

OKE 1%-os felhívása!

Az Ongai Kulturális Egyesület munkájához 2013-ban is a lakosság támogatását, segítségét kéri!

Tisztelettel kérjük Önöket, hogy adóbevallásuknál az SZJA 1%-ról rendelkező nyilatkozatukban támogassák az egyesület céljait, törekvéseit. Az 1%-os felajánlások által a Darvas Községi Ház és Múzeum hivatalos múzeummá válásához, illetve az ottani pálinkáspohár történeti gyűjtemény bővítéséhez és az V. Ongai Regionális Pálinkaverseny jövő évi megszervezéséhez kérjük segítségüket!

Nyilatkozatukban a következőket legyenek szívesek megjelölni:

Ongai Kulturális Egyesület

Adószám: 18430983-1-05



Az eddigi felajánlásokat, támogatásokat az egyesület vezetősége ezúton is köszöni, és továbbra is számít rájuk!

Új helyen a falugazdász iroda

Tisztelt mezőgazdasági termelők!

A miskolci falugazdász iroda 2013. január 1-től Miskolc, Vologda u. 1. szám alatt működik. (Az állategészségügy épületében.)

Ügyfélfogadás:

H-CS: 8:00-tól 15:30-ig

P: 8:00-tól 12:00-ig

Az iroda telefonszáma: 06-70/436-1994

Falugazdászok:

Dr. Lőrinc Ernő	telefon: 06-70/436-2024
Pálinkás Lajos	telefon: 06-70/436-1927
Réti Éva	telefon: 06-70/436-1991
Szekeres Béla	telefon: 06-30/656-68-8
Tóth Lídia	telefon: 06-70/436-2011

Az iroda a Miskolci járás településeit szolgálja ki. (Őstermelői igazolvánnyal kapcsolatosan jogosultsága van a Szerencsi járásban is.)

Következő számunk tartalmából:

- Csokonai szoborral bővül a történelmi emlékpark
- Pálinkaverseny képekben
- Újra induló pálinka bírálati képzések
- Farsangokról
- Önkormányzati hírek
- Onga régi térképeken
- Sportegyesület hírei
- Ongai hírfolyam
- Egészségmegőrzés
- Házhoz menő szelektív hulladékgyűjtések időpontja
- Iskolai csengőszó
- Hirdetések

A házhoz menő szelektív hulladékjáratok 2013-as időpontjai

- Február 27. szerda
- Március 27. szerda
- Április 4. szerda
- Május 22. szerda
- Június 26. szerda
- Július 24. szerda
- Augusztus 28. szerda
- Szeptember 25. szerda
- Október 24. szerda
- November 27. szerda
- December 26. szerda

ONGAI KÉKDARU

Megjelenik minden hónap 10-12. között.

Az Ongai Kulturális Egyesület időszakos kiadványa Onga Nagyközség Önkormányzatának támogatásával.

Szerkesztők: **Kovács György, Takács László**

Felelős kiadó: Takács László

Szerkesztőség: 3562 Onga, Görgey út. 2/a.

Az újság elérhető az interneten is:

www.okeonga.hu

okeonga@chello.hu

Nyomdai előkészítés: koprinar.hu • Nyomda: MAXIMA CS-A Kft. Miskolc, Kiss E. u. 25. Felelős vezető: Kundráth Csilla

Az Ongai Kékdaru megvásárolható a következő üzletekben:

- Ongai Pékség, Rákóczi út
- Mini Diszkont, Lévai utca
- Nádas ABC
- Dózsa Gy. úti kisbolt
- 433. sz. COOP bolt, Berzsényi út
- MAXI COOP bolt, Fő tér
- Bársonyos zöldség-gyümölcs bolt, Dózsa Gy. út
- Zöldség-gyümölcs bolt, Fő tér
- Varázs Diszkont, Rákóczi u.
- Máté Pékség, Berzsényi út
- Hajjas kocsmá
- Pékség, Fő tér
- Rexes kocsmá, Dózsa Gy. út
- Törpe fagyizó, Dózsa Gy. út
- Fitti Fitness konditerem, Arany J. út

Köszönjük az üzleteknek, boltoknak, hogy plusz munkát vállalva, ingyen terjesztik az Ongai Kékdaru számait.



