



2021. január 10.
150 forint

Nagymaros

Polgárváros, királyi panorámával

Legyen sikeres és áldott 2021!

Ha egy mondatban kellene össze-foglalnom újrési kívánságaimat, akkor azt mondanám, hogy "az legyen 2021-ben a legrosszabb dolog, ami Önökkel történik, ami 2020-ban a legjobb volt"!

Nehéz és bizonytalan évünk volt a tavalyi, de megtapasztalhattuk, hogy a nagymarosiak ismét számíthattak egymásra.

- Önzetlenül segítünk ott, ahol annak szükségét éreztük.

- Egy kicsit jobban odafigyelünk családtagjainkra, rokonaikra, szomszédainkra és ismerőseinkre.

- Nagyobb türelemmel és tisztelettel fordultunk egymás felé a váratlan helyzetekben.

- Megtapsztaltuk, hogy tudunk

problémákat megoldani, új lehetőségeket kipróbálni.

- Bebizonyítottuk, hogy közösen vigyázni tudunk a ránk bízottakra.

Kívánom, hogy a járvány múltával kettőzött erővel és kitartással kezdhesünk elhalasztott terveink megvalósításába, és kívánom, hogy legalább annyira sikeres és áldott legyen ez az év, mint amennyire áldatlan és nehéz volt az előző!

Mindannyiunknak jó egészséget kívánok a 2021-es évre!

Fogadják tőlem sok szeretettel Túrmezei Erzsébet versét! (Fotó: Dr. Tóth-Piusz István)

HEINCZINGER BALÁZS
POLGÁRMESTER

Boldog új évet Nagymaros!



Túrmezei Erzsébet:

Újrési kérés

„Isten erejével a mázsás teher könnyű,
mint a szalmaszál – nélküle mázsás
súly a szalmaszál is.”

(Luther)

Láttam, Uram!

Egyik béna volt, a másik aszott, sárga...
vagy nem volt lába...

De a Te fényed hullt a betegágyra!

Hitükkel elrejtőztek Nálad,

és úgy hordozták mázsás terhüket,

a Te erőddel, mint a szalmaszálat.

És láttam szalmaszál alatt roskadókat.

Mert mázsás teher

könnyű, mint a kis szalmaszál, Veled.

De nélküled

a szalmaszál is mázsás súly lehet.

Új évbe indulok,

és nem tudom, mi vár rám.

Csak azt tudom: velem vagy, nem hagysz árván.

Csak azt tudom: utam már kijelölted.

Mint bízó gyermek, járhatok előtted.

Te mérsz ki bút, örömet, munkát, terhet,

s irgalmad mindegyikbe áldást rejtett.

Csak egyet adj: hogy céliránt haladjak,

hogy szalmaszálak alatt ne roskadjak!

És ha szereteted mázsás teherrel

tenné próbára ezt a gyenge vállat –

segíts úgy vinni mázsás terhemet

a Te erőddel – mint a szalmaszálat!

**Heinczinger Balázs polgármester és a város
intézményeinek vezetői értékelték a 2020-as évet**

A város karácsonyfája és Betleheme

December 12-én állították fel a város karácsonyfáját a Fő tér alsó, Dunához közeli részén! "Igazi összefogás volt, ami ehhez a hatalmas fához bizony kellett is! Jöttek kicsik és nagyok, rengetegen felajánlották a munkájukat és segítettek, hogy az ünnepekre igazi „karácsonyi közösségi terünk legyen Nagymaros központjában” - írja Heinczinger Balázs polgármester.

"Szeretném megköszönni mindenkinek, aki szaktudásával és hozzáállásával támogatta a faállítást és munkájával lehetővé tette, hogy legszentebb értékeink és legszebb ünnepünk jelképe megjelenhessen a város főterén!

- Schäffer Gábor és Zoltai Dávid – akik precízen és nagy odafigyeléssel kivágták a fenyőfát.

- Melts Miklós – aki a fa szállításában volt segítségünkre.

- Bótz Péter – aki a nap minden nappi méretű fenyőtalp elkészítéséhez adta szakmai tudását.

- Haniberger Zoltán – aki ha kellett hegesztett, ha kellett a vasszerkezetet fúrta, faragta.

- Marschal Márk – aki rendelkezé-



süinkre adta a telephelyet az esti munkálatokhoz.

- Mihály Gábor – aki precízen megszervezte az összeállítást és az építést azzal az elánnal, amit megszokhatott tőle a város egyéb helyeiben is.

- A Píramis Építőház – mely társaság darus autót adott.



- Édesapám, Heinczinger László – aki egyébként nap mint nap féltő aggodalommal figyelte ténykedéseimet, de most, mint lakatos szakember segített az összeszerelésben.

- Kollégáim: Szénásy Andrea, Varga Máté, Niedermüller Ervin, Somlai Patrik, Albert József, akik az előkészületekben és a fa felállításánál segítettek.

- És nem utolsósorban képviselőtársaim: Hetényi Andrea, Hadi Tamás (és neje Gabi) és Gergely Tamás, akik a nap folyamán szerveztek, díszítettek, festettek, pakoltak, sepertek és rendezkedtek. NAGY köszönet mindenkinek!

A Betlehemért pedig köszönet érte az Igéző Meseműhelynek, akik idén újra felajánlották a város részére az általuk készített alkotást."

VEHULL

Verőcei Hulladékhasznosító Telep
Konténer kihelyezés sít szállítás gépi földmunka

**Nem veszélyes hulladékok átvétele,
gyűjtése, szállítása, újrahasznosítása**



Turczai Péter
Telephelyvezető
Telefon.: +36 70 364 0102
e-mail: peter.turczai@vehullkft.com
Vehull Kft. Adószám: 24763718-2-13
Székhely: 2621 Verőce, Aradi u. 10.

Szalatnyai Gergely
Telephelyvezető helyettes
Telefon.: +36 70 612 5872
e-mail: gergely.szalatnyai@vehullkft.com
Cím: 2621 Verőce,
Katalinpusztai bekötőt. Hrsz. 071/4.

ömlesztett építőanyag kereskedés



**Sóder-Homok-Termőföld- Töltőföld,
Zúzott kő (bazalt, mészkő)
Tégla-, Betontöret, Gyöngykavics.**



vehull
Mácza Marietta
Telephelyvezető
Telefon.: +36 70 612 5998
e-mail: marietta.macza@vehullkft.com
Vehull Kft. Adószám: 24763718-2-13
Székhely: 2621 Verőce, Aradi u. 10.

Harmath József
Gépkezelő
Telefon.: +36 70 612 5196
e-mail: jozsef.harmath@vehullkft.com
Cím: 2621 Verőce,
Katalinpusztai bekötőt. Hrsz. 071/4.

A várost érintő polgármesteri döntések

Nagymaros Város Önkormányzat polgármestere a katasztrófavédelemről és a hozzá kapcsolódó egyes törvények módosításáról szóló 2011. évi CXXVIII. törvény 46. § (4) bekezdése alapján, a 478/2020. (XI.3.) Korm. rendelettel kihirdetett veszélyhelyzetre tekintettel a veszélyhelyzet idejére biztosított jogkörben eljárva, a következő döntéseket hozta december hónapban:

cal Bt. nettó 2.013.263 forint + 543.581 forint + áfa ajánlatát.

A szükséges költségeket biztosítja a K334 karbantartás soráról. Felhatalmazza a polgármestert a vállalkozói szerződés aláírására.

- a 2021. évi eseménynaptár előkészítését megkezd, melynek megtárgyalására és elfogadására a veszélyhelyzet feloldása után kerül sor. A polgármester felkéri a stratégiai

zetben tanúsított rendkívüli munkavégzésük és helytállásuk elismerése-
képpen egyszeri, bérén kívüli juttatásban részesítette. Az intézmények keretösszegét az intézményvezetők differenciáltan is kioszthatták. A kifizetést az intézményi bérmegetakarítás és a polgármesteri keret terhére biztosította.

- a határozat mellékletét képező síkosság-mentesítési vállalkozási



szolgáltatások soráról. Felhatalmazza a polgármestert a vállalkozói szerződés aláírására.

- a Verőcei Rendőrőrsöt 50.000 forint vásárlási utalvánnyal és 50.000 forint készpénzzel támogatja. Kismaros Község Önkormányzatával 50.000 forintra a határozat mellékletét képező Pénzeszköz Átadási Megállapodást ír alá. A támogatás kifizetését a K512 költségvetés soráról rendeli el.

- a határozat mellékletét képező támogatási szerződést köt a Cédus Művelődési és Sport Egyesülettel és a 133/2019. (VIII. 14.) számú határozat alapján a fennmaradó 1,8 millió forintot kifizeti. A támogatás kifizetését a K512 költségvetés soráról rendeli el.



- visszavonta a Képviselő-testület 125/2020. (09.29) számú határozatát, amely a Nagymaros Strandfejlesztés többletköltségéről szolt, valamint az ahhoz kapcsolódó árajánlatot is megsemmisítette.

- a Nagymaros Strand területének korszerűsítési munkálatai során felmerült eszközbeszerzés többlet költségeire beérkezett árajánlatok alapján elfogadta a PTG Techni-

referenst a 2021. évi eseménynaptár kidolgozására.

- a korábban létrejött (4189-3/2013. számú, 871-4/2014. számú, 134-4/2015. számú, 384-13/2020., valamint a 384-9/2020. számú) feladat-ellátási szerződések átmeneti módosításáról szóló és a határozat mellékletét képező megállapodásokat megkötö.

- az önkormányzati dolgozókat a veszélyhely-

szerződést köt a Maros Nonprofit Kft-vel. A szükséges költségeket biztosítja a K337 egyéb

Köszönetnyilvánítás

Tisztelt Polgármester Úr!

*Köszönjük szépen az 50. házassági
évfordulónkra adott ajándékot!*

Üdvözlettel: Hemző Mihály

"Nehéz éve volt a világnak, Európának, az országnak és így nekünk, nagymarosiaknak is"

Mivel idén a járványhelyzet miatt nem tudott sor kerülni közmeghallgatásra, ezért a város vezetője, *Heinczinger Balázs* egy videóban ismertette a város életében, az elmúlt egy évben történt eseményeket, eredményeket!

