon pedig mindenkinek hiányoznak a személyes találkozások. De ma az internet világában tudunk kapcsolatot tartani szeretteinkkel – ha akarunk. Akkor is, ha az valóban nem pótolja a személyes találkozást: az érintés, a tekintet, a szempár sugárzását nem élhetjük meg. De tudunk értekezni egymással és tudunk egy kicsit jobban befelé is figyelni. Az anyagelvű világból jó egy kicsit a lélekre is időt, energiát szentelni, amire eddig nem, vagy alig volt időnk. Felfedezhetjük egymásban, párunkban, gyermekünkben és önmagunkban a rejtett lelki kincseket. Gondolatokat cserélhetünk. A ma emberének egyik nagy fájdalom és hiánya, hogy nem hallgatják meg egymást. Épp ezért lett a kurzusunk mottója: „Meghallgatlak, megértelek, elfogadlak - tehát szeretlek!” Igen, van kiút. Legyen rendszeresség az életünkben. Nagyon fontos a tudatosság. Figyeljünk és hallgassunk jobban a belső irányítunkra, a belső hangunkra, mert az mindig a helyes utat mutatja. Bízunk jobban önmagunkban és egymásban! Nagyon fontos a megelőlegezett bizalom egymás felé, hogy elfogadjuk egymást, amely eredményeként megindul majd egy pozitív átalakulás. Így kapunk majd elegendő lelki erőt, ami felszabadít, hogy újra félelem nélkül élhessünk. Ha ezt megéljük, akkor nem szigetelődünk el. Merjük, akarjuk élni az életet, szívvel-lélekkel. Mit tegyünk még? Éljük meg a most pillanatát – lássuk meg annak örömét, ne a még be sem következett, csak a magunk által gyártott félelmeket erősítsük önmagunkban. Érzelmi hozzáállásunk nagyban segíthet ezen, legyünk optimisták, még akkor is, ha ez nehézünkre esik, ne fedjük nincs reménytelen helyzet. Ne ragadjunk bele a nehéz helyzetekbe és ne dramatizáljuk túl! Keressük a megoldásokat hittel és bizalommal! Legyen a mosoly és nevetés a napjainkban, ne veszítsük el humorunkat!

Használjuk ki a kapott időt beszélgetésekre, olvasásra, zenehallgatásra, kreatív tevékenységekre. Figyeljünk jobban egymásra és a természet adta csendre. Ez a csend megnyitja az ajtót és megteremti a belső csendünket is.



Darók József

Tavaly négy és fél hónapon át volt zárva a szentesi könyvtár. Egy bibliotékában ideális esetben csend és nyugalom honol, de ez a mostani helyzet már túl csendes és nyugodt. Az olvasók, könyvtári szolgáltatásokat igénybe vevők és könyvtárosok egyaránt várják, hogy találkozhassanak. A több mint hetven éves intézmény folyamatosan átalakult. Újabban felfigyeltek az intézmény munkatársai egy érdekes tendenciára is: vannak, akik kifejezetten a csendes környezet miatt választják a könyvtárat, lappal a hónuk alatt beültek tanulni vagy online vizsgázn.

Azzal kezdődött a helyi könyvtári szolgáltatás története, hogy 1949-ben a város közkönyvtárat hozott létre, ahol az olvasók még nem léphettek a könyvek közelébe, magyarázta Sallainé Gresó Klára. Az intézmény igazgatója felidézte, hogy ez még egy kiszolgáló könyvtár volt, a könyvtáros adta az olvasó kezébe a műveket. – Az idők folyamán kialakult a szabadpolcos rendszer, már mindenki magának válogathat a könyvek között. S talán a következő fázisnak mondható a kölcsönzés történetében, amit már mi is megvalósítottunk itt 2015-ben, azaz, hogy megszűntettük az olvasótermet. Azóta néhány kivételtől eltekintve mindent kikölcsönözhetnek, elvihetnek az olvasók.

– A szabadpolcos kölcsönzés a megyében elsőként a szentesi könyvtárban jött létre. Ez akkoriban újdonságnak számított – tette hozzá Szekeres-Dancsó Mónika igazgató-helyettes. A pandémia időszakában megint elszakadtunk egy kicsit a szabadpolcotól, az olvasók nem jöhetnek be hozzánk, de elektronikus katalógusunk a nap 24 órájában, bárhol elérhető, ezen keresztül tájékozódhatnak az érdeklődők állományunkról. Az olvasóktól tehát nem kell teljesen búcsút venni. Persze, néhányan eleinte idegenkedtek ettől a megoldástól, s a számokat nézve elmaradunk a normál, „böngészéses”, nyitott időszakról, nagy gyakorlattal használják olvasóink a katalógust. Mostanra már szép dokumentumkölcsönzési forgalmunk van a zárt ajtó ellenére is. – újságolta Mónika. Messzengeren, e-mailben vagy telefonon fogadjuk a kérdéseket. Összekészítünk számukra mindent, amit kérnek, így tudunk szolgálni. A könyvtár bejáratánál adjuk át és vesszük vissza a kölcsönzött könyveket. A könyvtári integrált rendszer

## Nem csak könyvért, vizsgázn is járnak a könyvtárba „Szolgáltatunk és várunk”



fejlesztői új lehetőséget szeretnének biztosítani a felhasználók számára. Amint lehet, könyvtárunk is lehetővé teszi az új fejlesztésű digitális appal való kölcsönzést. Az alkalmazáson keresztül elektronikus olvasójeggyel, hozzáféréssel rendelkeznek majd az olvasók.

Mint Sallainé Gresó Klárától megtudtuk, közel 100 ezer kötet jelenti az állományukat. – Most értünk a végére egy nagy állományapasztásnak, évek óta folyamatosan vonjuk ki az elavult, elhasználódott olvasmányokat azért is, hogy helyet biztosítsunk az új könyvek számára. Évente 3-4 ezer kötetrel gyarapszik az állomány.

Az olvasók nagy örömmel fogadták, hogy a járvány ideje alatt is van módjuk könyveket kölcsönözni, ám felmerül a kérdés, hogy a pult mögött állókat mennyire viseli meg az, hogy zárva tartanak? – Hogy nincsenek rendezvények, az tényleg furcsa – erősíti meg az igazgató-helyettes. – Megyei szinten előkelő helyen említhetjük magunkat ezen a téren, hiszen kiemelkedően sok eseményt szervezünk. A megyei könyvtártól mindig megkapjuk a dicséretet, velünk példálózunk, erre büszkék vagyunk. Nagy hagyománya van nálunk a kiállítások, előadások szervezésének. Szeretnénk, ha ez így is maradhatna. Persze, ahogy eddig is, együttműködésben a város többi kulturális rendezvényszervező intézményével.

A tavalyi évben hét és fél hónapot tudtak csak nyitva tartani, négy és felet zárt ajtó mögött töltötték a könyvtárosok. – Nagyon hosszú idő ez. Furcsa, hogy ekkora csend van a házban. A minap valamin neveltünk. Egyik kollégánk meg is jegyezte, milyen jó, hogy végre valami hang is van a könyvtárban – mesélte az igazgatónő. –

Tényleg mindenki csendben teszi a dolgát. De itt vagyunk, elérnek bennünket az olvasók. És szerencsére keresnek is.

