



# DÖMÖSI

## ÉLET

KULTÚRA  
ÉS  
KÖZÉLET

AZ ÖSSZEFOGÁS DÖMÖSÉRT KÖZHASZNÚ EGYESÜLET LAPJA

**M**ielőtt az öreg legény elment volna, megállt a dombtetőn. Visszanézett a párától borongós tájra, és meglengette a kalapját, melynek karimája lefelé hajolt, mint az öreg pincék zsúphéjú szemöldöke. Aztán kurjantott egy vidám-öregeset, mint a csókák széles, nagy völgyek felett. Hangját elkapta a szél, nekivágta a hegyoldalnak, és labdázott vele visszhangos dáridózással, amíg csak hozzám nem ért. Akkor nekem adta. Én megsimogattam és eltettem a visszhangot, hogy zengve küldhessem útjára megint – ha eljön az idő – azoknak, akik egyek velem a napok, a hónapok, erdők, mezők és őszi hajnalok ködös szerelmében. Salve!

(Fekete István: Régi emberek – 1937)

## „Ballagó idő”

■ SZÜCS BERTALAN

Fekete István gyönyörű mondatairól régen elmúlt idők és emberek jutnak eszembe. Egy közel húsz évvel ezelőtti Dömös-ről, ahol mindig akácillatú, gond-

bandát, és érzem a szentelt kenyér és a kalács ízét. Aki annak idején igazán finom, ropogós kenyeret akart enni, az *Lőrincz Pista* bácsinál és *Juliska* néninél vette a kenyeret, ahol még lóttózni is lehetett.

keim között, ahol először láthatuk például a *Mrs. Doubtfire* vagy a *Robin Hood a fuszeklik fejedelme* című vígjátékokat.

Nagy élmény volt egy-egy *Kecskés* koncert a Prépost-hegyi romoknál, a Szentfa kápolná-

kint ült *Dini*, aki szívesen fogadta a meghívásokat egy-egy korszózdavízre, és zsemleszínű kutyája ebben egész nap támogatta. Ha augusztus vége felé a hajóállomáson jártunk, tudtuk, hogy jön az ősz, mert a búcsúra megérkeztek a körhintások, céllövöldések, ahol előttünk néhány darab töltenyt potyára...

Ahogy eljött a tanévkezdés Pesten, szinte örökkévalóságnak tűnt, hogy újra akácillatú, madárdalos, bárányfelhős, gondtalan nyári hetek következzenek. Én is úgy voltam, mint *Tutajos a Tüskévár* című Fekete István regényben. Gondolataim állandóan itt jártak a dömösi vidéken.

Az erdők, mezők és a Duna-part szeretete azóta is töretlen bennem, és remélem, hogy még lesz legalább egy olyan generáció, amelyik észreveszi, hogy a világ egyik legcsodálatosabb helyén élünk itt a Dunakanyarban, ahol minden egyes nap szép emlék lehet.

Boldog Új Évet Dömös!

### A tartalomból

- Pályázati pénzből fejlődhetünk 2. oldal
- Lassan járj, tovább érsz... 3. oldal
- Úszásoktatás az Áprilyban 4. oldal
- Sítanfolyam az Áprilyban 5. oldal
- Sütizzünk 6. oldal
- E. T. 7. oldal
- Nem tudom
- Élet az óceánban 8. oldal



tan, napsütéses nyári reggelek vártak gyerekként. Egy olyan Dömös-ről, ahol végtelenül kedves és közvetlen emberek éltek együtt és nem csak egymás mellett...

Míntha csak egy-két éve lettek volna a délelőtti csoportos pecázások a falubéli (akkor még) kisseráccokkal, a hajóállomás büféje és a park körüli nyüzsgés és az augusztus huszadikai közös hajókázások. Szint még most is halom a fedélzeten muzsikáló rezes-

Ha éppen unalmasabb biciklizős napunk volt a haverokkal, és látni akartuk a „nagyokat” halogás közben, akkor csak le kellett mennünk a Duna-partra, mert biztos volt, hogy ott találjuk rengeteg paduc és keszeg „között” „Borsi” Attilát, az „öreg” Lukácsot, Vanek Feri bácsit és a többi nagy pecást.

A kerthelyiséges nyári mozi-film-vetítések (a nagy kocsmáudvarában) is megmaradtak emlé-

tartott tavaszköszöntő szentmise utáni, *Janovszky Pista* bácsi által főzött szarvaspörköltös falu-összejövétel és a dömösi lovagi napok is, ahol *Herczeg Pisti* (*Depes*) barátom olyan jól végezte a biztonsági őr munkáját, hogy még a fellépők ruháit és felszerelését sem akarta beengedni a „színpalak mögé”.

A kocsmákban is mindig nyüzsgött az élet. A nagy bolt melletti presszócskánál mindig

# Pályázati pénzből fejlődhetünk...

■ KOÓS ZSUZSANNA

Európai uniós pályázatokról, vissza nem térítendő támogatásokról lehet hallani lépten-nyomon. Kinek ne jöjjön jól egy kis kiegészítés, egy kis égből pottyant bevétel. Persze elsősorban nem magányszemélyek támogatásáról beszélünk, hanem önkormányzatok, intézmények, civil szervezetek részesülhetnek a „közös kalapba” bedobott forrásokból.

Lévén, hogy ezen a szakterületen dolgoztam, lehetőségem volt testközelből látni, hogy milyen klassz projektek valósultak meg a térségünkben is. Robi is rengeteg önkormányzathoz, oktatási intézményhez és civil szervezethez eljutott, ahol jobbnál jobb fejlesztések megvalósulásához tudott asszisztálni, én pedig ugyanezt tehettem a mikro-, kis- és középvállalkozások terén. Valahányszor egy sikeres pályázattal, projektötlettel találkoztam, egy picit összeszorult a szívem, hogy Dömös miért marad ki ilyen lehetőségekből. Persze száz meg száz ilyen-olyan indokot fel tudunk hozni, hogy miért, de...

Aztán egyszer csak fény gyúlt az éjszakában! Az egyik pályázat elért Dömösig. Igaz, nem helyben pályázták meg, de két esztergomi civil szervezetnek köszönhetően (a *Veled-Érted Egyesület és az Esztergomi Otthon Segítünk Alapítvány*), akik zászlajukra tűzték a térségben élők lelki életének szepítését, mégpedig a családi harmónia megteremtésével a fókuszban. Segítséget kívánnak nyújtani mindannyiunk számára, akik családokban élünk, hogy jobban megértsük az egymáshoz fűződő viszonyainkat, a bennünk zajló folyamatokat, szeretnének hozzájárulni ahhoz, hogy olyan konfliktuskezelési eszközökkel véteződjünk fel, amelyek a kiegyensúlyozott és élhető családi és közösségi élet megteremtését szolgálják. Mindezt nekünk résztvevőknek teljesen ingyen és bérmentve!!