Kedves Nagymarosiak!

Nehéz éve volt a világnak, Európának, az országnak és így nekünk, nagymarosiaknak is. A katasztrófák nem szokták előre bejelenteni az érkezésüket. Míg egy árvízről nagyjából tudható, hogy néhány évente, valamikor érkezni fog és pár hét múlva levonul, a járványról ez nem mondható el. Amikor elkezdtem polgármesteri munkáimat, legrosszabb álmomban sem gondoltam volna, hogy hónapokon belül összeomlik körülöttünk a világ. Mert sajnos ez történt. Rövid időn belül tapasztalható volt, hogy ez az év rendkívüli lesz. Embert próbáló testileg, de legfőképp lelkileg, és hogy ez a kialakult helyzet jóval nagyobb odafigyelést, türelmet, megértést vár el majd mindenkitől. Olyan helyzetbe kerültünk, amikor nagyjából ki-dobhattunk mindent, amit előre elterveztünk.

Pénzügyi, és minden egyéb lehetőségeink alapvetően változtak meg. Egy olyan helyzet-hez kellett alkalmazkodnunk, amihez hasonló közülnk még senki sem tapasztalt. A nehézségek és a problémák ellenére korábbi terveinket nem adjuk fel. Bízom benne, hogy a vírus hamarosan távozik, és újra békeüzemmódra válthatunk.

Egy kicsit bővebben is szeretnék szólni arról, hogy mire gondolok, amikor ezt mondom! Hat hónapon keresztül veszélyhelyzetben, rendkívüli intézkedésekkel, és rendkívüli jogi környezetben kellett a várost irányítani, a képviselő-testület nem működhetett. Az év elején, négy hónapon keresztül a polgármesternek egyszemélyi felelősként, egyéni jogkörben kellett meghoznia a döntéseket. Elmondható, hogy a tavasszal bevezetett helyi szabályozások-



kal országosan is sikerült hozzájárulnunk a járvány lassabb terjedéséhez. Nagymaroson tavasszal regisztrált fertőzött nem volt. Ezért nehéz döntéseket kellett meghozni. Átmenetileg bezártuk a népszerű piacot. Hétvégenként lezártuk az utcákat, és végtelen lecsökkentettük a turizmust, hogy megvédhessük az itt élők egészségét.

Az eredményeket látva úgy gondolom, hogy ez siker. Jól és eredményesen dolgoztunk! A városunkban dolgozó és élő egészségügyi szakemberek sokat segítettek a védekezés során együtt gondolkodni. Köszönöm *dr. Rendessy Annamáriának*, *dr. Zombori Klárának*, *dr. Kocsis Istvánnak*, és *dr. Juhász Attilának* az orvos-szakmai támogatást. Létrehoztuk a Nagymaros "HÁLÓ"-t, azaz a felelősségvállalás és a segítségnyújtás helyi rendszerét! Külön köszönet illeti ezért is *dr. Rendessy Annamáriát*!

Gazdálkodásunkat is súlyosan érintette a COVID-19-váltság. Adónemek bevételei kerültek elvonásra az országos védekezés érdekében, és adófizetőink bevételei is jelentősen csökkentek, ami sajnos a következő évekre is kihatással lesz. Új kihívásokkal és feladatokkal kellett és kell szembe néznünk, melyeket egytől egyig meg fogunk oldani, hogy továbbra is megőrizzük gazdasági stabilitásunkat. A CÉL az volt, hogy talpon maradjunk, ami a tavalyi évben (2020-ban) sikerült! Ehhez a városban lakók megértése, elfogadása és segítsége is kellett,

és erre számítottunk a jövőben is!

Ez a helyzet sok mindenre rávilágított, és megerősítette korábbi, már a választások előtt megfogalmazott gazdasági elképzeléseinket:

- vállalkozóbb szelleműnek kell lennünk, hogy ezáltal további bevételeket tudjunk realizálni!

- mindenekelőtt szigorúan kell megterveznünk az idei (2021 évi) kiadásainkat;

- a helyi adó-kintlévőségeink beszédére nagy energiát fordítottunk már idén is, és sokkal nagyobb energiát kell fordítanunk erre a jövőben azért is, mert az elérhető pályázatok száma 2020-ban jelentősen lecsökkent.

Városunk lélekszáma túl lépte az 5000 főt, így kiesett a „Magyar Falu Program”-ból és átkerült a „Kis Város” besorolásba. A környező települések olyan fejlesztési forrásokat is el tudnak még érni, amit mi ennek köszönhetően már nem. Nagymaros továbbra is minden elérhető forrásra pályázni fog, és a rendkívüli fejlesztésekért is lobbizunk majd.

A COVID-19 után első dolgaink egyike lesz, az új „Városfejlesztési Stratégia” közösségi tervezésre épülő kialakítása. Tavalyi évre (2020) terveztük, de úgy tűnik, hogy az idei évben veszi kezdetét. Sokan hiányolták a korábban megígért közösségi tervezést. Nekik is csak annyit tudok mondani, hogy ugyan ezt már elkezdtük, de itt is közbeszólt a veszélyhelyzet, a COVID-19. Folytatni fogjuk!

Tekintsünk úgy a COVID-19-re úgy, mint egy mindenkit érintő kellemetlen és elkerülhetetlen kényszerzünetre.

A pályázatokról

Nagyon fontos kiemelni – sajnos –, az eredeti pályázat költségvetéséből egyik sem megvalósítható. Nagyon sok munkánk, utánajárás és áttekintés zajlik a háttérben, hogy az egyes nyert pályázatokat kivitelezni tudjuk. Mint mindenki tapasztalhatta, megkezdődött az egészségháznak a felújítása, minden lakos türelmét és megértését köszönöm és kérjük a továbbiakban is a munkák ideje alatt. Többen említették – és jogosan érzékeltették velünk – az OTP bankautomatának a kiszerezését. Ezzel kapcsolatban annyit szeretnék mondani, hogy több bankkal felvettük a kapcsolatot az ideiglenes bankautomata elhelyezésének megoldására, de sajnos nem jártunk sikerrel. Vagy ez a szolgáltatás nem létezik és nem elérhető az adott banknál, vagy ennyi idő alatt engedélyeztetéssel együtt nem lehet megvalósítani. Az egész felújításnak a befejezési határideje 2021 június 30-ig várható.

A bicikliút felújításával kapcsolatosan, mint minden egyéb pályázatnál, itt is megkaptuk az elszámolási határidő kitolását, ezért a bicikliutat 2021 december 31-ig kell kivitelezni és annak költségvetésével elszámolnunk. Igyekszünk úgy elindítani ezeket a fejlesztéseket, hogy a turisztikai szezont ez annyira ne befolyásolja és zavarja.

A művelődési ház felújításával kapcsolatosan mellékhelyiségre nyertünk pályázatot. Itt az elszámolásra szintén 2021 december 31-ig van lehetőségünk. Itt is a szakmai tartalom átvizsgálása zajlik, hogy a nyert keretbe hogyan tudunk beleférni. Amennyire szükséges, természetesen akkor az önerőt kell, hogy megemeljük.

Szintén nyertünk egy pályázatot a polgármesteri hivatal épületének a felújítására. Most éppen a főépítész és segítőitársai az optimalizált felhasználásnak

a tervein dolgoznak, hogy ezt a nyert 50 millió forintot mire tudjuk és hogyan fogjuk elkölteni, melynek az elszámolási határideje szintén 2021 június 30.

A strand felújításával kapcsolatosan nyertünk korábban egy 18 millió forintos fejlesztést a mellékhelyiség felújítására. Ennek a kivitelezése és az elszámolási határideje szintén 2021 június 30.

A pályázatok mellett vannak egyéb olyan területek, amelyekben az elmúlt hónapokban sikerült egyrészt vagy eredményt elérni, vagy a tárgyalások és az egyeztetések jól haladnak. Erről is szeretnék egy pár szót mondani. Nagyon sok Nagymaroson alkotó művész álmodik arról, hogy újra visszakapja Nagymaros város a Duna-parton található művésztelepnek a fenntartását. Ezzel kapcsolatosan elkezdtem az egyeztetéseket és a tárgyalásokat. Felvettem a kapcsolatot az Állami Vagyongazdálkodással, a Magyar Művészeti Akadémiával, illetve a Fővárosi Rendőrkapitánysággal. Mint köztudott, ebben az épületben vannak a vízirendőreink. Mind a vagyonkezelő hozzájárulását adta annak, hogy ezt a vagyonkezelésbe visszakaphatjuk, a Magyar Művészeti Akadémia szakmai támogatása szintén mögöttünk áll, illetve a rendőrkapitányság is, amennyiben a vízirendőröknek tudunk egy másik ingatlant biztosítani, az ő támogatásukat is élvezzük. Ezért nagy lehetőségeink vannak abban, hogy a művésztelepet a 2021-es évben Nagymaros város visszakaphatná.

Hosszadalmas folyamatok zajlottak a MÁV igazgatóival is a 2020-as esztendőben, ezt a COVID-19 szintén meggátolta, illetve lelassította. Elsősorban a MÁV területéhez tartozó zöld területekről beszéltünk, illetve mindazokról a területekről, ami a MÁV tulajdonát képezi, de a város egy bérleti szerződési konstrukcióban tudná hasznosítani. Új igazgatója lett a területnek, és minden olyan kérésünkre, amivel őket kerestük, hogy segítsék a várost teljes nyitottságot mutattak. Elsősorban 2020-ban fókuszáltunk arra, hogy az idei évtől kezdődően a perontakarítás és az ahhoz tartozó perifériás részeket az önkormányzat tudja átvenni,

átvállalni és így nagyobb hangsúlyt tudunk arra fektetni, hogy bármilyen időjárási viszontagság mellett a tisztságot fenn tudjuk tartani, illetve a turisztikából tapasztalt nagy parkolási igény és hiány - amit a város sajnos nap mint nap érzékel -, miatt, ennek köszönhetően is szeretnénk azokat a területeket megkapni a MÁV-tól, amire szintén támogatásukat fejezték ki, hogy parkolókat tudjunk minél több helyen kialakítani. Ezek a tárgyalások zajlanak, előrehaladott állapotban vannak. A szerződés-tervezetet meg-



kaptuk, most éppen ennek az átvizsgálása zajlik. Bízunk benne, hogy ebben az évben minél hamarabb ezeket a fejlesztéseket és ezeket a munkálatokat el tudjuk kezdeni.

