

XV. ÉVFOLYAM 2. SZÁM



A SZENTGOTTHÁRDI SZAKOSÍTOTT OTTHON FOLYÓIRATA

A tartalomból:

Háziversenyeink	2.oldal
Kihívás napja-Locsolóbál.....	3.oldal
Ki-Mit-Tud?	4.oldal
Húsvét ünnepe	5.oldal
Zenés-verses délután – Élet a lakóotthonban	7.oldal
Életmód	8.oldal
Szavaló – és szépkiértési verseny	9.oldal
XXV. Rajztaálkozó	12.oldal
Speciális Filmszemle.....	13.oldal
Tudtad-e?.....	14.oldal
Zenekari koncert.....	15.oldal
Viccek.....	16.oldal
Kerékpártúrák.....	17.oldal
Ellátottaink alkotásai	18.oldal



Asztalitenisz

Az idei év első asztalitenisz versenyét március 24-én tartottuk meg a tornateremben. Külön versenyben küzdöttek meg a férfi és női sportolók.



Helyezettek :

Férfi :

- I. Magyar Attila
- II. Tihanyi Tibor
- III. Lakatos Attila

Női:

- I. Danyiné Hirmann Júlianna
- II. Prazsák Mária
- III. Puha Zsuzsanna

K.K.K.

Kártyaverseny



Intézményünkben hagyománnyá vált évente a kártyaverseny megrendezése. Idén április 07-én és 8-án mérték össze tudásukat a kártyázni vágyók, ahol 13 lakó vett részt. Jó hangulatban teltek a játszmák, izgalmas partik után született meg a végeredmény.

Köszönjük versenyzőinknek a részvételt.

I. helyezést érte el: Boda Márton
A/II. részleg jobb lakója

II. helyezést érte el: Tóth Gyula
A/II. jobb részleg lakója

III. helyezést érte el: Kárer Dávid
A/II. bal részleg lakója

***A nyerteseknek
GRATULÁLUNK!!!!***

Lakókat kávéval és piskóta szelettel vendégeltük meg, valamint ajándékkal és emléklappal jutalmaztuk meg a nyerteseket.

K.I., F.SZ

Kihívás napja

1982-ben Kanadából indult ez a kezdeményezés. A rendezvény célja az egészséges életmódra, mozgásra való ösztönzés. A Kihívás Napját Magyarországon 1991-ben rendezték meg először, azóta minden évben megtartják. Ennek a napnak az a lényege, hogy egy közösségben minél többen mozogjanak.



Otthonunkban 2022. május 18-án került sor e rendezvényre. A napot egy közös zenés bemelegítő tornával indítottuk a parkban. Azt követően a lakóknak lehetősége volt kipróbálni a különböző sporteszközöket, mint például lengőteke, kosárra dobás, célbadobás, bogáncslabda dobás, TRX, fit ball labda, súlyzók, petánk, hullahopp karika. A rendezvény ideje alatt folyamatosan szólt a zene, néhányan táncra is perdültek. 90 lakó élt a lehetőséggel, akik érdeklődve próbálták ki a különböző eszközöket.

A résztvevők egy kis édességcsomagot kaptak, illetve üdítő és nápolyi is várta a felfrissülni vágyókat. A nap vidáman, jó

hangulatban telt, helyet kapott a mókázás, viccelődés is. A rendezvény végére mindenki kellemesen elfáradt. A visszajelzések alapján elmondható, hogy sikeres napot zártunk. A lakók új élményekkel, tapasztalatokkal gazdagodtak.

L. E.

Locsolóbál



Április 19. én, húsvét utáni keddi napon került megrendezésre intézményünkben a locsolóbál. Mivel a COVID vészhelyzet miatt a farsangi bál elmaradt, ezért döntöttünk a locsolóbál megszervezése mellett. A rendezvény 16:30 órától vette kezdetét, és este 19:30-ig tartott. Szép számmal akadtak érdeklődők, jó hangulatban telt el a délután, mint általában a zenés rendezvényeken, most is sokan eljöttek. A résztvevőket üdítővel és nápolyival vendégeltük meg.

V.H.M.

Ki-Mit-Tud? -Sopron



2022.05.03-án Sopronban a Moravcsik Alapítvány szervezésében Ki mit tud? országos tehetségkutató elődöntőjén 4 ellátott vett részt a Szentgotthárdi Szakosított Otthonból. Az elődöntők párhuzamosan Mohácson, Egerben és Budapesten is zajlottak. A hagyományokkal bíró rendezvény elsődleges célja, hogy lehetőség nyíljon az ellátottak számára tehetségük, értékeik megmutatására, a kreatív kifejezés legkülönbözőbb területein.