Kéthetente *keddenként 17 órai* kezdettel az önkormányzat dísztermében zajlik a közös beszélgetés, legközelebb február 12-én, majd február 26-án, egyébként egész éven át. Nem előadás,

nem is kifejezetten csoportfoglalkozás, valahogy a kettőnek a vegyítése. Beszélgetünk, játszunk, megvitatunk témákat, rádöbbenünk összefüggésekre, megismerkedünk egymással, és rájövünk, hogy nem vagyunk egyedül, mert sokszor nagyon is hasonló érzések és gondolatok foglalkoztatnak. Tesszük mindezt az első blokkban egy családterápiás szakember vezetésével. (További blokkok is lesznek, jelezhetjük igényeinket is a minket foglalkoztató témákra vonatkozóan.)

Hogy miért érdemes eljönni? Mit profitálhatunk ezekből az alkalmakból?

Mindenekelőtt szeretnék néhány téves képet lerombolni a fejekben!

Először is azt, miszerint ezek az alkalmak azoknak szólnak, akik szociálisan hátrányos helyzetükből fakadóan családsegítésre szorulnak, nehéz helyzetben vannak. Természetesen nekik is, de ennél sokkal tágabb kört érint. Ahogy fentebb is említettem, mindannyiunknak, akik családi rendszerek és alrendszerek tagjai (szülők, felnőtt gyermekek, akár fiatal szülők, akár még gyermekvállalás előtt állnak, akár még csak a szárnyaikat bontogatják, és a családtól való egészséges leválás jelenti a kihívást az életükben, nagyszülők, stb.) Ha azt hisszük, hogy csak akkor van mit tanulni, ha probléma van, nagyon keményen vágjuk a fát magunk alatt! Legyünk inkább őszinték: Akad olyan család, házasság, ahol nincsenek problémák? Mindannyian tudjuk a választ! Vagy akad olyan család, házasság, amelyben ne lehetne javítani, hogy boldogabb, örömtelibb legyen az együttélés? Erre is tudjuk a választ! Ki ne akarna jobb feleséget, férjet, egészséges lelkiéletű gyermekeket, elfogadóbb, megértőbb, támogatóbb

szülőket, életvidámabb közeget maga köré? Aki nemmel válaszol, annak sürgősen szakember segítségére van szükség, mert valódi mélységekből van. Aki viszont igennel, az lépegesen csak bátran az önismereti ösvényen, mint *Dorothy* a sárga téglákkal kikövezett úton *Smaragdváros* felé az *Őz a csodák csodája* című mesében. És mi is, akárcsak ő, megérkezünk önmagunkhoz, félelmeinket félretelve, bátorsággal és szeretettel felvértezve!

Itt Dömösön ez az egész kezdeményezés most egy önismereti blokkal indult el, hogy segítségünkre legyen az egymás felé fordulásban, a közösség építésében, önmagunk és a környezetünk megértésében. Én ezt a hírt óriási örömmel fogadtam, de azt is tu-



dom, hogy az a szó, hogy „önismeret”, sokakban ellenérzést, gúnyt, vagy éppen semmit nem vált ki. A legtipikusabb reakciót számtalanszor hallottam már kevésbé nyitott ismerőseimtől, sőt, bevallom családtagjaimtól is: „Minek nekem önismeret, hát ismerem én magam!” Ezen én kedvesen mosolyogni szoktam, és meghagyom az illetőt abban a hitében, hogy ő ismeri önmagát. Majd amikor látom őt társkapcsolati, családi vagy akár egyéb emberi viszonyaiban viselkedni, kiderül számomra, hogy sem az igazi mély belső vágyaival nincs tisztában, csak mókuserékben

tipródik az életében, sem kifejezni nem tudja a már esetleg megfogalmazott vágyait úgy, hogy a másikhoz igazán eljusson az üzenet. Adott esetben másokat hibáztat ahelyett, hogy önmagába nézne, és rájönne, hogy minden odabent zajlik, és a külvilágban csak visszatükröződik, amit belül megél. Igen, ez belülről történik kifelé, és nem pedig fordítva, ahogy azt sokan hiszik. Azt hisszük, azért vagyunk szomorúak és bosszúsak, mert a férjem, a feleségem, a főnököm, a gyermekem valamit megtejt, vagy épp nem tett meg... Őket hibáztatjuk, és rajtuk verjük el a port... Miközben minden-minden csakis a szituációkhoz társított gondolatainkon múlik, és rajtam áll, hogy hogyan gondolkodom. Apró példa: A minap megkértem Robit egy informatikai szívességre, adatok lementésére. Ő megtette ugyan, de nem vett észre valamit, így csak az adataim egy része

került lementésre, a többi (számomra fontos adat) odaveszett. Én hirtelen nagyon mérges lettem rá, mert tényleg fontos adatok voltak. Mérges lettem, mert úgy éreztem, nem figyelt oda eléggé, és azt hittem jobban ért hozzá. Egy pillanatra ki is fejeztem a csalódottságomat és dühömet, de mindez tényleg csak egy pillanatig tartott, mert a következő gondolatom az volt: én nem dühöt szeretnék megélni, hanem szeretetet és boldogságot. Én dönthetem el minden pillanatban, és én kösszöm, ezt választom.

Hozzá jött még az a gondolat, hogy pontosan tudom, Robi a tőle telhető legtöbbet megtette, és a viláért sem állt szándékában engem megbántani, vagy kárt okozni. Ő a legnagyobb szeretettel igyekezett segíteni nekem. Így ahelyett, hogy bántottuk volna egymást oda-vissza támadásokkal, szemrehányásokkal és védekezésekkel, szeretettel és hálával túléltünk a helyzetet, hogy nem dől össze a világ néhány adat miatt, és nem érnek annyit azok, hogy a mi kapcsolatunk sérüljön. Mindketten évek óta bogozgatjuk magunkat, a bennünk zajló folyamatokat, a családjainkból hozott mintákat, és



meg kell mondjam, ez óriási kaland. Rádöbbsenni arra, hogy miért vagyok olyan, amilyen, milyen dinamikák uralkodnak a régi (eredeti) és új családjainkban, milyen szerepeket töltünk be nap mint nap a különböző élethelyzetekben, milyen álarcokat hordunk, milyen játszmákba csöppenünk bele, hogyan kommunikálunk egymással, mi a helyzet az önbecsüléssel, hol vannak a határaink egyénenként is és családként is... Hogy az egyes hozott mintákért nem érdemes a szüleimet hibáztatni, hiszen ők is csak a szüleiktől „örökölték”, és ha nekem nem tetszik, módomban van változtatni. Már pedig ha ezt nem gondolom végig tudatosan – erre jó az önismeret – akkor lehet, hogy leélem úgy az életem, hogy a szüleimet, a körülményeim hibáztatom, ahelyett, hogy egy kis erőfeszítéssel, odafigyeléssel, új ismeretek megszerzésével másik vágányra állítanám életem vonatát.

Ezek mind-mind olyan érdekesítő témák, melyek nagymértékben hatással vannak arra, hogy megelégedett, kiegyensúlyozott boldog életet tudjunk élni.

