

A mi gyógyszerésznünk



Dr. Hanula Magdolna
F O T O V A S T

Zúg az őszi szél,
Sír a falevél...



Csontjainkban érezzük a nyirkos, őszi szeleket. Igen, de ha már érezzük, bizony valami nincs rendben, ez az ízületi betegségek jele. Ezeknek két fajtája van, a kopásos eredetű és a gyulladós. Most a kopásos fájdalomról (artrózis, osteoartrózis) szólnunk bővebben.

A csontok találkozásánál a csontok végeit zselészerű, kocsonyás anyag borítja, ami védi a csontok felszínét, csökkenti a súrlódást, megakadályozza a szilárd csontok kopását. Ennek a rétegnek a kialakításáért bizonyos hormonok felelnek, melyek egyensúlyban vannak a réteg lebontó enzimeivel. Amennyiben ez az egyensúly felbomlik, megindul a porc leépülése, kopása.

Mi boríthatja fel az egyensúlyt? Erre nem mindig adható egyértelmű válasz. Az okok lehetnek örökletesi, genetikai eredetűek, de sérülések vagy túlzott terhelés által kiváltott gyulladás is előidézhetheti a kopást.

Ennek tünete: első a fájdalom, mely reggelente, vagy hosszabb pihenés, ülés után nehezíti az elindulást, de a mozgás hatására ez megszűnik. Nagyobb fizikai terhelés is kiválthat nyílálló fájdalom tüneteinkben. A hideg sem tesz jót, mert az összehúzódó, görcsös izmok növelhetik a fájdal-

mat. Vegyük intő jelnek az ilyen tüneteket! A kezeletlen kopás kísérője az összesűrűlő csontok kattogása, az ízületi szalagok, inak zsugorodnak, az izmok megtartó ereje csökken, és természetesen nő a fájdalom. Mivel ilyenkor kémelni próbáljuk a fájó végtagot, a nagyobb terhelés miatt a másik is jobban kopik, az is mind fájdalmasabbá válik.

Hogyan kezeljük a betegséget? Először is a fő rizikó tényezőt, az elhízást, a mozgásszegény életmódot próbáljuk elkerülni! *(De sokszor elhangzanak ezek a szavak!)* Rendszeres testmozgás javítja az ízületek vérellátását, növeli az izmok erejét. A megjelenő tüneteken fizioterápiás kezelés segíthet. Amennyiben a fájdalom már erősebb, úgy fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő készítmények, krémek, tapaszok, borogatások alkalmazhatók helyi kezelésre. Sok porcvédő, regeneráló készítmény áll rendelkezésre, melyek segítik a porc visszaépülését és gyulladáscsökkentő, fájdalomcsillapító hatásuk is van.

Ne várjuk meg az ortopédiai műtét szükségességét, melyet már végső esetben kell alkalmazni. A ködös téli időben is mozogjunk többet, öltözzünk rétegesen, védjük a hidegtől ízületeinket!

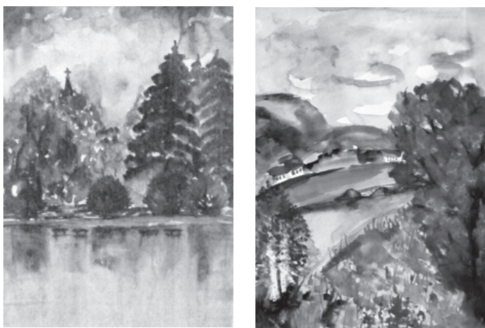
Kívánok minden kedves Olvasónknak boldog, békés Karácsonyt és Újévet!

Vizek, fák, virágok

2017. október 9-én a Szentei Rendezvényházban nyílt meg **Sára Anna** (*Sagyibó Sándorné*) kiállítása. Sára Anna Szentén született, nyugdíjazása előtt a *Romhányi Il. Rákóczi Ferenc Általános Iskola* igazgatója volt, ahol földrajzot és rajzot is tanított, így nem volt meglepetés, hogy a jelenlévők között több volt tanítványa is felbukkant. A most nyílt kiállításon a festő utóbbi hónapokban készült olajképeit és akvarelljeit láthatta a közönség. Műveinek tematikája változatos, de érdeklődésének központjában természet áll. Tájképei vidékünk sokak számára kedves, ismerős részleteit villantják föl, de virágcsendéletei is természet iránti rajongásáról tanúskodnak. Aprólékosan kidolgozott olajképei mellett éppen ezek, a felszabadultan, frissen festett akvarellek mutatják meg szakmai felkészültségét.