Számos intézmény ellátottjai mérettették meg magukat és mutatták meg tehetségüket a különböző kategóriákban.

Szentgotthárdi Szakosított Otthonból:
Vizuális művészet kategóriában Lengyel Krisztina *Pandémia* című filmjét mutatták be.

Ének-zene kategóriában Hóbor Péter és Eötvös Balázs *szintetizátor és djembe dob hangszeren* mutatták meg zenei tehetségüket.

Vers kategóriában Gyabronka Csaba József Attila: *Levegőt* című versét szavalta.

A fellépések, bemutatók után a zsűri közvetlen értékelést tartott. Az elődöntő végén hosszas tanakodást követően döntöttek a bronz, ezüst és arany minősítésről.

Szentgotthárdról ének-zene és vers kategóriában *ezüst minősítést*, vizuális művészet kategóriában *arany minősítést* értek el a lakók.

Eredmény hirdetés során emléklappal és dicsérő szavakkal jutalmazták a fellépőket.

Arany minősítéssel van lehetőség tovább jutni az Országos Döntőbe, mely 2022. július 7-én kerül megrendezésre Budapesten az Operaház Eifel csarnokában.

A szervezők méltóképp szeretnék elismerni a kimagasló eredményt nyújtó tehetségeket, így azon fellépők, akik az Országos Döntőn három alkalommal arany minősítést nyernek megkapják a „Nívó Díjas művész” címet.

A rendezvény kiváló lehetőség szakmai eszmecserék, közösségi és szociális kapcsolatok erősítésére, barátságok kialakítására.

K.I., K.K.K.

HÚSVÉT ÜNNEPE



Húsvét Magyarországon az év egyik legfontosabb vallási ünnepe, amely alkalmával Jézus Krisztus feltámadására emlékeznek meg. Ennek tiszteletére szerte az országban szentmiséket és istentiszteleteket tartanak, melyek általában körmenettel zárulnak. A húsvétot megelőző vasárnap – virágvasárnap – Krisztus diadalmas jeruzsálemi bevonulásának az ünnepe. Ennek emlékére alakult ki a déli vidékeken a pálmás, az északibb tájakon pedig a barkás körmenet tartanak. A húsvéti ünnepkör a farsang utáni negyvennapos nagyböjttel kezdődik, amelynek mélypontja a nagypéntek, Jézus szenvedéseink és kereszthalálának az emléknapja. Ennek tiszteletére és a legtöbb templomban passiójátékot, az iskolákban pedig misztériumjátékokat rendeztek.

Nagyszombaton szentelték meg a tüzet, illetve ezen a napon tartották vízszentelés szertartását is. Mindemellett a leglátványosabb nagyszombati szertartás a feltámadási körmenet volt. A negyvennapos böjt után az emberek teli kosarakkal indultak meg a templomok felé, hogy az abban vitt sonkát, főtt tojást, kalácsot és tormát

már megszentelve, megáldva fogyaszthassák el este a húsvétvasárnapi ünnepi asztal körül ülve.



A kereszténység legnagyobb ünnepe, a Krisztus-központú kalendárium központi főünnepe a húsvét. Jézus, pénteki keresztre feszítése utáni harmadik napon, vagyis **vasárnap** feltámadt, a Biblia szerint. Halálával megváltotta az emberek bűneit, feltámadásával pedig győzelmet aratott a halál felett. Legkorábban március 22-ére, legkésőbb április 25-ére esik a nyugati kereszténység húsvétvasárnapja. A húsvét, és a hozzá tartozó ünnepek a mozgó ünnepek közé tartoznak, vagyis nem esnek ugyanarra a napra minden évben.

Húsvéthétfő a magyarok lakta területeken a locsolkodás napja. A szokás eredete a régi időkbe nyúlik vissza, alapja pedig a víz megtisztító és megújító erejében gyökerezik.



Vidéken több helyen még napjainkban is kútvízzel locsolják a lányokat, a városokban azonban különféle kölnivizekkel helyettesítették ezt. A locsolás után a fiúk a régi időkben tojást, szalonnát vagy festett tojást kaptak cserébe; ezeket a vörös vagy lila hagyma héja, vörös káposzta vagy a zöld dió levének segítségével festették különböző színűre. Napjainkban a lányok és az asszonyok a férfiakat a locsolás napján vendégül látják, különféle ételekkel, kaláccsal és italokkal kínálják. A locsolkodást hagyományosan különböző versikék és mondókák kísérik, amelyek igen változatosak. A technika fejlődésével a természetes festékanyagokkal készített hímes tojásokat lassan felváltották a mesterséges színezékekkel készíttetek, de gyakori a csokoládéból készült tojás vagy nyuszi figura is; sok esetben a tojás mellé aprópénz is jár a locsolkodónak.