Az én hitvilágomban Isten bennünk van, és rajtunk keresztül nyilvánul meg. És minél jobban ismerem magam, minél inkább ki tudom az önismereti munka révén pucolni magamból a lelki sérüléseket, minél inkább ki tudom munkálni magamban a belső erőforrásaimat, képességeimet, annál inkább sugárik belőlem Isten. Számomra az Istennel való kapcsolatom ápolása az elsődleges az életben, Isten minél teljesebb megnyilatkoztatása rajtam keresztül, mert hiszem, hogy ez eredményez kiteljesedést minden emberi kapcsolatomban. Így tudok én „elég jó” társ, anya, gyermek, testvér, unoka, barát, kolléga, tanár, tanítvány, stb. lenni.

Kívánom, hogy minél többen érezzék meg ennek fontosságát, és lépkedjünk közösen az önismeret ösvényein kétértelmű keddenként megerősítve és jobban megismerve egymást!

Bizonyítsuk be, hogy Dömösre érdemes pályázatokat és pénzt hozni, mert igényt tartunk rá! Most ez a kezdet. Örülünk és legyünk hálásak azért, amit kapunk! A folytatást pedig alakítsuk mi magunk!

Mosolygós csodákkal teli szép napokat!

■ FRIEDMANN RÓBERT

Mint már annyiszor, most is előre elgondoltam, hogy miről fogok írni a cikkben. Közben persze jár az agyam, és újabb és újabb gondolatok, ötletek jönnek, amik talán eltérnek az eredeti témától, mégis összefüggenek, hiszen minden egy nagy egész – az ÉLET – része.

Ismét a cím elemzésével kezdem. Talán sokan felcserélik a szóolásban lévő „érsz”-t „élsz”-re. Mindkettőnek van létjogosultsága, hisz tovább érni, valamit elérni nagyon megerősítő dolog, sőt ha tovább élünk ezáltal, az még jobb.

A Google-ba beírva e szót, második találatként – nagy örömmre – a [www.hallatlan.hu](http://www.hallatlan.hu) oldalra irányít a világ legnagyobb keresője. Érdekes oldal. Mostanában fel-fel bukkann életemben a jelbeszéd, jeltolmácsolás. Egyszer egy rádióműsorban hallottam, hogy mennyire kevés jeltolmács van hazánkban. Pedig nagy szükség van rájuk, hisz ha egy hallássérültnek hivatalos ügyet kell intéznie az olyan, mintha egy távoli kis országban, a nyelvet nem ismerve szeretne érvelni. Aki volt ilyen helyzetben már, és a másik fél nem volt elég nyitott a kézzel-lábbal való kommunikálásra, átérezheti a szituációt.

Emlékszem, amikor 18-19 évesen Olaszországban voltunk Taizé-i találkozón, és a befogadó család nem tudott se angolul, se németül. Habár fiuk kamionozott, és pár fuvarja volt Németországba, így onnan egy-két szót ismert. De amikor azt szerettük volna velük tisztázni, hogy az aznapi esti ünnepség (ennyit már tudtam akkor olaszul: fiesta) után hogy fogunk bejutni a lakásba, egyik kedves barátunk német nyelvi precizitással megkérdezte. A fiú csak állt, és nem értette. Erre én vettem kezembe az ügyet: *Heute – Fiesta – 1 Uhr Nacht – klingeln oder Schlüssel?* (ma – ünnepség – éjjel egy óra – csöngetni vagy kulcs?) Rögtön megértette, és válaszolt, hogy még fenn lesznek, nyugodtan csöngessünk, kinyitják az ajtót.

Tehát a [www.hallatlan.hu](http://www.hallatlan.hu) rengeteg kis videóval – mint egy

szótár – megmutatja a különböző betűket, és szavakat jelnyelven. Tanfolyamokról lehet értesülni, és még sok hasznos információ is fenn van. Azóta rendszeresen nézegetem a tematikus szótárt, például a devizahitel-befagyasztást hogy mutogatná el valaki? Az oldalon ez is megtalálható!

Lassan járj... a következő, ami eszembe jutott a slow food (lassú étkezés) mozgalom. A fast food (gyorsétterem) fogalmát a McDonald's vezette be világszerte. Hiszen az idő pénz, így az étkezésre fordítsunk minél kevesebb időt szlogennel. Továbbá egészségessítette az ételeket, és mivel egységesek voltak, így a beszállítóktól is ezt várta el, hogy mindig ugyanolyan minőségű, állagú alapanyagot szállítsanak nekik, és nagy mennyiségben. Ekkor született meg az élelmiszer-IPAR.

A főiskolán hallottam az egyetlen előnyét a McDonald's-nak, hogy habár a tanár, aki mesélte, nem szereti a fasírtjukat, de bárhol járunk a világban, ugyanazt a hamburger ízt kapjuk. Ellenében a kis helyi kifőzdékkel, ahol óriási lehet az eltérés. Menjünk csak el lángosozni, vagy hekket enni. Aki egyszer evett Szentendrén a –számomra néha megtalálhatatlan – kis lángososnál, biztos, hogy tovább fogja ajánlani. A legnagyobb illúzió, amikor valaki a Balatonhoz, vagy Budapesten a Római-partra megy hekkezni. Vízpart + halászat = halétel. Csakhogy azok a halak mind Thaiföldről, vagy egyéb ázsiai országból származnak. De aki nem tudatosan választ ételt, annak az érzetét ez nem befolyásolja.

Kevésszer hallom még a kérdést előttem vagy mögöttem a boltokban, vendéglátó ipari egységekben, hogy „Honnan származik?” Az emberek nagy részét nem érdekli, csak az, hogy finom legyen, mindig friss, olcsó, és ha januárban akarok valamit enni, akkor is legyen, meg persze nyáron, és késő ősszel. A legfontosabb, hogy akár éjszaka is be tudjam szerezni. Kedves ismerősöm látogatott el egyszer hozzám vasárnap délután. Busszal jött, és

amikor leszállt, mondta, hogy még beugrik a boltba venni valamit. Mondtam neki, ide csak pajszerrel tudsz bemenni, mert vasárnap csak délelőtt van nyitva. Nem értette, ez hogy lehet? És ha kell valami? Akkor barátom, előző nap, vagy hét közben beszerzed. Ennyit lehet előre gondolkodni. Én amelletttel vagyok, hogy igenis lehet a boltok hétvégi nyitva tartása nélkül is élni. Jöhet a vád, jó, de akkor elküldenek pár embert, mert nem kell a hétvégi műszak. És miből élnének? Nem azt látom megoldásnak, hogy miként a gyárakban folyamatos műszakban, a boltokban is vasárnap délután és este dolgozzanak emberek azért, hogy nekünk kényelmesebb, olcsóbb legyen. A gyárak azért üzemelnek három műszakban, mert a gépek bírják éjjel-nappal. Fontos tényező a gépek kihasználtsága.