Továbbra is folyamatos kapcsolatban vagyunk - azt gondolom, a mindennapokhoz hozzá tartozik a hulladékgazdálkodás - a Zöld Híddal, itt, mind korábban is ezt már írtam és mondtam fórumokon, hogy lehetőség van arra, hogy a Maros Kft területén a Zöld Híddal közösen egy hulladékudvart üzemeltessünk. Ez sok kérdést von még maga után, jelenleg a Zöld Híd igazgatója éppen a stratégiai tervezésekkel foglalkozik, s amennyiben ennek a területnek látják azt, hogy Nagymaros be tudna segíteni, akkor ezeknek a részleteivel meg fogja keresni a város vezetőségét, hogy mit tudnak ők felajánlani, illetve, hogy tudunk-e együtt dolgozni. Ez annyit jelentene, hogy a környék településeinek, elsősorban Nagymaros lakóinak lehetősége lenne arra, hogy rendezett és tiszta környezetben a kommunális hulladékot kivéve minden fajta hulladékot le tudjon adni

egy helyen, akár az üveget, akár a papírt, akár a zöld hulladékot és bármi egyebet, amit szelektív gyűjtenénk és innen, egy helyről szállítanánk tovább a Zöld Híd segítségével. Ami biztos, hogy a következő hetekben a korábban megígért üveg szelektív gyűjtő szigetek bővítve lesznek, erre most kaptunk az elmúlt hetekben választ a Zöld Híd vezetőjétől, hogy amennyire lehet, az edényeket vagy cserélik, de biztosan ki fogják bővíteni, hogy minél kisebb esélye legyen annak, hogy az üvegek a tároló edények mellé kerüljenek, ha

gyalni. Szeretnék ezt a turisztikai fejlesztést a központból, nincs elvetve, tehát bízhatunk abban, hogy a következő évben ez a fejlesztés jó esetben el tud indulni. Nagyon örülnék neki, hogy ha azokat a terveket, amiket megörököltünk, annak az elgondolásait meg tudnánk valósítani, de természetesen ezzel a programmal kapcsolatban is szeretném majd a lakosoknak a véleményét kikérni, hogy az adott szakaszra milyen fejlesztéseket, milyen újabb, a turisztikát kiszolgáló újításokat látna szívesen a Duna-parton.

Ezen kívül 2021-ben biztosan lesznek gasztró-fejlesztések, úgynevezett gasztró-épületek és infrastruktúra-fejlesztési pályázatok, ezzel kapcsolatosan szintén szeretnénk erre fókuszálni és ezért meg fogunk minden olyan ingatlan területet, minden olyan bérelt területet és ingatlant felülvizsgálni, hogy melyek azok a területek, amelyekhez ez a pályázat alkalmazható legyen, úgy, hogy ez mind a nagymarosiakat és másodsorban pedig az ide érkező turisták igényeit ki tudja szolgálni. Nagyon bízunk abban, hogy az ügynökséggel való jó kapcsolat révén egyrészt a Duna-parti fejlesztés egymilliárdos keretét, illetve ezt a gasztró-pályázaton való részvételünk sikeres tud lenni.

Az elmúlt hónapokban téma volt a Helyi Építési Szabályzat módosításának folyamata. Erről annyit szeretnék mondani, egyrészt köszönjük a lakosoknak, akik elmondták véleményüket. Fontos a vélemény és ezeket meg fogjuk egyrészt hallgatni, másrészt pedig számba fogjuk venni. A főépítész úr és a tervező úr mind a beérkezett lakossági, vagy a szakhatósági észrevételeket, véleményeket feldolgozza, jelen pillanatban 98 százalékos a feldolgozottság, az év elején lesznek várhatóan ezzel készen és akkor kap a testület tájékoztatást ezzel kapcsolatban. Amint - és hangsúlyozom, hogy ez elsősorban egy elsődleges tájékoztatás lesz -, a veszélyhelyzet megszűnt és újra gyakorolja jogát az önkormányzat, akkor fogunk hivatalosan testületi ülésen erről beszélgetni és majd a későbbiekben dönteni. Természetesen minden olyan változásról, ami ezzel kapcsolatosan a lakosokat

azok már tele vannak.

Szintén tárgyalásokat folytatok, szinte kéthavonta biztosan lehetőségem adódott arra, hogy a Magyar Turisztikai Ügynökséggel egyeztessék a lehetőségeinkkel kapcsolatban. Ami itt számunkra az elmúlt időszakban tapasztalható volt, az a strand-fejlesztés, ami szintén a turisztikai ügynökség támogatásával zajlik és ezekből az egyeztetésekből kifolyólag szerettem volna egy határozatot kapni arról és egy támogató nyilatkozatot, hogy a 2017-ben megkapott 1 milliárdos Duna-part fejlesztési határozat mikor lesz aktiválható, azaz, hogy ezt a kivitelezést és fejlesztést Nagymaros városa mikor tudná megkezdeni. Ez a határozat él, ez a határozat a turisztikai ügynökségnek a tervei között ott van, ugyanúgy, mint a mellettünk lévő településeken, említhetném Vácot, Zebegényt is, szintén ezekből az összegekből fognak jövő évben fejleszteni, vagy már éppen elkezdtek. Ugyanígy ígéretet kaptunk arra, hogy az idei év I. negyedévében érdemben tudok majd leülni a turisztikai ügynökség vezetőjével ezzel kapcsolatban is tár-

érinti időben és kellő módon be fogunk számolni.

A Fő tér 16-18., a Bethlen-ház megvásárlásával kapcsolatban el szeretném mondani, a szerződést korábban aláírtuk és mint mondtuk akkor is, ezt egy hiteltől szeretnénk megvásárolni. Jelen pillanatban a kormány még nem hozta meg ezt a döntés, hogy Nagymaros városa megkaphatja-e az egösszegű hitelkeretet. Amint ez a döntés megszületik erről is mindenkit tájékoztatni fogok. (A Cédrus pályázatáról következő számunkban írunk részletesen.)

Köszönet

Végezetül szeretném megköszönni a polgármesteri hivatal vezetőjének Lindmayer Eszternek, a képviselő-testületnek és a hivatal dolgozóinak az egész évben végzett munkájukat. Szeretném megköszönni az óvodai intézményeink vezetőinek Gerstmayer Juditnak és Hetényi Andreának, az óvónőknek, dajkáknak, hogy az általuk végzett munkát szívvel-lélekkel végezték. Szeretném megköszönni a Gondozási Központunk vezetőjének, Szabóné Revák Máriának és az ottani dolgozóknak az erőn felüli, kitartó és maximális munkavégzést, hogy idős családtagjaink közül senki sem kapta el a mai napig a vírust. Szeretném megköszönni a Családsegítő Szolgálat vezetőjének, Horváth Anikónak és munkatársainak, akik a veszélyhelyzetben is végezték az olykor még amúgy is nehézségnek kitett munkájukat. Szeretném megköszönni a Művelődési Ház és a Könyvtár vezetőinek és Jele

Viktóriának és munkatársainak az egész éves munkáját. Szeretném megköszönni minden egészségügyi dolgozónak a tisztes helytállást. Szeretném megköszönni a Mátyás Étkezdének, Ilyés Leventének és Valentin Máriának, hogy az egészségügyi előírásoknak megfelelően üzemeltették étkezdénket és hasonló odafigyeléssel készítették el ételeinket. Szeretnék köszönetet mondani a Szent Lőrinc Szo-



ciális Szolgáltató segítségének is, melyek a veszélyhelyzetben a gyógyszerek beszerzésében és kiszállításában segédkeztek. Nem utolsó sorban a nagymarosi lakosoknak a hozzáállását, a segítőkészségét és egymásra figyelését szeretném megköszönni.

„A világon sok olyan dolog van, ami felett nincsen hatalmunk. Földrengések, árvizek, vagy akár a járvány. De a döntés sokszor a mi kezünkben van. Legyen szó megbocsátásról, önzetlenségről vagy újrakezdésről. Mert csak egyvalami tudja kiűzni a magányt az életünkéből, a szeretet, a szeretet minden for-

mája. Reményt ad, hogy bízzunk az új évben!” Ezzel az idézettel szeretnék mindenkinek áldott, békés és sikerekben gazdag új évet kívánni!”

Lindmayer Eszter jegyző a város pénzügyi helyzetét értékelte: „A mögöttünk álló év a polgármesteri hivatal számára sem volt egyszerű. Nemcsak alapfeladatainkat, de a járvánnyal kapcsolatos, napról napra változó intézkedéseket is végre

10 millió forintot. A segélyek, a segélyezettek számának növekedése megfigyelhető volt az év teljes egészében. Ahhoz, hogy a költségvetést egyensúlyban tartssuk, nem sok eszközünk maradt a spórolásra. A rendezvények 2020 évben nagyon visszafogottan, illetve szinte alig kerültek megrendezésre. Ezért a rendezvényekre tervezett 12 millió forint teljes egészében megmaradt. A városüzemeltetés volt az a terület, ahol a tulajdonképpeni spórolást kénytelenek voltunk végig vinni. Ez azt hiszem sokaknak nehézséget okozott, de ahhoz, hogy a város működését fenntartsuk, a munkahelyeket megtartsuk, az ellátásokat biztosítani tudjuk szükség volt ezekre az intézkedésekre.

A jövő év remélem, hogy előbb-utóbb a normál munkarendben fog majd folytatódni. 2021 évben a kintlévőségek behajtására sokkal nagyobb hangsúlyt fektetünk. 2020 évben a vállalkozások és a családok nehéz helyzete miatt erre nagy hangsúlyt nem fordítottunk, illetve túl drasztikus intézkedéseket nem vittünk végbe. Az adózást, az adózási morált is felül fogjuk vizsgálni. Az a tapasztalatunk, hogy nagyon sok adózatlan ingatlan van Nagymaroson. Ezekből kívánjuk megteremteni azokat a bevételeket, amivel például a városüzemeltetésnek a költségeit fedezni tudjuk.

