

Boldog Új Eszkendőt MOZSGÓ!

Ne várd a csodát!

A világ népességének egynegyede számára az év legnagyobb ünnepe a szilveszter és az újév, átmenet a régitől az újba. Csak egy villanásnyi időről beszélünk, mégis azt reméljük, hogy elhagyhatjuk gondjainkat, új lappal indulhatunk. „Semmi sem állandó, csak a változás maga.” – mondta Hérakleitosz Krisztus előtt 500 évvel. Mindig egy kicsivel jobb életre vágyunk, figyelmesebbé, aktívakká, határozottakká és szerethetővé szeretnénk válni. Hogyan tehetjük ezt meg?

Az újévi fogadalmainknak se szeri, se száma, mégis legtöbbször minden marad a régiben. Éppen azért, mert egyik-napról a másikra képzeljük el a változást. Haladjunk kis lépésekben, megfontoltan, de a vágyott célt mindig szem előtt tartva. Ne ugorjunk át lépcsőfokokat a változás létráján, ne keseredjünk el, ha elbotlunk, hibáinkból tanulva haladjunk tovább. Örüljünk a részsikereknek is, ne gondoljuk, hogy csettintésre minden megoldódik. Higgyünk magunkban!

Kis lépésekben, kitartóan haladva, talán együtt elérhetjük a kitűzött célokat, közösen hatással lehetünk környezetünkre!

Kívánunk erőt, hitet, kitartást az elkövetkezőkhöz!

Puskásné Horváth Éva
felelős szerkesztő

Vörösmarty Mihály:

Újesztendei szép kívánság

Kormosan, de tiszta szívvel,
A füst barna fiai
Beköszönünk ma hozzátok,
Házak boldog urai.
És kívánunk, és ohajtunk
Ujnál újabb esztendőt,
Szerencsével rakodottat,
Nem is egyet, sem kettőt,
Hanem igen, igen sokat,
Annyit, mint a kis világ,
Mennyi csillag van az égen,
Régi fákon mennyi ág.
De talán az sok is volna;
Semmiből sem jó a sok;
Éljetek míg kedvetek tart,
Éljen úri házatok,
Míg a szép leány kapós lesz,
S kedves a bor, és kenyér,
Míg szomszédba a magyarnak
Nem kell futni ezekért,
Míg szívetek, mint a gyertya
Oly vídámon égdegel,
Szemetekben az örömtűz,
És az erő nem hal el; -
Majd ha egykor kürtötökben
A pók szövő hálóját,
S vendég hagyta házatokból
Füst nem ontja fel magát,
Majd ha nem lesz mit vakarni
Sem odafenn, sem alúl,
S a korommal a vígság is
Mindörökre elvonúl,
Akkor még ki kérdi többé,
Hány meg hány hét a világ?
Jobb fekügyék a gödörbe,
És takarja el magát.
De az Isten ójon attól! -
Éljen a szent vígaság,...

1830. január 1.



TÁMOGATÁS

A Belügyminisztérium 2016. december 16. napján kelt minisztériumi döntése alapján Mozsgó Község Önkormányzata

4 612 142.- Ft

vissza nem térítendő rendkívüli támogatásban részesült. Az önkormányzat minden évben él ezzel a pályázati lehetőséggel, és a jövőben is ezt kívánja tenni.

Autótulajdonosok figyelem!

Amennyiben a tél folyamán nagyobb mennyiségű hó esik, sor kerül a közutak és utcák hótolóval történő takarítására. Kérjük az autótulajdonosokat, hogy a gépjárműveket ne hagyják az utcán! Amennyiben a járművek akadályozzák a munkálatokat, abban az esetben nem kerül sor az utak tisztítására.

Megértésüket köszönjük!

Újabb fejlesztés a faluban

Telenor torony épült a vágópont melletti bérbe adott területen. Az újabb egység javítani fogja a szolgáltatást a faluban és a környéken.

Fotók: Ken Owen



SZOCIÁLIS TŰZIFA

270 m³ tűzifát hozzávetőlegesen 130 család között osztottunk ki, melyet három traktor hordott ki a házakhoz. A dolgozók profi munkájának köszönhetően 3-4 nap leforgása alatt végeztek a kiszállítással. Szeretnénk megköszönni mindenkinek a munkáját, aki részt vett benne.

Többen jelezték – **utólag** – igényüket a szociális tűzifa támogatásra, de sajnálatos módon csak azoknak a kérelmét tudtuk elbírálni, akik, az újságban közzétett határidőig, azaz november 30-ig jelezték igényüket. A készleteink végesek, így nem tudjuk minden lakos számára biztosítani ezt a lehetőséget. Kérünk mindenkit, hogy aki a jövő évben igényt tart erre a támogatásra, az a határidőn belül jelentkezzen. Minden kérelmet elbírálnunk, és lehetőségeink szerint igyekszünk a legtöbb háztartáshoz eljuttatni a tűzifát.

Kovács Zsolt Vilmos
polgármester





SZEMÉLYI JÖVEDELEMADÓZÁSRÓL

A NAV a bérből és fizetésből élők 2016. évre szóló személyijövedelemadó-bevallás tervezetét elkészíti a saját adatbázisában nyilvántartott adatokból. Amennyiben az egyén több helyen dolgozott, vagy gyermekkedvezményt vett igénybe, ezekről sem kell külön nyilatkozni, hiszen az adóhatóság az adatokat nyilvántartja.

Az egyéni vállalkozóknak, az őstermelőknek és az áfafizetésre kötelezett magánszemélyeknek továbbra is maguknak kell elkészíteniük bevallásukat, hiszen az ő jövedelmi adataik teljes körűen nem állnak rendelkezésre.

A NAV azoknak a magánszemélyeknek készíti el az adóbevallási tervezetét, akik január 31. napjáig írásban nyilatkoznak munkáltatójuknál, hogy nem kérik munkáltatói adómegállapítást.

- Akiknek a NAV készíti el a bevallás tervezetét, azoknak is jóvá kell hagyniuk azt,
- akiknek van ügyfélkapujuk, ők március 15-től egy gombnyomással elérhetik a bevallási tervezetét,
- az ügyfélkapuval nem rendelkező adózó március 15-éig kérheti az adóbevallási tervezet papír alapon, postai úton történő megküldését. A kérelemnek tartalmaznia kell az adózó születési időpontját és adóazonosító jelét.

Formái:

- sms-ben a 06-70/717-7878 telefonszámon
- személyesen a NAV ügyfélszolgálatán.

Amennyiben az adózó egyetért az adóbevallási tervezetben foglaltakkal, akkor további teendője nincs. Ebben az esetben az adóévet követő év május 20. napjával a NAV által elkészített adóbevallási tervezet lesz a magánszemély érvényes bevallása.

Ha nem ért egyet a feltüntetett adatokkal, akkor május 20-ig az adóhatóság közreműködése nélkül elkészített bevallást nyújthat be.

Az ügyfélkapuval nem rendelkező **adózó**, aki nem kérte a papíralapú bevallási tervezetét, de **visszatérítendő vagy befizetendő adója keletkezett, az április 30-áig postai úton értesítést kap az adókülönbözet összegéről.**

Fontos, hogy mindenki nézze meg a tervezetet ügyfélkapun vagy a postán kapott formában, mert az állampolgár felelőssége, hogy jövedelméről precíz bevallás készüljön, abból ne hiányozzék semmi.

Az adózók ezt követően is rendelkezhetnek az **adó 1+1 százalékáról** a bevallástól függetlenül. Erre május 22-ig van lehetőség.

A diákmunkában résztvevő fiataloknak is van adóbevallása!

Forrás: NAV

KÖZFoglalkoztatásról

A közfoglalkoztatásból történő kizárási okokkal kapcsolatosan 2017. január 1-jétől több változás is hatályba lép.