Régi gyártói tapasztalatomból tudom, hogy ha egy gép január 1-től december 31-ig éjjel-nappal megy, azt tekintik száz százaléknak a befektetők, a részvényesek. Ez a mi gyárunkban 78 százalék körül járt. A gyártásért felelős vezető mindig rettegett, amikor raporra jöttek a nagyok – külön repülővel, hiszen az ő idejük még drágább – hogy mennyire akarják felemelni a kihasználtságot a 78 százalékról. Az emberi tényezőből eredő gondokat – hogy beteg a gyerek, a szüleimet nem tudom meglátogatni, a barátaimat elhanyagolom – helyileg kellett megoldani, az a nagyokat nem érdekelte. Hiszen ez nem hoz hasznot. Én nem ilyen világban szeretnék élni, azt jól tudom. A Bibliában is benne van: Az Úr napját szenteld meg. És nem úgy, hogy akkor egy kanalat ne rakjunk arrébb, vagy hogy ha a szamaram a kútba esik ne húzzam ki. Hisz Jézus is gyógyított az Úr napján. Aznap, ha nem teszünk semmit, át tudjuk érezni a Gondoskodó hatalmát. Megérezzük, hogy mennek a dolgok maguktól, van egy Istenünk, aki vigyáz ránk, és segít, tenyerén hordoz.

Kívánom mindenkinek, hogy a következő, és utána talán ha „bíráható” az összes vasárnap érezze meg, milyen az, amikor gondoskodik rólunk a Teremtőnk!

# Úszástanfolyam a visegrádi diákoknak

KRÁLIKÉ MATKOVICS MARIANNA – BORBÉLY ANIKÓ

Méltán merült fel az Áprily Lajos Általános Iskola, AMI és EPSZ igazgatójában, hogy a Duna menti kisváros, Visegrád diákjainak fontos azt a lehetőséget biztosítani – mindez-

létszám hamar összeállt.

Iskolánk gyógytestnevelője, Králikné Matkovics Marianna a tanfolyamot megelőző tájékoztató értekezleten még szakmai jellegű bemutatóval és tanácsokkal is

ták, mert az első tanfolyam célján – a hátúszás megtanulásán – túl a különböző úszásnemek alapjainak megteremtésére is figyelmet fordítottunk csakúgy, mint a hátizmok erősítésére, a gerinc nyújtására, tehermentesítésére is. Eleinte a lábtempót eszközök segítsé-

gével, a kartempót pedig „szárazon”, padon ülve gyakorolták a gyerekek, hogy rögzülhessenek a technikai végrehajtás mozzanatai. A nehéz koncentrációt igénylő feladatokat gyakran megszakítottuk egy kis játékkal. Az óra felénél pedig visszamelegítő zuhanyzást is beiktattunk, hogy így feltöltkezve meleggel, felszabadultan tudjunk újra dolgozni. Az órák végén vidám játékokkal, ugrálással lazítottunk. A csoport tagjainak különböző haladási ütemét figyelembe véve néhány alkalom után differenciált feladatok gyakorlásával mindenki át tudta már úszni a medencét a rövidebb oldalánál, majd a tanfolyam tizenkettedik, egyben utolsó órájára a hosszabb oldalánál is. Nagy öröm volt ez mindannyiunk számára.

A napközis tanító nénik, akik az iskolabusszal visszaérkező gyerekekkel foglalkoztak, elmondták, hogy megfigyelhető volt úszás után az önállóbb, precízebb, tempósabb tanulás, mivel az úszás során fejlesztett figyelemkoncentráció, összpontosítás jótékony hatása az iskolai munkában is megmutatkozott.

Szeretnénk lehetőséget biztosítani a további úszásnemek elsajátítására is, így a második félévre tervezett következő tanfolyamon a mellúszás megtanítása lesz az elsődleges feladatunk, amennyiben a csoport indításához szükséges 10-12 gyermek jelentkezik.

Várjuk tehát régi és új tanítványainkat – vigyázat, a csoport már félig megtelt az első félévben rutint szerzett gyerekekkel, már csak 5-6 hely kiadó!



zel hagyományt teremtve –, hogy minél több tanuló még gyermekkorában tanulhasson meg úszni. Ezért került megszervezésre az első tanfolyam, melyet elsősorban a szárazföldi gyógytestnevelésre járó gyermekek számára ajánlottunk, mivel a különböző úszásnemeket a gyógytestnevelés módszereinek, gyakorlatainak beépítésével, azok jótékony hatásainak kihasználásával sajátíthatják el a tanulók. A csoportba az alsó tagozat minden osztályából érkeztek jelentkezők, így a maximális

ellátta a szülőket. Fontosnak tartotta elmondani mindazokat a hasznos információkat, melyek a tanulási folyamat hatékonyságát növelhetik, illetve az úszásra járó gyermekek egészségének megőrzését is szolgálják.

Hétfői napokon menetrend szerinti autóbusszal utazott a csoport a dunabogdányi tanuszdába, ahol alkalmanként egy-egy órát töltöttek a gyerekek a vízben. A vízbeszoktatást követően a síklás elsajátítása nem csupán háton, hanem hason is gyakorol-

## Belépő a Szépművészeti Múzeumba



Továbbra is igényelhető a 0630-488-0922 telefonszámon a Szépművészeti Múzeum állandó kiállításaira érvényes ingyenes belépőkártya. A kártyával több szolgáltatás is kedvezményesen vehető igénybe.

Jó múzeumi nézelődést mindenkinek!



# Iskolai síoktatás

■ KRÁLIKNÉ MATKOVICS MARIANNA

Örömteli lehetőséget kaptak iskolánk tanulói egy önmagát megnevezni nem kívánó visegrádi támogató felajánlásának köszönhetően, ugyanis tíz alkalommal, műanyag pályán, harminchatan tudtak ingyen részt venni azon az oktatáson, amelyet a kezdő síelők számára tudtunk meghirdetni. Gutbrod Rezső, a Nagyvillám Sípálya üzemeltetője csatlakozott a felajánláshoz, hiszen minden olyan tanulónak (gyakorlatilag a résztvevők közel 90 %-ának) felszerelést biztosított, akinek nem volt saját síléce, cipője – ami szintén nagylelkű segítség.

Milyen csodálatos lehetőség ez! Olyan lelkesek voltak a gyerekek a három csoportban, heti két alkalommal tartott edzéseken, hogy menet közben nemcsak, hogy nem csökkent a létszámuk, hanem két fővel még növekedett is.

Szerencsére korán leesett a hó, így már a hetedik edzést hóval borított pályán tudtuk megtartani. A műanyag pályán megtanult alapokat a havon örömmel sikongatva, kanyarogva kamatoztatták a gyerekek. Kemény lépéseket tettek a műanyag pályán síléceikkel, hogy ezt az örömteli érzést mindannyian átélhessék. Először egy lábbal vettük a sílécet, és úgy „rolleroztunk”. A bemelegítő lépések „célserűek” voltak, hiszen a hóeke kialakítása több órát vett igénybe, mire mindenki megbízhatóan le tudott csúszni, kontrollálva a sebességét, és a pálya alján megállni. Bizony, ez idő alatt néhány alsó tagozatosnak a könnye is kicsordult a nagy igyekezetben.