A „hivatalos” megnyitó előtt *Illés Kálmán* polgármester köszöntötte a jelenlévőket. Az ezt követő műsorban *Gyimesiné Sepsí Erika* fuvalajátéka és a szentei *Varga Brigitta* versmondása után a *VÉ-TŐ Duó* két irodalmi ihletésű dala következett, majd *Kovács Ferenc* tanár, Balassagyarmat díszpolgára kedves, családias hangú beszédében üdvözölve a kiállítót és közönségét, megnyitotta a tárlatot. A bemutató sikere a jövőre nézve is biztató, mert megerősítette: helyes a törekvésünk, hogy kulturális programjainkat az itt élők mindennapjainak részévé tegyük. Nem csak a felnőttekre, hanem a gyerekekre is gondolva, hiszen e rendezvények nem elhanyagolható személyiségfejlesztő, közösségformáló hatással lehetnek az itt felnövőek fiatalok számára.

Major Lászlóné



Szépülünk az A TERMÉSZET EREJÉVEL ünnepekre!

Ha a tükörbe nézve fakónak, színtelennek látjuk bőrünket, ne keseredjünk el, kamránkban biztosan találunk bőrünk felhívására felhasználható anyagokat. Az otthon összeállítható pakolások elkészítése nem bonyolult, de fontos, hogy a felhasznált anyagok jó minőségűek, frissek, tiszták legyenek, különben bőrünk – mikrosérüléseinek károsító – könnyen elfertőződhet. Mivel az otthon kikevert pakolásokat nem konzerválhatjuk, csak annyit készítsünk, amennyit egy alkalommal felhasználunk.

Miért előnyösebbek ezek, mint a boltban vásároltak? Mert olcsóbbak, frissességük okán hatékonyabbak, és bármikor elkészíthetők. Hatásuk érvényesüléséhez a szükséges idő legalább 20 perc. Miután feltettük a pakolást, fekdüdjünk le, s kellemes, ellazító zene mellett hagyjuk, hogy a vonásaink kiszimuljanak! Az álva száradó pakolás lehűzhatja az arc bőrének finom szövetét!

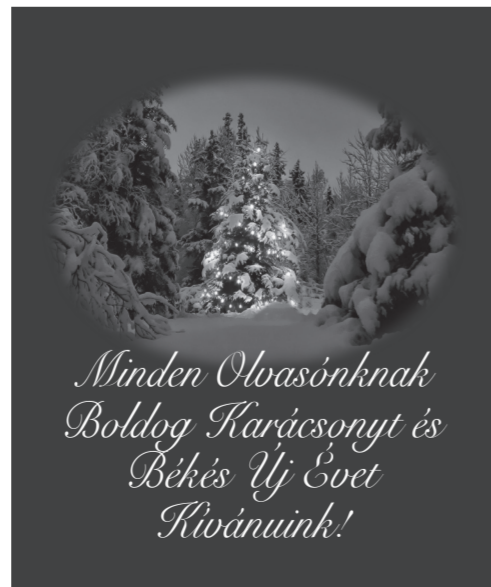
Mik lehetnek a felhasználható nyersanyagok?

1. A száraz szaruszejteket eltávolítására, és a pakolások sűrítésére kiválóak az *olajos magvak* és a *gabonák* finom őrlémenyei (zabpehely, kukoricadara, lenmag, mandula, tökmag, hajdinakása, köles). Zsíros bőrűek a csekély zsírtartalmúakat válasszák! Ilyen a zabpehely vagy a kukoricadara. (A darákból általában 1 evőkanál elegendő.)
2. A szárított *gyógynövényekből* főzött tea gazdag hatóanyagokban. Ezekből 1 teáskanálnyit 1 deciliter vízzel leforrázunk, leszűrünk, és 1–2 teáskanálnyit hozzákeverünk a kiválasztott daráchoz. A maradékot a pakolás lemosására, illetve

arcborogatásra használhatjuk. Ilyenkor mindig adjunk hozzá bőrünknek megfelelő olajat!
Pattanásos, zsíros bőrre *csalán, zsálya, kamilla, lándzsás útifű, száraz bőrre apróbojtorján, erdei mályva, körömvirág*, érzékeny bőrre *citromfű, cickafark, levendula*, érzékeny, vörös bőrre *iszóp, borsmenta, olasz szalmagypórá*, fakó, dohányos bőrre *rozsmaring* és *gyömbér* ajánlott.
3. A *zöldségek* és *gyümölcsök* közül jól hasznosítható a *banán*, az *avokádó*, a *sütőtök* (párolva, pépesítve), és a reszelt *sárgarépa* leve. A répa levét belekeverhetjük az olajos-darás pakolásokba, vagy közvetlenül a zsírosabb krémekbe is.
4. A hidegen sajtolt *növényi (saláta) olajok* is jó szolgálatot tehetnek. Száraz, érzékeny bőrre az olívaolaj, mandulaolaj, zsíros bőrre a szőlőmagolaj, napraforgóolaj, öregedő bőrre az olívaolaj, az argánolaj vagy az avokádóolaj ajánlható.