- Az álláskeresőt három hónap időtartamra ki kell zárni a közfoglalkoztatásból, ha „a közfoglalkoztatási jogviszonya a közfoglalkoztató azonnali hatályú felmondásával szűnik meg.”
- Szintén a közfoglalkoztatásból történő kizárás alapja lesz 2017. január 1. napjától, ha az álláskereső felajánlott képzési lehetőséget nem fogadja el.

(Karácsonyi ünnepi ebéd)

Közfoglalkoztatási bérek változása

	bruttó	nettó
szakmunkás bér	106 555	70 859
segédmunkás bér	81 530	54 217
segédmunkás munkavezető bér	89 705	59 654
szakképzett munkavezető	117 245	77 968



ANYAKÖNYVI HÍREK

HALÁLOZÁS

Mikó János (Hobol, 1947.10.06. an.: Molnár Erzsébet) volt Mozsgó, Batthyány u. 27. sz. alatti lakos, meghalt 2016. december 16-án.

Halas Gyula Józsefné született: Ságodi Erzsébet (Mozsgó, 1933.08.01. an.: Hetesi Mária) volt Mozsgó, Mátyás kir. u. 48. sz. alatti lakos, meghalt: 2016. december 13-án.

Nagypál László (Pécs III., 1963.03.27. an.: Molnár Erzsébet) volt Mozsgó, Mátyás kir. u. 1. sz. alatti lakos, meghalt: 2016. december 17-én.

Papp István (Borsa /Románia/, 1943.08.27. an.: Nagy Ilona) volt Mozsgó, Batthyány u. 2. sz. alatti lakos, meghalt: 2016. december 23-án.

Nyugodjanak békében!

KÖSZÖNTÉSEK

TISZTELETTEL ÉS SZERETETTEL KÖSZÖNTJÜK AZON 70 ÉV FELETTI MOZSGÓI LAKOSOKAT, AKIK JANUÁR HÓNAPBAN ÜNNEPLIK SZÜLETÉSNAPOJUKAT!

Bálint Árpádné Árpád u.
Bartha Józsefné Batthyány u.
Gulyás Józsefné Kolozsvári u.
Horváth Ferencné Alsóhegy
Ihász Józsefné Mátyás király u.
Marosi Lajosné Batthyány u.
Módenszieder János Mátyás király u.
Pápai József Árpád u.
Povolni Józsefné Árpád u.
Szijártó László Batthyány u.
Szubotics György Pozsonyi u.

CSALÁDI NAPKÖZI



A karácsony érzelmeteli megünneplése, a szeretet átélése volt a célja a családi napközi dolgozóinak. Mesével, feldiszipített karácsonyfával teremtették meg az ünnepi hangulatot.



A fenntartó képviselőjében, Kovács Zsolt Vilmos polgármester játékokkal kedveskedett a kisgyermeknek.
K. É.



KÖZÖS ADVENTI KÉZMŰVESKEDÉSEK

A könyvtár munkatársai – a falu intézményeivel együttműködve – kézműves foglalkozásokat tartottak az óvodában, a szociális otthonban és az iskolában, együtt hangolódva a karácsonyra.



Fotók: Kántor Éva

SZÍNHÁZ

KEDVES BÉRLETESEK!

Az időjárási viszonyok miatt a 2017. január 13-ra tervezett Csongor és Tünde előadás megtekintését elhalasztottuk.

Az elmaradt előadás február 4.-én szombaton este 19 órakor lesz. Indulás fél hatkor a szokott módon.

A színház ezt az időpontot tudta felajánlani, cserélni, visszamondani nincs lehetőségünk!

KEDVES SZÍNHÁZ IRÁNT ÉRDEKLŐDŐK!

Többen jelezték – a bérleteseken kívül – hogy szeretnék megtekinteni a Meseautó c. előadást.

A jegy ára 3000.- Ft. Ha a falubusz megtelik, sajnos egyénileg kell az utazást megoldani.

Kérjük, hogy január 31-ig jelezzék igényüket.

MESEAUTÓ

ZENÉS VÍGJÁTÉK KÉT RÉSZBEN
MÁRCIUSBAN

“Csupa boldogság vár ezután rád és rám
a mesék mesés szép kocsiján.”

Írta	Vitéz Miklós
Írta	Vadnai László
Zeneszerző	Márkus Alfréd
Színpadra írta	Böhm György
Színpadra írta	Nemlaha György
Rendező	Böhm György

Szeretnénk megköszönni Kovács Zsolt Vilmos polgármester úrnak, hogy a buszt biztosította számunkra, és Halász Ferenc autóbuszvezető segítségét.

P. É.

30 ÉVE AZ ÓVÓNŐI PÁLYÁN

Gulyás Csabáné Jakabfi Ilonával, vagy ahogy a szülők nevezik, Icával a mozsgói óvoda vezetőjével beszélgetek.

Szeretném, ha egy pár mondatban bemutatkoznál.



Nem vagyok tősgyökeres mozsgói lakos, Somogyhatvanból származom. Ott jártam általános iskola alsó tagozatába, a felső tagozatot Somogyapátiban végeztem. A szigetvári gimnáziumban tanultam

tovább, majd elkezdtem dolgozni képesítés nélkül Nagypeterden és Kétújfaluban. Nagyon tetszett a kicsikkel való foglalkozás, ezért jelentkeztem az óvónő-képző főiskolára. A 3 éves képzést levelezőn a kaposvári főiskolán végeztem el. A főiskola befejezése után kinevezett állásom lett a nagypeterdi óvodában.

1992-ben férjhez mentem, és akkor kerültem Mozsóra. A férjem mozsgói, itt építkeztünk és még egy ideig innen jártam Nagypeterdre dolgozni. megszülettek a gyerkőceim, van egy 23 éves fiam és egy 21 éves lányom. A gyes lejárta után ugyanoda mentem vissza dolgozni, még két évig. Gajákné Peszmeg Mária nyugdíjba vonulása után Sajgóné Decsi Gyöngyi óvodavezető megkeresett, hogy jöjjek ide, mert mégis csak egyszerűbb lenne, ha helyben dolgoznék. Nagyon szerettem Nagypeterden dolgozni, de volt két gyermekem, egy első osztályos és egy óvodás, végig kellett gondolni milyen előnyei és hátrányai vannak ennek a dolognak. Egy kicsit fáj a szívem, de úgy gondoltam mindenképpen előnyére válik a családomnak, ha én helyben dolgozom, így 2000. szeptember 1-től áthelyezéssel átjöttem a mozsgói óvodába és nem bántam meg.

Minek készültél gyerekkorodban? Már akkor is vonzott ez a pálya?

Kicsit igen, de gimnazista koromban még százszázalékosan nem tudtam eldönteni. Anyukám dajkaként dolgozott Somogyapátiban, nagyon szerette a gyerekeket, tudott a gyerekek nyelvén beszélni, sokat mesélt az óvodai dolgokról. Én sajnos nem jártam még óvodába, akkor még nem volt óvoda, a helyi általános iskola előkészítőjébe jártam, mert akkor még az volt a szokás, hogy ahol nem volt óvoda, ott erre volt lehetőség az iskola előtti évben, – akkor az iskolák szerveztek előkészítőket. Délutánonként jártunk le az iskolába, az

ottani tanító néni vagy tanító bácsi – nekem tanító bácsi –tartott előkészítőt. Csak férfi osztályfőnökeim voltak egész életem során, nagyon kellemes tapasztalataim vannak ezzel kapcsolatban.

Rögtön nem jelentkeztem főiskolára. Családunk állatokkal foglalkozott, ami változó havi jövedelmet jelentett. Anyagi okok miatt, az érettségi után elkezdtem munkahelyet keresgélni, szerettem volna a családi kasszához hozzájárulni, Ez fontos volt számomra – régen még érettségivel könnyen el lehetett helyezkedni. Egy óvodai hely kínálkozott, odakerültem, és onnan már nem is akartam eljönni. Akkor már egyértelműen tudtam, hogy ott akarok maradni. Nagyon jó főnökeim voltak a nagypeterdi és a kétújfalui óvodában is. Sokat tanultam tőlük.