Tartalomból:

- Rekordszámú nevezés az országossá duzzadt pálinkaversenyen!
- A IV. Ongai Regionális Pálinkaverseny támogatói
- A pálinkaverseny eredménye
- Ebek elektronikus chipjéről
- A házhoz menő szelektív hulladékjáratok
- Szépen szólj és a Szép magyar beszéd verseny eredményei
- Új helyen a falugazdász iroda
- Iskolai csengőszó
- Ongai Horgász Egyesület felhívása
- OKE 1%-os felhívása!
- Egészségmegőrzés: Miért nem depressziós az eszkimó? Ízületvédelem a hidegben
- Onga régi térképeken

Rekordszámú nevezés az országossá duzzadt pálinkaversenyen!

A IV. Ongai Regionális Pálinkaversenyre 264 nevezőtől összesen 785 nevezett pálinka és párlat érkezett az ország egész területéről. A nevezések nagy száma jelzi a verseny széleskörű elismertségét, megerősítve a tavaly már elért, a gyulai országos verseny után az ország második legnagyobb pálinkaverseny pozícióját. A versenyen a bérfőzetők és a magánfőzetők mellett az idén már a nagyobb kereskedelmi főzdek is képviseltették magukat.

A nevezett pálinkák helyileg 99 településről érkeztek és 65 különböző főzdeben kerültek kifőzésre. Az országosan elismert szakmai zsűri január 9–10. döntése alapján arany oklevelet kapott 36, ezüst oklevelet 159, míg bronz oklevelet 190 pálinka. 14 champion, azaz nagy-aranyérem került kiosztásra.

A zsűri tagja volt: Lovassy György elnök (Pálinka-technológiák), Czako Gábor (Bestillo Pálinkaház), Csobolya Attila (Várda Drink), Fabulya Attila (Prémiumital Shop), Főfai Krisztina (Márton és Lányai Pálinka), Háger-Veres Zoltán (Aroma Bázis Kft.), Hornung Zoltán (Gyulai Pálinkamanufaktúra), Kaizer Gá-



Munkában a zsűri (Fotó: Lanku Máté)

bor (Agárdi Pálinka), Komáromi János (Tuzséri Pálinkamanufaktúra), Krizl Edit (Brill Pálinkaház), Nagy Attila (Brill Pálinkaház), Nagy Árpád (Árpád Pálinkatanya), Nyilasi Béla (Bükkaranyosi Pálinka Kft.), Pataki Attila (Pálinkapatak Kft.),

Pucok Sándor (Tiszadada Pálinkafőzde), Szónoczky István (Szőlőpárlat- és Likőr Manufaktúra Kft.), Ujváry Balázs (Fermentum Pálinka) és Vértes Tibor (Agárdi Pálinka).



A Palotaszállóban (Fotó: Lanku Máté)

Rekordszámú nevezés...
– folytatás az 1. oldalról –

A közönségdíjas pálinkát a 14 nagy-aranyérmes pálinka közül egy állófogadás keretében a támogatókból, a reprezentatív meghívott személyekből álló társadalmi zsűri választotta ki.

A verseny ünnepélyes eredményhirdetésére a Magyar Kultúra napjához kötődően január 19-én került sor Lillafüreden, a Palotaszállóban, egy nagyszabású gálával egybekötött pálinkabálon, ahol a versenyre nevezettek a pálinkájuk bírálati lapját is kézhez kaphatták.

Az előzetes terveknek megfelelően került át az eredményhirdetés Lillafüredre, mivel a várható nagyszámú nevezés miatt télen, Ongán nem áll rendelkezésre olyan helyszín, ahol több száz embert méltó körülmények között le tudunk volna ültetni. A várakozáson felüli érdeklődést követően úgy alakult, hogy a Palotaszállót is kinőtte a verseny. Előzetes regisztrációhoz kellett kötni a részvételt, mivel a szálloda befogadóképességét is meghaladta az érdeklődés. A szervező Ongai Kulturális Egyesület a szállóvendégeken kívül így is több mint 400, az ország legkülönbözőbb helyéről érkezett pálinkabarátot látott vendégül az érme kiosztásakor.