Türelemmel, szeretettel biztattuk őket edzőtársaimmal, hogy majd a következő megállás, alagúton átbújás, vagy éppen kanyarodás biztosan sikerül majd. Sok-sok játékos gyakorlat keretében tapsolgatva, guggolva, hintázva alakítottuk ki az első kanyarokat, először a felvonó felé. Körülbelül a harmadik edzésen tudták a felvonót használni, így felfelé is csúszhattak, nem kellett „kemény lépésekkel” feljutni a domb közepére. Itt a kiszállás a felvonóból okozott gondot a kicsiknek. Amburuss például gyönyörűen csúszott

lefelé, de a kiszállásnál mindig lecsúcsült.

A kanyarok építgetésével, mindig feljebből és feljebből indultunk a műanyaggal borított domboldalról lefelé. Nem csak a gyerekek számára volt felemelő érzés, amikor már mindegyikük tudott biztonságosan kanyarodni. A hidegben várakozó szülők is drukoltak a gyerekeknek, s persze az én szívem is repdesett az örömtől, ahogyan a többi oktatóé is. Sikerült! Most már övök a pálya! A kis Regő már az elején kanyarodni akart, de meg kellett



várni, míg mindenki „ráérez”. Ígértem neki: innentől kezdve már csak kanyarodni fogunk. Minél jobban lábukba, szívébe, lelkükbe íródjon, a vérüké válnon.

Az iskola hangos volt a sikeres kanyarok okozta élmények mesélésétől. Izgatottan várták az ifjú tanítványok a soron következő edzéseket. Ispán Bogi az első műanyag pályás edzés után beteg lett. Biztattam, ha meggyógyul, bepótoljuk az edzéseket, és utoléri a csapatot. Feljött a téli szünetben a havas sípályára, s olyan kitaróan gyakorolt több órán át, hogy a második alkalommal már ugyanolyan gyönyörű kanyarokkal tudott lejönni sípálya tetejéről, mint társai, sikongató kanyarokkal. Bogi arca csak úgy ragyogott az örömtől. Igazán büszke vagyok rá és kitaró lelkesedésére. Sajnos Benjamin is többször hiányzott betegség miatt, s mikor ugyanazt a feladatot akarta csinálni, mint a

többiek – csak előtte ő kimaradt a gyakorlásból – begyorsult a pályán, mivel nem gyakorolta be a folyamatos sebességkontrollal való lecsúszást, és a nagy sebességtől úgy csúcsült le a pálya elején, hogy a kezét is lerakta a műanyagra, s így megsérült. Ő sajnos nem tudott idén megtanulni síelni.

A síeléskor különleges öröm, hogy a hegy tetején gyönyörű kilátással és friss levegővel feltöltelezve, játszva gyakorlunk, élvezzük a mozgás, a sebesség örömet. Minden egyes kanyar hihetetlen koncentráció eredménye, így a játék örömteli, mozgási

lása során is a koncentrációt fejlesztjük játékos formában. A nyelvtanulás is elképzelhetetlen koncentráció nélkül. Minden játékosan, örömmel végzett feladat az életünket teszi teljessé.

Minden gyerek, szülő és síoktató nevében nagyon köszönjük azt a nagyvonalú felajánlást, amely lehetőséget teremtett az Áprily Iskola tanulói számára, hogy ezt az élvezetes sportot megismerhessék, és a további életük során is felemelő érzéssel használják a megszerzett tudást.

Több szülő érdeklődött, hogy vajon folytatódhatnak-e tovább az edzések, megalakítható lenne-e egy síszakosztály. Sítábor tervezése is felmerült, persze nem az ausztriai magas árakkal, hanem Szlovákiába vagy a magyar hegyekbe. De mindez még csak óhajok megfogalmazása, s a jövő zenéje.

Ami aktuálisan fontos: a visegrádi havas sípályát, mint ahogyan azt előzetesen is terveztük, az Áprily diákjai – diákigazolvány felmutatása ellenében – ingyen használhatják a hétvégi csúcsidőszak kivételével. Ez is a felajánlás része, így a már jól síelő tanulók is – tehát azok is, akik nem vettek részt a síoktatásban – élhetnek a sípálya adta lehetőségekkel a szezon végéig.

Örülünk, hogy néhány hétre egy közösséggé válhattunk a tanulókkal a sípálya lejtőjén. Igazi sírajongó csapatává váltunk, sok szép nappal, örömmel ajándékozva meg egymást. Most már csak arra figyeljete, kedves tanítványaink, hogy ne lankadjatok, használjátok ki minden lehetőséget a további örömszerzésre, gyakorlásra!

Egészséges, teljes, sportos életet kívánok, mindannyiótok nevében megköszönve a sok névtelen és megnevezett felnőtt jótévő munkáját a sípályán és az iskolában. Csodálatos dolog olyan helyen élni, ahol ennyi jószándékú ember keresi az örömszerzés lehetőségét.

## Kedves Szülők és Támogatók!

Kérjük, támogassák a **Dömösi Óvodásokért Alapítvány** adójuk 1%-ával!

**Az alapítvány adószáma: 18617326-1-11**

Szeretettel várunk továbbá bármilyen támogatást akár magánszemélytől, akár vállalkozástól az alábbi számlaszámra:

**12025000-01081169-00100009**

# Sütizzünk..

**J**anuár, február, itt a nyár! Bárcsak így történne! Nem mondom, hogy nem esik jól a barátságos, fűtött szobából, egy bögre meleg teával a kezemben kinézni a hóval borított tájra, de a tavasznak nincs párja! A farsang pedig a tavaszvárás ünnepe! Az idei farsang is január 6-tól, vagyis „vízkeresztől” kezdődik, és a Húsvétvasárnapot megelőző negyvennapos böjt kezdetéig tart. Február 13-án „Hamvaszöszerdán” véget ér a farsangi időszak. Ebben az időszakban jelmezes felvonulásokkal, maszkabálókkl próbáljuk meg elijeszteni a telet. A disznótörök, a sok finomabbnál finomabb étel és ital fogyasztása a természetet hivatott bőkezűségre sarkallni. A karácsony és a húsvét mellett a farsang is büszkélkedhet reá jellemző édességekkel. Ez jellemző a világ minden tájára! A hetekig tartó vigasság hazája Olaszország, ahol a híres, velencei karnevál utolsó hete a leghíresebb népnépvétel. A spanyolok Madridban és Sevilleben tartanak nagy, fényes, álarcos felvonulásokat. Közép és dél-Amerikában pedig olyan hatalmas ünnepek számít, hogy szinte egész évben erre készülnek. De miket is fogyaszt a jókedvű nép ebben az időszakban?