Milyen út vezetett a pályád kezdetétől a vezető óvónői tisztségedig?

A vezető pozíció, akkor került szóba, amikor Sajgó Gyöngyi nyugdíjba készült. Úgy gondolta alkalmas lennék erre a posztra, bátorított, támogatott, hogy vágjak bele. Persze a szakvizsga megszerzése is hozzátartozott. Javaslatot tett a fenntartó felé, amit ők elfogadtak. Pár évvel ezelőtt még lehetett úgy is valaki vezető óvónő, hogy nem volt szakképesítése, de most már kötelező. Régebben a falvakban szervezetileg az óvodák az általános iskolákhoz tartoztak, volt óvodavezető, de igazából a főnök az iskolaigazgató volt, oda tartoztunk. A KLIK megalakulása után az önkormányzatokhoz kerültek az óvodák, ők a fenntartók. Most csak az lehet óvodavezető, akinek megvan az óvodavezetői szakképesítése, ez a törvényi előírás.

2015. szeptember 1-től vagyok megbízott óvodavezető. Két évre kaptam bizalmat a képviselőtestülettől és az intézményfenntartó társulástól, ezt követően megpályáztatják az állást. A kinevezett vezetői munkakör előfeltétele a vezetői szakirányú végzettség. A fenntartó támogatásával 2015 januárban jelentkeztem a közoktatás vezetői szakirányú továbbképzésre, ami a Budapesti Műszaki Egyetem kötelékében szerveződött, keresztfél éves képzésben Pécsi székhellyel. 2016. december 8-án sikeres vizsgát tettem, megvan az oklevelem.

Milyen feladatokkal jár az óvodavezetői munka?

Kicsi óvodában nem pont úgy működik egy óvodavezetőnek a munkája, mint ahogyan az a nagykönyvben meg van írva. Ugyan a vezetőnek elég jelentős órakedvezménye van, azért, hogy a munkaidőn belül a vezetői feladatokat, az adminisztrációt, és egyéb dolgokat el tudja látni. (2015-ben még egy változás bekövetkezett, a két csoportból egy csoport lett, mert lecsökkent a gyereklétszám.)

Egy ilyen kis óvodában nem lehet megvalósítani, hogy csak kevés óraszámban legyek a gyerekekkel, nekem ugyanúgy csoportban is dolgoznom kell, mint a kolléganőmnek. (Megjegyzem, ezt ugyanígy tette az elődöm is.) Mindenképpen plusz feladatokkal jár.

Szeretsz a gyerekekkel foglalkozni?

Igen, valóban jobban szeretek a gyerekekkel foglalkozni, mint a papírmunkát, meg az adminisztrációt végezni. Viccet félretéve, természetesen, különben nem lennék itt. Az új oktatási rendszerben szerintem kevesebb energia és idő jut a gyerekekre azáltal, hogy ennyi plusz feladat hárul az óvónőkre. Nagyon sok helyen hallottam azt, hogy elmennek a pályáról. Ugyan megemelkedett a fizetésünk, de ehhez viszont minősítési eljárásról kell kötelezően részt venni. Marika kolléganőm már minősítve van, ő már sikeresen megszerezte, neki volt már egy szakvizsgája és a pályán eltöltött évei száma is elegendő volt. Meg van határozva ki mikor mehet minősítésre. Nekem ez majd jövőre lesz esedékes.



Rákészülsz egy-egy napra?

Nekünk is kell heti és féléves tervet készíteni. Van csoportnaplónk, értékelnünk is kell. Fel kell készülnünk a foglalkozásokra, ami szintén sok időt vesz igénybe. Interneten való böngészés, szakkönyvek, szakirodalom olvasása stb. Jó adag kreativitás kell az óvónői pályához, és sok ötlet. (Anyagilag sosem voltak az óvodák elkényeztetve, mindig is takarékoskodni kellett.) Én úgy gondolom, hogy az óvónők nagy elhivatottsággal dolgoznak, otthonról is hordjuk a dolgokat. Mindent összeszedünk, amiről úgy gondoljuk, hogy valamire fel lehet használni és vigyázunk arra, amink van.

**Mit tanácsolsz annak, aki hasonló pályára készül?
Merjen-e belevágni?**

Persze bele lehet vágni, csak mindenképpen érdeklődjön, vagy menjen el egy óvodába, szakemberekkel, óvónővel lépjen kapcsolatba. Nézzen utána, hogy ez mivel jár, mert többen is csalódnak. Ez a munka nem abból áll, hogy csak gyerekekkel foglalkozunk, közöttük kell élni az életünket. Egy óvónőnek is rengeteg feladata van, amit el kell végezni. Felméréseket kell készíteni, mindent dokumentálni kell, fejlesztési terveket kell írni. Sokan azt hitték, hogy az óvoda csak egy gyermekmegőrző. Régen legalábbis nagyon ilyen vonzata volt, azt gondolták az emberek, hogy az óvodában nem folyik szakmai munka, ott csak eljátszogatnak az óvónénik a gyerekekkel. Aki erre a pályára megy, az készüljön fel arra, hogy állandóan tanulni kell, és fejlesztenie kell saját magát. Amióta én a pályán vagyok – 30 éve – azóta rengeteg változást megértünk; fenntartó változást, vezetőváltást, új feladatoknak kellett megfelelni. Kötelező továbbképzések vannak, amiket 7 évenként el kell végezni, elvárás, hogy mindenkinek legyen valamilyen szakvizsgája.

Milyen nyitvatartási idővel dolgoztok?

Hivatalosan fél héttől fél ötig, amíg gyerekek vannak az óvodában. Reggel 6-kor nyit az óvoda, a dajka már itt van. Ha a szülők jelzik, akkor már hatra is lehet hozni a gyerekeket. Próbálunk segíteni a szülőknek, amiben lehet.

Nyáron egy hónapra leálltok karbantartásra?

Igen, mindig adódik valami. Szerencsére apránként mindig egy kicsit szépülünk. Most nem nagyon vannak óvodás pályázatok, az önkormányzat is próbál segíteni, amiben tud. Van kötelező festés: a konyhában, a mosdó helyiségben és az öltözőkben minden évben kötelező tisztasági meszelést végezni. Nem mindig egyszerű a szülőknek a leállítás, de mi igazából akkor mehetünk el szabadságra. Ez most hátrány, hogy csak ketten maradtunk, mert amikor 4 óvónő volt, akkor a négy óvónőt könnyebb volt beosztani, könnyebb volt a szabadságot kiadni a nyári időszakban.

Őszi szünet, tavaszi szünet, téli szünet - ilyenkor ti az iskolával szinkronban vagytok?

A téli szünetben zárva vagyunk, mert ez a kialakult gyakorlat. Próbálkoztunk nyitva lenni - ha volt is jelentkező, a végére mindenki lemorzsolódott. A legtöbb munkahelyen – kivéve a kórház, szociális otthon – a két ünnep között leállítás van. A szülők úgy ütemezték, hogy el tudjanak menni szabadságra, erre nem volt igény. A tavaszi és az őszi szünetekben felmérjük, hogy van-e igény a nyitva tartásra.

Ki a fenntartó?

Nálunk nem egy településről járnak a gyerekek az óvodába, ezért az önkormányzatok egy társulást alkotnak, ún. intézményfenntartó társulást, ez tartja fenn az óvodánkat, kiegészítve az állami normatívát.

Van szülői munkaközösség?

Igen, de nem olyan összetett a dolguk, mint például egy iskolában. A szülői munkaközösség vezetője segít a télapó ünnepség szervezésében, az ajándék beszerzésében, de legfőképpen a farsang megszervezésében. Szeretnénk még jobban bevonni a szülőket a közös munkába.

Farsangi bálon kívül milyen programotok van még?