A **húsvéti szimbólumok** eredete a *tojás* az ősi termékenység szimbóluma, amely a világ szinte összes népénél fellelhető, a kereszténységben pedig a feltámadás jelképévé vált.

A *húsvéti nyúl* eredete kissé bizonytalan, nálunk német hatásra honosodott meg valamikor a XIX.

század folyamán; maga a nyúl szintén a termékenység szimbólumává vált, és szerte Európában a húsvét ünnepével társítják.

A *bárány* az egyik legelterjedtebb húsvéti jelkép, amelynek szerepe az utóbbi időben jelentősen csökkent és helyét a húsvéti sonka vette át.



A mediterrán országokban azonban napjainkban is az ünnepi asztal elmaradhatatlan eleme a sült bárány. A *barkaág* szintén régi húsvéti szimbólum, melynek eredete a virágvasárnap megünnepléséhez nyúlik vissza.



A *barka* a Magyarországi éghajlati viszonyoknak köszönhetően a pálma és olajágak szerepét vette át, amelyekkel Jézust köszöntötték jeruzsálemi bevonulása alkalmából.

N.K.T.

Zenés verses délután



Április 26 – án zenés-verses délutánt tartottunk Rupert Reginával az intézeti kultúrteremben. A délután tényleg egy jól sikerült koprudokciót láthatott a nagy érdekű. A tavalyi alaklomhoz képest más és más dalokkal és versekkel léptünk fel. Regina Cserháti dalokat adott elő, jómagam pedig Ady Endre verseket.



Majd következett a finálé, mikor is Regina szavalt, én pedig énekeltem, de hiszen ezt mindenki tudja....

Gyabronka Csaba

Élet a lakóotthonban

Március elején költöztünk ki a lakóotthonba. Itt kétszemélyes szobákban lakunk, és bármikor kimehetünk a városba. Sokkal nyugodtabb az élet, mint az intézetben.

Az önállóbb élettel jár, hogy itt nekünk magunknak kell takarítanunk és mosnunk, nemcsak a saját szobánkban, hanem a közös helyiségekben is. Hetente háromszor a mentálhigiénés nővérek ellenőrzik a szobákat, tanácsot adnak a takarításhoz.



Lakótársaink is sokat segítenek a beilleszkedésben, megmutatják, mit hol találunk, hogyan kell kezelni a mosógépeket, és még sok egyéb apróságot.

Üde színfolt a mindennapokban az otthon két macskája. Összevetve a nagyobb szabadságot és több kötelességet elmondhatjuk, hogy érdemes volt ideköltöznünk.

Dobrosz Attila

Itt az allergia szezon!!!



Az allergia az immunrendszer túlzott reakciója olyan anyagokra, amelyek egészséges egyéneknél semmilyen választ nem váltanak ki a szervezetből. Az allergiás tüneteket okozó anyagokat allergéneknek nevezzük. Ilyenek lehetnek például virágok pollenjei, állati szőrök, atka, penész-spórák, különböző állatok mérgei, mikroorganizmusok, bizonyos élelmiszerek, gyógyszerek, vegyszerek, fémek stb. Az allergia tehát az immunrendszer „tévedésének” következménye, eltúlzott válasza egy egyébként ártalmatlan anyagra. A szezonális allergiát sokszor szénanáthának is szokták nevezni. Kialakulásában szerepet játszhat a genetikai hajlam, dohányzás a családban, háziállatok tartása a lakásban, a lakókörnyezet és a munkahelyi környezet bizonyos jellemzői (levegőszennyezettség, urbanizáció, párás, zárt helyiségek) stb. A kellemetlen allergia tünetei leggyakrabban az alábbi helyeken jelennek meg: alsó és felső légutak, szem, bőr, gyomor-bél rendszer. Az allergia tünetei többfélék is lehetnek, attól függően, hogy mi okozza azt. Például: tüsszögés, vizes-nyákos orrfolyás, orrdugulás, orrviszketés,