A gyermekkönyvtárban az elmúlt esztendőben a kényszerű bezárás idején felújították a két irodapadlózatát. A főépületben jelenleg a megrepedt wc-kagylók cseréje folyik. Ezt a problémát a földszinten az épület mozgása idézte elő. Ezen kívül a liftben volt szükség motorcserére, sajnos, a huszoneves berendezés haldoklik, nagy baj, hogy nehezen lehet hozzá alkatrészt kapni.

A rövidebb és hosszabb távú tervekről szólva, természetesen nagyon szeretnék, ha mielőbb kinyithatnánk, de két nagyobb eseményre is készülnek. – Komoly megtiszteltetés ért bennünket az a helytörténeti könyvtárosok országos konferenciáját, ez tavaly sajnos nem sikerült. Most nagyon bízunk benne, hogy júniusban megvalósíthatjuk a három napos találkozót. Pályáztunk arra, hogy egy Szentes-napot rendezhessünk. Nem tudom, a könyvhét hogy alakul, már egyeztetünk írókkal, ha a helyzet engedi, jönnek hozzánk. Szeretnénk a megszokott rendezvényeinkkel is elindulni, de tervezzük újdonságokat, köztük zenés programokat, részben a tavaly elmaradtakat, de újakat is.

– Átalakul a könyvtár, mint szolgáltatóhely. Mi is átalakulunk közösségi térré, ez a trend, erre mutatkozik igény – mondta Sallainé Gresó Klára. – Megpróbáljuk a fiatalokat is megszólítani. Tavalyelőtt a gyermekkönyvtárban megnyitottuk a „tinikönyvtárat”, ami kedvező fogadtatásra talált. Reméljük, vissza tudjuk majd csalogtatni a gyerekeket. Ma már nem

az az elsődleges, hogy beszaladnak egy könyvért, kötelező irodalomért, hanem az, hogy itt le lehet ülni, el lehet tölteni az időt, lehet ismerkedni, okos dolgokat hallani.

Az informatikai-technikai eszközöknél is sok segítséget igényelnek tőlük a használók, főleg az idősebb korosztály, fűzte hozzá az igazgató-helyettes. – Például ha az Erzsébet-programba kell regisztrálni, vagy olyan ügyet intézünk, amihez kell számítógépes hozzáférés, ebben is tudunk segíteni. A városban nyomtatni, fénymásolni sem sok helyen lehet már, míg nálunk igen. Számíthatnak ránk.

Megfigyelték, hogy vannak, akik bejöttek a laptopjukkal, ke-restek a második emeleten egy csendes zugot, s a wifit használva tanultak, sőt vizsgáztak online. Ez teljesen térítésmentes lehetőség. Úgy néz ki, ez is a könyvtár egy újszerű szolgáltatása lesz.

Két kollégától váltak meg az elmúlt évben, ám a pandémia miatt az álláshelyek betöltését nem engedélyezték. – Ez a jelen helyzetben érthető, s most a zárás alatt abszolút meg is tudjuk oldani, illetve a nyári időszakot kellett áthidalnunk, de nem csorbult a szolgáltatásunk – fogalmazott Szekeres-Dancsó Mónika. – nem lesz könnyű, ha ezzel a létszámmal kell folytatnunk, és sajnos az is tény, hogy a szakképzett, könyvtáros végzettséggel rendelkező jelentkezők sincsenek sokan, akikkel minőségi munkát lehet végezni.

– Három kolléga megy majd jövőre nyugdíjba, őket is pótolni kell valahogyan. A szakmai bérminimumot tudjuk ajánlani, s ez nem mindenki számára csábító – zárta a könyvtári helyzetjelentést Sallainé Gresó Klára.

## SZENTESI HŐSÖK

Sebők Tamás

Talán az alázat és a kitartás legmagasabb fokáról tesz tanúbizonyságot az, aki gyermekkor óta dédelgetett álmát készülő megvalósítani. Drahotá-Szabó Dorka kétségtelenül közéjük tartozik, hiszen a fiatal lány 5 évesen jelentette ki: profi teniszező szeretne lenni. Ma, 19 évesen ő Csongrád-Csanád megye első felnőtt magyar bajnoka, számos korosztályos cím mellett a WTA világranglista 680. helyén is olvashatjuk a nevét. A magyar tenisz egyik legnagyobb reménységét invitáltuk egy beszélgetésre.

*– Azon gondolkodom, mi fogott meg 5 évesen annyira a teniszben, hogy erre tedd fel a fiatal éveid?*

– Talán a nagyobb testvér faktor volt az, ami leginkább közrejátszott ebben. A nővérem a Lakos Sándor Teniszcentrumba járt edzeni, én pedig sokszor elkísértem. Persze azonnal felkeltette az érdeklődésem, hogy mit is csinál, és mint minden kisgyerek, én is azonnal ki szerettem volna próbálni. Idővel aztán belecsöppentem a tenisz világába, ami teljesen magával ragadott, és már akkor mondtam mindenkinek, hogy én azt szeretném, ha ez lenne az életem. Persze akkor ez még könnyelmű kijelentés volt, talán magam sem gondoltam komolyan. Viszont teltek az évek és arra eszméltem, hogy még mindig a tenisz a meghatározó számomra. 15-16 évesen bizonyossá vált, hogy ezt az utat kell járnom.

*– A kezdeti évek, az első tapasztalatok minden karrierben fontosak, ilyen szempontból hogy indult a te pályafutásod?*

– Megyei és országos szintű versenyekkel kezdtem. Úgy érzem, korosztályos szinten kihoztam magamból a legtöbbet. Ez nem a dobogó csúcsát jelentette, de próbáltam mindig a legjobb háromban végezni. Aztán 10 évesen „kinyílt a világ” elvittek az első nemzetközi versenyemre. Egy válogatott csapat tagja voltam, és ott azért érezhető volt a lemaradásom az ellenfelekhez képest. Bele is telt 1-2 évbe, mire megszereztem első nemzetközi sikereimet is.

*– Hogy tudtad mindezt összeegyeztetni a tanulmányaiddal? Az ugye köztudott, hogy a sport rengeteg lemondással jár...*

– A hatodik osztályt már magán-tanulóként kezdtem. Nyilván ko-



rábban osztálykiránduláson sem igazán vettem részt, és a szabadidőmet is a tenisz töltötte ki. Volt, amikor a társaim kérdőn fordultak felém, hogy miért is járok ennyit edzésre. Nem hitték el azt, hogy én ezt igazán komolyan gondolom. Akkor talán egy kicsit hiányzott a fiatalok élete, de az mindig boldogsággal töltött el, hogy teniszhezjehetek, és hogy folyamatosan haladok a célom felé.

*– Már hat éve a szegedi Sportmánia SE színeiben versenyzel a Hajnal Tenisz Iskola teniszezőjeként. Hogyan jött a Tisza-parti lehetőség és Hajnal István edzői munkája?*

– Egy budapesti találkozás előzte meg a Szegedre igazolásomat, édesapám találkozott Pistával, aki kvázi meghívott bennünket egy próbaedzésre. Nagyon megtetszett az ottani környezet, az együttlétben rejülő lehetőségek is, Pistában pedig egy kiváló edzőt ismertem meg, 6 éve dolgozunk együtt és a mai napig nagyon szeretek vele készülni.

*– Hogy néz ki Dorka egy napja?*

– Az időm túlnyomó többségét az edzés teszi ki. Általában reggel és délután is két-két órát teniszem, közben ebédelek és további kiegészítő foglalkozásokon veszek részt: van, amikor futok, konditerembe is járok, szóval úgy átlagban napi 5-6 órát foglalkozom a tenisszel, de emellett kellő figyelmet kell fordítanom a pihenésre is.