A Márton nap, Mikulás, karácsonyvárás – ezek mind egy hetes projektmunka, amikor csak arra koncentrálnunk. A születésnapokat is megünnepeljük. A tavalyi gyereknap nagyon jó volt, nagyon jó kezdeményezésnek tartom, hogy a civil szervezetek megpróbálnak összekapcsolódni az óvodákkal. Nincs sok pénze az intézményeknek, de látszott, hogy kevés pénzből is jó dolgokat lehet csinálni. Ehhez kellenek olyan jó szándékú emberek, akik önként bevállalják, hogy feláldoznak egy délelőttjüket vagy pár órájukat és besegítenek. Ha lehet, ebből szeretnénk hagyományt teremteni. Nagyon jónak tartom a könyvtár kezdeményezését is, a könyvtári programokkal való összekapcsolódást. A picik ezek által kizökkennek a mindennapokból, új lehetőségekkel, élményekkel gazdagodnak.

Milyen egy nap az oviban?

Van egy konkrét napirendünk, ami a házirendünkben benne van. Ha lehet, kérünk mindenkit, hogy nyolcra érjen ide. Nyolctól kilencig szervezett tevékenység folyik, ekkor még nem fáradtak a gyerekek. Kilenc óra után megtízóráznak. Szabad játék, ha az időjárás olyan, akkor egy kis séta, de azt a gyerekek annyira nem szeretik, mert az kötött forma, az igazi az, ha az udvarra ki tudunk menni játszani. Fél tizenkettő után készülünk az ebédre, majd megebedelünk. Fél egy körül lefekvés. Az óvodában másfél óra a pihenési időszak, ami mesével indul. Fölkelés után uzsonna, utána játék, amíg a gyerekek haza nem mennek.

Az összes kisgyereket a falubuszok utaztatják, ami a szülőknek ingyenes. Korábban ez vegyesen volt volánbusszal és falubusszal.

Az iskola átvált az egészségesebb táplálkozásra, látsz változást a gyerekek evési szokásaiban?

Én úgy látom nálunk ez nem okozott akkora változást, mint az iskolában. Úgy veszem észre, aki eddig válogatós volt az ezután is az, aki eddig mindent megevett, az most is mindent megeszik. A krémleveseket imádják, aki eddig kiválogatta a levesből a zöldséget és nem

ette meg, az most krémlevesként megeszi. Mindenképpen pozitívum, hogy sokkal több gyümölcs és zöldség kerül az étlapra, mint korábban. Van óvodatejünk ezt a Földművelődési Minisztérium támogatja, minden évben lehet kérelmet benyújtani. Ez azt jelenti, hogy heti négy alkalommal kapnak egy poharas tejet még pluszba a gyerekek.

Mivel kapcsolódsz ki? Mi az, ami számodra a pihenést jelenti?

Nagyon szeretek olvasni, szeretnék kézimunkázni, kötni, hímezni, de arra abszolút nem jut időm, legfeljebb nyáron. Szeretek kertészkedni, – a lakásban is nagyon sok növényem van –, van veteményes kertem, de azt sem tudom olyan intenzitással csinálni, mint szükséges lenne. Az elmúlt két évben szinte semmire sem maradt időm a tanulás és a munka mellett. Remélem ez mostantól nem így lesz. Ebben az időszakban a férjem rengeteget segített, nélküle ezt nem tudtam volna megvalósítani. Fontosnak tartom, hogy minél több saját termelésű gyümölcsöt és zöldséget egyen a családom. A gyermekeim már „kirepültek”, de őket mi látjuk el zöldséggel, gyümölccsel a nyári időszakban főleg. Csak saját készítésű savanyúságot, lekvárt és befőttet eszünk.

Tagja vagyok a Mozgóért Egyesületnek is, szívesen tevékenykedem a falu életében, amennyit csak időm engedi. Próbálok jól beosztani, hogy amit fontosnak tartok, az beleférjen minden tekintetben.

Kántor Éva



Karácsonykor a gyerekek legjobban az ajándékoknak örülnek. Kovács Zsolt Vilmos polgármester adta át az önkormányzat által vásárolt játékokat, hátizsákokat.





Sikeres évet tudhatunk magunk mögött. Sokan ellátogattak hozzánk Mozsgó-Alsóhegyre. Közel 40 gyermeket regisztráltunk már, hetente rendszeresen tíztíz-öt 0-3 éves korú gyermek látogat el hozzánk édesanyjával. Szolgáltatásaink népszerűségét jelzi, hogy nemcsak Mozsgóról és Alsóhegyről fogadunk családokat, hanem a környező településekről is. A havonta megtartott közösségi rendezvényeink az ünnepekhez és a település programjaihoz is kapcsolódnak, heti rendszeres programjaink is népszerűek. Együttműködünk a falu intézményeivel, a Család- és Gyermekjóléti Szolgálattal és a Védőnői Hálózattal.

NÁLUNK MINDEN SZOLGÁLTATÁS INGYENES!



Minden nap tízórait készítünk, amely a gyerekek életkorának megfelelő. Fejlesztő foglalkozásokat tartunk. A legmodernebb fejlesztő játékokkal rendelkezünk, amelyeket folyamatosan bővítünk. Minderre azért van lehetőségünk, mert pályázati pénzből és állami támogatásból működtünk ill. működünk. Fenntartónk Mozsgó Község Önkormányzata, melytől minden segítséget megkapunk.

Finanszírozási szerződésünket a Nemzeti Rehabilitációs és Szociális Hivatal 2017. évre is meghosszabbította.

2017-ben is várjuk szeretettel a hozzánk érkező kisgyermekes családokat és Alsóhegyen élő időseket, fiatalokat egyaránt!

INTERNET ELÉRHETŐSÉGGEL, SZÁMÍTÓGÉPEKKEL RENDELKEZÜNK



Programjaink folyamatosan követhetők facebook oldalunkon.

Biztos Kezdet Gyerekház, Mozsgó

Baka Dorisz vezető



BOZSIK PROGRAM

Iskolánk a Mozsgói „Csizik Mihály” Sportegyesülettel kötött együttműködési megállapodás értelmében 2016. szeptemberétől csatlakozott az ún. Egyesületi Bozsik Programhoz, melynek célja az utánpótlás nevelés fejlesztése ill. magasabb szintre emelése.

Ennek keretében három korosztályban alakítottunk ki csapatokat, úgymint U7, U9 és U11, azaz főként az alsó tagozatos gyerekek fejlesztésére összpontosítottunk. Mindhárom korosztály heti két edzésen és kéthetente egy versenyen vesz részt őszi-tavaszi lebonyolítási rendszerben; ez öt őszi és öt tavaszi versenyt jelent.

Az U7-es csapat tagjai: Tormási Mátyás, Várdai Melissza, Kovács Evelin. Ebben a korosztályban különböző ügyességi feladatok végrehajtásában versengenek a gyerekek egymással, valamint kis méretű pályán kis kapukra mérkőzéseket is játszanak egymás ellen.

Az U9-es csapat tagjai: Bóner Barnabás, Grósz Hanna, Garai Kadocsa, Hollósi Balázs, Huszár Adrián, Schludt Abigél, Szeghy Zsanna, Tóth Béla.

Ez a csapat már kézilabda pálya méretű pályán kézilabda kapura játszik körmerkőzéses rendszerben más egyesületek csapatai ellen.

Az U11-es csapat tagjai: Kelemen Milán, Doszpod Bálint, Orgyán Olivér, Orsós Gábor, Tormási Ferenc, Garai Nimród, Hegedüs Petra, Huszár Melinda. Ezek a gyerekek még nagyobb, 35x55m-es méretű pályán, 5x2 m-es kapura játszanak szintén körmérkőzéses rendszerben.