szemviszketés, a szem égő érzése, szemkönnyezés, torokviszketés, fáradtság, csalánkiütés, ekcéma. Nem szükséges, hogy az allergia tünetei kizárólag azon a helyen jelentkezzenek, ahol az szervezet (szem-, száj- vagy ornyálkahártya, bőr, emésztőrendszer) találkozik az allergénnel. A tünetek megjelenésének helye változik attól függően, hogy milyen szervben történik az allergiás reakció. Azok az allergének, amelyek a levegőben szállnak (mint például a pollen vagy a gomba spórák) a légutak és a szem nyálkahártyájának a gyulladását okozzák (szénanátha tünetek). Amennyiben az allergén bekerül a tüdőbe, asztmás tüneteket is okozhat, ilyenkor kialakulhat nehézlégzés, köhögés, sípolás. Ha az allergén az emésztőrendszerbe kerül, a következő tünetek jelentkezhetnek: hasüregi fájdalom, hányinger, hányás, puffadás, hasmenés. A bőrön jelentkező allergiás reakciók, mint az ekcéma vagy a csalánkiütés bőrpírral, duzzadással járnak. Az allergia egyik legsúlyosabb formája az anafilaxiás sokk, amely orvosi beavatkozást igényel.

K.K.K.

Szavaló és szépkiejtési verseny

Intézményünkben

A vers ünnepe, a Költészet Napja alkalmából Szavaló és szépkiejtési verseny került megrendezésre április 11-én intézményünkben, ahol ellátottainknak lehetőségük nyílt megmutatni irodalmi tehetségüket. Ezen a délutánon 24 lakó szerepelt, számos költő, író műveiből hallhattunk verseket, prózai műveket.

A szavalóverseny mindig nagy élmény versenyzőnek, közönségnek, zsűritagoknak egyaránt. Nagy öröm, hogy rendre minden évben, így az idén is nagy létszámmal jelentkeztek a szavalni vágyó ellátottak. Még mindig sok lakó van, aki szereti az irodalmat, a verseket, a szép szavakat, aki nem rest megtanulni a sokszor igen hosszú költeményeket és bátran kiáll társai, a közönség elé. Öröm ilyen versmondóknak versenyt rendezni.

A köszöntő beszéd után a versenyzőké volt a főszerep, akik sikeres produkcióikkal bizonyították rátermettségüket és felkészültségüket. Egyre nagyobb értéknek tekinthető, ha egy lakó elfoglaltságai mellett időt szentel arra, hogy értelmezzen, megtanuljon egy verset. Hosszú út vezet a szavalóversenyig. Kitartás, türelem kell ahhoz, hogy a kiválasztott verssel ki lehessen állni a zsűri, a közönség elé. Biztattunk mindenkit, hogy bármilyen eredmény születik, ne legyen csalódott, hiszen, ahogyan

minden évben elmondjuk, nyertes az, aki megtanul egy verset, mert fejleszti a memóriáját, gyarapszik lelke, elméje tőle. Hallgatva a többiekét jól szórakozhat, tanulhat abból is. A verseny célja elsősorban az, hogy jól érezzük magunkat, hogy megjutalmazhassunk mindenkit azért, hogy vállalkozott erre a szép feladatra. Mégis, hogy külön is értékelhessük azokat, akik kiemelkedően teljesítenek, erre a délutánra négy tagú zsűrit hívtunk meg. A zsűri a versválasztás, a tiszta beszéd és a vers hangulatának átadása alapján pontozta a szavalókat. A szavaló és szépkiejtési verseny végén a zsűri elnöke értékelte az elhangzott szavalatokat, majd a díjkiosztó ünnepség következett.

Három győztes született és egy különdíjjal is jutalmaztuk a résztvevőket. Az eredményhirdetést követően az intézmény megvendégelte a résztvevőket sós és édes aprósüteménnyel.

EREDMÉNYEK:

I. helyezett: Szencz Etelka

II. helyezett: Prazsák Mária

III. helyezett: Melovits Mihályné

Küöldíjas: Nagy Károly

O. E.

Szavaló és szépkiejtési verseny

A városban

2022. április 11 – én, a Magyar Költészet Napja alkalmából intézményünk két ellátottja, Gyabronka Csaba és Külvári Norbert nevezett a Pannon Kapu Kulturális Egyesület által szervezett Nyilvános Vers - és Prózamondó Versenyen, mely a városi színházban került megrendezésre. A rendezvény keretében több kategóriában vettek részt a versenyzők, így általános iskolás tanulók, középiskolás tanulók, illetve felnőttek. A rendezvény során számos magyar költőtől, illetve írótól hallottunk színvonalas verseket és prózákat. Ellátottjaink a felnőtt kategóriában indulhattak. *Gyabronka Csaba* József Attila Eszmélet, míg *Külvári Norbert* Lackfi János SKODA – DAL című versét szavalta el. Csaba szavalatával I., Norbert pedig II. helyezést ért el a felnőtt kategóriában, melyet a szervezők értékes könyvajándékkal és oklevéllel díjaztak.