*– A komoly eredmények magas*

## A teniszben rejlik boldogsága

év első versenye is, amivel felnőtt magyar bajnoki címet szereztem. Egy erős mezőnyben sikerült kivívnom a dobogó legfelső fokát, ami mentálisan sokat segített a továbbiakban.

*– Azt meg kell említenünk, hogy a franciaországi versenyen a svéd Caijsa Henneman ellen meccsel-tél a döntőben, a múlt héten pedig már közösen léptetek salakra a törökországi, antalyai 15 ezer dolláros versenyen. Honnan jött az ötlet, hogy egymás oldalán versenyezzetek?*

– Franciaországban mind a ketten egy eredményes versenyt tudhattunk magunk mögött, ráadásul egy végletekig kiélezett mérkőzés vívtunk a fináléban. Antalyában már a nevezéseknél láttuk, hogy ismét találkozunk, így felvettük egymással a kapcsolatot. Megkérdeztem, hogy van-e társa párosban, ő pedig mondta, hogy pont ezzel szeretett volna megkeresni ő is. Nagyon jól jött ki a dolog, a közös versenyt pedig siker koronázta, mert 4 mérkőzés után megnyertük a párost.

*– Tavaly nyáron Babos Timi és Nagy Péter oldalán egy meghívásos versenyen, a Budapest Kupán szerepeltél. Milyen emlékeket idéz fel benned az a hétvége?*

– Óriási élmény volt. Egyrészt sosem játszottam még kamerák keresztútjében. A meccs előtt és azt követően is interjút kellett adnom, egy kicsit új arcát mutatta a sport világa ezen a kupán. Nagyon megtisztelő volt számomra, hogy Timi segített, biztatótt és a verseny után pozitívan értékelte a teljesítményem. Azt gondolom, egy fiatal sportolónak nem nagyon kell ennél nagyobb elismerés, nagyon jól estek a szavai.

*– A pandémia jelentősen felforgatta a sportvilágát is, talán nehéz ilyenkor hosszabb távra tervezni, de előreláthatólag hogyan néznek ki az előtted álló hetek, hónapok?*

– Talán az a legfontosabb, hogy a lehető legtöbb versenyre el tudjak menni. Szerencsére a Törökország, Egyiptom, Tunézia térségben vannak lehetőségek. Az időbeosztásomat úgy terveztük meg, hogy 2 hét versenyzés, 2 hét hazai felkészülés. Jelenleg a WTA világranglista 680. helyén állok, a célom az, hogy 500-ba kerüljek. Nyilván nehéz 1-2 hónapnál előrébb tervezni, de minden erőmmel azon leszek, hogy a legjobb tudásom szerint teljesítsek.

*szintű felkészítést és odafigyelést követelnek, gondolok itt az étrendre, a technikai szinted fejlesztésére, erőnlétre, pihenésre stb. Kik segítik a munkád?*

– A teniszben a technikai fejlődésemet teljes mértékben Hajnal István koordinálja. A kondiedzőm Molnár Tamás, aki egyébként a Pick Szeged kézilabda-csapatának erőnléti edzője is. A helyes étkezésben elsősorban Tamás és Pista fellesége, Helga segít, és egy fizioterapeuta, Gyuris László tagja még a teamnek. Nem mehetek el azonban szó nélkül a családom segítségéről sem, nagyon sok segítséget köszönhetek nekik, csakúgy, mint szentesi támogatóimnak, a HUNOR COOP Zrt.-nek és a Zombor Cipő Kft.-nek.

*– Számos kiváló eredményt tudhatsz magadénak utánpótlás és felnőtt szinten egyaránt. Melyik sikered tartod mindmáig a legnagyobbnak?*

– Tavaly szeptemberben Franciaországban játszottam egy 15 ezer dollár összdíjazású versenyen, ami mindig hatalmas élmény lesz számomra, mert 18 évesen első ízben utaztam egyedül külföldi versenyre. Persze annak is nagyon örültem, hogy ezen a versenyen döntőbe kerültem, sőt meccslabdám is volt, de végül nem sikerült győzőm. Akkor hetekig nagyon bántott, hogy elrontottam azt az adogatást, de utólag visszagondolva azt érzem, hogy szépen csillog az ezüst is. Emellett örökök emlékeztet leszek számomra a tavalyi



# „Egy fiatalos, lendületes, nyitott csapat vagyunk”

Sebők Tamás

**Szentes éttermeit bemutató sorozatunkban ez alkalommal a Kertváros kedvelt vendéglátó egységébe, a YEE-LO Pizzéria és Sörözőbe látogattunk, ahol Raduly Attila, társ-üzletvezető és konyhafőnök látott vendégül bennünket. Ahogy mondja, ars poeticája, hogy minden esetben biztosítsa a megfelelő minőséget és a változatosságot a vendégek számára.**

**– Kezdjük mindennek az elején! Hogyan kerültél bele a gasztronómia világába?**

– Nagyváradon születtem, 1990-ben, mint a legkisebb királyfi Budapestre jöttem szerencsét próbálni. Az éjszakai életből egyre inkább a vendéglátás felé közeledtem, nagyon érdekelt ez a világ. Egy középkori étteremben dolgoztam 10 évig. Nagyon jó tanulóévek voltak ezek, napi 2-300 főre főztünk, és rengeteg külföldi is betért hozzánk. Alapvetően az egyszerűsége törekedtünk, de a minőségből nem adtunk lejjebb, többek között szarvas-ételeket, libamájat is készítettünk.

**– Hogyan jött a képhe Szentes és a YEE-LO?**

– Megismertem a feleségemet, aki szentesi, és ide költöztünk, gondoltuk, a gyerekeknek is jobb lesz itt felnőni. Több étteremben is dolgoztam, megszoktam a helyi ízeket is. Nem igazán volt könnyű dolgom, Erdélyben teljesen más ízekkel dolgoztunk, aztán Budapesten szintűgy, és itt Szentesen is van egy sajátos ízvilág. Azt gondolom, ez alkalmazkodás kérdése, ha valaki szereti ezt a szakmát, akkor nyitottnak kell lenni ezekre. 2019 augusztusában kerültem a YEE-LO-ba, üzlettársammal, Kovács Norberttel korábban együtt dolgoztunk, sokat terveztük, hogy közösen vinnénk egy vállalkozást, ez tavalyelőtt nyáron megvalósult.

**– Az étterem hivatalos nevében a pizzéria szerepel ám, a YEE-LO túlmutat egy szimpla pizzérián, hiszen igen széles a lehetőségek tárháza nálatok. Kérlek, mutasd be a kínálatot!**

– Úgy éreztük, hogy muszáj többet nyújtanunk egy pizzából álló étlappal. Elég összetett volt a szolgáltatásunk a pandémia előtt. Egyrészt bevezettük a reggeliztetést, amit megkedveltek a vendégeink, itt leginkább a tojásos ételek, a ham and eggs vált népszerűvé, de alkalom adtán próbálkoztunk különlegességekkel is, például angol reggelivel is. Minden nap 11 órától beindul a menüztetés, ez elvitelre most is elérhető, illetve vannak az a la carte ételeink és a street foodok is. Én utóbbi szegmensbe sorolom a pizzákat, hamburgereket is, de ebben a kategóriában is elég széleskörű lehetőségek állnak rendelkezésre, így a kísérletezés sem áll távol tőlem.