Szeretném megköszönni kollégáimnak a 2020 évben nyújtott emberfeletti teljesítményüket és azt szeretném tőlük kérni, hogy a 2021-es évünk is ilyen békében, szeretetben és hatékonyan teljen.”

Értékeltek az elmúlt évet a város intézményeinek vezetői is

Hetényi Andrea óvodavezető az elmúlt esztendő munkáját értékelve egyebek közt elmondta, hogy a járványhelyzet következtében a tavalyi terveik csak részben valósultak meg az intézményben. A farsangi mulatság, a kiszabás égetés, a téltemetés, a március 15-ikei ünnepélyek, az alapítványi bál még megrendezésre került. Ezt követően márciustól az igényeknek megfelelően biztosították az ügyeleti ellátást. A

pandémia okozta új helyzethez igazodva a dolgozók párhuzamosan végeztek karitatív munkát, az idősek ellátását, vásárlást, ebéd szállítást, online-munkát és intézményi felújítási feladatokat. Ebben az időszakban minden ellátási igényt kielégítettek. A szükséges karbantartási munkák mellett sor került arra is, hogy az Elsővölgy utcai telephelyen a gázt bevezessék, ezzel kiegyensúlyozottabb és megbízhatóbb lett a fűtés. Az

ügyeleti ellátás után június 2-tól a veszélyhelyzet előtti szokásos módon tartottak nyitva az óvodai telephelyek.

A beíratás a járványhelyzet miatt online történt, így csak nyár végén tudták megrendezni a kiscsoportos szülői értekezletet. Jó hír, hogy szeptemberben minden üres álláshelyet betöltöttek, így zökkenőmentesen indult a nevelési év. Mind a három óvodai részlegben 45 gyerek beszoktatása sikeresen meg-

történt, szeptemberben a szülői értekezleteket is megtartották. Újdonság, hogy bevezették az ovifocit, a karate foglalkozásokat. Két telephely dolgozói is érintettek voltak a Covid-19 fertőzéssel, ezért egy-egy hétig az Oktatási Hivatal rendkívüli szünetet rendelt el az intézmény ezen részeiben. Az ügyeleti ellátást végig biztosították, a szülők teljes mértékben partnereik voltak, különösen akkor, amikor pedagógus hiánnyal

küzdöttek. Az óvodavezető köszönetét fejezte ki nekik ezért a pozitív hozzáállásért.

A Mosoly Családsegítő Szolgálat vezetője, *Horváth Anikó* a szolgálat elmúlt évi munkáját értékelve arról adott tájékoztatást, hogy a bölcsődében januárban a szokásos munkarenddel kezdtek, a beszoktatás megtörtént. Februárban farsangoltak és márciusban éppen kezdtek készülődni a húsvétra, amikor jött a vírus és leálltak. Kihasználva a kényszerszünetet, megpróbálták minden olyan munkát elvégezni, amit egyébként a nyári, három hetes leállásra terveztek. A májusi nyitáskor folytatva a munkát újra szoktatták azokat a gyerekeket, akik éppen beszoktak. Megtartották a születésnapokat, névnapokat, szülői értekezleteket, elbálgatták az óvodába készülő gyerekeket, jött a Mikulás és készültek a karácsonyra. A változás abban nyilvánult meg, hogy a vírushoz alkalmazkodva május óta nem mennek be a szülők a bölcsőde épületébe, az ajtóban veszik át a gyerekeket.

A családsegítő szolgálat szempontjából a tavalyi rendkívüli nehéz év volt, nagyon sok új ügyfél volt és nagyon sok plusz feladatot kellett ellátni, azonban az összes szolgáltatást a csoportfoglalkozások kivételével tudták nyújtani. Folyamatosan nyitva voltak, fogadták az ügyfeleket, folytak a segítő beszélgetések, pszichológiai tanácsadások. Tudtak adományokat közvetíteni, bár egy kicsit más formában, mint eddig. Lehetőség volt online ügyintézésre, átalakították az irodát, plexivel látták el az irodai szobákat, fejlesztették a gépparkot. Vesztesége volt a tavalyi évnek, a csoportfoglalkozásokat nem lehetett megtartani, nem működött a baba-mama klub, elmaradtak a tanulástechnikai csoportfoglalkozások, a tavaszi-őszi projekciós foglalkozások, nem jöhettek a közösségi szolgálatra a középiskolás diákok, s a karácsonyi megem-

lékezés is elmaradt. Horváth Anikó reményét fejezte ki, hogy az idei év a szolgáltatásaik szempontjából jól működő év lesz.

A Gondozási Központ vezetője *Szabóné Revák Mária* összegezve tavalyi munkájukat, elmondta, hogy a fenntartónak köszönhetően az intézmény teljes egészében megújult, mindenhol megtörtént a festés-mázolás, arra törekedtek, hogy az ellátottnak minél otthonosabb, barátságosabb legyen a környezete. A színek kiválasztásánál, a drapériáknál, illetve a különböző felületeken olyan falmatricákat tettek fel, amiknek az üzenete, a hangulata által is jobbá, kellemesebbé tették a lakók életét. Az alapítványnak köszönhetően 10, teljesen új, mosható, fertőtleníthető fotelt kaptak, s ezáltal teljesen kicserélhették az elhasznált bútorokat. Ellenőrzést is kaptak az ÁNTSZ-től, akik úgy mentek el, hogy kifogástalan állapotban találták az intézményt. Az intézményvezető örömmel nyugtázta, hogy nincsen és nem is volt náluk COVID-19 megbetegedés, sem az ellátottak, sem dolgozók között. Volt egy kis fennakadás a napi használati eszközök körül, elromlott, a mosogatógép, a kávéfőző, a kenyérpíró, ezeknek a teljes cseréje megtörtént, illetve a fűnyírót vettek, amihez beszerettek egy szegélyvágót is. Ez utóbbira azért volt szükség, mivel tavasszal és nyáron virágba borul az udvar, amit a járó tudó ellátottak örömmel gondoznak.

Az utóbbi időben a legfőbb problémát az jelenti, hogy nagyon szeparáltan, elzárva vannak az idős emberek a világtól és nagyon hiányzik nekik a hozzátartozójuk. Ennek áthidalására a technikát hívták segítségül, beszerezve egy táblagépet – amit szintén támogatott a fenntartó – és Messenger-híváson keresztül bonyolítanak különböző hívásokat. Nagyon szeretik a központ lakói, akik eleinte nem értették, hogy lehet benne a képben a hozzátartozó.

Szabóné Revák Mária véleménye szerint ezt az újfajta kapcsolattartás a rokonokkal a lakók nagyon szeretik, ami a tavalyi adventben, a várakozás időszakában egy igen fontos, felemelő élményt jelentett nekik.

A Művelődési Ház és Könyvtár nevében *Jele Viktória* számolt be az elmúlt esztendőről. Mint elmondta, a tavalyi év nagyon szerencsétlenül alakult az intézményekben, a járványhelyzet miatt csupán hat hónapig tudtak nyitva tartani, ezt is csak részletekben. Nagyon sok rendezvényt le kellett mondaniuk, de emellett a zárva tartás alatt alkalmuk volt olyan technikai munkákat elvégezni, amelyeket nyitva tartás alatt nem lehet, ilyen például a polcrende-

nagyobb selejtezések. Emellett teljesen átalakították a könyvtár berendezését, illetve megkezdtek az elektronikus katalógusnak a kialakítását. Körülbelül az állomány felét sikerült digitalizálni ebben az évben – tudtuk meg.

A művelődési ház programjai közül nagyon sok rendezvényt le kellett mondaniuk, az esküvőket viszont szerencsére meg tudták tartani, de valamit el kellett halasztani az őszi időszakra. Egy nagy kiállítást viszont meg tudtak rendezni, ez a nyári éves képzőművészeti tárlat, amelyen Nagymaroshoz kötődő művészek vesznek részt. Ezenkívül nem tudtak más rendezvényt tartani, mivel a járványhelyzet miatt ezekre nem kaptak a rendezet szerint engedélyt.

Nagymaros Város Önkormányzat Polgármesterének 155/2020. (12. 03.) számú polgármesteri határozatával döntött a Bursa Hungarica Felsőoktatási Ösztöndíjpályázatokról.

A benyújtott 12 db „A” típusú pályázatból 12 db pályázat volt érvényes. A 12 db érvényes pályázatot benyújtó hallgató összesen 600.000,- Ft támogatásban részesül.

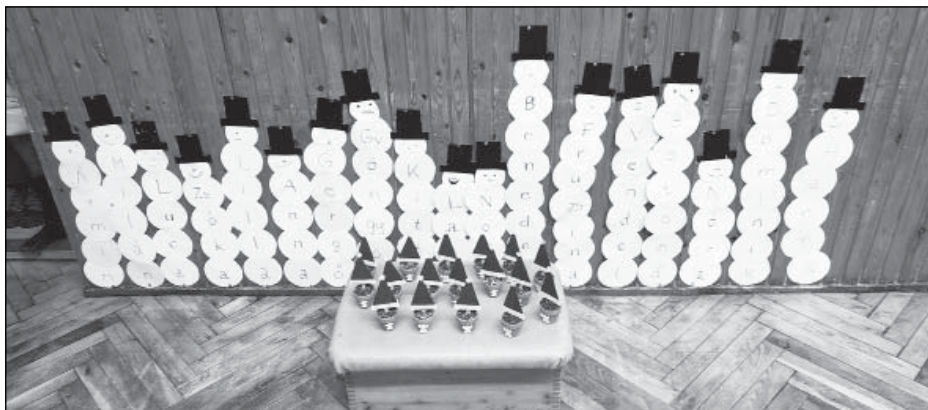
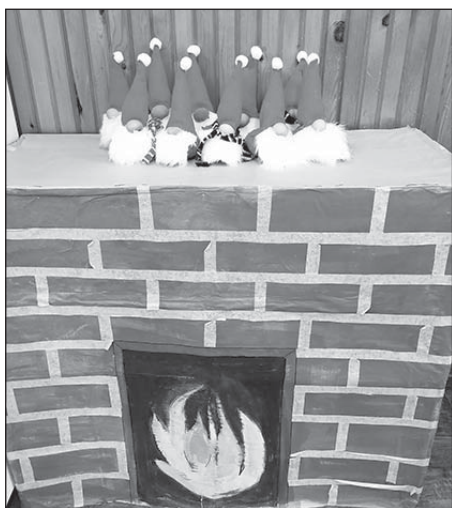
LINDMAYER ESZTER
JEGYZŐ

HOZZ EGYET, VAGY VIGYÉL EGYET!