5. A *tejtermékek* közül jól használható a krémesebb túró, a tejföl, és a joghurt. Száraz, érett bőrre a tejföl és a túró való, zsíros, tág pórusú bőrre a tejsavban gazdag joghurt.
6. Ugyancsak számíthatnak a *méz*, a *tojás*, az *élesztő* és a *keserűcsokoládé* szépítő hatására is. Ha ez utóbbiból kis darabot meglágyítunk, és zsíros krémhez keverünk, bőr táplálására alkalmas krémpakolást kapunk. A pakolások anyagának kiválasztásakor a bőr aktuális állapotához kell igazodnunk. Akinek zsírosabb a bőre, tagak a pórusai, az a kissé savas, kevésbé zsírozó anyagokat válassza. Az arcpakolásokhoz általában 2 evőkanálnyit anyagmennyiséget számítsunk.

Markovics Vera



*Minden Olvasónknak
Boldog Karácsonyt és
Békés Új Évet
Kívánunk!*

Kerti kalandok 7. A virág neve...



Tanakodtam, hogy újabb felfedezésemet közzé tegyem-e. Féltém, lesznek, akik megmosolyognak, vagy rosszabb esetben egyenesen kinevetnek majd. Hogy mégis megteszem, arra az bátorított, hogy tíz, kertes házban élő megkérdéztet közül csupán ketten tudták megmondani, milyen is a gyöngyvirág *termése!* A kertünkben két évtizede megállíthatatlanul terjedő növény sűrű levelei között megbújó kis virágokat tavasszal sem könnyű észrevenni, ősszel meg csak levéltakarítás közben figyelhet föl az ember a levéltömeg alatt szét-szóródott, különös piros golyókra. Ezek eredete csak akkor lett világos számomra, amikor egy előbukkanó virágszáron, a kis fehér hangocskáknál helyén, az ezeknél jóval nagyobb piros gyöngyökkel szembesültem.

F A

K O N Y H A S A R O K

44



Németh Erzsébet

Palóctekercs Erzsébet módra

Karácsony közeledtével az ünnepi asztalra megint csak egy olyan különlegességet ajánlok, ami családomban kedvenc ételje közé sorolható, és az is előnyére válhat, hogy a „tartalmas” ünnepi ételek között inkább a könnyű műfajt képviseli...

HOZZÁVALÓK (4 személyre)

4 nagy szelet pulykamell
3 gerezd fokhagyma
2–3 dl tej
só, bors (ízlés szerint)

A töltelékhez:
valamilyen lágy sajtot
(ízletéhez kevés kapor, sonka, snidling vagy fokhagyma)

A bundázáshoz:
4 nagyobb burgonya
2 gerezd fokhagyma
2 db tojás
2–3 evőkanál liszt
2–3 evőkanál tejföl
só, bors

A pulykahúst egy éjszakára fokhagymás tejben áztatjuk. Másnap leitatjuk a tejet a húsról, majd kiklopfoljuk, megsózzuk, borsozzuk. A bundához lereszelünk 4 nagyobb burgonyát és 2 gerezd fokhagymát, hozzájuk adunk 2 db tojást, 2–3 evőkanál lisztet, 2–3 kanál tejfölt, majd sóval, borsal ízesítjük az összegyűrt masszát. A töltelékbe szánt lágy, kenhető sajtot tetszés szerint ízesíthetjük. Lehet fokhagymával vagy kaporral, főlvágott snidlinggel vagy aprított sonkával is. Én mind a négy szeletbe más-más tölteléket teszek, így mindenki kedvére választhat a hús tekercsekből. A hússzeletek belső felét megkenem a töltelékkel, összetekerem őket. Azután a lisztben megforgatva, majd a krumpis masszába mártva, bő, forró olajban kisütöm a tekercseket. Körtéként sok minden elképzelhető hozzá, nálunk mindig

hozzá, nálunk mindig a krumplipüré a nyerő! Remélem, sokan kipróbálják majd, és senkinek nem okoz csalódást ez a finomság! **Minden kedves olvasónknak szép ünnepeket és jó étvágyat kívánok!**



Cserhát Vidéki HÍRMONDÓ



Kéthodony, Kiscset, Szátok, Sente és a környékbeli faluközösségek lapja



Beérett a termés – 2017. (2.)