**– Milyen szempontok határozzák meg a kísérletező kedved?**

– Egyrésztől lassan 2 évtizede Szentesen élek, akklimatizálódtam a helyi ízekhez, másrésztől vannak gyermekeim, látom, hogy milyen ételeket szeretnek a fiatalok. A street foodok mostanában nagyon népszerűek, hiba lett volna nem kihasználni ezt a lehetőséget. Folyamatosan tanulmányoztam az ilyen típusú ételeket, és amikor bejött egy fiatalabb asztaltársaság, akiket is-



merem, készítettem nekik egy próbaételt, ezt követően pedig őszintén elmondták a véleményüket azzal kapcsolatban, hogy mit is változtatnának rajta.

Az a la carte-ban is próbálunk tematikus hetteket tartani, mexikói, olasz ételeket készítünk vagy éppen a hal kerül a középpontba. Ha meg kellene határozni, hogy milyen is a mi szemléletünk, akkor azt mondanám, hogy egy fiatalos, lendületes, alkalmazkodó csapat vagyunk. Nyitottak vagyunk az újdonságokra, sőt figyeljük a legújabb trendeket is. Azt gondolom, hogy ez nem a versenyről szól, hanem arról, hogy ne ragadjunk meg egy szinten, hogy mindig legyen valami újdonság, amivel kedveskedni tudunk a vendégeinknek. Konyhafőnökként a minőség biztosítása és a változatosság a legfőbb célom.

**– Melyik a legnépszerűbb terület a vendégek körében?**

– Ez folyamatosan változik. A pizza és a hamburger népszerű, de van, amikor nagyon beindul az a la carte, hétfvégén pedig inkább a tálakat viszik családi összejövetelekre, szűk körű ünnepekre adnak le rendelést. Erre is azonnal reagáltunk, többféle bőségtálat állítottunk össze: halas-tálat, vega-tálat, grilltálat, szárnyas-tálat stb. Novemberben, Márton-nap alkalmából liba-tálat is készítettünk libamell, libacomb, libamájpástétommal töltött gombafejek kerültek fel rá. Persze ahogy elmúlt az aktualitása, levettük az étlapról, de azt vettük észre,



hogy továbbra is keresik, így meg is hagytuk. Próbálunk mindenben alkalmazkodni a vásárlói igényekhez, mert ezt csak így lehet sikeresen csinálni.

**– Hogyan éreztette hatását a virushelyzet? Milyen irányba kényszerített benneteket a pandémia?**

– Néhány hete jött egy olyan ötletünk, hogy szélesíteni szeretnénk a vevői bázisunkat és Szentes vonzáskörzetében, Szegváron, Fábiansbestyénen, Derekegyházon, Csongrádon, Mindszenten is elkezdtük szórólapon hirdetni az éttermünket. Úgy érzem, sikeres volt, azt látom, hogy az emberekben tudatosult a YEE-LO étterem, keresnek bennünket, és tetszik nekik, amit csinálunk.

Visszagondolva komoly hatást gyakorolt ránk a pandémia, de ezzel biztos más éttermek is így vannak. Már az első hullámban nagyon nehéz volt talpon maradni. Csak kiszállításban gondolkodtunk, így az étlapot is teljesen megreformáltuk. Maradtak a könnyen elkészíthető, népszerű és szállítható ételek.

**– Mit szeretsz a legjobban elkészíteni, mi a specialitásod?**

– Szeretek hússal dolgozni, a frissensültek a kedvenceim, leginkább a marhahúsból készült ételek, de nem feltétlenül csak a steakekre gondolok. Nagyon szeretem a tésztákat is, rengeteg lehetőség rejlik bennük, és ha lehet, ezt a két világot szeretem ötvözni. A Szentesi Élet követői számára is egy tésztás-sültes étel elkészítését választottam, talán ez a legkedvencebb mind közül. A pizzák a mai napig közkedveltek, és bár nekem nem tartozik az elsőszámú kedvenceim közé az elkészítésük, próbálom itt is sokat kísérletezni, mert számos lehetőség rejlik bennük. Inkább a la carte-os szakácsnak tartom magam. Minden megrendelést kihívásnak tekintek. Dolgoztam korábban nagyüzemi konyhán is, nekem az annyira nem jött be. Fontosnak tartom, hogy amikor lehetőségem van, kimegyek a vendégekhez, beszélgetek velük, ajánlok nekik valamit, ezt pedig a legtöbbször jó néven veszik, ami nekem is ad egyfajta pozitív töltetet és egy lendületet a munkámhoz.





Szentes arculata régen és ma

## Városi Kisded Óvoda - 125 éve a gyermekeinkért

**A Rákóczi utcán kifelé haladva szemünkbe ötlik egy méltóságteljes épület – homlokán a büszke felirat: Városi Kisded Óvoda. 125 éve erre a feladatra terveztette és építtette meg széles összefogással Szentes, és 1896. február 1-jén kezdte meg működését. Jeles esemény az első magánóvoda 20 évvel hamarabbi megnyitása is, aminek a 145 éves évfordulója júliusban lesz. Ezek adják az apropóját a következő visszatekintésnek.**

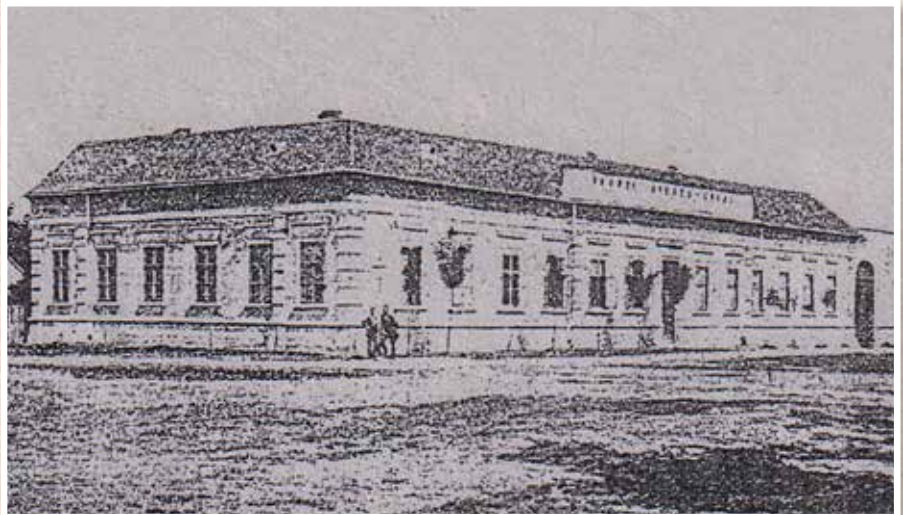
Magyarországon az első óvodát angliai példák nyomán Brunszvik Teréz grófnő alapította 1828-ban Budán, amelyet hamarosan több is követett. Ezek akkoriban sem csupán „gyermekmegőrzők” voltak, hanem inkább kisgyermekiskolák, ahol a mai óvodapedagógusok elődei a gondozás mellett praktikus ismeretekre is tanították a gondjaikra bízott gyermekeket. Kilenc évvel később, 1837-ben már az első óvóképző is beindult Tolnán – érdekes a párhuzam: Németországban még csak ekkor alapítják meg az első óvodát. Nem voltunk lemaradva.