A Művelődési Ház elé kihelyezésre került egy fogas, amelyen kabátokat találnak a rászorulóknak a nap bármely szakában. Ha fázol, és szükséged van egy kabátra, vigyél el egyet! Ha van felesleges kabátod, kiteheted ide. A megmaradt kabátokat a Karitászbba fogjuk eljuttatni. Kérjük a vállfákat hagyják a fogason!



Az utolsó tanítási héten az iskolában a karácsonyi készülődés fontos szerepet kapott. Sokféle karácsonyi dísz és ajándékot készítettek a gyerekek



Osztálykarácsony a 3.b-ben

A digitális oktatásból visszatérve nagyon örültünk egymásnak, és reggelente sokat beszélgettünk

Valami más lett idén, türelme-
sebbek és érzékenyebbek lettünk,
jobban figyeltünk egymásra. Iz-
gatottan készülődünk a kará-
csonyi zárt ünnepségünkre, bár
idén nem adtunk műsort a szü-
lőknek, családtagoknak, így csak
mi voltunk együtt, az osztály.
Megterveztük az ajándékainkat,
és már csütörtökön el is kezdtünk
dolgozni. Buborékfestési techni-
kával színes borítékot készítet-
tünk, melyre egy szép karácsonyi
idézetet írtunk, majd díszítettük
ízlésesen kedvünk szerint. Ked-
vencünk az óriási papírcsillag
volt, itt hajtogattunk, vágunk,
ragasztottunk, mindenki hat da-
rabort. Bálint bácsi sokat segített
nekünk ebben, majd jött a vár-
va várt kicsi fenyő hajtogatása.
Ez a munka egyáltalán nem volt
nehéz, de mi azá bonyolítottuk.
Még jó, hogy Ági néni és a lányok
türelmesen segítettek nekünk iz-
gága fiúknak, így mindenkinek
sikerült az ajándékcsomag elké-
szítése.

Másnap – pénteken - Zsófi és
Zorka karácsonyi dalt énekelt,
majd Boldizsár elszavalta József
Attila: Betlehemi királyok című
versét, melyet gyorsan megta-
nult erre a napra. Zsuzsa néni
mesélt nekünk, majd a kis ün-
nepségünk végén még meglepi is
volt, mézeskalács csomagocska
és egy színező rajz. Nagyot só-
hajtottunk, mert eljött az ebéde-
lés ideje, gyorsan és szépen telt
el a napunk, és úgy köszöntünk
el egymástól, hogy vigyázatok
nagyon magatokra, vírusmentes
ünnepi napokat kívántunk egy-
másnak!

Boldog karácsonyt és bizakodó
új évet kívántunk mindenkinek,
mert jövőre már könnyebb lesz
az életünk!

BÚÉK – A 3.B OSZTÁLY

nagymarosiiskola.hu

Karácsonyi készülődés az iskolában

Minden évben novemberben terveket készítek a gyerekekkel, terveket, amik arról szólnak, miket is fogunk készíteni karácsonyig. Pontos beosztásunk van, mikor, milyen ajándékot készítünk és mikor, milyen süteményt fogunk megsütni. Fontos mindent eltervezni, még arra is szoktunk gondolni, hátha valaki beteg lesz, lemarad, hagyunk időt mindenkinek mindent befejezni, ne maradjon ki senki semmiből...

Az idei év sok tekintetben más. Más az otthonokban, más az utcákon, más az iskolában is. Hiszen hogyan is tervezhető a bizonytalanság, ha nem tudjuk, holnap hol leszünk, ki lesz beteg, ki kerül karanténba, hogyan tervezhetünk annyi szabály és megszorítás között? Megsúgom halkán "SEHOGYAN". Ez nem a tervek, hanem az alkalmazkodás időszaka.

November közepén sok diák, szülő és kolléga lett a vírus által érintett. Olyan sok, hogy két hétre az iskolát is be kellett zárni. Hogyan legyen az ajándék húzás, amikor nem találkozunk, elmarad a szokásos "Jézuska műhelye" karácsonyi kézműves délelőtt? Már a Mikulás is kimaradt idén az iskolás gyerekek életéből, több varázslat nem tűnhet el, mert a gyerek csak egyszer gyerek. Felőnként már másként éljük meg az idő múlását, de egy általános iskolás gyerek számára minden pillanat egyszeri és megismételhetetlen. Csak egyszer 7, 10, 14 éves, varázslatra pedig mindenkinek szüksége van. A karácsonyban éppen az azt megelőző időszak a leg-



jobb. Az advent, amikor várunk és remélünk, és minden olyan izgalmas, fényes és illatos. Kollégáimmal eldöntöttük, nem adjuk a karácsony varázsát, kitaláltuk hát, készítünk a gyerekeknek valami meglepetést, egy adventi kalendáriumot. Ugyan sürgetett minket az idő, hiszen az online-oktatással fontos napokat veszítettünk, de összefogással még így is sikerült. Volt, aki cipős dobozt hozott, volt, aki csomagolt, teljes harci díszben (maszkban, gumikesztyűben), égett a kezünk alatt a munka a technika teremben. Dobozoltuk. Újra süti illat töltötte be az iskola folyosóit, és a karácsony szelleme beköltözött a 100 éves falak közé. Minden nap más-osztály került sorra, másik osztály bonthatott "ablakot". Az dobozok finomságokat és karácsonyi történeteket rejtettek. Boldogság volt látni a csillogó gyerek szemeket, az izgatott gyerekzsivajt, ahogy azt találgatták, vajon mit rejtenek a dobozok, ők mikor kerülnek sorra. Bár másként teltek az elmúlt napok, mint ahogyan megszoktuk, de nem panaszkodhatunk, mert másként ugyan, de boldogan teltek. Voltak és vannak hagyományaink, vannak szokásaink, amiknek idén nem tudunk úgy hódolni, ahogyan annak előtte, de emiatt nem szabad szomorkodni. Nem lesz az élet mindig ilyen, amilyen most. Nem lesz mindig a negatív a pozitív, és nem kapjuk fel örökké a fejünket arra, ha valaki azt mondja "mi már lázasan készülődünk a karácsonyra". Amikor az életünk visszatér majd a régi, jól megszokott kerékvágásba, ezekkel a régi-új szokásokkal gazdagabbá lesz az ünnep. Az iskola életében biztosan így lesz, így jövőre egy újabb hagyomány kerül a Csillagváró, az osztálykarácsony és a "Jézuska műhelye" mellé. Köszönöm kollégáim támogatását, a rengeteg segítséget, és a gyerekeknek a rugalmasságot, amivel minden helyzetre reagálnak. Ezennel ezt az évet a magam részéről lezártak tekintem. Viszlát 2020, búcsúzunk minden furcsaságtól, és üdvözlünk 2021, reménykedve várjuk, mennyi jó dolgot tartogatsz számunkra.

HOFFER-SZABÓ PETRA

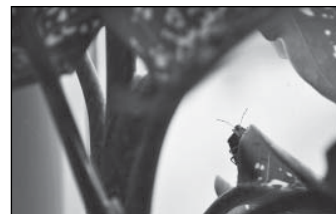
Fotópályázat

December elején fotópályázatot hirdetett földrajz tanárnőnk a felső tagozatosok számára, *Állatok és Növények* címmel. A pályázatra rengeteg kép érkezett.

A zsűrinek ezúttal is nehéz dolga volt. A növényekből három kategóriát kellett kialakítani, mert annyi sok szép, értékes képet küldtek el a gyerekek. Szomráky Cili két képe is olyan jól sikerült, hogy a zsűri egyhangúlag mindkettőt az első helyre jelölte. Örömről szolgál, hogy minden évfolyam képviseltette magát a dobogón.

Gratulálunk a nyerteseknek és a résztvevőknek!

Állatok kategória: I. Horváth Adél: Kukucs

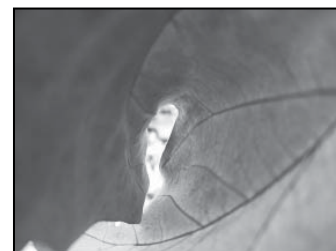


Növények kategória:

Virágok: I. Horváth Vera: Mozdul a mozdulatlan



Más szemszögből: I. Szomráky Cili: Levél tekercs



Találó címek: I. Pálmai Anna: Toboz akupunktúra



Látogatás a Tájházban

A 4.a, német nemzetiségi nyelvet tanuló osztály az utolsó tanítási napon ellátogatott a csodálatosan feldíszített Német Nemzetiségi Tájházba.

Köszönjük Hetényi Andreának a sok érdekességet, amit a svábok életéről, történetéről mesélt!



Évadzáró Német Önkormányzatunknál

Bár minden hónapban beszámoltunk nemzetiségi önkormányzatunk tevékenységeiről, eredményeiről, úgy vélem, most egy csokorba fogva áttekinthető egész évi igyekezetünk és nemzetiségi identitásunk folyamatos ében tartása.

A vírus által "elrendelt és elvárt" visszafogottság minden területen jelen volt, de sikerült minden hónapban a programokkal a közösségi életet fenntartani, a Tájház fejlesztését, karbantartását tovább folytatni.

