



# NÁDI SUTTOGÓ

SZÉPVÍZ KÖZSÉG HAVILAPJA

IX. ÉVFOLYAM, 10. SZÁM, 2019. DECEMBER



## Új esztendő

Még néhány nap és máris a 2020-as esztendőt írjuk. Pedig még frissen él bennem a házszentelés, a március 15-i ünnepség, a tavaszi kikelet, a nyári munkák, a káposztavágás, majd a hosszúra sikerült ősz. De már újra adventet ülünk, várva Jézus születését, reménykedve egy rendezettebb, kiegyensúlyozottabb és sikeresebb esztendőben.

Ilyen és ehhez hasonló gondolatok és érzések kerítenek hatalmukba, és nem akarom hinni, hogy lassan ez az esztendő is véget ér. Sajnos a tél sem jött el, hogy megállásra kényszerítsen, hogy a megszokotthoz hasonlóan hosszabban megállhassunk, elcsendesedjünk. De a naptár az figyelmeztet.

Igen, figyelmeztet, hogy elmúlóban az esztendő és az elég, hogy lassítsuk a mindennapi lendületet és az elmúlt évek szellemében magunkba szálljunk, számvetést te-

gyünk az elmúlt év eseményeiről, tevékenységéről és mérleget vonjunk.

Igen, az adventben ezt tesszük mindnyájan és megújult erővel, sok reménnyel, nagy önbizalommal, fogadalmakkal és megerősödött hittel vágunk neki az új esztendőnek. Mert mindezekre, de mindenek előtt hitre van szükség, hogy eligazodjunk ebben a zűrzavaros, rendetlen, a sarkából kifordított világban. Hitre, hogy eligazodjunk, hogy meg tudjuk különböztetni az igazit a hamistól, a jót a rossztól, hogy ne higgyünk az üres nagy szavaknak, hogy felismerjük az értéket.

Igen, az örökségünk, a közösségünk s a szeretetünk az érték, a „Jézusi szeretet”.

Ennek szellemében kívánok mindnyájuknak áldott karácsonyi ünnepeket és egy sikeres 2020-as esztendőt.

**FERENCZ TIBOR**  
polgármester

## Tűzvédelem a téli ünnepek alatt

Az elmúlt esztendőben a téli ünnepek alkalmával keletkezett tüzesetek nagy százalékban a magánlakásokban alakultak ki. Ezen tüzesetek leginkább a háziállatok levágásakor (disznóvágás) használt nyílt lángok, a szalonfűstölők nem megfelelő anyagból való megépítése és a nem helyes használata, az adventi koszorúkon levő gyertyák, a karácsonyi villogók meghibásodása és nem utolsósorban a kályhák, fűtők (kazánok) és a lerakódott kémények miatt keletkeztek.

Ezen tüzesetek elkerülése céljából a továbbiakban egy pár megelőzési intézkedést osztanék meg:

- a nyílt lángok használatakor tartsunk tisztességes távolságot a gyúlékony vagy könnyen éghető anyagoktól és legyen kézügyénél egy vödör víz, ha szükségessé válna a beavatkozás,

- a szalonfűstölőket nem éghető anyagból (téglaból) kell építeni és az udvaron való elhelyezéskor figyeljünk a szomszédos épületek közelségére, hagyjunk biztonságos távolságot ezekkel szemben. Soha ne hagyjuk felügyelet nélkül a fűstölőt a használat alatt. Tilos a ház padlásán kialakítani fűstölőhelyiséget.

- a fatüzelésű kályhák sok bajt okozhatnak, akár lakástűzet, kéménytűzet, akár szénmonoxid mérgezést vagy halált is. Ezért takarítsuk ki rendszeresen a kályhákat és a kéményeket, ezzel biztosítva a tökéletes szellőzést, figyeljünk arra hogy a kéményeken ne legyenek repedések, a toldásoknál, könyököknél rendesen illeszkedjenek. A kályhaajtók zárjanak tökéletesen.

- a fatüzelésű kályhákból kiszedett hamut vagy szenet locsoljuk meg vízzel és tároljuk erre a célra kialakított gödrökben vagy nagyobb fémtárolókban,

- az ünnepi időszakban sajnálatos módon megnő a lakástűzek száma, amit a gyertyák, csillagszórók mellett a nem megfelelő szigetelésű fényfüzerek is okozhatnak. A karácsonyi díszvilágításra nagy figyelmet fordítsunk. Csak olyan világítótesteket használjunk amelyek biztonságosak, nincs megszakadva a villanyvezeték, jól van szigetelve a csatlakozó, nem hiányos az égősor. Ne terheljük le a villanyhálózatot, ne vezessük az áramot hosszabb távon több hosszabbító összekapcsolásával. A vásárlás előtt ellenőrizni kell a csomagoláson, hogy a termék beltéri vagy kültéri. A kertbe kitehető fényfüzér használható a lakásban is, de fordítva, a beltéri világítás szabadban való elhelyezése életveszélyes lehet. Ne hagyjuk hosszú ideig bekapcsolva a díszítőelemeket, mert azok túlmelegedhetnek. Éjjelre, vagy ha elmegyünk otthonról, mindenképpen kapcsoljuk le a beltéri díszvilágítást, de a kültérinél is ajánlott az áramtalanítás. Az adventi koszorún a gyertyát csak addig égessük, amíg ott vagyunk mellette. Ha véletlenül lángra gyulladna ne essünk pánikba, gyorsan takarjuk le egy vastagabb terítővel és minél hamarabb vigyük ki az épületből, de ha ez nem lehetséges, akkor tegyük a fürdőkádba és vízzel oltuk el. Ügyeljünk, hogy ne hagyjuk megégesni magunkat. Fokozottan figyeljünk a kisgyerekekre és a házi kedvencekre, mert a sok villogó színes fény vagy gyertya nagy érdeklődést kelt bennük, ne bízzuk a gyerekekre a gyertya meggyújtását vagy a villogók áram alá helyezését vagy áramtalanítását.

Mindezekre figyelve csökkenthetjük a lakástűzek számát és az ezzel járó kellemetlen helyzetek kialakulását.

Ezúton kívánok Szépvíz község önkéntes tűzoltó alakulata nevében áldott, békés karácsonyt és egészségben gazdag új esztendőt.

Szépvíz község önkéntes tűzoltó alakulatának vezetője  
**ZÖLDI GELLÉRT**



SZÉPVÍZ KÖZSÉG ÖNKÉNTES TŰZOLTÓALAKULATA A 0761130217-ES TELEFONSZÁMON HÍVHATÓ.



Támogató a  
Romániai  
Magyar Demokrata  
Szövetség  
és a Communitas  
Alapítvány.

Nádi suttozó - Szépvíz község havilapja.

**Kiadó:** Szépvíz Község Polgármesteri Hivatala. **Felelős kiadó:** Ferencz Tibor.

**Munkatársak:** András Róbert, András Ildikó, dr. Balogh Attila, Császár Klára, Demeter Emőke-Gizella, Ferencz Angéla, Fikó Szilveszter, Gábor Zoltán, György Mihály-Levente, Incze Sándor, Kenéz Szilárda-Ágnes, Kovács Károly, Kovács Teréz, Lakatos István, Németi Katalin, Szakács Adél, Szatmáry Domokos-Zsolt, Tamás Tünde, dr. Vikárius Károly, dr. Vitos Erika, Zakariás István, Zöldi Gellért.