Maga az óvodai nevelés is jubilál az idén városunkban. A Jurenák Edéné vezette Szentesi Jótékony Nőegylet komoly társadalmi összefogást megteremtve 145 éve, 1876. július 9-én nyitotta meg az első szentesi óvodát 60 kisgyermekkel Sonnenfeld Sámuel Serházkocsmaközi újonnan épült házában. Óvónője a kiváló képességű, ám szomorú sorsú Hudetz (Hugyec) Elíz kisasszony volt, aki a kolozsvári Fröbel intézetben nyert el „gyermekkertész” képesítést. Emlékét 2001 óta tábla őrzi a Szent Anna Utcai Tagóvoda falán. A hagyományokra büszke óvodapedagógusok ugyanez év végén „125 éves az óvodai nevelés Szentesen” címmel szerveztek egy hetes rendezvénysorozatot, melyről az akkor beindult Szentesi Mozaik képes tudósításokkal számolt be. Szintén 2001-ben jelent meg Feketéné Moldován Mária (1948-2015) páratlan alaposágú, képekben is gazdag könyve, A szentesi kisdedóvás története 1876-2001.

A következő mérföldkő az 1891. évi kisdedóvasi törvény megjelenése, amely szerint a településeken 5.000 lakosonként szükséges egy óvoda – így Szentesnek már négy óvodája kellett volna, hogy legyen. Ehelyett volt a nőegyleti óvoda, és mellette a szentesi születésű Ehrlich Laura frissen beindított magánóvodája. A rendelkezés megerősítette a Nőegyletnek azt a jóval korábbi szándékát, hogy a várossal együttműködve egy másik óvodát is megnyisson.

Az egylet elnöke ekkor már a nem kevésbé tekintélyes Kiss Zsigmondné volt, aki elődjéhez hasonlóan óriási szervezőmunkát végzett az anyagi háttér megteremtése érdekében. Helyben számos támogató akadt: a pénzügyektől Törs Kálmán akkori országgyűlési képviselőig, akik jelentős összegeket ajánlottak fel, de a miniszteriális támogatásra még ígéret szintjén is csak a létesítés követően számíthatott.

Az óvodát a népessé vált felsőpárti városrészben szánták elhelyezni. Erre alkalmasnak látszott a korábban városi tulajdonba került Szényei féle II. tized 26. számú, 358 négyszögöl udvarrészrel bíró ház, melyet Szentes átenged-



dett a nemes célra. Itt épült meg 1894-re a ma is álló óvodaépület, amelyet kifejezetten erre a feladatra terveztettek meg. A berendezésére a mindenkor szűkös anyagiak miatt csak 1895 végére kerülhetett sor, majd megpályáztatták az óvónői állást is. A nyertes Nagy Etelka kisteleki óvónő lett, aki épp 125 éve, 1896. február 1-jén foglalta el szentesi állását. Ennek centenáriumát ünnepelte meg a Rákóczi Ferenc Utcai Óvoda 1995-ben, és ünnepeli most – bár a járvány miatt a szándékánál szerényebben.

Az óvónői pálya vonzó volt akkoriban is. A felsőpárti állást a következő évben formai hiba miatt újbóli meghirdették, és arra 43 pályázat érkezett. Nagy Etelka végül csak a vallása miatt maradhatott meg posztján a főleg reformátusok lakta városrészben. A másik nőegyleti óvodát ekkor már a 30 évesen elhunyt Hudetz Elíz utóda, a katolikus Uhrin Irma vezette.

Az új óvoda az alapítók szándékának megfelelően tandíjmentes volt, ami gyorsan vonzóvá tette – ezáltal erős konkurenciát jelentve a másik két óvodának. A nőegylet emiatt a következő évben felajánlotta az alsópárti óvodáját a városnak átvételre, ahonnan addig is támogatást igényelt. Hamarosan ugyanezt tette Ehrlich Laura is, akinek a magánóvodája 1898 novemberére végképp ellehetetlenült. A Lakos Imre polgár-

mester vezette testület végül a nőegyleti óvoda megvásárlásáról döntött, ám a magánóvoda átvételét nem támogatta, és az óvónőt sem kívánta alkalmazni.

Így a szebb napokat látott intézmény 1898-ban bezárt, a városnak pedig az előírt négy helyett két óvodája maradt. Az egyik az alsópárti, amely változó épületekben, de leghosszabb ideig a Szent Imre herceg utcában működött (jogutódjának a Szent Anna Utcai Óvoda tekinthető), a másik pedig a Rákóczi Ferenc utca 46-48. szám alatt emelt, ma is álló impozáns óvoda.

A szentesi óvodatörténet további része nem kevésbé regényes, és Feketéné Moldován Mária könyvének köszönhetően egészen a közelmúltig végigkövethető. A kötet külön értéke a második felében található precízen adatolt képgyűjtemény. A fotókon láthatók a 20 évvel ezelőtti óvodaépületek (ma már több más funkciót tölt be), bepillanthatunk az intézmények mindennapjaiba és szembe nézünk velünk azok az óvodapedagógusok, akik a kisgyermek nevelésének szép és felelősségteljes feladatát végezték egykor, és végzik ma is Szentesen. Köszöntsék őket is ezek a sorok!

*Összeállította: Timár Ferenc*

*Fotók: Szentesi Levéltár és*

*Tofán Sándor*





## HETI MENÜ: Március 1 - 7.

**A menü:** Betyárgulyás,

Fasírt krumplifőzelékkel

**B menü:** Tejszínes zöldbablevés,  
Csirkemell szezámos bundában,  
gombás rizzsel

**A menü:** Magyaros gombaleves,

Brassói aprópecsenye sült burgonyával,

**B menü:** Zellerkrémleves,  
Csirkés rakott brokkoli

**A menü:** Korhelyleves,

Chilis bab vagy Bácskai rizseshús

**B menü:** Gyümölcsleves,  
Hawaii csirkemell mazsolás rizzsel

**A menü:** Göllődinleves, Szentesi töltött karaj  
hagymás tört burgonyával

**B menü:** Sütőtökrémleves  
palacsintametélttel  
Zúzapörkölt tésztával

**A menü:** Húsleves,

Bakonyi szelet tésztával

**B menü:** Frankfurti leves,  
Roston sült csirkecombfilé  
zöldszéges rizzsel

**A menü:** Babgulyás,

Bolognai spagetti,

**B menü:** Babgulyás,  
Csongrádi aprópecsenye  
sült burgonyával

**A menü:** Disznótoros leves,

Rántott karaj burgonyapürével

**B menü:** Disznótoros leves,  
Csirkemell bacon pólyában,  
kukoricás rizzsel

A desszertet napi ajánlatban kínáljuk,  
kérjük figyelje honlapunkat,  
vagy érdeklődjön a helyszínen, esetleg  
telefonon.

2020. november 11., szerdától az  
étteremben nem fogyaszthatnak,  
de lehetőség van elvinni az ételt  
(akár saját ételhordóban is) és  
kérésre házhoz is szállíthatjuk.  
Rendeléseiket internetes  
rendszerünkben célszerű leadni,  
de telefonon is felvesszük  
(10:00-13:30) a 63/311-729-es  
telefonszámon.