■ GÍRNÉ ANNAMARI

## Olasz citromos fánkocskák

Nagyon egyszerű fánkféleség, hiszen se tej, se tojás nem kell bele! Citrom viszont annál több! Tulajdonképpen egy kissé édes kenyértésztát készítünk. Fél kiló lisztet, pici sót, 7-8 dkg porcukrot egy nagy tálba szítálunk. 2,5 dkg élesztőt elmorzsolunk 3 dl langyos vízben és pici cukorral elkeverve, hagyjuk, hogy szépen megemelkedjen. 7-8 dkg olvasztott vaját, az élesztős vizet, egy jó nagy citrom reszelt héját a liszt-hez adva, könnyű, kissé lágy, de gyúrható tésztát dagasztunk. Tálban, meleg helyre téve magára hagyjuk, míg duplájára meg nem kel. Ezután kettévesszük a tésztát, rudat sodrunk belőlük, és 15-15 egyenlő részre osztjuk. Egyesével golyókká gömbölyítjük, lisztezett deszkán letakarva kelesztjük. Forró olajban szép pirosra sütjük. Míg kelnek, sülnék a fánkok a citrom levét kicsavarjuk, és annyi porcukorral keverjük el, hogy még folyós legyen. Egy másik citrom héját lereszeljük, 4-5 evőkanál vanília porcukorral elkeverjük. Mikor megsültek a fánkocskák, lecsepegtetjük az olajtól őket, a felét feltornyosítjuk, meglocsoljuk a citromos sziruppal. A másik felét pedig megforgatjuk a citromhéjas vanília porcukorban. Csokoládé- vagy vaníliaöntettel, fahéjas porcukorral is nagyon finom. Elkészítettem gombóccal is, de a második alkalommal egyszerűen kinyújtottam, kisebb négyzetekre vágtam, és így sütöttem meg. Semmit sem rontott az élvezeti értékéből!

## Amerikai fánk

Régi idők krimisorozata volt a Kojak. Nem múlhatott el olyan része, amelyben a nyalóka mellett egy-egy tálca lyukas fánk is meg ne jelent volna. Igaz, speciális sütőedény kell hozzá, de muffinformában is meg lehet sütni. Én most a sütőporos változatot írom le, mert nálunk ez a kedvenc, de nemsokára az élesztős is sorra kerül. Először bekapcsoljuk a sütőt 180 fokra (gáz 4-es fokozat), majd kikészítünk két tálalt. Az egyikben elkeverünk 14 dkg porcukrot, 20 dkg lisztet, fél-fél teáskanál sütőport és szódadikarbónát, valamint egy pici sót. A másik tálban elhabarunk egy kézi habverővel 12,5 dkg olvasztott vaját (esetleg margarint, étolajat), 1 dl kefir (natúr joghurtot, tejfő-



lős vizet), és 2 egész tojást. Az amerikai fánkcsütőt kivajazzuk, a muffinformákat papírral béleljük. A két keveréket egy megmosott citrom (esetleg narancs) reszelt héjával együtt, fakanállal összekeverjük. Alig-alig önthető tésztát kell kapnunk. A muffin vagy a fánkformákat félig megtöltjük a tésztával, majd a sütőben kb. 35-40 perc alatt megsütjük. A tetejére az elengedhetetlen csokoládémáz kerül, amit színes cukor-öngyökkel szórunk meg. A

csokoládémázhoz egy lábasban összefőzünk 4 evőkanál vizet, 4 evőkanál cukrot és 2 evőkanál kakaót. Ha már elolvadt a cukor, csomómentes a máz, lehúzzuk a tűzről, és 2 evőkanál vajat keverünk bele. Igazán fényes, finom csokoládémázat kapunk.

Citromos tojásfehérjés máz is nagyon mutatós és finom. Ehhez 10 dkg szítált porcukorral nagyon kemény habbá verünk egy tojásfehérjét, amibe 2 evőkanál citromlevet keverünk. Csokoládéreszeléssel, színes cukormázzal díszítjük!

## Spanyol fánk

Égetett tészta az alapja, amit forró olajban kisütünk, fahéjas porcukorral szórunk. Ehhez 5 dkg vajat és 3 dl víz-tej keverékét lábasba téve melegíteni kezdünk. Egy alaposan megmosott citrom finomra reszelt héját, 1 evőkanál cukrot, pici fahéjat és söt tészünk hozzá. Amint felforr, 20 dkg lisztet dolgozunk bele. Nehéz lesz keverni, mert hamar összeáll. Leginkább csirizre hasonlít. Egy másik tálba átesszük, kissé hűlni hagyjuk, majd robotgép segítségével egyesével 6 egész tojást keverünk hozzá. Szép fényes, egynemű masszának kell lennie! Ezután olajat melegítünk, a masszát pedig habzsákba, illetve vastagabb nejlon zacskóba töltjük. A zacskó egyik sarkát kisujnyi vastagságúra kivágjuk. A forró olajba kb. 8-10 cm hosszú rudakat nyomunk, szép pirosra sütjük, az olajból kivéve kissé lecsepegtetjük, fahéjas porcukorba forgatjuk. Esetleg olvasztott csokoládéba is lehet mártogatni!

Most, hogy körbejártuk a világot, visszakanyarodunk kis hazánkba, ahol a jól bevált kelt pampuska (a tavaly februári számban már írtam róla) mellett találunk más, finomabbnál finomabb fánkokat. Ilyen például a:

## Túrófánk

Megmondom őszintén, igazán sok receptet kipróbáltam, de egyik sem volt meggyőző. Nehezek, sületlenek lettek. Aztán megtaláltam ezt a receptet, ami azért más, mert a túrón és tojás kivétel szinte nincs is benne egyéb hozzávaló. Igazán könnyű, nagyon finom túrófánkot sikerült készíteni! Ezekhez a finomságokhoz 25 dkg túrót, egy púpozott evőkanál porcukrot nagyon alaposan, szinte krémesre kikeverünk. 1 megmosott citrom reszelt héját, 2 tojás sárgáját és 2 evőkanál finomlisztet dolgozunk bele, amibe egy

teáskanálnyi szódadikarbónát ve gyítettünk. Míg a massa pihen, olajat melegítünk. Egy csipetnyi sóval habbá verjük a két tojás fehérjét, majd a túros masszába forgatjuk. Kisebb evőkanálnyi adagokat szaggatunk az olajba. Lassan süsítjük, szép pirosra mindkét felét. Szalvétán lecsepegtetjük, porcukorral, cukros tejfővel kínáljuk.