AZ IGAZI VAGYON

Évek óta minden elem kerülő cikket elolvassok a termőföldről. Ahogy jó részükre visszaemlékszem, mindent érdekből vagy érdekekről írtak, gazdasági vagy politikai érdekből, érdekről. A termőföld és a földön dolgozó ember érdekében nem nagyon írt senki. Én most megpróbálom, őszintén és józanul.

Foglalkozása: földműves

Kézbe veszem hatvankét éve kiállított születési anyakönyvi kivonatomban, benne egy rubrika, apja foglalkozása: *földműves*. Akkor a földnek még volt művelője, ma csak használója, vagy tulajdonosa van. Amikor születtem, minden családtagom, rokonom – nagyszüleim hét gyermeke és családjuk – paraszt volt. Ma édesanyám és két, jóval nyugodjon túli unokatestvérem él földközében, ami inkább csak a méretes parasztpartra kertjét jelenti. Apai és anyai nagyszüleimnek mintegy 65 hold földjük volt, ma a városban élő két unokának 350 holdja van. Én vagyok az egyik. Amikor végigmegyek az elbokrosodott legelőkön, a kőkeny-, csipke- és galagonyabokrok között valami szegényen vesz erőt rajtam. Mit szólnának mindehhez nagyapám, akik a legfőbb értéknek a mértéktartást tekintették? Miért mindez, ha nem tudsz élni vele? Az ő idejüknél a földet még mélyen tisztelték. A földet az út széléig művelték, a parcella végére gyümölcsfákat ültettek, a földutat eső után nem taposták össze, az árkokat rendben tartották, a forrásokat kikövezték. Minden darab földről, sőt a vékony parcella alsó és felső végéről tudták, hogy mennyit terem, milyen növény érzi jól magát benne. Még a téves idők agronomusai is ismerték a rájuk bízott földet, bár ők már több falu határában, nagy táblákon dolgoztak.

Ekkorra az új rend szerint, a korábban tucatszámú néven szereplő parcellákat összevonták, átnevezték. Tizenhatos táblának hívták, ahogy a teheneiket sem nevezték már Rózsának vagy Fecskének, csak 6125-ösnek. Számot kaptak, ezzel feloldódott a személyes kapcsolat és a személyes felelősség is. Talán itt volt az a határ, ahonnan már nem művelték a földet, csak használták.



Fotók: Internet archív

Egy marék föld

A rendszerváltás idején, falum egykori grófjával – mikor az hazalátogatott Karintyából –, egy osztrák gazda is érkezett, aki úgy tervezte, hogy ottani birtokát fiára hagyja, ő pedig Magyarországon letelepedve gazdaságot alapít. Megkértem, mutassam meg nekik a határt. Miközben jártuk a földeket, a gazda alaposan megfigyelt a kultúrnövényeket, a gyomokat, felvett egy-egy marék földet, tenyerében gombóccá gyúrta, majd ledobta a földre. Nézte, széthull-e, mennyire homogén-agyagos. Végül a törvényi korlátok miatt elmaradt, de a mai napig emlékszem mozdulatára. Azóta sok földet kereső magyar befektetővel jártam eladásra kínált föl-

deken Babócsától a Székelyföldre. Módos, sikeres emberek voltak, ügyvédek, brókerek, visszavonult bankárok, államtitkárok, titokzatos társaságok komolykodó vagy barátkozó ügynökei, táskahordozói. Kértek térképet, tulajdoni lapokat, helyrajzi számlistát, érdeklődtek a bevételről, támogatási, vadászati és lovaglasi lehetőségekről, de nem találkoztam eggyel sem, aki lehajolt volna egy marék földért.

Fogyatkozó termőtalaj

A közelmúltban egy neves tudományos lap az USA Nobel-díjas tudósait kérdezte, hogy mit tartanak a 21. század legnagyobb fenyegetésének. Szerintük nem az energiahordozók fogyasztása, a Föld felmelegedése, hanem a talaj pusztulása. Ez korunk legalattomosabb és legalulbecsültebb problémája. Az emberiség a művelhető földek felső talajrétegének már több mint egyharmadát elhasználta, s évente folyamatosan csökken a hasznosítható terület nagysága. Az ember élhet olaj, szén, tőzsze, politika és média nélkül, de talaj, víz és kedvező éghajlat nélkül nem. A jó termőföld befogadja a vizet, enyhíti az éghajlat szélsőségeit. Harmadik együtthatásuk megszűntét éhínség, társadalmi, kulturális összeomlás követi.