**Tördelőszerkesztő:** György Beáta. **Korrektúra:** Ferencz Márta-Erzsébet.

**E-mail:** nadisuttozo@gmail.com. **Tel.:** 0744875101.

**Nyomda:** Alutus Csíkszereda. Megjelenik 1450 példányban.

## Jakubinyi György érsek karácsonyi körlevele

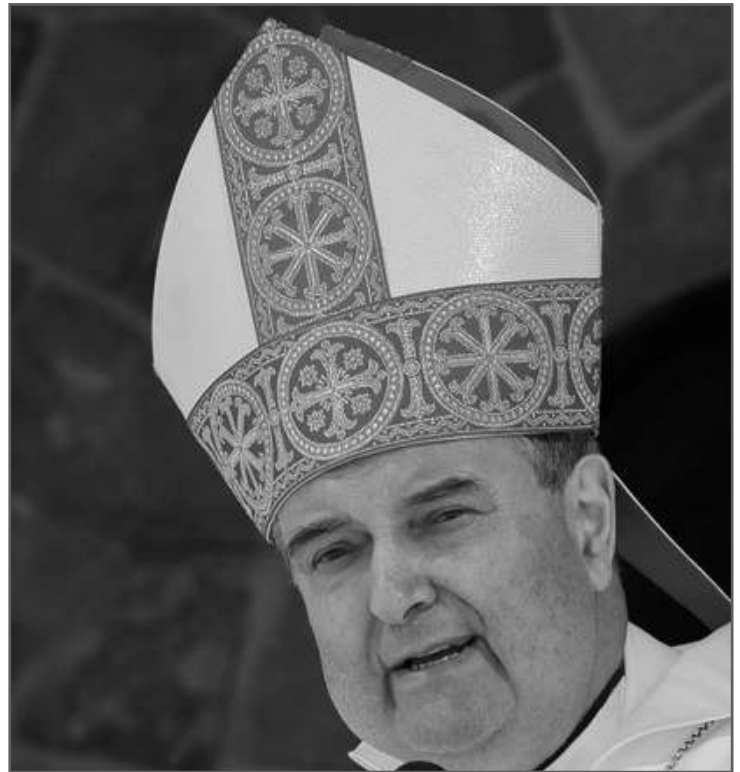
1223. karácsonyát Assisi Szent Ferenc úgy akarta megünnepelni Greccioban (ejtsd: Gréccsó), hogy testi szemével is láthassa a betlehemi barlangot az újszülött Kis Jézussal, a Szűzanyával és Szent Józseffel. Celanói (ejtsd: Csélánói) Tamás, Szent Ferenc egyik első követője és életrajzírója így emlékezik meg az eseményről: „Boldogságos Ferenc, mint már azelőtt is többször megtette, karácsony előtt vagy tizenöt nappal magához hívatta János urat, és így szólt hozzá: 'Ha azt akarod, hogy az Úr közelgő ünnepét Greccióban üljük meg, úgy siess, és szorgalmasan tégy meg mindent, amit mondok neked! Meg akarom ugyanis eleveníteni a betlehemi kised emlékezetét, és tulajdon testi szemimmal akarom szemlélni gyermeki korlátoltságának kényelmetlenségeit, látni akarom, hogyan helyeztetett a jászolba és hogyan feküdt azt ökör és a szamar előtt a szénán.' A derék és hűséges ember a parancs hallatára elsietett, és a kitűzött helyen előkészített mindent, amit a szent kívánt tőle... Készen állott a jászol, ott volt a széna, odavezették az ökröt és a szamarat. Ünnepezt itt az egyszerűség, virgadózott a szegénység, felmagasztaltatott az alázatoság, és Greccio mintegy új Betlehemmé alakult át.” (Szent Ferenc első életrajza, XXX. Fejezet, Újvidék-Szeged-Csíksomlyó 1993,91.)

Azóta mi is betlehemet állítunk a karácsonyfa alá. Segít áhítatunkban, hogy jobban beleéljük magunkat Megváltónk születésének titkába. A jászolban és a jászol körül ott van az egész Szent Család! Hányszor fohászkozzunk öseink imájával: „Jézus, Mária, József, nektek ajánljuk szívünket, lelkünket. Jézus, Mária, József, álljatok mellettünk végső küzdelmünkben. Jézus, Mária, József, segíségeitekkel békében költözzék el lelkünk. Ámen.” (Gyulaféhérvári PREORÁTOR 2003,52.)

Nem csoda, ha Ferenc Szentatyánk – aki Assisi Szent Ferenc nevét választotta első pápaként pápai névnek – már 2016. január 4-én pápaként zarándokolt el Greccioba magánúton. Idén december 1-jén ismét elzarándokolt nyilvánosan Greccioba, és apostoli levelet írt Isten Népeinek a „jászol” jelentőségéről.

Mivel főünnepeink olyan gazdagok témában, szűkebbnek látta az Anyaszentegyház, Keleten és Nyugaton egyaránt, hogy a főünnepek mellékszereplőinek – vagy egy-egy témának a főünnep után – külön ünnepet vagy emlénapot szenteljen. Ezért van az érvényben lévő naptárunkban is a karácsonyt követő vasárnapon Szent Család: Jézus, Mária és József vasárnapja! A Szent Család minden katolikus keresztény családnak az eszményképe.

Aquinói Szent Tamás összekapcsolja a karácsonyt és az Oltáriszentséget: „Az Oltáriszentség a megtestesülés



kiterjesztése, Jézus az Oltáriszentségben éli megtestesülésének titkát, betlehemi életét.” Ezért nevezi számos lelki író az Oltáriszentséget „örökös karácsonynak”. Örvendünk, hogy 2020. szeptember 13-20. között a Katolikus Világegyház az 52. Nemzetközi Eukarisztikus Kongresszust (NEK) Budapesten tartja. (Ez már a második alkalom, ugyanis 1938-ban a 34. Nemzetközi Eukarisztikus Kongresszusnak szintén Budapest adott helyet.) A résztvevők – anyanyelvüknek megfelelően – külön programokon vehetnek majd részt.

Az Úr Jézus az Utolsó Vacsorán nem emlékképet osztott, hanem megalapította az Oltáriszentséget, saját Szent Teste és Vére Szentségét és az Egyházi Rendet – „Ezt cselekedjétek az én emlékezetemre.” (1Kor 11,25). Azóta ott van érvényes Oltáriszentség /szentmiseáldozat/, ahol érvényes egyházi rend/papság van. A kettőt pedig összekötötte a szeretet új parancsával. Azért új, mert új mértéket adott: „Szeressétek egymást, ahogy én szerettelek titeket.” (Jn 13,34)

Amikor kegyelemteljes Karácsonyt és boldog új esztendőt kívánok Kedves Testvéreimnek, ugyanakkor azt is kívánom, hogy újuljatok meg az Oltáriszentség iránti tiszteletben: gyakori szentáldozással, szentségimádással és az Úrnap méltó megünneplésével. Így készüljünk részt venni az 52. Nemzetközi Eukarisztikus Kongresszuson, akár személyesen, akár lélekben – otthon.