## Csörögefánk

Talán a második legnépszerűbb fánkféleség itthon. Sütőporos és élesztős változata is ismert. Nevét az alakjáról kapta (forgácsfánk). Csöröge kifejezés pedig a megsült tészta állagára, hangjára utalhat. Nálunk a sütőporos változat a menő. 25 dkg átszítált finomlisztet, 2 dkg porcukrot (1 evőkanál), pici sót, 1 dl jó minőségű tejfőlt, 5 dkg vajat, 3 tojás sárgáját és ½ dl rumot alaposan összegyúrunk. A rum könnyebbé és finomabbá teszi a tésztánkat. Könnyen gyúrható, sima tésztává dolgozzuk. Folpackba csomagolva minimum ½, de még jobb, ha 1 órára a hűtőbe tesszük pihentetni. Elővesszük a nagyitól megörökölt réz derelyevágót, a tésztát nagyon vékonyra kinyújtjuk kb. 3 mm vastagságúra. Lábasban olajat melegítünk. A tésztát nagyjából 5 cm széles és 5 cm hosszú négyzetekké szabjuk, majd mindegyik közepét kb. 2-3 cm hosszan bevágjuk. A négyzet egyik csücskét áthúzzuk a lyukon, és már mehet is a forró olajba. Szép világosra sütjük. Lecsepegtetjük, porcukorral, baracklekvárral kínáljuk.

Úgy gondolom, kedvünkre válogathatunk a farsangi időszakban a finomabbnál finomabb hazai és külföldi fánkféleségek közül. Azt azonban el kell árulnom, hogy – talán nem vagyok vele egyedül – számomra a hagyományos szalagos fánk a legkedvesebb!

A következő hónapban a kenyérsütéssel kapcsolatos tapasztalataimat szeretném megosztani a kedves olvasókkal. Addig is minden jót és sütizzünk!



*Mikor elgurult az utolsó forint,  
és a saját fiam csak úgy rámlegyint,  
mikor senkim nincs és nem is lesz,  
Te majd kézen fogsz és hazavezetsz.*

*...milyen jó nekem, hogy vagy nekem...*

*Mikor senkinek sem kell a melóm,  
s csak úgy össze-vissza lóg a karom,  
és a szorongás úgy elővesz,  
Te majd kézen fogsz és hazavezetsz.*

...

*Mikor nagy lesz már a saját ruhám,  
és a családomnak nincs ideje rám,  
és a tényfergésből elég lesz,  
Te majd kézen fogsz és hazavezetsz.*

*De ha elhagysz engem, meghalok,  
vagy ami még rosszabb, tán megmaradok,  
S akkor mindörökre elveszek,  
és már nem kell, aki hazavezet.*

*...milyen jó,  
...milyen jó nekem, hogy vagy nekem...  
...milyen jó, milyen jó...  
...milyen jó, milyen jó...  
...milyen jó nekem, hogy vagy nekem...  
(Presser Gábor)*

# E. T.



## ■ DOBOS KÁROLY

Hű, de homályos ködös, hideg idő van odakint! Igazi téli zimankó! Január utolsó napjai telnek, s a közmondással biztogatom magamat, miszerint: „január, február, itt a nyár!” Kertünkben a madáretető körül repdeső cinkék és pintyek csivitelése mellett a gerlék tavaszváró hangjait is hallani lehetett. Ilyen gyorsan közeledne a tavasz? – vetődött fel gondolataimban, vagy csak a madarak élénksége csalóka? Nem tudom! És bizony jól megrakom a kályhát, hogy otthonon melegét biztosítani tudjam a mai napra. E sorok írása közben elkalandoznak gondolataim a hideg és a tél körül, mint ahogyan az idősebb nemzedékek is mindig előhoztak egy-egy nagy telet emlékeikből. Az emlékezésben manapság igazságot sokat segít a tévé és a rádió, s olyan történetek is előkerülnek, melyekről sokan nem is tudtak, nem is hallottak. Itt Dömösön is a mai fiatalság keveset tud révéseink küzdelmeiről a jeges Dunán, vagy arról hogy a befagyott folyón hogyan jártak át szalmát hintve járda gyanánt a Pesten dolgozó dömösiek!

Mégis most, hogy jobban a szobába szorulunk, s az olvasásra és a tévé és a rádió figyelésére is

több időnk van, a híradások mind rendszerint arról szólnak, hogy milyen bajok, katasztrófák vannak, hányan fagytak meg, robbantak fel, s kit hogyan sanyargat a tél.

Mostani és elmúlt idők embereinek sorsa jelenik meg szemünk előtt, vagy hallunk róluk híradást. Láthattuk a 2. magyar hadsereg szenvedéseit, és pusztulását a Don-kanyarban, s az ezzel kapcsolatos emlékező ünnepségeket. Az auschwitz-i és a birkenau-i koncentrációs táborok 68 évvel ezelőtti felszabadulásáról láthattunk, hallhattunk megemlékezéseket.

„Meggyőződéseim, hogy Magyarország egy olyan ország, ahol soha többé nem fordulhat elő, hogy embereket származásuk, vallásuk miatt hátrány, megalkalmazás éri! Nem tűrjük, és elítéljük bármely kisebbség megfélemlését, az antiszemitizmus minden formáját” – hangzott el miniszterelnökünk szájából. E két nemzeti katasztrófa szenvedő alanyainak bizony kevés esélye volt arra, hogy valaki kézen fogja és hazavezesse, mert szeretteik vagy ezer kilométerre voltak, vagy nem tudni éltek-e, vagy már meghaltak!

Hazaaaa! Hazaaa! – mondogatta E. T. a kis földönkívüli a sokunk által látott filmben. A

kedves kis úrbéli, ugyanúgy vágyakozott haza, mint mi emberek, s a film végén sok viszontagság után a segítő, szerető szívek erőfeszítéseit siker koronázta és hazamehetett a „földönkívüli világba”.

„Milyen jó, milyen jó nekem, hogy vagy nekem!” – kiált fel a dalnok, s ahogyan hallgatjuk ezt a szép dalt, úgy vélem mindenki a „legszeretettebb” Valakijére gondol, s hálát ad érte, hogy van neki. Van segítőtársa! Aki minden körülmények között – vagy ellenére – mellette van. Az ilyen segítőtárs Isten ajándéka! A Szentírás elején olvashatjuk a teremtéstörténetben, hogy az ember teremtésekor a férfi mellé asszonyt teremtett, mert „nem jó az embernek egyedül lenni: szerezek neki segítő társat, hozzá illőt!” (1 Móz. 2:18.) Ketten lesznek egy testté, s ketten kezdik meg a családi otthon építését, ahová mindig haza lehet menni.

Ott mindig „Valaki vár ha hazamegy, és átölel két puha kéz!” És akkor milyen jó, milyen jó! Még akkor is jó, ha már a szeretett valaki nem lehet melletted, s csak álmaidban ölelnek karjai, mert haza hívta Valaki, Aki nálad is jobban szerette! Istenségével emberrel ésszel felfoghatatlanul az egész teremtett világot szereti, benne Téged és engem is, akik a porszemnél is jelentéktelenebbek vagyunk a világmindenség méreteihez viszonyítva. És mégis olyan fontosak vagyunk Számára, hogy elhagyta a Földön kívüli lakóhelyét, s emberré lett éretünk, s hagyta magát megöletni, hogy vérével megpecsételje „szerelem-levelét”, s nyújtja Neked és nekem, s minden embernek, hogy hazamehessünk Vele és Általa a mennyi Hazába!