Végigtekintve a Kárpát-medencén, megértjük, hogy mi, magyarok valóban gazdagok vagyunk. Jó a földünk, bőséggel áll rendelkezésünkre édesvíz, éghajlatunk kiegyenlített. Mindez együtt nagyszárenddel nagyobb értéket képvisel, mint egy-egy gazdag arab állam olajkincse. Bizakodva tekinthetünk a jövőbe, ha felismerjük ezt a potenciált, és súlyának megfelelően vigyázunk rá. Miközben folyamatosan védjük az idegenektől a magyar földet, az a társadalom számára láthatatlanul áramlik kétes érdekcsoportokhoz.

Ami előttünk áll

A föld valamikor a falu erőforrása volt. Ma a gazdálkodók, a vidéken élők adó- és támogatási viszonyait megvizsgálva, elképesztő arányokat kapunk. Persze megváltozott a világ, a csereárnyok romlása miatt a mezőgazdasági termékek ára a



töredékükre esett vissza. De a világ változik, a csereárnyok hamarosan ismét megközelítik a nagyszüleink korabelit. Ha a falvak rendelkezhetnének természetesen történelmi határraikkal, elfogadható hektáronkénti bérlet, vagy helyi adó esetén a halálra ítélt kislavaink önfenntartóvá válnának, nem szorulnának állami gyámkodásra.

Az én földélményeim leginkább az észak-magyarországi régióból erednek, ez pedig az ország esetesebb vidékei közé tartozik. Úgy vélem magam is, hogy az ország helyzete jobb ennél. Nem akarok igazságtalan lenni azokkal szemben, akik a föld közelében maradtak, megőrizték a felmenők földszeretetét és a következtelen, vállalkozásellenes politika ellenére igen jelentősen megemelték az agrár- és élelmiszerexportot, hisz ők megszerzett javikkal valóban teremtő munkát végeznek. A társadalom egyik leghasznosabb rétegét képezi, de nem igazán boldogok. Kiszolgáltatottnak élnék, dolgoznak, a mindenkori helyzethez csak idomulhatnak, nem formálhatják azt. Legalábbis a túlnyomó többség nem! Lehete számukra jobb világ, biztosabb jövőképek. Mindannyiunknak pedig egészségesebb élelmiszer. Az öntudatra ébredés, a kijózanodás azonban, ami még előttünk áll, nehéz, gyötrelmes folyamat.

Pekár István

Könyvtárosok Kétdobonyban

2017. október 16-án a Balassi Bálint Megyei Könyvtár szakmai napot tartott Kétdobonyban. A rendezvényen 60 könyvtári dolgozót láttunk vendégül a megyéből. A találkozó fő témája a könyvtárakban megszervezendő *Baba-Mama Klub* volt, így a résztvevők – a már működő klubokban szerzett – tapasztalataikat is megosztották egymással.

Nagy érdeklődésre tartott számot Végh József néprajzkutató Nyugat-Nógrád kincseiről tartott érdekes, humoros előadása is. Délután a felújított szentei és kiscseti könyvtárakba látogattak a résztvevők, ahol kis rendezvényekkel, helyi gasztronómiai specialitásokkal várták őket. Reméljük, hogy vendégeink kellemes élményekkel és hasznos tapasztalatokkal tértek haza az egésznapos rendezvényről!

**Emlékünneplés, kitüntetés**

Október 23-án ünnepségen emlékeztünk meg az 56-os forradalomról és egyidejűleg a két világháborúban elesett kétdobonyiakról is. Önkormányzatunk képviselő-testülete az ünnepség keretén belül adományozott díszpolgári címet **Réti Zoltán** festőművésznek. A díjat a művész családtagjai vették át.

A Könyvtári Közösségi Hely hírei

November 12-én, vasárnap délután láthattuk, hallhattuk **Szabó Klára** füvesasszony előadását, melynek témája a „gyógynövény étlap” volt, azaz, hogyan tudjuk 7 gyógynövény egymást követő fogyasztásával egészségünket támogatni. Az előadó teakészítési tanácsokkal, saját teakeverékeinek receptúráival gazdagította ezirányú ismereteinket. A januári folytatás témája lesz: *immunrendszerünk erősítésének lehetősége télen!*

November 18-án **mini angol csoport** indult, szülői kezdeményezésre, játékos angol tanulási lehetőséget kínálva a kicsiknek! Az ötletet a könyvtár és az önkormányzat is örömmel fogadta.