*Kegyelemteljes Karácsonyi ünnepeket és áldott, boldog újesztendőt kívánok Tisztelendő Testvéreimnek, kedves Híveimnek és minden jóakarátú embernek!*

## Légy üdvözölve szent Karácsony

**K**étezer évvel ezelőtt egy kis palesztinai városka felett, az éjszaka sötétjében megjelent egy fényes csillag. A csillagot az égben gyújtották meg, és pedíg azért, hogy megtudja a világ a legnagyobb szenzációt, földre lépett az Isten: „Kezet kapott, hogy mindenkit megöleljen./ Lábat kapott, hogy mindenkire elmenjen./ Szívet kapott, hogy mindenkit szerethessen.”

Karácsonykor azt ünnepeljük, hogy a végtelen, örök, világot alkotó Isten gyöngye, védtelen, kicsi gyermekként megszületett. Az örök, hatalmas Isten emberré lett. Isten, aki örök boldogságban élt: Atya, Fiú és Szentlélek örök szeretetében, Ő, aki alkotta a gyönyörű, hatalmas világ-mindenséget, ez az Isten eljött, az annyi szenvedéssel, keserűséggel, rosszal teli világba, ahol oly sok a háború, az éhezés, a gyűlölet. Az örök Isten védtelen, gyöngye gyermek lett. Felfoghatatlanul nagy titok ez!

Karácsony ezért elsősorban nem az emberi szeretet ünnepe, hanem mindenekelőtt Isten szeretetének ünnepe. Karácsonykor Istennek e nagy szeretetét ünnepeljük, amit Szent János prólógusában így ad tudtunkra: „Az Ige testté lett!”

Másodlagosan persze az emberi szeretetnek is ünnepe Karácsony, hiszen, aki Isten jóságát egy picit is megérzi, ezt tovább fogja sugározni másoknak is. Ezáltal környezetébe, családjába béke költözik.

Karácsony titka Isten végtelen szeretetében rejlik.

Az ösbűnnel elrontott Isten és ember kapcsolatot maga az Isten állítja helyre. Felfoghatatlan szeretet Isten részéről, hogy Ő, a megbántott Isten tesz lépést a bűnös ember felé. Azért, hogy ezt átérezzük, tegyük fel, hogy valaki Téged nagyon, de nagyon megbántott. A szíved vérzett, s azt gondoltad, hogy a lelked sebét sohasem lehet begyógyítani. Becsületeden, lelked békéjén gázolt végig, és mintha letiport volna minden virágot, mely egészséges életet mezején eddig termett.

Jutott-e eszedbe, hogy elmenj az ilyen emberhez, gonosz ellenségedhez, és alázd meg magad előtte, s kérj tőle megsemmisülve bocsánatot? Bocsánatot azért, mert elég kegyetlen volt Téged vérig sérteni...

Ez ugye, lehetetlen kívánság?! Valaki megsért engem, s még én keressem fel őt, hogy bocsásson meg nekem. A béke és kiengesztelés útját a józan ész törvénye szerint a megbántó embertársnak kell keresnie.

A gyöngye és hálátlan ember Teremtőjét, Istenét bántotta meg. A végtelenül törpe ember a végtelen hatalmú Istent.

A végtelen hatalmú Isten, ég és föld Ura és Teremtője pedig elhagyja fényes mennyei trónusát, leszáll az Égből,

hogy a betlehemi szent éjjelen szállást vegyen magának egy istállóban, oktalan állatok tanyáján. Magára vette emberi sorsunkat, hozzánk hasonló Ember lett.

Lejött a hűtlen, hálátlan, megbántó emberhez, hogy fölkeresse őt. Hideg istállóra, fagyos emberi szívekre talált, kik még otthonukat sem osztották meg Vele. Övéi nem fogadták be Őt. Mégis hangzott angyalok ajkáról az Ég üzenete az első karácsony éjszakáján: „Békesség a jóakarató embereknek!”

Engedjük, hogy szívünket megérintse e nagy szeretet, hallgassuk csak ezt az angyali éneket. Hallgassuk meg, mit üzen az Ég a földnek, Isten az embernek. Mintha a megbántott, végtelen Úr kérne bocsánatot tőlünk. Azzal lép a világba, közénk: „Békesség a jóakarató embereknek!”

Legyen könnyes a két szemünk, égi harmattól csillogó a szívünk, Jézuska szeretetétől puha a lelkünk, és fogadjuk meg szent Karácsony éjszakáján, hogy mindig jóakarató és békességes emberek leszünk!

Az új egyházi esztendővel az Eucharisztia évébe lépünk. Szép, meleg karácsonyi ünnep szent örömei között, a katolikus ember lelke elszáryal Betlehembe. Igaz, hogy minden templom Betlehem ilyenkor. Minden szentségház. Minden Jézusból és szent hitéből élő lélek, ki szívébe fogadja a fehér ostya színe alá rejtőzött, hozzánk megalázkodott Istent.

Megható érzés járja át szívünket karácsonykor az éjféle szentmisén, a szentáldozás pillanatában. Karácsony titka a megtestesülés, és így minden szentmise Karácsony, hiszen Krisztus a kenyér színe alatt megtestesül, újra közénk érkezik. A szentmise átváltoztatásának szavai által az Ige új jelenléte kezdődik a mi világunk idejében. Ezt a jelenléte a fogantatás és az első Karácsony születése teszi lehetővé. Az eucharisztikus jelenlét hasonlít arra a jelenlétre, amely azzal kezdődött, hogy a Szentlélek által Mária testéből új ember formálódott. A szentmisén azonban nem új emberélet kezdődik, hanem Mária feltámadt és megdicsőült fiának egy új jelenléte: a kenyér és bor szubsztanciája átalakul Jézus testévé és vérévé.

Legyen minden szentmise találkozás a megtestesült Igével, aki Karácsony éjszakáján testté lett és minden szentmisén megtestesül a kenyér és bor színe alatt.

Ennek örömét, hogy minden szentmise karácsonyi megtestesülés, kívánom minden kedves testvéremnek, mint igaz karácsonyi örömet megtapasztalni és átélni.

Áldott, békés szent karácsonyt kívánok!

**GYÖRGY MIHÁLY-LEVENTE**  
plébános

## I. Adventi kézműves kiállítás és vásár Szépvízen

Óriási népszerűségnek örvendett a Szépvíz Községbeli Nők Klubja által első alkalommal megszervezett Adventi kézműves kiállítás és vásár, melynek a szépvízi sportterem adott otthont november 30-án. A 32 kiállító felsorakoztató eseményen többnyire helyi kézművesek kínálták saját készítésű portékájukat, de volt néhány környékbeli kiállító is, illetve jelen voltak a Nyírő József Általános Iskola diákjai, a Gondozó központ munkatársai, a Gyimesfelsőlaki Árpád-házi Szent Erzsébet Gimnázium képviselői és a Csíki Anyák Egyesülete is.