Kora tavasszal elkészült a fészer, majd annak térkövezése, falazatának meszelése. Rendbe raktuk és több mint száz palántával virágosítottuk az Ulmi skatulya parkját, továbbá a Tájház udvarát, és a Váci úti ládákat is kiegészítettük a hiányzó növe-



nyekkel. További fejlesztésünk a Tájház állagának megóvása céljából az udvaron feltöredezett betonrész térkövezése, melynek összegét a Kormányhivatal által kiírt „Nemzetiségi beruházások” címen elnyert pályázatból fedeztük és megvalósulása december elején meg is történt. További két pályázatunk került benyújtásra 2021. évi teljesítésre. Könyvkiadás (Heinczinger János: „Ifjúságom elveszett évei” című kiadvány kiegészített változatának megjelentetése, továbbá a Malenkij robot emléknap támogatása. December 2. határidővel volt lehetőség beadni a kiírt feltetelek melletti pályázatot gyermektáboroztatás támogatására. Mindkét pályázat – könyvkiadás és gyermektáboroztatás támogatása címen befogadásra került, az elbírálás kora tavasszal történik meg.

Programjaink, vagy más programokon történő részvétel, együttműködés szinte folyamatosak voltak az év folyamán. Januárban Malenkij robot

emléknapon vettünk részt és ugyanebben a hónapban közös akaráttal megtörtént a Tájház áldása, Isten kegyelmével dr. Beer Miklós nyugalmazott püspök közreműködésével és sok-sok örömteli résztvevővel.

Szintén januárban a városi önkormányzat által szervezett forraltbor főző versenyen vett rész német önkormányzatunk, ahol I. helyezést értünk el. Februárban „Téltemetés” városi rendezvény, amin német dalokkal közöntenek el az óvodások, iskolások a hagyományos program keretében. Ugyanebben a hónapban nemzetiségi alsó tagozatos osztályok német nyelvű szavalóversenyén vettünk részt, és díjaztuk a résztvevőket. A március-április Tájház beruházással, karbantartással és a látogatók kis

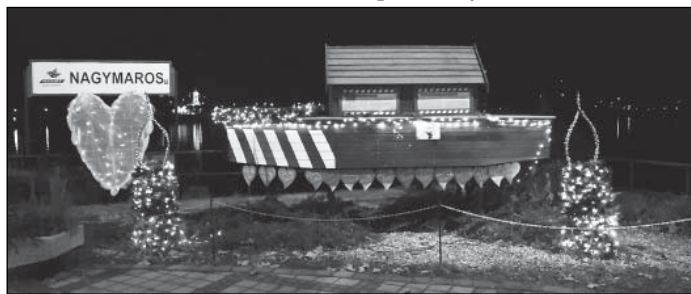
létszámú fogadásával folytatódott. Húsvéti ünnepi programjainkat nem tarthattuk meg, de az ünnepekre igyekeztünk felvirágoztatni környezetünket. Ebben az időszakban testületünk mindhárom tagja részt vállalt a „HÁLÓZAT” segítő programban is. Áprilisban együttműködve az iskolával online sikerült kapcsolatot teremteni a szülőkkel a 2020/2021. tanévkezdés kapcsán. Együttműködésünk eredményeként az alsó tagozatban ismét indul német nyelvet tanuló osztály, melyeket igény szerint támogatunk. 40 ezer forint támogatás sváb tánc betanítására megtörtént. Legutóbbi 411 ezer forint támogatásunk projektorok beszerzése a nyelvi osztályok részére szintén megtörtént december hónapban.

Május hónap sem telt el esemény nélkül: tévéfelvétel készült a Tájházban régmúlt idők, használati eszközök és őseink életvitelének bemutatásával. Tájházunk folyamatosan üzemelt. A nyitva tartást önkéntesek biztosították.

A lakosság által gyűjteményünk is folyamatosan gyarapodott tárgyi és írásos gyűjteménnyel is. „Emlékezés Krónikája, az utódok főhajítása” valamint helytörténeti gyűjtemény írásos anyaga „A kezdetektől mai napig”. Mindkettő kiadványt Fischer Erzsébet munkájának köszönhetjük.

Tovább haladva programjainkkal augusztus hónapban közös rendezvényünk volt „Dunakanyar fesztivál” címen. Az egész napos program autentikus játszótér, helyi sajátosságok, nevezetességek megismertetése, kézműves foglalkozás. Vendégváró, vendégmarasztaló kínálással telt el és nagyszámú résztvevővel az egész napos közösségi program. A hónap végén a kitelepítettek megemlékezése kapcsán emléknapot tartottunk a Tájházban, majd a Mainzi utcai emléktáblánál koszorúzással zártuk a programot. Szeptember eleje az iskolások évnitője, amin közöntöttük a nemzetiségi első osztályosokat a hagyományos munkakötény (suszterkötény) és egyéb meglepetés átadásával.

Október hónapban négy közösségi programunk is volt a Tájházban. Az épület adottsága a nyitott folyosó gyanánt közösségi programot biztosított a nagycsaládoknak. Megszerveztük új plébánosunk Csáki Tibor atya bemutatkozását az idők hete keretében. Könyvbemutatót szerveztünk Beer Miklós nyugalmazott püspök atya könyvének dedikálásával, továbbá



rendhagyó óra volt az alsó tagozatosoknak „Lakóhelyem múltja” címmel a Tájházunkban.

December a karácsonyi készülődés hava: meggyújtottuk az első adventi gyertyát a Tájházban. Rendeztünk és karácsonyi világítást, hangulatot, varázsolunk az Ulmi skatulyához és a köszöntő táblákhoz is. Ebben a hónapban jelent meg a Nemzeti Értékek könyvkiadó országos szintű kiadványa a „Mi svábok”



címmel, melyben Német Önkormányzatunk is két oldalban helyet kapott a bemutatkozásra. Decemberben felmértük az igényt és biztosítottuk a könyv megvásárlását a Tájházban. További két könyv is szerkesztés alatt van, melyben szintén olvasható lesz német önkormányzatunk bemutatkozása, eredményei a nemzetiségi identitás jegyében.

Összefoglalva A 2020-as évünket: az elvárhatóság szerint nem tarthattuk meg nagyobb közösségi rendezvényeinket, de a közösség összetartása, a programokon való részvétel igazolja életképességünket, a szükségsszerűséget, hagyományaink, örökségünk fenntartását, bővítését. Mint tudjuk: örökségünk és gyökerek nélkül nem alapozható, építhető a jövő sem.

Számítunk a jövő nemzedékére, hogy átörökítve hagyományainkat, követni és megtartani fogják azt.

Köszönjük minden nagymarosi lakosnak az együttműködést, az odafigyelést, támogatást. Kívánunk derűt, vidám, vírusmentes Új esztendőt egészségben, kitartásban és sok-sok örömmel, siker megvalósulásában.

NNNŐ KÉPVISELETÉBEN
IVOR ANDRÁSNÉ



Farsang

Mint köztudott: a farsang – a mi kultúrkörünkben – vízkereszttől egészen a húshagyó keddig tart. Ha a nyugdíjak kézbesítése valamilyen okból esetleg elhúzódik, sokan egyből a húshagyó napokkal kezdik az új esztendőt.

Magyarországon, és szűkebb környezetünkben – itt a Dunakanyarban –, a farsangi népszokások a középkorban honosodtak meg, és elsősorban a német/sváb hagyományokat vették át.

Ellentétben a latin-francia vonallal, ahol az ünnepkört következtesen „carneval”-nak nevezik, és irigyeljük is azokat a brazilokat, akik bikinis táncoslányokkal ünnepelek.

A mi kontinensünkön a farsangi szokások közül például igen népszerű a „mumusolás”, vagyis a frászt-ráhozás. Ezt az ijesztgetős játékot egyes vidékeken villás-farkú krampuszokkal dramatizálják, vagy négernek maszkírozott bábuval, de később kiderült, hogy a félelmetes szerecsen figura más népcsoportokhoz tartozóval is pótolható.

Mára már szinte feledésbe merült egy bájos éveleji népszokás, a „dőre-járás”. Ilyenkor a jelmezes adománygyűjtők postai úton házról házra járnak, és pénzt kunyerálnak, miközben tréfás, ijesztgetős rigmusokat mondanak az általános cserearány-romlásról.

A farsangi népszokások elengedhetetlen kelleke a maszkos alakoskodás. Az álorcákat régebben fából faragják, hogy fapofával lehessen részt venni a farsangi játékok forgatagában.

Az európai folklór híven őrzi hagyományokat, amit az is jelez, hogy ma már a farsang ideje jelentősen meghosszabbodott.

Dunakanyar
Fotó Stúdió
Németh Zoltán Pál Fotográfiai Műhely

Esküvő
és minden ami FOTÓ

REFERENCIA: Facebook: Dunakanyar Fotó Stúdió

További információ: Németh Zoltán Pál fotóművész

Telefon: 06-20-9-713-152

E-mail: nemethzoltanpal@invitel.hu



ÁLLÁSHIRDETÉS

A PIRAMIS ÉPÍTŐHÁZ KFT. NAGYMAROSI
TELEPHELYÉRE azonnali kezdéssel
RAKTÁROS munkakörbe új kollégát keresünk.
C kategóriás jogosítvány előnyt jelent.

Jelentkezni Ábrahám Józsefné telephelyvezetőnél,
e-mailen, vagy weblapunkon lehet.

E-mail címünk: nagymaros@piramisépítőház.hu

Részletek: [www.piramisépítőház.hu/karrier/
raktaros-arukiado-nagymaros](http://www.piramisépítőház.hu/karrier/raktaros-arukiado-nagymaros)

Víz-, gáz- fűtés- és készülékszerelést vállalkoz:



Féja Tamás

Tel.: 06-20/220-9442

HÓD KFT.

Építőipari cég keres irányításra képes személyt építési
munkaterület vezető munkakörbe, Nagymaros 3
0 km-es vonzáskörzetéből.

Előnyt jelent, ha a jelentkező az építőiparban jártas, vagy
kivitelezésben korábban gyakorlatot szerzett. A térség
lehetőségeihez képest jó jövedelmet és hosszú távú biztos
állást ajánlunk.