November 19-én **adventi koszorút** készítettünk, az alapanyagokat az önkormányzat biztosította.

Adventre négy programot terveztünk

November 26-án, vasárnap **Nagyági Roland** református misszionárius *Kezdetben volt az ige – az ige testté* lett címmel tartott előadást. **December 3-án**, vasárnap **családi programként** **Edit néni könyvespolca** címmel **Kerner Edit** vezetett kötetlen beszélgetést a karácsonyi ünnepkorról és népszokásokról. A kézműves foglalkozással egybekötött délutánon **Gremán Andrea** tanárnő mutatta be és szólaltatta meg a gyerekek segítségével *tibeti hangtál* készletét.

December 9-én, szombaton **Dinnyés József** (annak idején, egy szál gitáros, szájharmoskás, közéleti témákat felvető dalai miatt – *Bob Dylanre utalva* – „Bob Dinnyésként” emlegették) régi magyar dalokat és megzenésített verseket ad elő.

December 17-én, vasárnap 16 órakor **Molnár András** katolikus diakónussal hitről, családról és a hétköznapiokról beszélgetünk. De nem maradhatnak el a játékok sem!

Az együttlétek utáni szeretetvendégségre, közös fogasztásra, minden adománnyt szívesen fogadunk! A rendezvényekre mindenkit szeretettel várunk, a részvétel ingyenes!

Janecskó Györgyi



Fotók: Janecskó Györgyi

Szabó Klára előadása**Mini angol csoport a könyvtárban****További decemberi programok**

Mikulás ünnepség gyerekeknek: december 05.
Idősek Karácsonya: december 16. **Falusi Karácsony:** december 20.

Októberi megemlékezés

Október 20-án, délután az önkormányzat épülete előtt az **56-os Forradalomra** emlékeztünk. **Pribelszki Tamás** polgármester idézte fel 1956 eseményeit, majd **Szabó Gyuláné** és **Zibura Zsolt** rövid irodalmi műsora után az ünneplők koszorú helyeztek el az 1956-os kopjafánál.

Idősek Napja Kiscseten

Október 21-én, szombaton délután falunk idős lakosainak köszöntésére gyűltünk össze a Művelődési Házban. A meghívottakat ünnepi műsorral és ebéddel várták a rendezők. **Pribelszki Tamás** polgármester köszöntőjét követően a **Kiscseti Színjátszó Csoport** előadásában **Kéri Ferenc:** *A beteg disznó* című komédiáját láthatták a jelenlévők, amit **Papp Levente** előadása követett. Ezután a **Kétdobonyi Hagyományörző Csoport** lépett a színpadra **Besorozás** című műsorával. A műsor zárásaként **Somogyi Kata** operett-dalokkal szórakoztatta a közönséget. Polgármesterünk külön is köszöntötte településünk legidősebb lakóit, a 94 éves **Veres Pálnét** (*Piroska néni*) és a 85 éves **Béla Sándort**.

Az ünnepi műsort követően hűsleves és disznópörkölt került az asztalokra. Jó érzés minden évben együtt látni falunk idős embereit, amikor – ha csak egy kis időre is –, elfelejtik bújukat, bánatukat, örülnek az együttlétnek, élvezhetik a műsort és egymás társaságát.

Matikovszki Nikolett

**„Ahol a hősokeket nem felejtik, mindig lesznek újak”**

A Közép- és Kelet-európai Történelem és Társadalom Kutatásért Közalapítvány pályázata teremtett lehetőséget Szenté **56-os emlékművének** megvalósításához. A falu központjában álló emlékmű rendhagyó megjelenésével és interaktív eszközeivel az 1956-os események jobb megismeréséhez teremt lehetőséget az itt élők, és az ide látogatók számára.

Az objektum romos épületet, bazaltköves utcát idéz, melyet az installáció oromzatán magasodó nemzeti zászló kapcsol a mába.



Fotók: Major Lászlóné



Az emlékmű belső terébe lépő látogatót digitális eszközök segítségével, kép- és hangdokumentumok vizuálisan közelebb a kortörténelméhez. A falakon mindezett korabeli plakátok, tárgyak, és különböző dokumentumok egészítik ki.

nunk állítani mindazoknak, akik részt vettek az '56-os forradalmi eseményekben, legyenek azok nemzeti hősök, névtelen áldozatok, vagy a forradalmárokat segítő, őket élelmiszerral ellátó egyszerű, vidéki emberek.”