A rendezvényt a jótékonykodás nevében hirdettük meg. Arra kértük a kiállítókat, hogy termékeikből ajánljanak fel egy-egy darabot tombola gyanánt, melynek teljes bevételét a Bihar megyei SMA-1 betegségben szenvedő kicsi Noel gyógykezelésére gyűjtöttük. A helyszínen lehetőség volt kávé és teát vásárolni, melynek bevételét szintén a kisfiú részére ajánlottunk fel, illetve gyűjtődobozt is helyeztünk ki. A nap végén örömmel nyugtáztuk, hogy 1076 lejt sikerült összegyűjtenünk. A gerincvelő-izomsorvadásban szenvedő kisfiúnak a



kezelése 700 millió forintba is kerülhet, de a szülők bíznak abban, hogy két magyarországi sorstársukhoz hasonlóan, nekik is sikerül összegyűjteni ezt az összeget. Örömmel csatlakoztunk az országos gyűjtőakcióhoz, hiszen bízunk abban, hogy „Sok kicsi sokra megy!” és mi is hozzájárulhatunk Noel gyógyulásához. Az anyuka az alábbi szavakkal köszönte meg jóságunkat: „Hálásan köszönjük! Mindannyian angyalok

vagytok, és reméljük hogy sok sok angyal közreműködésével létre jöhet egy karácsonyi csoda!”

Az anyagi gyűjtésen kívül, arra kértük az eseményre éllátogatókat, hogy lehetőségeikhez mérten, hozzanak magukkal megunt, de használható játékot, plüssöt, meséskönyvet, tanfelszerelést. A sok jó szándékú embernek köszönhetően rengeteg adomány, tárgy gyűlt össze. Ezek kisebb részét a szépvízi gyerekhon legkisebb lakóinkat ajánlottuk fel, a nagyobb mennyiséget továbbadtuk egy csíkszeredai segélyszervezetnek, akik célirányosan juttatják el a környékbeli rászoruló családoknak.

Ezúton szeretnék köszönetet mondani Fazakas Judit ötletgazdának; a polgármesteri hivatalnak, amiért ingyenesen rendelkezésre bocsájtotta a sporttermet; a Szépvíz Rádióknak az esemény népszerűsítéséért, a Csengő Tejszövetkezetnek a tombolába felajánlott sajtokért; és Mindazoknak, akik jelenlétükkel hozzájárultak a rendezvény sikeréhez. Jó volt látni, hogy ilyen sok önzetlen ember vesz körül minket. Áldott, meghitt karácsonyi ünnepeket kívánok!





## MÉZESKALÁCS

A karácsonyi ünnepekör egyik hagyományos édessége a mézeskalács, talán nincs még egy ennyire népszerű aprósütemény a gasztronómia történetében. A mézeskalács készítése egyidős a méz használatával. Az ókorban a rómaiaknál isteneknek felajánlott ajándékként szolgált. A mitikus hagyományok szerint például a Pallas Athéné templomát őrző sárkánynak is mézeskalácsot adtak, és ha érintetlenül hagyta, azt szerencsétlenségre utaló jelnek tartották. Hiedelmeik szerint mézeskaláccsal engesztelték ki az alvilág őrzőjét is, Cerberust. Emellett a Biblia is megemlíti Melkisédek zsidó pap kiváló mézes süteményét.

A fűszeres finomságot egy örmény szerzetes hozta el Európába a 10. században, ahol francia papokat és keresztényeket tanított meg a mézeskalács elkészítésének módjára. A mézeskalács hamar meghódította kezdetben Németországot és Angliát, a 13. századra pedig már a skandináv országokban is elterjedt. 1444-es dokumentumok szerint svéd apácák gyomorrontás enyhítésére is alkalmazták. Már ekkor festették a kekszeket és ablakokat is díszítettek vele. A mézeskaláchoz mint szerelmi ajándékhoz, több hagyomány is kapcsolódik. Ha a fiú mézeskalács szívet vett választottjának, és a templom előtt átadta neki, az egyben a leánykérést, a szeretet érzésének kifejezését is jelentette.

A mézeskalácsnak sokféle kipróbált és bevált receptje ismert. Az amerikai pékek melasszal, a britek sziruppal és barna cukorral, míg a németek mézzel édesítik. A gyömbér mellett a fahéj szintén kihagyhatatlan valamennyi mézeskalácsból, e két fűszeren túl azonban a világ különböző tájain különféle fűszerezést használ-



**Készüljünk együtt karácsonyra!**

2019. december 23-án, hétfőn 11 órától

mézeskalácssütést és díszítést szervezünk a szépvízi sportcsarnokban.

Meleg teát, jó hangulatot és a mézeskalácshoz szükséges hozzávalókat biztosítjuk.

Szeretettel várunk minden érdeklődőt!

tak, így ánizst, kardamont, szegfűszeget, szerecsendiót. A mi receptjeinkben fő ízesítőszerként elsősorban a mézet, a fahéjat és a szegfűszeget említik.

Remélem, hogy ezek után többen kedvet kapnak egy kis mézeskalácssütéshez, vagy az ügyesebbek megpróbálkozhatnak a mézeskalácsház készítésével is. Nem utolsó sorban ajándékozni is lehet mézeskalácsot szeretteinknek, mert bizony belesütjük szívünk-lelkünk, mi magunk díszítjük, és ettől sokkal értékesebb, mint egy drága üzletben vásárolt ajándék.

A mézeskalács nemcsak attól más, mert a karácsony „hivatalos” süteménye, hanem a tésztaja, aromája is különlegessé teszi. És az sem mellékes, hogy egészséges is. A méz természetes édesítőszer, egyszerű cukrai könnyen, gyorsan felszívódnak. Sokunknak a lakást betöltő mézeskalács illata is hozzátartozik a karácsonyi előkészületekhez, a karácsonyfán is szívesen látjuk viszont a mézeskalács díszeket, de vannak, akik magát a sü-

teményt szeretik kávé vagy tea mellé. Manapság már nem a hagyományos módszerrel, hanem az egyszerűbb kiszűrő-formákkal készítjük a mézeskalácsokat, házikót építünk belőle, de vannak szilikonos kekszformák is, amelyek segítenek a mintázásban. A díszítés is sokféle lehet, az aszalt gyümölcsöktől és magvaktól kezdve a színes mázakig, vagy a klasszikus fehér cukormázaz írókázásig. A lényeg, hogy a mézeskalácssütés valamilyen formában pont annyira része az adventi időszaknak, mint a koszorrúkészítés.

Idén is szeretettel várunk minden korosztályt (gyerekeket, fiatalokat és időseket egyaránt) mézeskalácssütésre és díszítésre december 23-án, hétfőn a szépvízi sportcsarnokban 11 órától.

Meghívottaink is lesznek, akik eligazítanak a mézeskalács sütés, díszítés fortélyaiban. Az alapanyagot mi biztosítjuk.

**BECE KATALIN**  
községi könyvtáros

Továbbra is várjuk olvasóinktól írásait, véleményüket, valamint azokat a fotókat, amelyek a községben készültek és különleges mondanivalóval rendelkeznek a [nadisuttogo@gmail.com](mailto:nadisuttogo@gmail.com) e-mail címre!