Jelentkezés lehetőleg e-mailben: hod@hodcsoport.hu
Érdeklődni lehet hétköznap 8:00–16:00-ig
a 27/354-195 telefonszámon.

HÓD KFT.

Építőipari cég Nagymaros 30 km-es
vonzáskörzetében keres;

- kőműves végzettségű és gyakorlatlall rendelkező szakembert,
- betanított vagy szakmunkást 45 éves korig.

A térség lehetőségeihez képest jó jövedelmet és hosszú távú
biztos állást ajánlunk.

Jelentkezés lehetőleg e-mailben: hod@hodcsoport.hu
Érdeklődni lehet hétköznap 8:00–16:00-ig
a 06 27/354-195 telefonszámon.

Adventi Misztrál koncert - egy kicsit másképp

A hagyományos Adventi Misztrál koncertet december 23-án este a római katolikus templomban rendezték. Most rendhagyó módon az érdeklődők a műsort nem a templomban, hanem élő közvetítéssel az online térben, otthonról láthatták és most is bármikor megtekinthetik, visszanezethetik a Misztrál YouTube csatornáján.

A koncert előtt Heinczinger Balázs polgármester mondott köszöntőt.

„Egy pillanatnyi igazság megszerítheti és meg is fogja szépíteni a világot. Egy pillanatnyi béke megmentheti és meg is fogja menteni a világot. Egy pillanatnyi szeretet tökéletessé teheti és tökéletessé is fogja tenni a világot.”

A polgármester szavait a fenti Sri Chinmoy idézettel kezdte, majd így folytatta:

„Ez az év egy rendkívüli év volt. Minden nap, a mai nap is, keressük az igazságot. Vajon az a váratlan vendég,

aki érkezett, aki itt van, hogy meddig marad? A vírus, ami az egész évet átölelte, nem várt esemény volt. Folyamatosan vártuk a békét, és kerestük a békét, hogy vajon



mikor lesz vége, mikor állhat minden vissza a régi menetbe. A szívünk mélyén azt gondolom, hogy közeledve a karácsonyhoz egyre jobban tudjuk azt a békét átadni, vagy megérezni, amit a karácsonynak az üzenete leginkább el szeretne nekünk mondani.

Ebben az évben a legnagyobb feladatunk és igényünk

egymással szemben mindaz az odafigyelés, az alázat, a megértés és az a szeretet volt a legfontosabb, amit bízunk benne, hogy meg tudunk élni. Azt gondolom, a vírus

egy nem várt érkezés volt, de ezzel szemben igenis egy tudatos, várt születésre várunk és Jézus Krisztus, a Megváltó születését ünnepeljük napokon belül. Jézus Krisztus maga az igazság, a béke és a szeretet.

Kívánom azt mindenkinek, hogy ez a béke és ez a szeretet megszülessen a szívükben és a

lelkükben. December 23-ika, este van, rendhagyó módon Misztrál Adventi Koncert itt Nagymaroson. Egy picit másképpen. Olyanképpen, ahogy az egész évünket átölelte és irányította az online-lét. Most otthon hátra dőlve, az otthoni meleg meghitt hangulatban hallgathatjuk a Misztrálnak mindazokat az imádságait, énekeit, ami segít ráhangolódni a karácsonyra.

A Nagymarosi Egyházközség és Nagymaros város nevében szeretnék mindenkinek áldott, békés, szeretettel teljes ünnepeket és boldog új évet kívánni.”

Ha valaki támogatni szeretné az együttest, megteheti a következő címen: Misztrál Fesztivál Alapítvány 2626 Nagymaros, Arany János u. 3. Adószám: 18701139-1-13, számlaszám: 11742094-20171601. (Adóigazolást adóazonosító megadása után tudnak adni.)

FELHÍVÁS

Nagymaros Védelméért Egyesület (NVE)

Tisztelt Nagymarosi Lakosok!

2018-ban ötven nagymarosi lakos megalakította az NVE-t, melynek kiemelt célja, hogy árvízi helyzet esetén a védelmi munkákat elvégezze, a Nagymaros Város Önkormányzat megbízása alapján.

A védekezés felelőse a mindenkori polgármester, a lebonyolításért az egyesület vezetősége felel.

A sikeres védekezéshez széleskörű szervezett társadalmi összefogásra van szükség (kb. 400 fő). A védekezési feladatok legnagyobb része a mobil elemek felépítése.

A lakosság nélkül nincs árvízi védekezés.

Várunk mindenkit, aki egy esetleges árvíz esetén szívesen segítené munkájával a védekezést. Fontos már most nyilvántartásba venni a jelentkezők elérhetőségét.

Az NVE elérhetőségei

E-mail: iroda@nmve.hu
Telefon: +36 27/354-195
(munkanap 8:00 – 16:00)
Cím: 2626 Nagymaros, Téglá u. 6.

Az egyesület vezetősége

elnök: Mihály Gábor
elnökségi tagok: Edöcsény András
Heininger Ferenc
Dr. Morvai Ágnes
Murányi Zoltán



ÁLLATVÉDŐ SOROK



SZIGORÍTÁS az állatvédelmi törvényben! „2021. január 1-től a hatóság a következő szankciókat alkalmazhatja: a) figyelmeztetés, b) közigazgatási óvadék, c) közigazgatási bírság, d) tevékenység végzésétől történő eltiltás, e) elkobzás.”
(Bővebben a Facebook oldalunkon!)

Állatvédelem = embervédelem?

Nagyon fontos jelentés látott napvilágot „Ezt üzeni a COVID-19-válság az emberiségnek” címmel, David O. Wiebers, a világhírű Mayo Clinic neurológus professzor (négy orvosi tankönyv szerzője) és kutatótársainak tollából. (Az eredeti cikk: www.karger.com/Article/FullText/508654)

Az újonnan felbukkanó fertőző betegségek háromnegyede állatoktól származik, írja a kutató. A vadállathús (majmok, kígyók stb.) fogyasztása mellett a másik fő fertőzési gócpont a nagyüzemi, vagy más néven intenzív állattartás. Az elmúlt negyven évben a nagyüzemi állattartás globális jelenséggé vált, több madárinfluenza- és sertésinfluenza járványt okozva. Az az elképesztő mértékű zsúfoltság, amibe a csirkéket és a sertéseket kényszerítik, azért, hogy a tartásuk minél olcsóbb legyen, tökéletes táptalaja az újabb és újabb kórokozók elterjedésének.

A stressz, a tejelő tehenek túlhasználása, a rendkívül intenzív életciklus miatt a nagyüzemi állatok folyamatos gyógyszerelésre szorulnak. Amerikában az összes antibiotikum 80, Európában 65 százalékát használják fel a veszélyeztetett haszonállatok kezelésére. Ezek a számok több tízezer tonna gyógyszert jelentenek évente, jelenlétük kimutatható a tejtermékekben és a húskészítményekben is, amelyekkel tömjük magunkat. A túlzott felhasználással, egyes becslések szerint 2050-re évi tízmillió ember halálát okozhatják majd az antibiotikum-rezisztens betegségek, ez több halálesetet jelent, mint a rák.

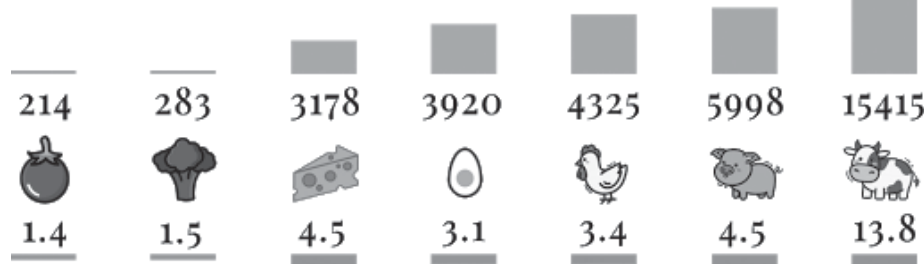
Az előbbiekhöz kapcsolódik egy másik, hasonlóan tragikus fejlemény: az élőhelyek mértéktelen pusztítása miatt egyre több vadon élő állat merészkedik be emberek lakta területekre élelemért, menedéért, eddig ismeretlen, veszélyes kórokozókkal fertőzve az otthonokat. A vadon irtása többnyire azért történik, hogy még több helyet lehessen felszabadítani az állattartásra, hiszen évről évre egyre több húst fogyasztunk. A Föld szárazföldi felületének 71 százaléka lakható

terület, ennek 50 százalékát használjuk mezőgazdaságra, amelyben 77 százalékot vesz el az állattartás és a takarmánytermesztés, és mindössze 23 százalékán termelnek közvetlen emberi fogyasztásra szánt terményeket.

Hogyan lehetne közel nyolc milliárd embert továbbra is hússal etetni? A szerző válasza: sehoggy! A biztonságos jövőnk érdekében a növényi alapú mezőgazdálkodásra

zött az étkezési szokásain is. Fontos mindent végig gondolnunk itt Magyarországon, Nagymaroson is, nem csupán az állatok védelmében, de a saját egészségünk és a gyermekeink jövője érdekében is. Emlékezzünk dédanyáink receptjeire, akkoriban csak egy-egy nap került húsétel az asztalra, mégis egészségesen, teljes életet tudtunk élni, nem volt ennyi allergia, érzékenység, mert keve-

1 kg élelmiszer előállításához szükséges víz literben (Víz lábnyom)



kg CO₂ / 1000 Kalória (Karbon lábnyom)

Az ökológia lábnyom egy olyan érték, olyan közgazdasági mutató számítási rendszer, mely az adott országnak, térségnek, vagy élőlénynek a környezetre ható igényeit teszi egységesen mérhetővé. Azt fejezi ki, hogy mennyire használjuk fel, illetve használjuk túl Földünk javait, számszerűsíti, hogy mennyi erőforrásra, termőföldre, vízre, levegőre van szüksége egy növénynek, állatnak a fenntartásához. A cikkhez kapcsolódó fontos, megdöbbentő adat például: a világ szarvasmarha állományának metán kibocsátása jobban pusztítja a légköriünket, mint a teljes gépkocsi- és repülőgép forgalom!

kell áttérni, a közvetlen emberi fogyasztásra szánt növények termelésére ahelyett, hogy az elfogyasztásra szánt állatok számára termesszünk takarmányt. Jóval több ember ellátását lehetne biztosítani sokkal kevesebb föld-levegő szennyezéssel, víz, energia használatával.