A zsűri Csabát külön szóbeli dicséretben részesítette. Ezen felül Csabát és Norbertet mindennemű városi szinten megrendezésre kerülő kulturális rendezvényre invitáltak. A rendezvény lezárását követően a Színház aulájában megvendégléssel is kedveskedtek a szervezők, ezzel sikerült levezetni a verseny okozta izgalmakat a résztvevőknek.

Csaba és Norbert az intézményi szinten megrendezett szavalóversenyek állandó helyezettjei, illetve az utóbbi években zsűritagjai voltak. Így számukra ez a délután rendkívüli eseménynek számított, mivel korábban a városi szintű szavalóversenyen nem vettek részt ellátottjaink. Az elért eredmények hatalmas sikerélményt és energiát adtak számukra, hogy a jövőben tovább foglalkozzanak a költészettel és a szavallással. Már azon a napon számos pozitív visszajelzést kaptak lakóink, mely nagy öröm volt számukra, hisz ezzel intézményünk hírnevét tudják a városban öregbíteni.

Külön öröm volt számukra, hogy a Gotthárd TV felvételt készített a versenyről, mely egy héten keresztül lesz megtekinthető napi szinten a Gotthárd Tv-ben, illetve annak Facebook oldalán is megtekinthető lesz szereplésük, így ismerőseik, rokonaik - akik nem tudtak eljönni - előtt tudnak büszkélkedni a felvétellel.

Gyabronka Csaba gondolatai :

Április 11- én egy hétfői napon a városban sorra kerülő Pannon Kapu Kulturális Egyesület által szervezett szavalóversenyen szerepeltem jómagam és társam, Külvári Norbert, a városi színházban. József Attila

születésnapja alkalmából minden évben megrendelésre kerül mind az intézetben, mind pedig a városban egy szavalóverseny. Nos, minket Norbival meghívtak a színházba, és mi szívesen tettünk eleget ennek a felkérésnek. Ő, mármint Norbi egy Lackfi János verset adott elő, én pedig minő meglepetés, egy József Attila verssel léptem fel. Ugyan versenyről lévén szó, mi ellenfélként érkezünk a helyszínre, de mivel a kategóriánkban nem volt több induló, így ez az egész amolyan verseny nélküli előadássá vált a részünkről. Osztottak ki ugyan helyezéseket közöttünk – én első lettem, Norbi második - , de ez inkább arról szólt szerintem, hogy öregbítsük az intézet hírnevét. És jövőre ugyanitt, ugyanebben az időben szeretettel várnak minket. Mi pedig a Norbival ott leszünk és köszönjük a szervezőknek a lehetőséget.

Külvári Norbert gondolatai :

Örültem neki, hogy 04. 11-én részt vehettem a színházban tartott szavalóversenyen, ugyanis 2 éve még úgy volt, hogy fölléphetek az amatőr színjátszókör debütáló előadásán, de sajnos a koronavírus miatt karanténban voltam, így ez nem sikerült. Ezzel a föllépéssel valamit sikerült kompenzálni belőle, de azért nem adtam még föl teljesen a reményt, hogy, ha a kintiek számítanak rám, szerepelhessek a színjátszókör egy későbbi előadásán. Mindenesetre köszönöm a színház és az otthon összes dolgozójának és lakójának és az SZGYF Vas megyei kirendeltségének, hogy fölléphettem ez eseményen, az SZGYF -nek pedig külön köszönöm a gratuláló oklevelet!

K.I., R.M.



XXV. Rajztalálkozó

2022. május 25 – én intézményünk négy ellátottal (kettő férfi, kettő nő), vehetett részt a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Gondviselés Háza Fogyatékosok Otthona Csákánydoroszló által szervezett XXV. Rajztalálkozón. A találkozó évről évről valamilyen aktualitást ölelő témához kapcsolódik, mely ebben az évben az orosz – ukrán háborúra tekintettel a béke volt. A meghívó megérkezését követően ellátottainkkal három hetes lázas felkészülés zajlott. A rendezvényen összesen tizenkét csapat vett részt, és készített maradandó alkotást a 100cmx120cm-es gipszkarton táblákra.