Major Lászlóné

Idősek napja Szátokon

Hagyományos idősek napi ünnepségünket idén október 25-én tartottuk. Az eseményre ezúttal **Balla Mihály** országgyűlési képviselő, **Dúl Géza** plébános és **Vizi József**, testvérközségünk, Óvár polgármestere is ellátogatott kísérőivel.

A rendezvényt **Dóbiás Tibor** polgármester ünnepi köszöntője nyitotta meg, majd **Dsida Jenő: Én hívlek élni** című versét hallhatta a közönség. Ezután **Bényiné Aranka**, nótáénekes szórakoztató műsora következett, a vacsora után pedig közös táncpal, vidámsággal telt az est még hátra levő része.

**Végh József**

Végh József nevével jó hat évvel ezelőtt találkoztunk először: amikor elindítottuk lapunk elődjét, a Kiscseti Hírmondót, és hiteles forrásokat kerestünk (és találtunk) a település történetéről. Azóta számtalanszor előfordult, hogy, egy-egy cikkünkhöz háttéranyag után kutatva, az írásaiába, botlottunk; s ma már szinte automatikusan üjtük be a nevét a Google keresőjébe ilyen helyzetekben. Persze régióink kis és nagyobb könyvtáraiban egylőre több olvasnivalót találunk tollából, mint a neten.



Nyugat-Nógrádnak nincs olyan települése, amelyről ne írt volna, s ne jelentek volna meg valamilyen formában történetének legérdekesebb fejezetei. A legtöbben alighanem a révkomáromi könyvkiadó gondozásában megjelent Honismereti Kiskönyvtár füzeteit ismerik, ezekből 50–60-at írt, a nyugat-nógrádi térség szinte valamennyi települését feldolgozva. Irigylésre méltó termékenységének legfrissebb produktuma Czinka Pannáról, a híres sajógömöri cigányprímásnőről szól (mely, ismereteink szerint, a könyvesboltokban nem, csak a szerzőnél kapható. Ugyanez a helyzet az utolsó nógrádi betyár, Sisa Pista életét feldolgozó, pár éve szintén magánkiadásban megjelent könyvével.)

A már nyugdíjas, ám nyughatatlan diósieni illetőségű helytörténész, néprajzkutató egyik „munkahelyén”, a penci Jakus Lajos múzeumban (hivatalos nevén J. L. Múzeumi Kiállítóhelyen) fogadta stábunkat. A tárlatvezetés során megismerhettük a névadó életét és munkásságát (lásd erről keretes írásunkat), és megállapíthatuk: Penc bizony szerencsésnek mondhatja magát, hogy náluk vert gyökeret, Végh jellemzését használva, a magyar irodalom és művelődéstörténet csöndes, szerény, szorgalmas munkása.

És: Penc szerencséje tartós, hiszen Végh József elődje ügyszeretével folytatja a megkezdett munkát. Beszélgetőtársunk ízig-vérig népművelő, mondhatnánk, nem esett messze az alma a fájától: nagyapja, Végh Károly kántortanító volt Diósienőn, mellette pedig, mint egy korabeli dokumentumban olvasható, „az iskolán kívüli népművelés fáradhatatlan, lelkes, buzgó apostola. Évről-évre tanfolyamokat rendez, hogy közsege felnőtt lakosságának tudását gyarapítsa, érzelmevilágát nemesítse. Szervezett gazdasági, gyümölcsfa-ápolási, háztartási, fűzvestző-fonási, varró- és főző-, tánc- és nótatanfolyamot, általános közismereti tanfolyamot stb. Szépen működő énekkart is szervezett...”

Édesapja, Végh László szintén tanító volt, ugyanott, s ő sem érte be az oktatással: vándor bábjátszó társulatot alapított, s azzal járta a környék településeit. Azt hihetnők, hogy ebből a családból egyenes út vezetett a népműveléshez, ám ez nem így volt. A kilenc testvér közül egyedül ő nem mehetett gimnáziumba. Szülei Vácra, a mezőgazdasági technikumba küldték, mert négyese volt matekból. A versenyfelvéte-