A saját túlélésünk függ attól, felismeri-e az emberiség, változtatnia kell, többek kö-

sebbet ugyan, de kiváló minőségű hús- és tejterméket fogyasztottunk.

A ma népszerű, sok húst és zsiradékot tartalmazó „magyar konyha” a gulyással és a hortobágyi húsos palacsintával, valójában mindössze a jobb életszínvonalunk kártékony velejárója. Merjünk változtatni azon, ami nem egészséges, és ami rendkívül ártalmas a környezetünkre is.

OLVASSANAK BENNÜNKET A FACEBOOK OLDALUNKON!

Anyakönyvi hírek

Születtek: Mundi Péter és Bergmann Nikolett lánya *Enikő Erzsébet*, Néma István és Radics Martina Mónika fia *István Denisz*, Horváth Dezső és Lakatos Julianna fia *Kevin*, Proksa Gábor és Várnagy Viktória Rózsa fia *Benedek*.

Házasságot kötöttek: Neményi Gábor és Somo gyi Emőke Mária, de Leeuw Erik Jasper és Katona Viola.

Elhunytak: Benedek Lajos (1946), Gubacsi Sándor (1961), Matus László Károly (1940), Szepesi Erzsébet (1938), Urbán József Zoltán (1968).

Köszönet

Szeretnénk köszönetet mondani **dr. Hoffmann Csabának**, a váci Jávorszky Ödön Kórház aneszteziológia és intenzív terápiás osztály vezető főorvosának, hogy vég-sőkig küzdött édesapánkért.

Empátiájával és segítő hozzáállásával - hogy minden nap kétszer is tájékoztatott állapotáról -, pedig ember-ségről tett tanúbizonyságot.

FURUCZ ANGELIKA ÉS ANITA

Oltalom
Temetkezés



- teljes körű ügyintézés
- temetés felvétel
- sírköves munkák

Ügyelet: 06-70/353-2981
Ügyintéző: 06-30/879-7872

E-mail: info@oltalomtemetkezes.hu



Kutyakanyar Állatorvosi Rendelő

Nagymaros, Radnóti M. u. 1.

06-20/468-2846

RENDELÉSI IDŐ:

HÉTFŐ: 8-10 ÓRÁIG, 16-18 ÓRÁIG

KEDD: 8-10 ÓRÁIG, 16-18 ÓRÁIG

SZERDA: 8-10 ÓRÁIG

CSÜTÖRTÖK: 8-10 ÓRÁIG, 16-18 ÓRÁIG

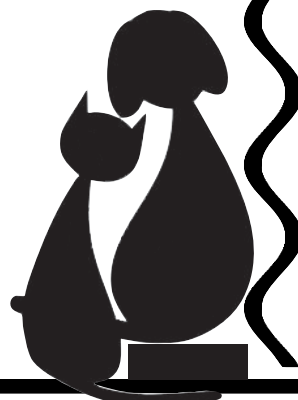
PÉNTEK: 8-10 ÓRÁIG, 16-18 ÓRÁIG

SZOMBAT: 9-10 KÖZÖTT GYÓGYSZEREK ÉS

TÁPOK ÁTADÁSA, RENDELÉS 10-12 ÓRÁIG

RENDELÉSI IDŐN KÍVÜL TELEFONOS EGYEZTETÉssel FOGADOM
BETEGEIMET, VÉGZEM A MŰTÉTEKET, KISZÁLLÁST VÁLLALOK.

WWW.KUTYAKANYAR.HU • MAROSVET75@GMAIL.COM



Nagymaros

Nagymaros Város
Önkormányzatának lapja

Felelős kiadó:

Nagymaros Város
Képviselő-testülete
2626 Nagymaros,
Fő tér 5.
Telefon: 27/595-100,
fax: 27/354-245

Nyomdai és szerkesztői munkák:

Dunapress Multimédia Bt
2626 Nagymaros,
Mihály u. 6.

Felelős szerkesztő:

Furucz Anita
(ujcsag@invitel.hu)
2601 Vác, Pf. 64.
Telefon: 06-20/911-9077

A CIKKEK LEADÁSI
HATÁRIDEJE: MIN-
DEN HÓNAP VÉGE



Nagymarosi Kajakpóló Sport Egyesület Hagyományörző, kulturális és civil élet támogatása

A Nagymarosi Kajakpóló SE a Vidékfejlesztési Program keretén belül a Börzsöny-Duna-Ipoly Vidékfejlesztési Egyesület működési területére meghirdetett VP6-19.2.1.-14-8.1.3-17 kódszámú – Börzsöny-Duna-Ipoly Vidékfejlesztési Egyesület - Hagyományörző, kulturális és civil élet támogatása című felhívás keretében 1.9 millió forint támogatásban részesült.

Projekt azonosítója: 1934690075
A támogatás összege: 1 900 000 Ft
A projekt teljes összköltsége: 2 000 000 Ft
Támogatás intenzitása: 95%
A projekt megvalósításának kezdete: 2018.09.30

A projekt keretében a Nagymarosi Kajakpóló SE telephelyén - 2626 Nagymaros Váci út 49. szám alatt – eszköz beszerzést valósított meg. A projekthez kapcsolódóan 9 db póló kajak, és 20 db védő mellény került megvásárlásra. A fejlesztés célja alapvetően a sportolás minőségének optimalizálása, a taglétszám, és a versenyképesség növelése, az egészséges életmód lehetőségének szélesítése. Az új, jó minőségű sporteszközök beszerzésével a hátrányos helyzetű tagokat is támogatja, új csoport indítását teszi lehetővé.



MAROS ÉPÍTŐIPARI ÉS KOMMUNÁLIS KFT

Nagymaros, Rákóczi út 37.

Tel.: 27/354-313, 06-30/636-6848

A Maros Kft. vállal sitt- és lomszállítást:
 3, 4, 6, 8 m³-es konténerben. Ennél kisebb mennyiségért házhoz megyünk, de behozhatja telepünkre is, térítés ellenében.

Temetkezési szolgáltatást is nyújtunk.

Vállalunk továbbá sírgondozást (egyszeri alkalom, vagy folyamatos karbantartás). Ár megegyezés szerint.



KARSÁN - EXKLUZÍV LAKBERENDEZÉSI ÜZLET

Nagymaros, Váci u. 18.

Szőnyegtisztítás és INGYENES házhozszállítás

Matracok, ágyak, ágykeretek, paplanok, párnák

GYERMEK ÁGYNEMŰ GARNITÚRÁK ÉS HUZZATOK KAPHATÓK!

Ruha-, bőr-, szőrmegtisztítás és festés, ékszerjavítás és készítés!

aturtex® új termékei kaphatók!

**Tel.: 06-20/482-0705, 06-30/854-0006,
 06-27/303-381. E-mail: karsanjanos@gmail.com,
 nagymarosiszolgtato@gmail.com
 Web: www.karsan.hu**

MŰSZAKI VIZSGA CENTRUM

Nagymarosi Autójavító és Hajózási Kft.

Térségünkben Legközelebb Önhöz!

- SZEMÉLYGÉPKOCSI
- SZEMÉLYGÉPKOCSI ÖSSZKERÉK
- TEHERGÉPKOCSI
- TEHERGÉPKOCSI ÖSSZKERÉK
- FEKES UTÁNFUTÓ
- FEK NÉLKÜLI UTÁNFUTÓ

VÁC
2-es Főút 50. km
/a volt TOYOTA szalon/

NAGYMAROS
Váci út 149.
/a volt OPEL szalon/

Azonnali vizsgáztatás!

Bejelentkezés: 70/621-1244

Járművéért akár házhöz megyünk!
muszakivizsgacentrum@gmail.com

www.muszakivizsgacentrum.hu



Bőrsönyoptika - Király u. 6.

Tel.: 06-30/916-0889

Mindenkinek egészségesben gazdag új évet kívánok!

TISZTELT VÁSÁRLÓK!

Az optikában a nyitva tartás egyelőre a következő:
keddtől péntekig 10-12-ig és 14-16 óráig.

**LÁTÁSVIZSGÁLAT JANUÁR 16-ÁN,
SZOMBATON 10-12 ÓRÁIG.**

A vizsgálat továbbra is ORVOSI és INGYENES!
A vírus miatt az üzletben mindig csak egy személy
tartózkodhat, kesztyű és maszk használata kötelező.
Az üzletben folyamatos a fertőtlenítés.

Rövidáru kínálatunk kibővült az új hímző
arany-, ezüst horgolófonalakkal. A Piroska fonal újra
kapható fehér és ekrü színben. Kézimunka kapható!

KÖTŐFONALAK KATALÓGUSBÓL RENDELHETŐK!
SZÉP, ELŐNYOMOTT KÉZIMUNKÁK ÉS ÚJ KÖTŐFONALAK

Szeretettel vár: Lendvainé Pesti Emese aranykoszorús
optikus mester és dr. Kispéter Éva szemész főorvos

KRANIOSZAKRÁLIS TERÁPIA, TRAUMAFELDOLGOZÁS

Beindítja a test öngyógyító
folyamatait a testben kialakult
blokádok feloldása által. Feloldja a
gerinc mentén kialakult állandó vagy
visszatérő izomgörcsöket, rossz
tartást. Biztosítja a test
méregtelenítésének szabad folyását.
Jó közérzetet, rugalmas mozgást
biztosít. Különösen javallott az
érzelmi terhek által kialakult stressz
és egyéb betegségekkel küzdőknek.

SZUBERT KINGA
30/ 797 - 61-20

Javasolt:
Traumák, érzelmi problémák, stressz betegségek, alvászavarok, kiégés szindróma (Burn out), csípő és állkapocs
ízületi problémák, boka és térd fájdalmak, nyaki- és válltájéki fájdalmak, gerincrendellenességek,
magatartásproblémák, ...stb