**SZENTES, PETŐFI U. 7/A.**

**MENÜ: 950,- Ft DESSZERT: 250,- Ft**

**Továbbra is vállalunk  
kiszállítást, bővebb  
információ:**

**WWW.GALERIAKAVEHAZ.HU**

**TELEFON: 63/311-729**

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

## Szentes családi ízei



### Bordírozott szűzpecsenye erdei gombás linguine tésztával

**előkészítés: 15 perc**

**főzési idő: 25 perc**

**Hozzávalók:** 20 dkg sertés szűzpecsenye, 8 dkg szeletelt bacon, 10 dkg linguine tészta, 10 dkg erdei gombakeverék, 5 cm póréhagyma, 2 cl olívaolaj, 2 szál rozsmaring, 2 cl száraz fehérbor, 2,5 dl főzőtejszín, 3 dkg parmezán, 3 szál petrezselyemzöld só, őrölt feketebors, 4 gerezd fokhagyma, 2 ek mustár, olaj a sütéshez.

**Elkészítés:** A húst 3-4 cm-es korongokra vágjuk, egy tálba tesszük. Sózzuk, borsozzuk, hozzáadjuk a mustárt és a zúzott fokhagyma felét. Alaposan összeforgatjuk, majd egyenként baconbe tekerjük és fogvájóval összetűzzük. Egy sütőlemezt megolajozunk és ráhelyezzük a húsokat. Oldalanként 8-9 percig sütjük, időnként lenyomkodjuk őket.

A póréhagymát felkarikázzuk, a rozsmaringot apróra vágjuk és egy serpenyőben kevés olívaolajon elkezdjük fonyasztani. Rászórjuk a felaprított gombát, sózzuk, borsozzuk, időnként megkeverjük.

A tésztát forrásban lévő sós vízbe tesszük, amikor megfőtt, a gombás raguhoz öntjük. Összeforgatjuk és beleöntjük a fehérbort, hozzáadjuk az apróra vágott petrezselymet, a maradék zúzott fokhagymát, majd a tejszínt. Legvégül beleszórjuk a parmezánt.

Amikor a húsok mindkét oldala megsült, egy rácsra szedjük és lecsepegtetjük, ezután tálaljuk a tejszínes gombás tésztával, a végén még megszórjuk parmezánnal.

Jó étvágyat kíván a YEE-LO Pizzéria és Söröző!

## + Egészségügyi ügyelet

**A felnőtt orvosi ügyelet munkarendje:** hétköznap 15 órától reggel 7 óráig, hétfégen és ünnepnapokon 7 órától 7 óráig (24 óráig) a Vásárhelyi út 30. szám alatt tartanak ügyeletet. Telefon: +36 30/708-7183, +36 63/400-712

**A kiegészítő gyermekorvosi ügyelet munkarendje:** hétköznap 15 órától 17 óráig, hétfégen és ünnepnapokon 9 órától 11 óráig. A fennmaradó ügyeleti időben a Csongrád Megyei Dr. Bugyi István Kórház Gyermekosztálya látja el a kis betegeteket. Telefon: +36 63/311-246

**Az ügyeletet és készenléletet ellátó gyógyszer-tár március 1 - 8.**

### Pingvin Patika

(Szentes, Rákóczi F. u. 12.)

Telefon: 63/560-332

Készenléti telefon: 30/989-7344

**Gyógyszertári ügyelet ideje:** hétköznap 19 órától 20 óráig, szombaton 18 órától 20 óráig, vasárnap 8 órától 20 óráig, ünnepnapokon 9 órától 20 óráig.

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

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

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

## HOROSZKÓP febr. 26. - márc. 5.

**KOS** Ha hiszel abban, hogy meg tudod valósítani a kitűzött célt, akkor valóban sikerülni is fog a dolog. Csak ne hagyj, hogy valaki elbizonytalanítson, vagy el vegye a kedvedet.

**BIKA** Válaszokat vársz valakitől, és azt reméled, hogy szavai megnyugtatók majd. Azt azonban nem tudhatod, hogy más események is felkavarhatják majd körülötted az állóvizet.

**IKREK** Apró nehézségek szegélyezhetik az utadat ezen a héten, de még így sem tud majd eltántorítani semmi sem a valódi célotól. Kitartásod másoknak is lelkesedést adhat, és sikert hozhat.

**RÁK** Minél többször futsz neki valaminek, annál jobban kiismered a helyzetet, és annál ügyesebb leszel a próbálkozásban. Ne add fel az első kudarcnál, kitartással legyőzhető a feladat.

**OROSZLÁN** Különösen fontos most számodra a pozitív visszacsatolás, mert az önbizalmad nem túl magas ezen a héten. Próbáld önmagad megerősíteni a saját hitedet, mondogasd magadnak, hogy értékes vagy.

**SZŰZ** Érdemes néha egy kis szünetet tartani, de nem szabad hagynod, hogy ez elsodorjon a céljaidtól. A valódi eredményekért tényleg keményen kell dolgozni, semmit sem adnak könnyen.

**MÉRLEG** Nehezedre esik most, hogy annak lásd a dolgokat, amik. Ha kell, legyél egy kicsit szigorúbb önmagaddal, különben könnyen olyan útra tévedsz, amin nem szeretnél járni.

**SKORPIÓ** Nem tudod még, hogyan éreznél egy új jelenséggel kapcsolatban, ami felbukkant az életedben, de azt érzed, hogy meg tudnád ezt szokni. Legyél óvatos, de ne zárkózz el a dologtól.

**NYILAS** Nehéz beszélgetésre kerülhet sor a héten, de ha egyszer túl leszel rajta, legalább tudni fogod, hogy melyik irányba indulj. Mindenkinek megkönnyebbülést hoz ez.

**BAK** Nem tudsz elengedni valamit, amiről már mindenki más lemondott, de még az is lehet, hogy végül neked lesz igazad. Ha tényleg nagyon akarod, akkor semmi sem akadályozhat meg a megvalósításban.

**VÍZONTÓ** Próbáld egy kicsit eltávolodni a problémáktól, mert most túlságosan elmerültél bennük, és ez akadályoz abban, hogy megtaláld a megoldást. Próbáld kevesebbet aggodni.

**HALAK** Ne szalassz el valamit, amit most megtehetsz, mert később hiányozni fog a lehetőség. Ragadd meg az alkalmat, és a héten próbáld kicsit a pillanatnak élni, hidd el, te is megteheted.



## Családi események

**Született:** Barna Alex Mihály-nak és Miskolczi Zsanett Bettinának (Szentés) **Benett Alex**, Karácsony Róbertnek és Váczi Anettnek (Szentés) **Zétény**, Suti József Rolandnak és Bugyi An-

nának (Szentés) **József Áron**, Pintér Ferencnek és Csernus Andrea Juliannának (Csongrád) **Ámon Soma** nevű gyermeke.

**Elhunyt:** Lőrincz Eszter (Ollai Istvánné) (Szentés), Berényi Er-

zsébet (Szabó Józsefné) (Szentés), Szeli János (Szentés), Valkai Julianna (Kotvics Varga Imréné) (Szentés), Lázár Anna Mária (Bakos Lászlóné) (Szentés), Pataki László (Szentés), Pászti Erzsébet

(Horváth Mihályné) (Szentés), Gránicz Franciska Katalin (Kánvási Lajosné) (Szentés), Széll József Attila (Csongrád), Kallai János (Csongrád).



Suti József Áron



Barna Benett Alex

**Kedves Szülők, Nagyszülők!**

Továbbra is várjuk az újszülött babák képeit Családi események rovatunkba a [szentesielet@gmail.com](mailto:szentesielet@gmail.com) e-mail címre!