## Mikulás-járás 2019-ben az Őszi-rózsa nyugdíjas klubban

Amiben nagyon hiszünk, az van! – olvasta Péter Juliánna az előkészített MIKULÁSRÓL szóló írásból, majd Szent Miklós alakját méltattuk.

Gyermeteg lélekkel ültük körbe az ünnepi szimbólumokkal megrakott közös asztalt. Nem hiányzott a virgács, a várakozást jelképező adventi koszorú, valamint a Bíró Anna által készített ötletes Mikulás figurák is ott voltak. Mayer Orsolya nagy szeretettel olvasta fel a kis, Mikulással kapcsolatos versikéket. A dalokat együtt énekelte a társaság. Ferencz Jolán, nyugdíjas tanítónő egy egy golyóstollal ajándékozott meg. Péter Erzsébet az általa összeállított dalszövegeket tartalmazó dossziékat osztotta szét, majd a férje nevében csokimikulásokat is. Nemsokára megérkezett a „hivatásos” MIKULÁS is, aki a szépvízi közbirtokosság által biztosított szeretetcsomagokat kézbesítette. Ezúttal mondunk köszönetet az illetékeseknek a csomagokért. Még a Mikulás sem

távozott, amikor új meglepetésben lehetett részünk, ugyanis Ferencz Tibor polgármester úr lepett meg egy-egy szál virággal, mint egy kiegészítéseként az egyháziak által szervezett öregeket köszöntő szép ünnepségnek. Kürtös Magdolna felvételeket készített az eseményről, fel is rakta a facebookra, az Őszi-rózsa klub oldalra, amit szintén ő hozott létre.

A közös éneklés emelte az ünnepi hangulatot. Nem hiányozhatott az ünnepi koccintás sem. Köszöntöttük a Miklós névre hallgató férjeket is. Bíró Margit, Péter Juliánna és Tifán Magdolna szolgáltak fel.

Igen, hiszünk a szeretet erejében! Nagyon szépen köszönjük azoknak, akik besegítettek, hogy szép ünnepi előzetesben lehetett részünk!

Ezúttal kívánok a magam és a klubtársaim nevében Áldott karácsonyi ünnepeket és boldog új évet Szépvíz község vezetőinek és minden lakójának.

Tisztelettel,

**ANTAL SZENDE ERZSÉBET**



## Mikulásjárás Borzsovában

„Hogyha baj ér, bánat, szégyen  
Bízzál Myra püspökében.  
Elhozza csillagos éjen  
Ajándékát észrevétlen.”

Igaz, nem észrevétlen jött a borzsovai gyerkőcökhöz, december 5-én a délelőtti órákban látogatott el, és ajándékozta meg az ovisokat, iskolásokat, akik versekkel, énekekkel viszonzták jóságát.

Nagyon szépen köszönjük a Mikulás bácsinak a fáradtságot, az ajándékokat, a Szülőbizottság áldozatos munkáját és nem utolsósorban a Borzsovai Közbirtokosság anyagi támogatását.

Mindenkinek Áldott Karácsonyt és Boldog Új Évet kívánok!

**KOVÁCS TERÉZ**  
tanítónő

*Juhász Gyula*

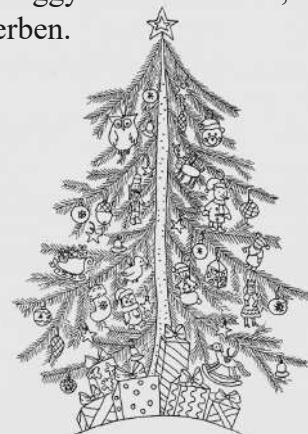
## Karácsony felé

Szép Tündérország támad föl szívemben  
Ilyenkor decemberben.

A szeretetnek csillagára nézek,  
Megszáll egy titkos, gyönyörű ígézet,  
Ilyenkor decemberben.

...Bizalmas szívvel járom a világot,  
S amit az élet vágott,  
Beheggesztem a sebet a szívemben,  
És hiszek újra égi szeretetben,  
Ilyenkor decemberben.

...És valahol csak kétkedő beszédet  
Hallok, szomorún nézek,  
A kis Jézuska itt van a közelben,  
Legyünk hát jobbak, s higgyünk rendületlen,  
S ne csak így decemberben.



## Hulladékmentes életmód, avagy a Zero Waste

Valamikor tíz évvel ezelőtt belefutottam az interneten egy videóba, ahol egy amerikai hölgy egy kapszos befőttes üveget lóbálva a kezében azt ecsetelte, hogy egy év alatt ők négyen csak ennyi vegyes szemetet termeltek. Majd elmesélte hogyan. Első reakcióm az volt, hogy na persze, ez Amerika, ott mindent lehet, itt nálunk ez megvalósíthatatlan. Aztán tovább is siklottam felette, teltek az évek, meg is feledkeztem az egésztől. Közben azért változott ez meg az az életemben: kb. nyolc éve kezdtem kísérletezni a környezettudatosabb mosószerekkel, négy éve, amikor gyerekünk született, mosható pelenkákat vettem neki, amit három évig használtunk, kilenc éve nincsen tévé a háztartásomban. A biohulladék külön gyűjtése és komposztálása valahogy mindig alap volt kertészházban lakva. Csak nem így hívtuk.

Két évvel ezelőtt találtam rá egy 30 napos hulladékmentes kihívásra, amelyet Kump Edina, a hulladekmentes.hu blog szerzője hirdetett. Minden nap egy-egy tippet kaptunk arra, hogyan lehet a háztartási szemetet a minimálisra csökkenteni. És elindított egy folyamatot, amit leginkább életmódváltásnak neveznék. Két év után elmondhatom, hogy a mi kis családunk (két felnőtt és egy kisgyerek) eljutott arra a szintre, hogy a konyhai kagyló alatt lévő szemetesünknek, ahová a személerakóba kerülő vegyes háztartási szemetet gyűjtjük, három hónap is kell, amíg megtelik. Emellett a szelektív hulladéknak való zsák is többnyire csak akkor telt meg egy hónap alatt, ha nagy lomtalanításon estünk át, egyébként 3-4 hónapig gyűjtjük bele az újrahasznosítható hulladékot. És hogy ne maradjanak azzal az érzéssel, mint én annak idején, hogy na persze, ez egyes szélsőséges embernek talán sikerülhet, de az átlagembernek semmiképpen, elmesélem mindez hogyan is működött nálam.