Az elmúlt héten a keresztyén egységben itt Dömösön is ezért a „szerelem-levelért” imádkoztunk együtt énekelve:

*Tüzed, Uram Jézus, szítsd a szívemben, lángja lobogjon elevenebben!  
Ami vagyok és mind, ami az enyém, tartsd a kezekben igazi helyén!  
Életem kútja, örök örömem, fény a sötétben csak Te vagy nekem,  
Hallod imám, és bármi fenyeget, nem hagy el engem, tart a Te kezéd.*

*Jön az örök nap már, közeledik Ő, mennyei honba hazavinni jó!  
Röpke pillanat, míg tart a keserű, Krisztus élem jön, örök a derű!  
Életem kútja örök örömem, fény a sötétben csak Te vagy nekem,  
Hallod imám, és bármi fenyeget, nem hagy el engem, tart a Te kezéd!*

# Nem tudom

■ ANTAL ATYA

Nem tudom, hogy ismerik-e ezt a régi viccet:

Jeruzsálemben a sirató falnál egy rabbi hatvan éven keresztül minden nap imádkozott. Megtudta ezt egy újságíró, és elment, hogy interjút készítsen vele.

– Ön tényleg hatvan éve minden nap imádkozik a siratófalnál?

– Igen, minden reggel kijövök, és itt imádkozom.

– És miért imádkozik?

– Hogy Jeruzsálemben a keresztények, a zsidók, és a muzulmánok békében éljenek.

– És az imái meghallgatásra találnak?

– Mintha a falnak beszélnek...

kapcsolat megszűnt. Pont az imádság kellős közepén.

Azt hiszem, ez az élmény sok ember életében jelen van. Olyan, mintha nem lenne kapcsolata Istennel, mintha az imáit nem hallgatnák meg. Imádkozik, de nem kapja meg azokat a dolgokat, amiket kér.

Miért?

Isten fölött nem uralkodunk. Nem adhatunk neki parancsokat, amelyeket azonnal, gondolkodás nélkül végrehajt. Kéréseink sokszor önzöek, sőt talán károsak is. Van olyan, hogy elvárjuk az Istentől, hogy valamit megtegyen nekünk, de az ügy érdekében mi egyáltalán nem teszünk semmi. Mondjuk imádkozunk a világbékeért, de közben haragszunk a szomszédunkra, évek óta nem



Azt hiszem ez a történet akár ma is aktuális lehetne. A minap valami hasonló dolog történt. Egy pápi összejövetelre mentem, és az egyik társunk kicsit késve érkezett. Hogy odataláljon, GPS-t használt. A többiek már imádkoztak, amikor belépett az ajtón, és leült. Éppen a válaszos zsoltárnál tartottunk, amikor az újonnan érkezett társunk GPS-e jelezte: A

beszélünk a rokonainkkal, a politikusokat pedig szívből gyűlöljük. Miért várom el Istentől a békét, ha én nem teszek érte semmit?

Isten meghallgatja az imáinkat, sőt, a Szentírásban arra hív minket, hogy szüntelenül kell imádkozni, és nem szabad abbahagyni. De nekünk is mindent meg kell tennünk, és Ő fog adni az erőt, hogy elérjük a célunkat.

## Dömösi Élet

Kiadja: az Összefogás Dömösért Közhasznú Egyesület, felelős kiadó: Takácsné Gyenes Ildikó, felelős szerkesztő: Szilágyi Gábor, szerkesztőség: Pauluszné Tóth Anna, Vanekné Vakán Anikó, a szerkesztőség címe: 2027 Dömös, Táncsics M. u. 10. Telefon: 0620-579-7829; E-mail: [domosi.elet@odke.hu](mailto:domosi.elet@odke.hu).

Készült az iGlobe Team Kft. nyomdájában, 500 példányban, ingyenes kiadvány. Eng.sz.: 2.9/595-1/2006

Kéziratot nem őrzünk meg, és nem küldünk vissza. Lapzárta minden hónap elsején éjfélkor van. Az újság eddig megjelent számai a [www.odke.hu](http://www.odke.hu) internetes oldalon olvashatók.

# Élet az óceánban

■ SCHEILI SÁRA JUDIT

Én vagyok a szárnyas bohóchal, aki most nektek elmondja ezt a mesét.

Ez a történet egy messzi-messzi óceánon zajlik, ahol rengeteg hal él, olyanok, mint én: formás sárkányhal, mindig szomorú komédiáshal, epermintás ananászhal, árbc nélküli vitorláshal, mindig rosszkedő tengeri angyal, csodatevő muréna, szárnyatlan pillangóhal, néma papagájhal, sétáló repülőhal, nyugodt csikóhal, angyali ördögrája. Ez a sok hal az Ausztrália környéki vizekben él. Az Indiai-óceán és a Csendes-óceán lakói elhatározták, hogy egyesítik vizeiket Ausztrália körül. Az összehívott megbeszélésen veszekedés tört ki, hogy mi legyen az egyesített óceán neve. Az Indiai-óceán lakói azt mondták:

– Legyen a neve Gyöngy-óceán!

A Csendes-óceán lakói azt hangoztatták:

– Kókusz-óceán legyen!

Nem jutottak közös nevezőre, ezért berekesztették a gyűlést. Hallottak a vitáról az Atlanti-óceán lakói, és megkeresték a két előbbi óceán halait, azzal a kéréssel, hogy ők is csatlakozni szeretnének. Összehívtak hát még egy gyűlést, immár a három óceán halaival. Az Atlanti-óceániak előálltak egy ötlettel, ami mind a három csoportnak tetszett. Az óceán neve legyen: At-in-cse-óceán. Ezen a napon tehát új néven egyesült a Föld három óceánja, ennek öröme eltörölték a határokat, és mindenki szabadon úszhatott a közös vizekben.

Aki ezt a történetet most meghallotta, tudja meg, ez igaz történet. Adjátok hírül tehát országának-világának, amit a halak már régen tudnak: nincsen Atlanti-óceán, Indiai-óceán, Csendes-óceán, csak Atinse-óceán van!

## Kedves Olvasóink!

Ha kedvelik újságunkat, gyermekprogramjainkat, rendezvényeinket, szeretettel várjuk adományait az Összefogás Dömösért Közhasznú Egyesület Dunakanyar Takarékszövetkezetnél vezetett **64700148-10112061** számú számlájára!

Kérjük, hogy támogassák adójuk egy százalékával az Összefogás Dömösért Közhasznú Egyesületet!

## Adószámunk: 18615764-1-11

Ezzel egyszerűen részt vehetnek községünk kulturális életének támogatásában, segítségükkel tovább folytathatjuk a falu érdekében végzett munkánkat. Támogatásukat előre is köszönjük!

2012-ben közel **43.000.-** forint érkezett számlánkra támogatásuk keretében, amit ezúton is köszönünk!