Mivel ezek a gyerekek szeptembertől kezdtek megismerkedni a sportág alapjaival illetve a versenyzés hangulatával, eleve jelentős hátrányból indultunk neki a versenyzésnek a már több éve együtt játszó egyesületek csapatai ellen. Tehát szükség van még némi időre és rengeteg gyakorlásra a felzárkózáshoz. A jövőt illetően bizakodással tölt el, hogy ezek a gyerekek egyre nagyobb kedvvel járnak az edzésekre s várják a versenyeket. Így a fejlődés nem maradhat el!

Az Egyesületi Bozsik Program mellett részt veszünk az Intézményi Bozsik Programban is, melynek keretében azon tanulóinknak biztosítunk edzési és versenyzési lehetőséget, akik nem versenyeznek egyesületi keretek között. Ebben a csapatban 14 felső tagozatos tanulónk vesz részt heti két edzésen valamint két őszi és két tavaszi labdarúgó tornán.

Fontosnak tartom megemlíteni, hogy szintén a mozsgói sportegyesülettel karöltve újra elindítottuk az U15 korosztályban a leány labdarúgást, mely idén már csak a mi iskolánk tanulóira épül. Ők heti egy edzésen és három őszi valamint három tavaszi tornán vesznek részt. Mivel velük szintén csak szeptembertől kezdtük el a munkát, van még hova fejlődni, de lelkesek a lányok, úgyhogy az eredmény biztosan nem marad el.

Az U15-ös leánycsapat tagjai: Sánta Vivien, Sánta Nikolett, Hegedüs Petra, Juhász Réka, Kelemen Cintia, Cseh Bernadett, Nagy Katinka, Steiger Alexandra, Orgyán Olívia, Horváth Ramóna valamint Radák Éva, aki tavaly még iskolánk tanulója volt.

Kovács Dezső testnevelő tanár

Mindenképpen meg kell említeni, hogy ez a hatalmas munka Kovács Dezső testnevelő tanár nélkül nem tudna megvalósulni. Ha végigolvassuk a cikket, láthatjuk, hogy ez szinte egy emberrel megoldhatatlan feladat. De ő idejét, energiáját nem kímélve végzi ezt, úgy, hogy mellette ő iskolánk testnevelő tanára.

Köszönjük a munkáját!

KARÁCSONYI HANGOLÓDÁS

Az iskolások megnézték a pécsi adventi díszítést a Széchenyi téren és az Árkádban, és ellátogattak a Csoko-láda boltba.



KARÁCSONYI MŰSOR

A műsorban a 4. osztályosok a szeretetről adtak elő egy mesét, melyet Matusné Bakos Éva osztályfőnök tanította be. Ezt követően karácsonyi dalokat adtak elő Hegedüsne Szojko Tünde énektanárnő vezetésével.



Hajdú Szilvia
tagintézmény-vezető

Volt egyszer egy vasutunk...

A 19. század végéig a Zselic közlekedési helyzete Dél-Dunántúl más tájaihoz viszonyítva igen rossz volt. Szigetvár-Kaposvár között is földút vezetett, mely száraz időben vált járható, kavicsal csak néhány helyen szórták fel. A postaellátás, a mezőgazdasági termények szállítása ezen a módon volt lehetséges. A gabonát, a fát és a tömeges mezőgazdasági terményeket nagyobb távolságra szállítani csak vasúton volt kifizetődő.

Ezt felismerve, a környék nagybirtokosai, tőkései, a megye országgyűlési képviselőjének és a megye vezetőinek bevonásával építő részvénytársaságot szerveztek helyi érdekű ún. vicinális vasutak megépítése érdekében. (A fővonalakkal ellentétben, melyeket az állam finanszírozott, a vicinális vasutak építési költségének jelentős részét az érdekelteknek, ill. a megyének kellett vállalniuk.)

A „Szigetvár-kaposvári helyi érdekű vasút (HÉV) Rt. 1900. január 25-én alakult meg, elnöke Vörös László országgyűlési képviselő, két alelnöke pedig lovag Biedermann Rezső és Maár Gyula alispán lett. Tagjai között Biedermann Ottó, akkori mozsgói birtokos nevével találkozunk.

Az 54 km hosszú pálya építése az időjárás okozta nehézségek ellenére gyors ütemben folyt. A szükséges munkaerőt kizárólag a vasút mentén fekvő községekből, de legalábbis a megyéből toborozták. Az építkezésben résztvevő vállalkozók is helyiek voltak. (A munkáslétszám egyes hónapokban elérte az 1500 főt, a földmunkákat 250 lovaskordé segítette.) A vasútépítéshez fölhasznált sínek, vastartozékok és egyéb műszaki cikkek kizárólag magyar termékek voltak. Szokatlanul gyorsan, 8 hónap alatt készült el a Szigetvárt Kaposvárral összekötő vonal.

Az ünnepélyes megnyitásra, a műtanrendi bejárásra 1900. november 8-án került sor. A bejárásról így számolt be az akkori lap:

A kiindulási állomás Szigetvár lévén, ahonnan a vonal 10:15-órakor indul. Az első nagyobb állomás Mozsgó-Szulimán, hol oly impozáns fogadtatásban volt részünk, amelyent az egész vonalon nem tapasztaltunk. A pálya udvar és épületek zászlókkal és virágokkal voltak felsziszítva, a vágányok felett gyönyörű örökzöld diadalkapuvál, mint egy színnel akarván kifejezni azt a jogosult reményt, a mellyel a vasúthoz fűznek. A pálya udvarba berobogó vonatot élénk tarack lövésekkel és zeneszóval fogadták. Majd előlépett Hirling Antal plé-

bános és válogatott kifejezésekkel üdvözölte a miniszter képviselőjét, ki ezt szép beszéddel megköszönte. Ezek után a bizottságot és a meghívott vendégeket a diadal kapu alatt lefényképeztették és így maradandóan megörökítették a megújulás egyik legszebb momentumát.

SOMOGY, 37. évf. 45. szám. 1900. november 11.

Menetrendszerűen, a nagyközönség szolgálatában november 10-től indult meg a közlekedés. Naponta két vonatpár járta végig a pályát. Az utazás kezdetben 3 és fél óráig tartott, a szerelvények óránként 16,6 km-es átlagsebességgel haladtak. (Az 1970-es évek elején 2 óra alatt tették meg.) Nemegyszer előfordult, hogy a szerelvények már a vonal megnyitása utáni években elakadtak, sőt 1906-ban 36 órás veszteglés is előfordult.

**Az új vasuti
személydijszabás**
Érvényes 1930 február hó 16-tól

Szigetvár—Kaposvár
(10 százalék)

	I.	II.	III. o.
Csertő)			
Mozsgó)	—,90	—,54	—,36 P
Szulimán)	1.50	—,90	—,60 „
Szentlászló)			
A.-mellék őrh.	2.—	1.20	—,80 „
Almamellék			
Antalszállás)	2.70	1.60	1.10 „
Ter.-puszta)	3.20	1.90	1.30 „
Bőszénfa)			
Gálosfa)	4.30	2.60	1.70 „
Gy.-Hajmás)			
Sántos)	5.50	3.30	2.20 „
Szentbalázs)			
Kaposvár	6.20	3.70	2.50 „

Forrás: Délvidék, 1930. február 13.

E vicinális révén Szigetvár kisebb vasúti csomóponttá lépett elő. A személyforgalom is megindult. Mivel zsákokat, csomagokat is lehetett szállítani, a parasztgazdák is értékesíteni tudták felesleges terményeiket. Utazásra kényelmes és gyors volt. A két világháború között a kedvezményes bérletek váltásával a munkahelyi ingázást is lehetővé tette. Az I. világháború éveiben jelentős teherforgalmat bonyolított a vonal.

A húszas évektől többször is komoly árvíz sújtotta a nyomvonalat. Az árvizek miatt időnként napokig szünetelt a forgalom.

A hatvanas évek végétől a felépítmények állapota jelentősen romlott, de a fejlesztések elmaradtak. Egyre kevésbé tudott az igényeknek megfelelni, mi-

vel modern, nagy tengelynyomású teherkocsik közlekedtetésére nem volt alkalmas, és a gőzmozdonyok üzemeltetése drága volt.