Szátokról elszármazottak első találkozója

Önkormányzatunk, idén október 14-én rendezte meg első ízben a *Szátokról Elszármazottak Baráti Találkozóját*, melyre ez alkalommal az 1968 és 1978 között itt születettek invitálta meg. A zenét a *Vasárnapi Fiúk* együttese szolgáltatta, amely – *ifjabb Dóbiás Péter*



li neki meg se kottyant, mert egyik bátyjától, aki agráregyetemre járt, annyi minden ragadt rá, hogy csak néztek a tanárai: az agrárkutatás legjobb eredményeivel brilirozott, amit megspékelt néhány gyógynövény latin nevével... Vác után Zsámbék, az agrárfőiskola következett, majd Diósienő, ott is a TSZ, ahol üzembazdászként alkalmazták, de csak egy évig. – Szerencsémre megüresedett a kultúrház vezetői posztja, és nekem ajánlották fel, mesélte.

Léderer Pál

Végh kapva kapott a lehetőségen. Mint mondja, akkoriban a diósieni művelődési ház volt az egyik legjobban felszerelt az országban, még színes fotólaborja is volt. Rádióstudióját alapított és adást indított (az MR leselejtezett, tökéletes állapotban lévő berendezéseiből), néptánc csoportot szervezett (Zsámbékon fogta meg a néptáncmozgalom, és leendő felesége is), és fejest ugrott a helytörténetbe és a néprajzkutatásba. – Nem volt nehéz dolgom, mert Diósienőn mindenki ismert. Különösen népszerű lettem a 80 körüli hölgyek körében, mert én örömmel hallgattam másoknak már ötszázszor elmesélt történeteiket. Fél évszázad diósieni adatgyűjtésének eredménye egy háromkötetes monográfia, amelyhez hasonlóval alighanem egyetlen hasonló nagyságrendű település sem büszkélkedhet.

Jakus Lajos (1915-2004)

Tata-Tövéroson született. Édesapja **Jakus Imre** tanító, édesanyját korán, három évesen veszítette el. Iskoláit szülőhelyén, Tatán és Sopronban végezte. 1946-tól tanító Pencen az Evangélikus Iskolában. 1952-ben elvégezte a Budapesti Tanárképző Főiskola levelező tagozatát. 1973-tól a penci és rádi általános iskola közös igazgatója 1975-ig nyugdíjba vonulásáig.

1948 és 1952 között gyűjtötte egybe a két vármegye, Pest és Nógrád határán fekvő Cserhát-vidék községeinek (Penc, Rád, Csővár, Kosd) levéltári, régészeti, néprajzi, irodalmi emlékeit. A helyi általános iskola egyik szobájában megnyílt penci Falumúzeum – az első egyike az országban – 1960-ban költözhetett mai helyére, a község legrégebbi épületébe. A gyűjtemény Petőfi-relikviát is őriz: a költő Koltón használt dohányasztóját. A múzeum látogatóinak száma 1960 és 2001 között meghaladta a 70 000 főt. A magyar rádió és televízió riporterei és operatőrei többször visszatértek a múzeum ismertetésére, melynek nyomán Penc idegenforgalma meglénkült.

Nyugdíjba vonulása után még 30 éven keresztül folytatta múzeumvezetőként a Múzeum gondozását és fejlesztését, levéltári kutatásait és publikációs tevékenységét. Fél-évszázad szorgalmas kutatómunkájának eredményeit élete utolsó évtizedeiben publikálta a Cserhát-táj községeinek monografikus feldolgozásával.

Az irodalomtörténet-írás elsősorban Petőfi-kutatóként tartotta számon őt. Pencen ugyanis a költő háromszor is járt. Főleg neki köszönhető, hogy a Petőfi családfát ma a dédszüligig tudjuk - nem-nemes létére is - visszavezetni.

Falutörténeti monográfiái mellett több mint hatvan tanulmányában, cikkében tárta fel és írta meg régi prédikátorok, iskolamesterek, kuruc tábori papok, hajómalom-molnárok, szürszabók, tisztartók és egyszerű parasztszadálók történetét. De tőle tudjuk azt is, hogy Kosdon valaha kőszénbánya működött, hogy az utolsó cserhádi betyárt Sisa Pistának hívták, és hogy Vácot van család, amelyik 450 éves helyi multtal dicsekedhet. Azaz, 1946 óta művelte azt, amit ma a történettudomány mikrohistóriának nevez, és amiben az ideológiákból és a nagypolitikából kiábrándult XXI. századelő még hinni tud. Első tanulmányát 20 éves korában írta. Utolsó munkája nyomdában volt elhunytakor, poszthumusz műkét kerül egy hosszú lista végére.



Fotók: Szabó Izabella

Szabó Izabella