Karácsony Zétény

### Gyászjelentés

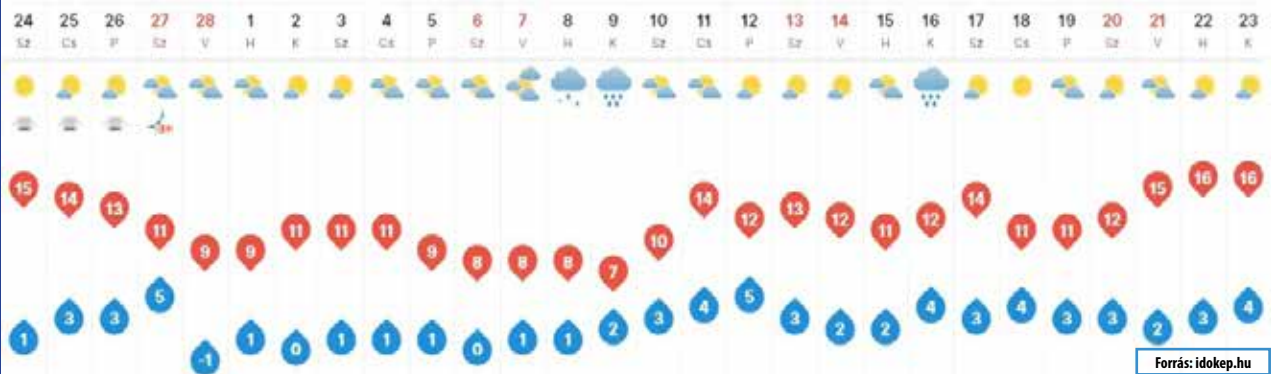
Mély fájdalommal tudatjuk, hogy drága szerettünk, **Varga József** szentesi lakos 90 éves korában elhunyt.

Búcsúztatása, kérésének megfelelően szűk családi körben történik.

A gyászoló család



### Időjárásjelentés



## Központi Konyha

előfizetéses menüje

A rendelést a megelőző héten csütörtökig kell leadni telefonon (Tel.: 63/314-217), e-mail-ben (<http://www.szvszkft.hu/kapcsolat/>), befizetni azonban személyesen lehet a konyhán vagy a központi irodában.

A menü **880 Ft**



Hering Viktor

Tükörsima győzelmet aratott az UVSE női vízilabdacsapata a Hungerit Szentesi VK ellen az elmúlt szombaton a Dr. Rébéli-Szabó József Városi Sportuszodában. A női Euroliga negyeddöntőjére készülő fővárosiak 30-7 arányú győzelmet arattak a mieinkkel szemben. Szombaton újabb nehéz feladat vár Matajsz Márk csapatára, ezen a napon a Dunaújváros vendége lesz a Hungerit.

A papírforma és minden más az UVSE együttese mellett szólt az elmúlt hétvégén, a Hungerit egyedül abban bízhatott, hogy emelt fővel, becsülettel veszi fel a harcot a válogatottak sorát adó Újpest ellen. Nos, komoly izgalmakat valóban nem hozott a mérkőzés, az UVSE ugyanis három és fél perc alatt lerendezte a találkozót, 1-5 állt az eredményjelzőn, és már ekkor érezni lehetett, hogy a kiváló formában vízilabdázó vendégek komoly erődemónstrációt tartanak a ligeti uszodában. A féldőben 14-3-ra vezettek Keszthelyi Ritáék,

## Pólósuli és tanulópenz



majd meg sem álltak harminc találattal.

A mieink küzdöttek, harcoltak, azonban ennél többre ezen az estén nem futotta neves ellenfelükkel szemben. Benczur Márton, az UVSE vezetőedzője szerint remek partnernek bizonyult a Szentes a Mataro elleni Euroliga-negyeddöntő előtt, szerinte a fiatal csapatunk vízilabdázni akart, nem pedig „ölni” a játékot. Örömmel tapasztalta, hogy azok

a szentesi fiatalok, akik az U17-es válogatottban az irányítása alatt játszanak, komoly szerepet kapnak a Hungeritben, noha a jelenlegi UVSE még nem az ő szintjük.

– Azt gondolom, hogy Keszthelyi Rita vagy Rebecca Parks ellen játszani így is nagy élmény, és rengeteget lehet tanulni, ellesni tőlük a vízilabda fortélyaiából – nyilatkozta a szakvezető. Matajsz Márk is a tanulást emelte ki, szerinte ezen az estén beül-

### Női vízilabda OB I., 12. forduló

Hungerit Szentesi VK – UVSE 7 – 30

(3-8, 0-6, 2-7, 2-9)

A szentesi gólszerzők: Polák 2, Kövér-Kis, Varga V., Dömsödi, Kerem, Bonca

tek a vízilabda iskolájában a padba, meg is fizették tisztességesen a tanulópenzt ezen a mai „órán”. – Úgy küldtem be a lányokat a medencébe, hogy nem érdekel a számszerű végeredmény, de ne dobáljuk el a sarokba a labdákat, hanem vízilabdázzunk, harcoljunk, tegyünk meg minden tőlünk telhetőt. Kemény, sokat úszó mérkőzés volt, számos kiállításal, amiből az UVSE jött ki sokkal jobban, de rengeteget tanulhatunk az ilyen összecsapásokból. A gyámoltalanságunkból adódó hibák, a mezőnyben elvesztett labdák viszont bosszantottak.

A Hungerit szombaton 17 órakor a második helyen álló Dunaújváros vendége lesz. Kövér-Kis Rékáék jelenleg a táblázaton 14 ponttal a hatodik helyen állnak.

## Látogatás a Budapest Honvéd akadémiáján

Sebők Tamás

**A Budapest Honvéd partner-egyesületi programjának keretében a fővárosi klub akadémiáját látogatta meg február 19-én, pénteken a Szentesi Kinizsi SZITE U7-es és U8-as korosztálya. Az ország egyik legkiemelkedőbb tehetséggondozó intézményének megismerése mellett természetesen a közös játék sem maradhatott el, a gyerekek élményeiről Bárányné Tóth Csilla, az U7-es, és Szöllősi Ferenc, az U8-as korosztály edzője számolt be lapunknak.**

Korábbi lapszámunkban már olvashattak arról, hogy a Budapest Honvéd FC és a Szentesi Kinizsi SZITE között szakmai kapcsolat jött létre, ez az együttműködés pedig lehetőséget biztosít arra, hogy partneregyesületi programok keretében a vidéki labdarúgók is megismerjék a Honvéd által működtetett Magyar Futball Akadémiát. A múlt héten a Kinizsi U7 és U8-as csapata utazott a fővárosba.

– Vatai Attila, a Magyar Futball Akadémia régióvezetője fogadott bennünket, bemutatta az intézmény működését, a pályakomplexumot és a bennük rejlő lehetőségekről is ejtett pár szót – kezdi

Szöllősi Ferenc. – Kisebbségre meglepetés volt bepillantást nyerni a teljesen bekamerázott pályák világába, ahol a játékosok megfigyelése és teljesítményük nyomán követezése állandó. Nekünk, a szakmai stáb tagjainak is hasznos volt ez a pénteki program, hiszen megismerhettük egy elit rendszer működését, és persze a gyerekeknek is, akik 1-1 órát játszottak a Honvéd korosztályos csapataival. A kezdeti megilletődés után a srácok (U8-as csapat) is belerázódtak a játékba, és látszott rajtuk, hogy élvezik a futballt – nyilatkozta lapunknak az edző. Szöllősi Ferenc záróként hozzátette, örömmel töltené el, ha egyszer egykori tanítványát látná a nívós akadémián.