A napot egy kis megvendéglést követően a 10.00 órakor kezdődő ünnepélyes megnyitóval indítottuk, melyen az intézményvezető és tagintézményvezető köszöntőjét követően a csákánydoroszlói otthon ellátottainak előadásában verseket, az énekarnak köszönhetően ismert dalokat hallgathattunk meg, majd a Gyöngyös Bokrétás Néptáncsoport táncát tekinthettük meg. Ezt követően közel két óra alatt készíthették el a csapatok az alkotásokat, melyekben a béke ismert szimbólumai köszöntek vissza (galamb, kezek, szívek).

A mi alkotásunkban a földbolygót próbáltuk illusztrálni, melyet kezekkel, szívekkel rajzoltunk körbe.



A kezekkel a sokszínűséget, az emberi életek egyenértékűségét próbáltuk kifejezni, míg a kezek között elhelyezkedő szívekkel az összetartozást, összekapcsolódást. Földgömbünk sejtelmesen mosolygott, mutatva, hogy bizony van még mit dolgozni az emberiségnek a világbékén.

Az alkotásokat az elmúlt évekhez hasonlóan Horváth Csaba fazekasmester értékelte néhány mondatban. Minden csapat ajándékban részesült. Az értékelést követte az ebéd, majd a délután folyamán egy közös torna, illetve élőzenés bál zárta a rendezvényt.

Ellátottaink amiatt is nagyon örültek a programnak, mert az elmúlt két évben a világjárvány miatt nem volt sok lehetőségük intézményen kívüli programokon részt venni, régi kapcsolataikat ápolni társintézményekben élő társaikkal.

V.H.M., R.M.

Speciális Filmszemle



Idén 2022.05.25-én a Dunántúlon is elindult a nagy sikernek örvendő speciális filmszemle.

A rendezvény szervezői a Vas Megyei ÉFOÉSZ egyesületével együttműködve első alkalommal rendezték meg a Dunántúli Speciális Filmszemlét. A kezdeményezésnek a szombathelyi Megyei Művelődési és Ifjúsági Központ adott helyet.

A zsűri tagjai között volt:

- Erdélyi János , - Balázs Béla díjas filmrendező
- Horváthné Somogyi Ildikó, - gyógypedagógus, az ÉFOÉSZ alelnöke
- Szabó Tibor , - színművész, a Weöres Sándor Színház igazgatója

38 alkotást mutattak be Szombathelyen a filmszemlén.

Az eseményen fogyatékossgal élő alkotók, értelmileg akadályozott emberek és autizmussal élők pályaműveit mutatták be. A Magyar Speciális Mozgóképfilm Egyesület eddig

hét alkalommal rendezte meg a Magyar Speciális Független Filmszemlét.

Az eseményhez kapcsolódott még egy rajz és fotókiállítás, melyet alsó és felső tagozatos gyermekek készítettek, és a speciális filmszemléről szólt.

Címe: „Így látom én a fogyatékkal élő embereket.”

Az elkészített munkákat a filmszemlével egyidejűleg értékelte a zsűri.

Intézményünkből két lakó *Lengyel Krisztina* és *Lukács Tamás* 2 filmmel pályázott erre, valamint *Lengyel Krisztina* saját kisfilmjével is nyújtott be pályázatot a filmszemlére, terápiás munkatárs segítségével.

Lengyel Krisztina és *Lukács Tamás* a *Pandémia* című filmjükkel *különdíjasok* lettek.

Lengyel Krisztina *34 év* című filmje pedig *közönségdíjat* nyert.

Sz.A.

Tudtad-e – Balaton



Tudtad, hogy a Balaton, becenevén a magyar tenger Közép-Európa legnagyobb tava? Felülete 594 négyzetkilométer, hosszúsága 79 kilométer, szélessége pedig 1,3 és 14 kilométer között mozog.

Tudtat, hogy a Balaton medrének kialakulása mintegy 15 ezer évvel ezelőtt, a földtörténeti holocén korszakban kezdődött, így viszonylag fiatal természeti képződménynek számít? A tó létrejöttében a szélerezózió és a tektonikai mozgások egyaránt szerepet játszottak.

Tudtatd, hogy a Balaton elnevezés a szláv blato szóból származik, mely mocsarat, lápot, sarat jelent. Latin elnevezése, a Lacus Pelso, illetve a németek közkedvelt Plattensee szava egyaránt a tó sekély voltára utal.