A döntés a vonal bezárásáról 1976 közepén született meg, és 1976. december 31-én közlekedett utoljára vonat Kaposvár és Szigetvár között. Az utolsó, az 5626. sz. vonat Kaposvárról indult Szigetvárra.

A vonalat már 1977-ben teljes egészében felbontották. A nyolcvanas évek elejére teljesen megszűnt a vasúti közlekedés, helyüket autóbuszok vették át. A buszok természetesen kényelmi és gyorsasági szempontból nem tudták felvenni a versenyt a vonatokkal. (A vasúton szállított 35 kg-ig a jegyárban foglaltatott a csomag ára, buszon csak 10 kg-ig.) Ugyan a javuló közlekedési utaknak köszönhetően a falujáró buszokkal (karácsonyfa-járatokkal) bizonyos falvak bekerültek a tömegközlekedésbe. Viszont ahol nem épült ki a megfelelő főút, ott a falvak népessége elvándorolt, ezzel életképességük csökkent.

Forrás: Dr. Erdősi Ferenc: A Zselic tömegközlekedésének kialakulása és fejlődése. In: Zselici dolgozatok IV. (Szerk. Dr. Vargha Károly). Baranya Megyei Tanács: Pécs, 1979.

Almamelléki találkozó 2016. dec. 31.: A Dél-Dunántúlon negyven éve három vasútvonalon szűnt meg a közlekedés. A Nagyatád – Barcs, Kaposvár – Almamellék – Szigetvár és a Pécs – Harkány vonal települései maradtak vasúti közlekedés nélkül. Ezen alkalomból Lepesi Zoltán László, az utolsó almamelléki állomásfőnök fia és a vasútbarátok szerveztek megemlékezést Almamellékre. Az összejövetelen Ander Balázs barcsi országgyűlési képviselő, Majdán János, Erdősi Ferenc, Kovács Árpád professzorok, és a szervezésben és az esemény megvalósításában nagy szerepet vállaló Sajgó Ferenc Erdészeti igazgató előadásait hallgathattuk meg.

Visszaemlékezések a vasútról

Perecz Lászlóné Ili (68 éves): Szigetvárra a gimnáziumba vonattal jártam, nem volt autónk, ez volt az egyetlen közlekedési eszköz. Emlékszem, hogy a faluból az állomásra vezető gyalogút szeles, huzatos volt. Gyalogoltunk a nagy hóban, – néha térdig ért –, nem volt letakarítva az út, ezért a kitaposott lábnyomokba léptem én is, kiabáltam – Gyuri bácsi, ne lépj akkorákat, mert a nyomodban kell lépnem nekem is! Később, mikor a lányunkat hordtuk Pécsre orvoshoz, azért választottuk a vonatot, mert nagyon kényelmesen el tudtunk helyezkedni, volt a csomagunknak helye az ülésen, ülőhely is volt – négy ülés szembe volt fordítva. Talán egyetlen negatívumként említhetném, hogy a

szénfűtéses mozdonyok miatt hullott a korom és a lehúzott ablakon át bejött az utasterbe – de ez is hozzátartozott az utazás hangulatához.

Perecz László (69 éves): Nekem most az a kép villant be, hogy Antalszállásnál néha ki kellett szállnunk és meg kellett tolnunk a vonatot nekünk utasoknak is, hogy fel tudjon menni a dombokon. Gyönyörű tájon haladtunk Kaposvárig, bámultuk a terecsenyi erdőket, élmény volt.

Módszenszieder János (78 éves): 21 évesen, 3 éven át, napi rendszerességgel utaztam Szigetvárra. Fiatalember lévén nem szerettem várni, kiszámoltam, hogy mikor ér a vonat a mozdgói állomásra, pontosan 18 perc alatt tettem meg az utat a szülői háztól az állomásig. De a tempót csökkenthettem attól függően is, hogy figyeltem a gőzös hol fűtyül, ebből tudtam, hogy még csak Szulimánnál tart. Reggelente a 20-25 liter tejet is vonattal szállították. A társaim mutatták, hogy hány kannánál tartanak a bepakolással, így lassíthattam vagy futhattam.

Már diákként kapcsolatban voltam a vasúttal, mert M. Lajos nagybátyám fuvaros volt, rakodhattam, ezzel pénzt kereshettem. A szulimáni tégláégetőből hordta a téglát lovas kocsival Mozsgóra, itt kellett kézzel felrakni a vagonokba. Már reggel 4 órakor kezdtünk... és utána iskola.

Amikor az autóbuszok bejártak a faluba, már kevesebben utaztak vonattal, hiszen az állomás messze volt a falutól. A tsz cukorrépáját közvetlenül innen szállították Kaposvárra. Halomba rakták, ún. prizmában tárolták, szellőztetni kellett, majd kézzel berakni a vagonokba. A gépesítést követően Szigetvárra hordták és ott rakták fel. A gabona szállításához is speciális kocsik kellenek. Fel kellett volna újítani a pályát, más kocsik és mozdonyok váltak szükségsszerűvé, de helyette a megszüntetés mellett döntöttek.



A talpfákat, a kőágyazatot felszedték – már rögtön a megszüntetés után – a pálya vonala, a töltés megmaradt. Az épület maradt a MÁV tulajdonában, ők értékesítették, így került magántulajdonba. Próbálkoztak kiföldét nyitni, egy-két évig működött kocsmaként, de nem volt rentábilis.

Összeállította: Puskás Éva

AMI A TÖRTÉNELEMHEZ TARTOZIK

A honfoglalók vallásáról kezdem ezt a számot – a teljesség igénye nélkül –, majd kiérve rajta az Árpád-házi szent Lászlóig bezárólag foglalkozunk hasonló témával.

A közérthetőség és a leírtak igazolására korábbra kell visszatekinteni. Az Eurázsiai vallási kultúrában (de szinte a világban) alapvetően két irányzat létezik az egyistenhívő és több istent tisztelő irányzat. Az utóbbiakat nevezik az előbbieket, barbárnak, nomádoknak, eretneknek stb. *Mi a helyzet akkor a görög és római több istent imádó „kultúr” nemzetekkel?*

A keresztény iratok és az apokrif hagyomány szerint az új hit – Jézus tanításai – már az időszámítás utáni első században messi tájakra terjedtek. Rómában a két apostol marad, a többi tanítvány messi tájakra – főleg keletre – megy tanítani. Abgar edesszai király levelet küld Jézusnak, arra kérve, menjen el országába, gyógyítsa meg betegségéből. Tamás a pártusoknál – a magyarok előd, rokon népnek térít. Szent Bertalan Indiában, ahol mai nap is kb. negyvenmillió Hun népesség él. Keleten terjed a manicheizmus és nesztorianizmus „Jézus vallás”. Minden esetre még a hindu Buddhizmust teremtő Brachmája, a fenntartó és pusztító újratekintő Sívája és Visnuja szentháromsága és a kereszténység Atya, Fiú, Szentlélek szentháromsága közt sem nagy gond párhuzamot felfedezni. Épeszű ember nem gondolhatja, hogy a fenti útvonalon évszázadokig áramló Hun–Magyar népség, mint vándorló sziget az egyistenhívő, sőt az első századtól már részben Jézust tisztelő népek között több istenhívő lett volna. Mint ahogy nem is volt az! Cirill hittérítő – a ciril írás megalkotója ellátogat Atilla Hun nagykirályunkhoz, majd írásaiban megemlékszik róla, milyen pompás vendéglátásban részesült és ajándékokat kapott visszatérve. Ezenkívül gondoljunk az írás szerinti Mózesre, aki nem jut a szentföldre, ugyanígy Álmos a szakrális vezető sem jut be Kárpáthazába.

A Keletről származó népesség foglalja el a Kárpát-medencét és az elmúlt évezred első harmadában ők adják az Árpád-házi királyok sorát. (Árpád-házi? Az évezred második felétől nevezi így a történeti írás. Ők magukat Turul nemzetségnek). Írói szabadság és változatosság lehet, lehetne Árpád-háziaknak és Turulnemzetségnek írni.