– Nagyon szívélyes fogadtatásban volt részünk, azt vettem észre, hogy a gyerekek is élvezik az új



helyszínt. A Honvéd 4 óvodás korú csapattal várt bennünket, gyakorlatilag 1 órán keresztül felváltva játszottunk velük. Úgy érzem, nagyon jó tapasztalatszerzés volt ez a gye-

rekeknek, hiszen egy idegen klub-ráadásul egy elit magyar klub-korosztályos csapatával játszhattak felkészülési mérkőzést, ami véleményem szerint nagyon eredményes volt. Bizom benne, hogy ez az együttműködés a Szentesi Kinizsi SZITE valamennyi korosztályának sportolói számára jelentős fejlődést hoz a jövőben – nyilatkozott lapunknak Bárányné Tóth Csilla.

Az U7-es korosztály számára nem ért véget a hétfői futball, Kiskunhalason egy 9 csapatot számláló tornán léptek pályára a legkisebb labdazsonglőrök, akik a 3. helyen zárták az eseményt.



# Párosban a dobogó tetején Startolnak a tavaszi fordulók

Sebők Tamás

**Szuperül indította az idei versenyszezont a Hajnal Teniszis-kola szentesi sportolója, Drahota-Szabó Dorka, aki a svéd Caijsa Henneman oldalán megnyerte a törökországi Antalyában rendezett 15 ezer dollár összdíjazású teniszversenyt az elmúlt hétvégén.**

A nemzetközi tenisz világában 3 fix ponton: Törökországban, Egyiptomban és Tunéziában zajlanak jelenleg versenyek, melyeket leginkább szállodák rendeznek meg szabadtéren. Dorka lapunknak elárulta, nagyon kedvező körülmények között zajlott a múlt heti antalyai viadal, ám egyben nagyon szigorú szabályrendszer is be kellett tartani a sportolóknak.

– Október végén Portugáliában játszottam az utolsó tétmérkőzésem, már nagyon vártam hogy újra éles meccsen játsszak. A mezőny nagyon sűrű volt, 96 (64-es selejtező, 32-es főtábla) indulót számláltak összesen. Két hétig tartott a verseny, első héten az egyénik zajlottak, ahol a selejtező kör második mérkőzésén kikaptam. Következő héten pedig a svéd Caijsa Henemannal meg tudtuk nyerni a párost, 4 mérkőzést játszottunk – emlékezett vissza a sportoló.

Dorka a Magyar Tenisz Szövetség kiemelt támogatását élvezte, bekerült az úgynevezett NextGen programba, ami a jövő generációjára épít, és a fiatal és tehetséges sportolók versenyezetését támogatja.



Sebők Tamás

**Szombaton kezdetét veszi a Csongrád-Csanád Megyei Labdarúgó I. osztály 2020-2021-es szezonjának tavaszi szezonja. A Szentesi Kinizsi SZITE csapata az edzések mellett heti 2 felkészülési mérkőzéssel készült a pontvadászat folytatására.**

Koncz Zsolt lapunknak korábban elmondta, ahogy az ősszel, úgy most sem fogalmaztak meg célként konkrét helyezést a tabellán, a fizikai fejlődés a prioritás, valamint, hogy még egységesebb csapattá váljon a gárda. A vezetőedző hozzátette, több játékosa is felépült sérüléséből és teljeskörű edzőmunkát végez, szinte minden poszton versenyhelyzet alakult ki a labdarúgók között, mely biztató előjel lehet a tavaszi fordulók kezdete előtt.

Az elmúlt hétvégén a Kecskeméti Labdarúgó Akadémia U19-es csapatát látták vendégül Prozlik Ádámék a Pusztai László Sporttelepen, egy hajtós összecsapáson 3-2-es vereséget szenvedtek.

Koncz Zsolt legénysége a tabella ezüstérmes pozíciójából várja a szombati, Kiskundorozsma elleni, ősről elmaradt összecsapást, melyet 14 órától rendeznek a Pusztai László Sporttelepen, a következő fordulóban pedig ismét hazai pályán játszik a Kinizsi, akkor a Szeged 2011 Kft. II. lesz Kerepeczki Csabáék ellenfele.



# A birkózó serdülő Európa-bajnokság a célja Cseh Tamarának

Hering Viktor

**Komoly esélyei vannak egy csongrádi, tizenhárom esztendőes hölgynek, Cseh Tamarának arra, hogy a magyar válogatott tagjaként május végén ott lehessen a serdülők Európa-bajnokságán. A Dr. Papp László Birkózó Egyesület szabadfogású versenyzője gőzerővel készül az április tizedikei válogató versenyre, melyen eldől: ő képviselheti-e a magyar színeket a kontinensviadalon?**

Csongrádon, a Széchenyi István Általános Iskolában tanul, és most hetedikes Cseh Tamara, aki jelenleg szentesi színekből készül a serdülők Európa-bajnokságára. Tamara hatesztendősen, még óvodás korában Donka Attila irányítása mellett kezdett el birkózni, négy esztendővel később azonban abbahagyta a versenyszerű sportot. Tavaly nyáron viszont újra edzésbe állt, és jelenleg ott tart, hogy ha sikerrel veszi az április tizedikei válogató versenyt, akkor a válogatott tagjaként utazhat az Eb-re. – Még nem birkóztam hazai vetélytársaim ellen, de ismerem őket, tudom, hogy kikről van szó, és egyáltalán nem tartok

az ellenük vívott csatáktól – mondta Cseh Tamara. – Mivel Szentesen nincsen másik lány birkózó, így a fiúkkal edzem és ellenük birkózok, esetenként pedig előfordul, hogy Kiskunfélegyházáról átjönnek ide hozzánk a lá-



nyok, akkor ellenük tudok szőnyegre lépni. Furcsa fiúk ellen edzeni, de már ők is és én is megszoktuk, hogy ott vagyok közöttük. Az edzőm, Mazula Erik és a fiúk is mindenben segítik a felkészülésemet, csakúgy, mint az iskolám és az osztályfőnököm, akik szintén támogatnak a céljaim elérésében. Jó érzés, hogy testvérem, Cseh Balázs, aki szintén birkózik, otthon is és itt, az edzőteremben is el lát jótanácsokkal.

Tamara elmondta, hogy mivel versenyeket nem rendeznek a vírushelyzet miatt, így előfordulhat, hogy a válogató viadal lesz az első, amin idén „élesben” birkózhat, valljuk be, nem egyszerű feladat. – A technikámon még van mit csiszolni, a reflexeim viszont – edzőim elmondása szerint – jók, ami előny lehet egy-egy összecsapáson. Azért, hogy az edzések monotonitását feloldjam, hétvégekre futok és kerékpározok. Ugyanakkor az edzésekkel sincs bajom, szeretek Szentesre járni, jó közösségben gyakorolhatok nap mint nap – mondta Tamara.

A fiatal versenyző korábban deréksérüléssel bajlódott, de a nyűg már a múlté, zavartalanul készülhet az április tizedikei válogatóra.

# Fizessen elő tavalyi áron!



## Lepje meg szeretteit Szentesi Élet előfizetéssel!

Éves díj: 9620 Ft.