Tudtad, hogy a tóban található
1800 millió köbméter víz teljes

kicserélődéséhez több mint két év szükséges. Még ha a látogatottabb strandokon ez nem is szembetűnő, a tó vízminősége kiváló, a Balaton rendelkezik Európa egyik legtisztább víztükrével?

Tudtad, hogy a Balaton már az ókori Római Birodalom idején is népszerű hely volt. Több római császár is elidőzött a környéken - Tiberius Badacsonynál, Galerius pedig Siófoknál -, emellett a fenékpusztai ókori romkert is az egykor itt élő rómaiak emlékét őrzi?

Tudtad, hogy a Balaton víztükre a ráeső napfény jelentős részét visszaveri, az északi part déli hegyoldalai olyan kiváló szőlőtermő vidékekkel büszkélkedhetnek, mint például Badacsony. A szőlőtermesztésben rejltő lehetőségeket már az ókori rómaiak is felismerték.

F.SZ.

Zenekari koncert



2022. május 5 – én tartottuk meg a Gold zenekar tavaszi koncertjét. Eddig a Gold együttes évente csak egy koncertet adott, általában ősszel. De a 2021-es őszi nagy sikerű koncert után (ez volt az első koncert, hogy az együttes csak saját számokat játszott) több lakó is megkereste a zenekart, meg a mentálos nővéreket, hogy szeretnék, ha évente nem csak egy őszi koncert lenne, hanem kettő vagy négy, tavasszal és ősszel, illetve mind a négy évszakban. A kérés megértő fülekre talált, mert Konkolics Ildikó mentálos csoportvezető nővér úgy döntött, hogy legyen akkor évi két koncert, tavasszal, illetve ősszel. Ez a május 5-ei fellépés volt az első a tavaszi koncertek sorában. Természetesen most is saját

számokból állt a repertoár (kivéve az utolsó Santana számot), méghozzá eddig nem hallott új számokból. Pontosabban egy szám már szerepelt az őszi koncerten (Tengerparton), de több lakó kérésének tettünk eleget azzal, hogy ezt ismét bevettük a repertoárba. Többen megkérdezték, Erdős Gábor miért tesz ki a színpadra két gitárt, ha csak egyet használ. Nos, Erdős Gábor nem azért tesz ki két gitárt, hogy feltétlenül használja mindkettőt. Azért teszi csak ki, hogyha a fő gitárján húrszakadás lenne, ne kelljen húrozni a színpadon, hanem csak felveszi a második gitárt és azzal folytatja a koncertet. A koncert a közönség – tapsaiból és véleményéből megítélve – nagyon jól sikerült.

E.G.

Viccek



Három pap üldögél egy csónakban a tó közepén, és horgásznak. Egyszer csak elfogy a csali. Az egyik pap azt mondja: - Megyek, hozok még csalit. - Azzal kilép a csónakból a vízre, és a víz tetején lépkedve kimegy a partra, majd ugyanígy tér vissza a csalival. Kis idő múlva megint kifogy a készlet, a második pap is elmegy gilisztáért, a vízen járva, akárcsak a társa.

Amikor harmadjára elfogy a csali, a harmadik pap lép ki a csónakból, és azonnal elsüllyed a tóban. Az első ránéz a másodikra és azt kérdezi:

- Te, nem mondtad el neki, hogy hol vannak a vízben a kövek?



Egy házaspár elmegy horgászni hétvégén. A férj délben ledől pihenni egy kicsit, felesége pedig a csónakkal bevezve a tó

közepére, lefekszik napozni és olvasni. Arra evez a halőr, és megszólítja:

- Bocsánat, hölgyem, mit csinál itt?
- Nem látja, hogy olvasok? - kérdez vissza a nő.
- Azt tudja, hogy itt tilos horgászni?
- Én nem is horgászom!
- De a felszerelés ott van a csónakban! Ezért fel kell jelentenem!
- Rendben, én meg feljelentem magát nemi erőszakért!
- De hát én magához sem értem!
- Persze, de a felszerelés ott van magánál!



Egy szőke nő egyik télen elhatározza, hogy kipróbálja, milyen a jégen horgászni. Kimegy a jégre, és vág rajta egy léket. Éppen készül belógatni a csalit, amikor megszólal

egy

hang:

- Ott nincs hal!
A lány nagyon kitartó, harmadjára is próbálkozik. Ismét hallja a hangot. Ekkor felnéz a magasba, és megkérdezi:

- Uram, te szóltál hozzám?
- Nem, én a korcsolyapálya vezetője vagyok! Ott nincs hal!