Nevezzük bárhogyan, mit tettek vallás szempontjából? Szent István, a köztudat szerint megszilárdítja a kereszténységet. Valójában választ a bizánci, vagy római katolicizmus között. Emlegetik ellenfelének a „pogány” Koppányt. Koppány nem pogány, csak ő a bizánci kereszténység híve. Vajon miért van

Koppány felségterületén (Zala, Vas, Somogy) az országos átlagnál sűrűbben Árpád-kori keresztény templom és főleg régebbi. Nemrég Nádasdon tártak fel Árpád-kori templomot, a régész nő szerint nem XI., hanem X. századi, de ha ő ezt megírja, diplomájába kerülhet. *Kiknek állhat érdekében, ha nem több egy évszázaddal későbbre tolni keresztény voltunkat?*

Árpád-házi király, aki vezetésével az egyik keresztény had úgy jut el a Szentföldre, hogy közben nem züllik el. Azóta a mindenkor Magyar Királyok - IV. Károlyig bezárólag Jeruzsálem királyai. A mindenkor magyar király a „XV. apostol” címet viselte. Az Árpád-házi királyok és ivadécai több szenttel gyarapították Európa szentjeit, mint az összes európai uralkodó család. A mai Erdély területén (úgy emlékszem Tordán) ül össze már évszázadokkal megelőzve korát a református zsinat, amely egyenrangúnak mondja ki valamennyi történelmi egyházat. A Kárpát-medencében a börtön megsértése két heti elzárást vont büntetésként, kenyéren és vízen. A művelt nyugaton nyelv kivágást. Nem sorolom tovább mennyivel jobban hatott a Kárpát-hazai népeken a „Jézusi szeretetvallás”, mint nyugaton.

Karácsony közeledtével még egy adalék. Karácsonyt sehol a világon nem mondanak az ünnep megnevezésére csak nálunk. Máshol Jézus ünnep, Krisztus ünnep, tél ünnep stb. nálunk karácsony, amit „szegény leigázott” szlávoktól vettünk át. (Magyarra lefordítva változást jelent.) Az „uralkodó” nemzet veszi át a „leigázott” nyelvét? A Kaukázusban, Etelközben, hogy nevezték a karácsonyt? Nem engedhetnék meg azt a feltételezést is, hogy mivel a Turul megfelelő madara a Kerecsen, a magyarok akkoriban igen megbecsült, ötvösmunkákon megmintázott állata, ráadásul a Magyarban a kerecseny, a karácsony hangtanilag teljesen megfelelő alakja innen ered az elnevezés?

Még egy mondat erejéig: Szent István megkezdett munkáját Szent László a magyar lovag szent teljesíti be, szobra jogarral, országalmával megtalálható a mozsgói templomban.

Karácsony hava 2016

Győri Sándor

SZENTMISE RENDJE

Január 14. szombat	14.45 óra
Január 21. szombat	14.45. óra
Január 28. szombat	14.45 óra
Február 4. szombat	14.45 óra
Február 12. vasárnap	11.15 óra

VÁLTOZÁSOM TÖRTÉNETE

Múltam újévi fogadalmakban bővelkedő volt – nem is kellett új esztendő ahhoz, hogy fogyókúráim végtelennek tűnő lendülete magával ragadjon. Általános iskolában kezdődött és egészen a gyerekeim születéséig tartott. Milliós féle diéta, kúra, vegán- és nyerskosztos étrend kapcsán engedtem el a kilókat, amik aztán szép lassan visszatáltak hozzám. Most azonban itt állok a családdal, a gyerekeim körüli napi feladatokkal, és nem tehetem meg, hogy fogyókúrára hivatkozva pár hétre kiszálljak az életükből, másrészt teljesen megelégteltem az önsanyargatást. Mindezt tetézte egy nehéz életszakasz, amikor csak úgy kúsztak rám a kilók – pontosan tíz. Megdőbbsen álltam a mérleg előtt – mi lesz most? Sokat gondolkoztam, aztán döntöttem. El kell fogadnom magam, végül is, két gyerek után sincs akkora probléma. Ezen igyekeztem, miközben egyre fáradtabb lettem, sokszor már délelőtt el tudtam volna aludni. Biztos a vasam – gondoltam, és kiderült, hogy tényleg alacsony. A vaspótlás azonban csak kicsit javított a helyzeten, hát jött a kávé. Mindig tiltakoztam ellene, hogy rászokjak, most pedig megtörtént. Teltek a hónapok, évekbe fordultak... egyre többet panaszkodtam, hogy fáradt vagyok, nincs kedvem stb. és édességekkel próbáltam inspirálni magam (ami csöppet sem esett nehezemre). Egyszer előtört egy érzés: vagy változtatok, vagy alárendelődöm egy folyamatnak, ami egyre lejjebb visz és az önsajnálát mocsarába süllyeszt. Nem tehetem – sem magammal, sem a családommal. Hirtelen döntöttem, hisz tapasztalatból ismertem ezer féle diétát. Számomra a kulcs a kávé, cukor, fehér liszt triáza volt – ezeket kell elhagynom. Az interneten számos diétás oldalt, receptet olvastam, jegyzeteltem és elkezdtem a 160 gr-s szénhidrát diétát, amit a cukorbeteg is folytatnak. Sok új alapanyagra lett szükség, de rászántam egy délelőttöt – beszereztem őket. Céлом az volt, hogy ne legyen extrém drága és természetes anyagok közül válasszak. A másik nagyon fontos pont a mozgás. Örömmel töltött el, hogy újra odafigyelhetek magamra, mint régen, amikor rendszeresen sportoltam. Mindez év közben, ősz végén kezdődött. Eleinte sok figyelmet igényelt a napi étkezés, mozgás megszervezése – de az az érzés, hogy önmagamért és a családomért teszem, mindig erőt ad. Sokat jelent a férjem és gyerekeim támogatása is. Pár hét alatt elmúlt a fáradtság, örömmel mozogok, finom ételeket készítek, akár villámgyorsan is, úgy, hogy anyagilag kb. ugyanott vagyok, mert sokkal kevesebbet eszem belőlük. Elmúlt az édesség iránti vágyódásom, élvezem, hogy mindig éhesen ülök le enni és büszke vagyok arra, hogy a napi fél óra aktív mozgást

már másfél órában is örömmel teszem. Bónusz, hogy ebben a hidegben a benti torna remekül megy, ha be teszek egy filmet – amire amúgy nagyon ritkán van időm. Hajnalban magamtól kelek, lendületesen haladok a munkáimmal és sokkal több türelmem van a gyerekeimhez. Nem akarom elszólni magam – mert éltem már át kudarcokat – de szívemből kívánom, hogy hosszú távon képes legyek folytatni, mint új életmódot. Az sem lényegtelen, hogy lassan elő kell keressem a régi ruhátáram, mert a jelenlegi ruháim egyre lötyögősebbek.

B. T.



Kedves mozsgói lakosok!

A mindennapi mozgás és a sport nagyon fontos az életünkben. A Mozsgóért Egyesület egy új mozgásforma megismerésének a lehetőségét ajánlja fel a lakosok számára, ez pedig a **capoeira (táncos) aerobik**. A capoeira aerobik a brazil capoeira küzdősportból jött létre, ami táncos elemekkel van ötvözve, tehát a küzdősport és a tánc találkozása egy kicsit átforgatva. Az egészség megőrzése érdekében tökéletesen tudjuk alkalmazni ezt a mozgásformát. A sajátos capoeira gyakorlatokon, lépéseken kívül, leginkább abban különbözik a többi aerobik fajtától, hogy a hátizmon kívül a combhajlítót, haránthasizmot és a farizmot komplexen és sokkal jobban dolgoztatja meg.