*Bea Johnson, a Zero Waste életmód megteremtője*

Bea Johnson, a hulladékmentes (azaz zero waste) életmód megteremtője az a kanadai származású amerikai hölgy, akiről a cikk elején meséltem. Ő nagyon egyszer-

rűen 5 alapelvet nevezett meg, amely segít az általunk termelt szemet mennyiségének minimalizálásában, és 5R-nek nevezte az angol kifejezések kezdőbetűje után. Ez az 5R nagyban hasonlít a körkörös gazdaság elvéhez (amiről az előző cikkben írtam), levetítve azt a háztartások és mindennapi életünk szintjére:

1. Utasítsd vissza, amire nincsen szükséged (refuse)
2. Csökkentsd azt, amire szükséged van, és nem tudod visszautasítani (reduce)
3. Használd fel újra, amit nem tudsz visszautasítani vagy csökkenteni (reuse)
4. Hasznosítsd újra, amit nem tudsz visszautasítani, csökkenteni vagy újrahasználni (recycle)
5. Komposztálj (rot)

Az öt lépésnél ami nagyon fontos, az a sorrend! Mindig az elsővel kezdjük, és úgy haladunk az ötödikig. Így, két év távlatában azt tudom mondani, hogy az első a leg egyszerűbb, és mégis a legnehezebb lépés. Leginkább azért, mert megpiszkálja az értékrendünket, az önbecsülésünket, azt, ahogyan viszonyulunk a világhoz, a környezetünkhöz, önmagunkhoz, az életünkhöz, az életünk értelméhez. Ha nem merünk szembenézni saját magunkkal ilyen mélységekben, akkor nagyon nehéz lesz ezt a lépést megtennünk. És nem mellékesen, ez a szemlélet teljes mértékben szembe megy azzal a fogyasztói kultúrával, ami körbeöleli a mindennapjainkat.

Nekem ebben a folyamatban nagyon sokat segített a japán Marie Kondo elmélete, miszerint minél több olyan tárggyal vesszük körbe magunkat, amire nincsen igazán szükségünk, azok a tudatalattinkat stresszelik, leterhellek az idegrendszerünket, így meggátolják azoknak a gondolatoknak a felszínre törését, amelyek igazán gyümölcsözőek lennének az életünkben. Minél több felesleges kacat kikerült a lakásunkból, annál inkább „felszabadultam”, annál inkább azt éreztem, hogy végre levegőhöz tudok jutni a lakásban. Rájöttem, tényleg nincsen szükségem 6 merőkanálra, 35 össze-vissza csuporra, 15 rend ágyneműre, 6 ünnepi abroszra, díszpárnákra, amelyek már négy éve a szekrényben foglalják a helyet, 6 vázára, amelyikből egyiket sem szerettem igazán, 5 palacsintasütőre, 35 pár cipőre, 15 kabátra, két nagy szekrényi ruhára, 50 pár fülbevalóra, két doboznyi nem használt telefontöltőre, azonosítatlan kábelre, két stóc régi képes magazinra, meg a sok apró csecse-becsére, amit soha nem használtam semmire, csak porfogónak volt jó. Tudatosult bennem, hogy nem kell a háztartásba az a sok elektromos gép (mikró, elektromos citrusprés, kenyérsütőgép, fagyigép, autós hűtő, elektromos képerkeret, szendvicssütő, stb.), kilenc éve nem hiányzik egyáltalán a tévé, meg tudtam válni nagyon sok könyvtől is, amit egyszer elolvastam, majd azóta sem vettem le polcra.



Semmit nem dobtam ki a szemétkébe, mindennek találtam új gazdát. Ennek a három hónapos nagy szelektálásnak egyik fontos hozománya, hogy ma már kétszer meggondolom, ha valamit be akarok vinni a lakásba. Függetlenül attól, hogy ingyen van-e, akciós-e, kézműves helyi termék-e, környezetbarát-e, mindig tegyük fel a kérdést, amikor egy terméket veszünk a kezünkbe: valóban szükségem van rá? És ha egy egyszer használatos termék van a kezünkben, akkor mindenképpen mondjunk rá nemet!

Amire igent mondunk, azok valóban szükségesek a mindennapi életünkhöz: étel, ruha, lakás, fűtés, kályha, edény, bútor, autó, telefon, stb. Itt viszont máris megjelenik a második alapelv: csökkentjük azt, ami elengedhetetlen a mindennapi életünkhöz. Tegyük fel a kérdést, valóban szükségünk van 500 négyzetméteres lakásra? Három autóra családonként, háromévente újra? Mindenképpen terepjáró kell a városba bejárni? Tényleg csak akkor tudunk kikapcsolódni, ha minimum 1000 km-re utazunk nyaralni, lehetőleg repülővel? Valóban szükségünk van minden héten egy új ruhára? Minden évben új telefonra? Tényleg fontos, hogy karácsonykor friss epret meg paradicsomot együnk? Biztos, hogy csak a több ezer kilométerről hozott avokádóban, goji bogyóban, chia magban, kesudióban, narancsban és banánban van meg az a tápanyag, amire szüksége van a szervezetünknek? Tényleg kell minden felületre a lakásban hűsfele vegyszeres takarítószer? Biztos, hogy attól leszünk szépek, ha magunkra kenünk minimum tízféle kozmetikumot, tele számunkra ismeretlen vegyi anyagokkal? Biztos, hogy ennyi kacatot össze kell vásároljunk karácsonykor, hogy érezzék a hozzánk közeli, mennyire szeretjük őket? Ha őszintén szembe merünk nézni önmagunkkal, akkor a legtöbb kérdésre a válaszunk: nem.

Minél kevesebb tárgy vesz körbe bennünket a mindennapokban, annál fontosabb, hogy ezek a tárgyak tartósak, minőségiek legyenek, hogy minél hosszabb ideig tudjuk őket használni. Mi vagy mások. Erről szól a harmadik alapelv, vagyis az újrahasználat. Azt, hogy egy tárgy minél több ideig használatban legyen, segíti, ha eleve használtan vásároljuk, vagy ha már nincsen rá szükségünk, továbbadjuk olyanoknak, akiknek szükségük lehet rá a jövőben. Vagy készítsük el magunk otthon található anyagokból, ha van erre lehetőségünk. Ha mindenképpen újat kell vennünk, akkor figyeljünk arra, hogy javítható legyen. Ha csak ritkán használt tárgyra van szükségünk, akkor béreljük vagy vásároljuk és tartsuk karban közösen, megosztva másokkal. Ezzel a lépéssel a kukánk azon egyharmadát tudjuk minimálisra csökkenteni, ami jellemzően a szemétkébe kerülne. A 30 napos hulladékmentes kihívásban leginkább ehhez a lépéshez kaptuk a legtöbb segítséget, és jellemzően az egyszer használatos tárgyak elhagyására ösztönözött. Az egyik legfontosabb tanács az volt, hogy bevásárláshoz vigyünk magunkkal vászonzsákokat, textil szatyrot, befőttes üveget és tartós műanyag dobozokat, hogy elkerüljük az egyszer használatos csomagolást. Azt gondoltam, itt Csíkbán ez egy lehetetlen dolog, de tévedtem. Eddig csak azért nem találtam meg a csomagolásmentes megoldásokat, mert

nem kerestem, de ahogy tudatosan kezdtem figyelni a kisebb-nagyobb boltokat és azok polcait, egyre több lehetőséget fedeztem fel. Ma már kakaót, babérlevelet, rizset, tehéntúrót, májat, fagyasztott borsót és még nagyon sok minden mást is tudok venni csomagolás nélkül a saját edényembe.