Sz.A

Kerékpártúrák

Az időjárás ebben az évben először áprilisban tette lehetővé, hogy kerékpártúrát szervezzünk, napra pontosan 28-án. Az úti cél a máriaújfalui Hársas – tó volt. A túránk egy kisebb fennakadással indult, mivel még Szentgotthárdon egyik lakónk defektet kapott, így végül öt fővel tudtuk folytatni a kerékpározást. A hosszabb kihagyás ellenére megfelelő tempót tudtunk tartani, így egy aktív délutánt tölthettünk együtt.

Május 20 – án még kellemesebb hőmérséklet mellett, Szakonyfaluig tekertünk el hat lakóval, akik közül volt, aki jobban, volt, aki kevésbé bírta a tempót, de a többszöri pihenő és a kitartás meghozta gyümölcsét, így mindenki teljesítette a távot.

Sz. A., R.M.



Ellátottaink alkotásai

Üdvözöllek szép hajnali virág, picit szíved hogy pihent az éjjel? A nap is felkelt a szentgotthárdi égen. Hogy tudnék én örömet szerezni néked? Figyelem, hogy mire van szükséged. Ha szépen fejlődsz, gyönyörű virágszál lesz belőled. De így van jól. Nekem az a boldogság, ha mosolyog a nap. Én már a harmatcseppekből is ittam, hogy téged üdvözöljelek. Az erőt én az Istentől kérem. Nekem is sietnem kell, hogy még tanuljak Mózesztől, Isten éltesse őt. Az is öröm nekem, amikor találkozok a fiammal itt a portán, Szentgotthárdon. Egy szép képeslapot kaptam az egyik szobatársamtól, még májusban. Május a szerelem legszebb hónapja, ilyenkor a virág a szirmát bontja és a szitakötő is szomjas. Aztán a szivárvány színei itt Szentgotthárdon eső után Isten üzenete az emberek felé. Nekem ez a boldogság.

/Szencz Etelka/

Fehér Kornélia versei

1.
A szabadság tüze csak! – oxigénnel
 hevül
S szívünkben a Vágy sóhaja terül.
Éteri Remény szárnyán lebegünk
Ezer apró álomcsillag lesz velünk.
Szeretet árad, lávafolyó a lehelet

 És tudod, hogy csak jó történhet
 Veled!

 Hiszek az Életben
minden kis vízcseppben.

 ÉLET-ÉLET-ÉLET,
Egyszerre kiáltjuk s a miénk lesz!
 Amit úgy szeretünk
Szeretni – tudunk – nevetünk!

2.
Mikor úgy érzem, hogy ez szinte fáj,
Pedig simogató, szelíd báj.
Repül bennem ez z érzés,
szárnyaim lebegnek, ez nem kérdés.
Óriási öröm feszít, hogy végre
Úgy történt és nem estem kétségbe.
Rám olvad a fény, bevonva lelkem

Minden bizonytalanságot kileheltem,
Tudom, hogy csak jó történhet
velem,
Újra csillagokat szór z érzelem.
Szárnyalhatok, határtalanul tovább
S másoknak is boldogságot
sugározhatok legalább.

3.

Szomorkásan lépdelttem
az utat nézegetve
S mellettem egy fiatal pár
elsétált nevetve,
És szinte észre sem vettem

egy szép virágot felvéve
már én is nevettem.
Hirtelen, szép lett a táj
Azon kaptam magam,
hogy nem búsulok már.

4.

Kacajod hullámára estem
Magam meg nem ütöttem mégsem!
Lágy zümmögő örömöd
felborzolt, igen jó kedvvel betöltött
Szemed fénye ölelte szívem,
Világítottam a Tőled kapott íven!

Barna buksidat berzenkedve
és féltve elengedtem,
Aztán hiszem Te kész férfi vagy.
Nagyon sután, de óriási szeretettel
homlokodon nyomtalak
Drága fiam.

Boha László : Locsolóvers

Egy kis kosár színestojás
Szivárvány szín sziporkálás
való ez, vagy álmodom?
Kis virágszál, hervadozol? bámulám.
Megöntözlek rózsavízzel, szirmod nem hervad.
Új életre fakad, újra telik életkedvvel, vidámsággal,
lúktetéssel ébredszik az alvó virág.
Béke galamb szálljon terád?
Szabad-e locsolni?
„Útszéli virágot, ne tépd le hiába
ne dobd könnyelműen az út porába!
Letépett virágnak nem zöld a levele,
A szív is megszakad, ha játszanak vele!”



Horváth Tünde: D'Artagnan , vízfestmény A/4