Korra és nemre való tekintet nélkül bárki kipróbálhatja. Jól átmozgat, égeti a kalóriákat. Különösen előnyös azok számára, akik gyakran panaszkodnak hátfájdalmakra, vagy sokat ülnek a gép előtt, ülő munkát végeznek. Akinek felkeltettük az érdeklődését szeretettel várjuk minden **SZERDA** délután **FÉL HATKOR** egy negyvenöt perces **INGYENES** átmozgatásra a **KULTÚRHÁZBA**.

A foglalkozást **Pölczné Metz Katalin** vezeti.

Mindenkit szeretettel várunk.

Találkozunk szerdánként már
2017. január 18-án 1/2 6 órakor a kultúrházban!

KEZDJÜK TUDATOSAN AZ ÚJ ÉVET!

Néhány segítő gondolat Regina Brett, Pulitzer díjra jelölt amerikai újságíró tollából:

1. Az élet nem igazságos, ennek ellenére jó.
2. Ha tanácstalan vagy, tegyél csak egy kis lépést.
3. Az élet túl rövid, hogy az idődet valaki gyűlöletére pazarold.
4. A munkád nem ápol majd, ha megbetegedsz. Ezt a családot és a barátaid teszik, tartsd velük a kapcsolatot.
5. Ne vedd magad túl komolyan. Senki más sem teszi.
6. Minden hónapban pontosan fizess a számládat, akkor békén hagy a világ.
7. A barátaink a szabadon választott családunk.
8. Nem kell mindig minden vitát megnyerni. Fogadd el, ha nem értetek egyet.
9. Sírj valakivel. Gyógyítóbb, mint ha egyedül teszed.
10. Rendben van, ha néha haragszol Istenre, tudja kezelni.
11. Az első fizetésedtől spórolj a nyugdíjra.
12. Ha a csokiról van szó, hiábavaló az ellenállás.
13. Békéld meg a múltaddal, hogy a jelenbe ne piszkítson bele.
14. Nyugodtan sírhatsz a gyerekeid előtt.
15. Ne hasonlítsd az életed másokéhoz, nem tudhatod, hogy az ő útjuk miről szól.
16. Ha egy kapcsolatot titokként kell kezelni, te ne legyél a kapcsolatban.
17. Bármilyen megváltozhat egy szempillantás alatt, de ne aggódj, Isten sosem pislog.
18. Vegyél mély lélegzetet, megnyugtatja az elmét.
19. Szabadulj meg mindentől, ami nem hasznos, szép vagy, boldogító.
20. Ami nem öl meg, valóban erősebbé tesz.
21. Egy író, ír. Ha író akarsz lenni, írd!
22. Sosem késő, hogy boldog gyermekkorod legyen, de a második már csak tőled függ és senki másától.
23. Amikor azért kell küzdeni, amit igazán szeretsz, sose fogadd el a nemet, mint választ.
24. Gyűjtsd meg a gyertyákat, használd a szebb ágyneműt, vedd fel a csinos fehérneműt; ne tartogasd különleges alkalmakra, mert az mindig ma van.
25. Készülj fel mindenre, majd sodródj az árral.
26. Légy külön most, ne várd meg az öregkort, hogy lilát hordj.
27. A legfontosabb nemi szerv az agy.
28. Csak te felelsz a saját boldogságodért, ne hárítsd másokra.
29. Ha nem kérsz, nem is kapsz!
30. Minden csapást az alapján ítéld meg, hogy öt év múlva számítani fog-e.
31. Mindig az életet válaszd.
32. Mindenkinnek mindent bocsáss meg.
33. Hogy más mit gondol rólad, az nem tartozik rád.
34. Az idő majdnem mindent meggyógyít. Adj időt az időnek!
35. Bármilyen jó vagy rossz a helyzet, meg fog változni.
36. Higgy a csodákban.
37. Isten szeret, mert ő az Isten, és nem azért amit tettél, vagy nem tettél.
38. Ne vizsgálj az életet, hanem éld meg a jelenben.
39. Az öregedés messze jobb alternatíva, mint fiatalon meghalni.
40. A gyerekeidnek csak egy fiatalkora van, tedd emlékeztetést!
41. Végül csak az számít, hogy szerettél.
42. Az irigység időpazarlás, megvan mindened, ami kell.
43. A legjobb még csak most jön.
44. Mindegy hogy érzed magad, kelj fel, öltözz fel és jelenj meg.
45. A fohászok lefednek minden emberi érzést.
46. Minden nap menj ki az ajtódon, ott történnek a csodák.
47. Ha mindenki egy nagy kupacba gyűjtené a problémáit és másokét is megnézhetnénk, jól beérnénk a sajátunkkal.
48. Csak a testünk lehet öreg. A lelkünk időtlen.
49. Teremts!
50. Az élet nem masnival jön, mégis ajándék.

B. T.

Mesél a Krónika



Rovatunk szerkesztésekor Feri bácsi írásait, összegyűjtött dokumentumait, képeit hívjuk segítségül. Kérjük, csemegézzenek velünk!



30 ÉVEL EZELEŐTT JANUÁRBAN

1987. január 11-14. Első bejegyzésem: „Megjött a hó!” (24mm) Négy napon át a hóesés saját élményünk s ugyanaz az újságok híryanaga. Amit az e napokra vonatkozó sajtóanyagból kiolvastunk, az vagy annak kihatásai nálunk is érvényesek. 12-13-án -15 fokos reggelek, hóakadályok! 12-i bejegyzésem: „Nagy hó! Buszok???” – 64 hiányzó az iskolában.

30 ÉVEL EZELEŐTT JANUÁRBAN

1987. január 25. A Budapestről érkezett gyászjelentés szerint e napon hunyt el „lovag” Biedermann László, Mozsgó utolsó földesura, 85. évében érte a halál.

Kántor Éva

INGYENES INFORMATIKAI ALAPKÉPZÉS MOZSGÓN

Vegyen részt, a GINOP-6.1.2-15-2015-00001 „Digitális szakadék csökkentése” elnevezésű kiemelt projektben az Európai UNIÓ által 100%-ban finanszírozott informatikai képzésen!

Részt vehet a kezdő szintű informatikai képzésen, ha

- tankötelezettségi kort (16 év) betöltötte és 65 év alatti,
- nem áll középiskolával, felsőoktatási intézménnyel tanulói/hallgatói jogviszonyban,

A 35 órás informatikai képzés „Első lépések a digitális világban - IKER 1. szintű képzés” a Mozsgói általános iskolában várhatóan 2017. február közepén indul.

A tanfolyam időtartama kb. 1 hónap.

A képzések minden kedden és csütörtökön 15.00 órakor kezdődnek és 3 vagy 4 tanórásak.

A képzésen elsősorban az internet használat, elektronikus levelezés, alapvető szövegszerkesztési feladatokról lesz szó!

További információért kérem, hívja Puskásné Horváth Évát (20 329 0590) vagy a könyvtárat (73 344 060)!

**FONTOS! CSAK MEGFELELŐ SZÁMÚ JELENTKEZŐ ESETÉN TUDJUK
A CSOPORTOT INDÍTANI!**

Miért ne tarthatná Ön is a kapcsolatot barátaival vagy családjával az internet segítségével?

IMPRESSZUM • MOZSGÓ – Mozsgó Község Önkormányzatának információs lapja

A lap alapítója Mozsgó Község Önkormányzata. Mozsgó, Batthyány u. 15. • Felelős kiadó: Kovács Zsolt Vilmos polgármester;
Kiadó és Szerkesztőség: Községi Könyvtár. Mozsgó, Batthyány u. 13. • Felelős szerkesztő: Puskásné Horváth Éva
Szerkesztő: Bege Amália, Bóni Tünde, Kántor Éva • Kiadványterv: Győri Zsuzsi • Telefon: +36 (73) 344-060; +36 (20) 329-0590
ISSN 2062-3577 (nyomtatott) ISSN 2062-7254 (online)