Így szoktam le sok más egyszer használatos termékről: papírzsebkendő helyett textil zsebkendőt használunk már másfél éve, eldobható intim betét és tampon helyett mosható betétre váltottam, konyhai papírtörülő helyett konyharuhát használok,



*Egyik heti bevásárlásom*

eldobható borotva helyett vettem egy tartós fém borotvát, mindig van nálam egy kulacs, amit bárhol megtölthetek csapvízzel, valamint egy fém fülespohár, hogy elkerüljem az egyszer használatos poharakat ilyen-olyan rendezvényeken. Ha fesztiválózni, városnapokra vagy bármilyen nagyobb rendezvényre megyünk, mindig bepakolom a fém söröspoharakat, evőeszközöket és dobozkákat, hogy ne kelljen egyszer használatos poharat, evőeszközt, tányért használnunk. Varrattam szép textil szalvétákat, azt használjuk ünnepi alkalmakkor papírszalvéta helyett. Alufólia helyett tányért tesztek az edényekre, frissen tartó fólia helyett beleteszem egy fűdes tálba, edénybe az ételt, sütőpapír helyett kiválóan működik a vajjal kikent, lisztezett tepszi. Mivel nedves szemét nem kerül a szemétkébe, ezért szemétkébe helyett elég egy újságpapír a szemétkébe ajlába. Már jó ideje én főzöm a mosógélt, amit a mosáshoz használok, mosószappanból és mosószódobából. Takarításhoz hatféle környezetkímélő vegyszert kombinálok, és az bőven elég: ecet, citromsav, szódabikarbóna, mosószóda, mosószappan, nátrium-perkarbonát. Tisztálkodáshoz és hajmosáshoz szilárd szappant, testápoláshoz hidegen préselt olajakat, vajakat használok. A dezodort, arccradírt, kézkrémet magam készítem, az arckrémeket egyik ismerősömtől vásárolok saját tégelybe, aki profi módomban műveli a természetes kozmetikumok kavargatását. És már üveges fogkrémeket is találtam, igaz még csak külföldit. A sok kis apró lépés nagyon látványosan megmutatkozik a szinte üres szemétkébe látványában.

A negyedik és az ötödik lépés már Önök számára is ismerős: a szelektív hulladékgyűjtés és a reciklálás, valamint a komposztálás. És bár az Európai Unió által előírt keretszámok miatt Romániában már a csapból is ez a két téma folyik, azt gondolom, érdekes több időt szánni rájuk. Erről fog szólni a következő cikkem.

## Szentháromság Alapítvány

A 2019-es évet is sikeresnek könyvelheti el a Csíkkörzeti Magyar-Örmény Szentháromság Alapítvány. Több sikeres rendezvényt sikerült megszervezni a kuratóriumnak.

Júniusban megrendeztük az örmény családok találkozóját ahol több mint kétszáz résztvevőt sikerült vendégül látni a kétnapos rendezvényen. Köszönet a támogatóknak.

Az év folyamán az alapítvány tagjai részt vettek más erdélyi szervezetek színvonalas rendezvényein is.

A november végén tartott Katalin bálón bemutattuk azokat az örmény népviseleteket, amelyeket a Hargita Megye Tanácsának sikeres pályázatán szerzett támogatásból tudunk megvásárolni. Köszönet érte.

Ezekkel a ruhákkal kiegészült a három rend örmény népviselet, és ezzel is tudjuk bővíteni emlékházunk állandó kiállítását. Az év folyamán folytattuk a 2016-ban elkezdett épületfelújítást. Ez a beruházás egy kiegészítője lesz a már működő örmény emlékháznak, lehetőséget adva táborok szervezésére.



Terveink szerint az épületet be szeretnénk üzemelni jövő év júniusában, amikor tábort szervezünk erdélyi és magyarországi fiatal diákok számára.

*ZAKARIÁS ISTVÁN*

## Fedezzük fel együtt a Csíki-havasok élővilágát!

A Pogány-havas Kistérségi Társulás a Fedezzük fel együtt a Csíki-havasok élővilágát! című pályázat keretében iskolai tevékenységeket szervezett a 2019. november 18 – 2019. december 5 közötti periódusban. A foglalkozásokon a kistérség községeinek (Szépvíz, Csíkpálfalva, Csíkszentmihály, Gyimesfelsőlok és Gyimesközéplak) 1-8. osztályos diákjai vettek részt. Szépvíz községből összesen 92 gyerek. A diákok a környezetükben található értékekről, a csíki és gyimesi régióra jellemző tájhasználatról hallhattak előadásokat. A vetített képes bemutatót követően a védett állatok hangjával, határozókönyvek és terepi eszközök használatával ismerkedhettek.

Az iskolai tevékenységeket egy vetélkedő zárja majd, a szépvízi Kis-havas Panzióban, 2019. december 12-én, mely egyben a projekt záró-



rendezvénye is. A versenyre 4 fős csapatok jelentkezhetnek kísérőtanárúkkal. A csapatok összemérhetik tudásukat a Csíki-havasok Természetmegőrzési területéről és a Csíki-havasok és Csíki-medence Madárvédelmi területéről. Emellett a kreativitásukat is bemutathatják a zsűrinek, hiszen a védett területekhez kapcsolódó

alkotást is el kell készíteniük. A versenyzők, díjazottak kísérőtanáraikkal együtt egy bográcsonos ebédben is részesülnek.

A program megvalósulását a Bethlen Gábor Alapkezelő ZRT támogatja.

*MIKLÓS RÉKA*

SZÉPVÍZ FM 101,7

## KULTÚRCSÜTÖRTÖK

*Elméleti alapozás a gyógynövény-készítmények használatához* címmel tartott vetített képes előadást Macalik Ernő biológus, természettudományi író, gyógynövényszakértő november végén a szépvízi község háza pince-termében. Ez alkalommal is sokan voltak kíváncsiak Ernő bácsi érdekes előadására, amelyben többször hangsúlyozta, hogy manapság a gyógynövények egyre nagyobb népszerűségnek örvendnek. Ez azért is van, mert egyre többen rájönnek, hogy a gyógynövények remek kiegészítői lehetnek a gyógyszereknek, hiszen mindkettőnek megvan a saját szerepe. A teákat évekig fogyaszthatjuk, mellékhatás nélkül, míg bizonyos szintetikus gyógyszerek hosszú távú használata egészségkárosító is lehet.

Az előadáson jelenlévők praktikus tanácsokat kaptak a gyógynövények gyűjtéséről, szárításáról, tárolásáról és helyes használatáról. Szó volt a galenusi

készítményekről, a teákról, tinktúrákról, gyógyecetekről, gyógyborokról. Említésre kerültek az immunerősítő készítmények is. Bármennyire is divattá vált, indokolatlanul nem szabadna adni azokat. Állítása szerint főként a kisgyerekeknél kell nagyon vigyáznunk: ha nincs semmi bajuk, és megelőzőképpen adjuk nekik a vitaminokat, nem teszünk jót, mert ki kell alakuljon az immunrendszerük – nem kell mindent kivédeni.

Míg a szintetikus gyógyszerekben a hatóanyag pontos mennyiségben van jelen, a gyógynövényben többféle is van, nem lehet pontosan meghatározni a mennyiséget. Hetven százalékban a hatóanyag segíti a beteget, harmincban pedig placebo hatás. Mert például, ha mi készítjük el otthon a gyógyteát, és fogyasztáskor elképzeljük, hogy miként gyógyul tőle a betegségünk, az sokat segít. Tudományosan is bizonyították, hogy a gyomorvédő és májvédő teák nyugodt szürcsölgetése esetén nemcsak a teakeverékek gyógyhatása, hanem a teázás placebo hatása is gyógyulást



érhet el. Addig ihatjuk a gyógynövényből készült teákat, amíg szükségét érezzük forrón, hidegen, mézzel, cukorral vagy anélkül. Az étvágygerjesztő teákat mindenképp keserűn kell inni, de máskepp nyugodtan lehet használni a teák ízesítésére mézet és cukrot is. S nagyon fontos, hogy lehetőleg a teakeverékekbe mindig kerüljön egy jó ízű, élvezhető tea (menta, citromfű), hiszen az illatos és ízletes gyógyteát mindenki szívesebben fogyasztja.

**K**ájoni János születésének 390. évfordulója alkalmából egy olyan emlékévet hirdettek idén, melynek célja fokozottabb figyelmet irányítani Kájoni munkásságára. Az emlékév kezdeményezője a Hargita Megyei Kulturális Központ.

A 390 éve született Kájoni János (1629 k.–1687) Székelyföldön működő tudós ferences szerzetes volt, aki a kor szellemének megfelelően számos területen alkotott kiemelkedő eredménnyel. Számon tartják őt többek között, mint orgonista, orgonaépítő, énekszerző, fordító, nyomdász, könyvgyűjtő és botanikus. Az általa összeállított és utólag róla elnevezett Kájoni Kódex a kelet-közép-európai régió, azon belül Erdély zenetörténetének fontos forrása. A jelenleg a Csíki Székely Múzeumban ör-



zött kéziratos gyűjtemény nagyon különböző műfajú zenedarabokat tartalmaz: találhatók benne motettek, misetételek, egyházzenei művek, barokk hangszeres tételek, nyugat-európai és regionális tánc-tételek, valamint magyar, német, cigány és latin világi énekek is.

A szépvízi község háza Szent László termében, a Kulturális Programok Hargita Megyének projekt keretében tartott előadást a Codex Régizene Együttes.

A kor legnevesebb európai zeneszerzőinek művei mellett a kódexben megtalálhatjuk a »mi zenénket« is, azaz a magyar nemesség zenéjét, amely nem tartozik sem az európai értelemben vett barokk zenéhez, sem a népzenehez. Ez a nemesi kultúra részét képező muzsika számunkra ma is jelentős értéket képvisel.

A tudós ferences szerzetes zenei hagyatéka révén beéltelhetjük magunkat a négyszáz évvel korábbi Erdély hangulatába, az erdélyi főurak által játszott, táncolt vagy hallgatott zene varázslatába – részletezte dr. Filip Ignác Csaba a zenekar előadásán.

Az együttes tagjai: Filip Ignác, dr., művészeti vezető – furulyák, barokk fuvola, Szabó Éva – furulyák, barokk fuvola, dobok, Kovács Éva – hegedű, rebek, Kovács László – hegedű, barokk hegedű, Adorján Csaba – brácsa, népi brácsa, fidula, Lázár Zsombor – cselló, fidula, koboz, Szőgyör Árpád – nagybőgő, viola da gamba.

## KARATE

Az idei év utolsó karateversenyére december 7-én került sor Gyergyószentmiklóson. A második alkalommal megrendezett Szent Miklós Kupán 10 sportklub 130 versenyzővel vett részt.

A kemény felkészülésnek és az egész éves intenzív munkának meglelt az eredménye, ugyanis induló versenyzőink mindegyike dobogós helyezést ért el, akadnak közöttük olyanok, akik kettőt is. A színvonalas rendezvényen 14 sportolónk 22 éremmel gazdagodott.

Eredmények :

11 első hely: Biró Szakács Artúr, Imre Boróka, Imre Eszter (2), Szép Károly, Gábor Kata, Maksai Krisztina, Biró Szakács Zalán, Kuna Hanna (2), Kalányos Rivanna.

6 második hely :Biró Szakács Artúr, Barabás Zalán, Vaszi Kitti (2), Kalányos Rivanna, Péter Henrik.

5 harmadik hely: Imre Boróka, Szép Károly, Czine Sebastian, Maksai Krisztina, Petrás Dávid.

Sikeres és mozgalmas évet tudhatunk magunk mögött. A rendszeres edzések mellett csapatunk 5 edzőtáborban és 4 versenyen képviselte magát :

Edzőtáborok:

Február 23: Búzás Csaba edzőtábor, Csíkszereda

Március 29-30: Roberto Clemenza Szeminárium, Csíkszépvíz-Csíkszereda

Április 27: Fudoshin edzőtábor, Székelykeresztúr

Június 9: Shinji Nagaki edzőtábor, Gyergyószentmiklós

Október 4-6: Kagawa edzőtábor, Brassó

4 versenyen értünk el kimagasló eredményeket:

Április 28: Fudoshin Karate Kupa, Székelykeresztúr



Május 18: György Gellért Emlékverseny, Tusnádfürdő

November 9: Remember Cup, Maroshévíz

December 7: Szent Miklós Kupa, Gyergyószentmiklós

Ezúton is szeretnénk megköszönni a szülőknek, nevelőknek a belénk vetett bizalmat. A sport nagyszerű alapot ad ahhoz, hogy a gyermek megtanulja, hogy a siker és az eredmények háttérében kemény munka áll. Ez az attitűd tovább gyűrűzik az élet más területeire is, megtanulja a célkitűzés, a kitartás és a munka szerepét a sikerek elérésében. A sporton nevelkedett gyerekeknek pozitívabb életképük lesz, mernek nagyot álmodni és hisznek abban, hogy siker koronázza erőfeszítéseiket.

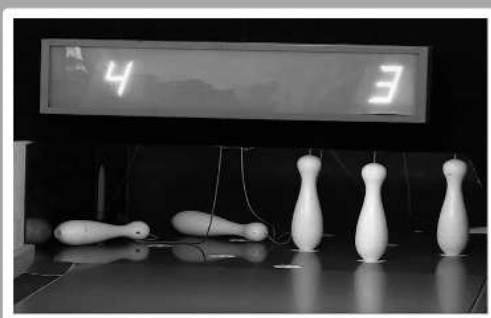
*Áldott, békés új esztendőt kíván a SIC-Szépvíz Karte-Do csapata.*

## ADVENTI KONCERT

2019. december 22-én, vasárnap a csíkborzsovai délelőtti szentmise után Adventi koncertet ad a Csíkborzsovai Férfikórus a templomban.

Mindenkit szeretettel várnak!

Áldott karácsonyi ünnepeket és békés,  
boldog új esztendőt kívánnak  
a férfikórus tagjai!



## TEKEPÁLYA PROGRAM

Pályahasználat hétfőtől szombatig 16<sup>00</sup>–21<sup>00</sup> között.

Pályafoglalás előzetesen telefonon!

Páll Zoltán – tel. 0758060200

**PÁLYADÍJ: 30 LEJ – 1 ÓRA**

**TEREMCIPO HASZNÁLATA KÖTELEZŐ!**