Az ünnepi eredményhirdetésen fellépett a Grazioso zenekar, Kántor Boglárka, míg Erdei Sándor humorista önálló esttel szórakoztatta a közönséget. A bált az Ongai Hagyományörző Néptánc csoport nyitotta meg, míg a zenét a Bridge Music System zenekar szolgáltatta. A tombola sem maradt el, ahol igazán értékes, oly-



A zsűri elnök értékelése Lillafüreden (Fotó: Takács Joci)

kor több tízezer forint értékű ajándékok vártak gazdára (a legkülönfélébb prémium pálinkák, alkoholmérők, refraktométerek, ph-mérők, pálinkás szakkönyvcsomagok, rozsdamentes acéltartályok,

pálinkás tölgyfahordók, ajándécsomagok, ajándék utalványok, fali szökőkút stb.) több mint 600 000 Ft értékben.

Az előtérben árusok, bemutatók, szakmai anyagok várták a közönséget, illetve filmet is nézhettek a pálinka történetéről, a cefrézésről és a pálinkakészítésről.

A versenyben résztvevő személyek:

Albiné Nagy Erzsébet, Arnóczki István, Babik Anita, Bacsó Gyula, Bacsó Tibor, Balázs Gábor, Balla Zoltán, Balogh Attila, Baranyai Béla, Baráth Péter, Baricska János, Barkó Zoltán Tamás, Basta Mihály, Ba-und-Garden Kft. Etesi Pálinkafőzde, Becskereki

Tamás, Bencs Lajos, Bene Imre, Bene Tamás, Béné Gábor, Béres Zoltán, Berkes Bálint, Bicskei Lajos, Bolyhos és Fia Bt., Bozó Zoltán, Bráz Rudolf, Bráz Rudolfné, Buczkó Barnabás, Bukovszki Lajos, Bumbera Péter, Buocz Attila, Buzás Luca, Büdi István Ádám, Büdi László, Bükkaranyosi Pálinka Kft., Color Fruit Kft. - Cruxx Gemina, Csáky Csaba, Csala Tibor, Császár Viktor, Cseke János, Cseke Zsolt, Cseke Zsolt, Deák Ferenc, Dobos Gábor, Domán Ágnes, Dr. Halász József, Dr. Kovács Péter, Dr. Nagy Tibor, Dr. Oláh Péter, Dr. Sztanics Balázs, Duda Lajos, Együd József, Együd Tamás, Elek István, Erdei Sándor, Farkas István, Fata

Iván, Fermentum Kft., Földesi Csaba, Fukk István, Fúzi József, Fúzi Rudolf, Gál Ottó, Galambos Gergely, Galuska András, Garas Tibor, Géczy Adrienn, Gecse András, Gézcy Gyula, Görcsös Dániel, Görcsös Norbert, Görcsös Sándor, Görcsösné Kádas Beáta, Gustó Pálinkák, Győri Sándor, Győri Sándor, Halász Tibor, Hámori Miklós, Hamvas Attila, Harcsa Imre Milán, Hegyaljai Gyula, Heilmann-né Muth Erzsébet, Hercz Dániel, Hering László, Holecz Csaba, Hol-

ló László, Hornyák Miklósné, Horváth József, Hutka József, Illés László, Iván Lajos, Iván Róbert, Iván Tamás, Ivánkó Ferencné, Jónap Róbert, Jónyér András, Jónyér Gergely, Juhász József, Juhász László, Kalász Géza, Kalász István, Kalotai László, Karafa Pálné, Kelecsényi



Az aranyérmesek egy csoportja (Fotó: Takács Joci)

Csaba, Kelemen Zoltán, Kerékgyártóné M. Ildikó, Kis Béla, Kollár József, Kondor József, Kónya András, Kopasz Márton, Korbély Lászlóné, Kovács Gábor, Kovács György, Kovács Norbert, Kovács Róbert, Kovács Tamás, Kovács Zoltán, Kozák Ferenc, Köteles Béla, Kreffly Gábor, Kristóf Péter, Kuzosi Tamás, Lajkó Gábor, Lakatos Miklós, Lakatos Miklósné, Lakatos Tibor, Lakatosné Halmi Tímea, Lapis Ákos, Latesz Kálmán, Lehner Sándor, Lehner Sándorné, Lénárt Dezső, Lénárt László, Lénárt Péter, Lengyel István, Lengyel Zoltán, Lippai Dénes, Lippai Mihályné, Lipták Tamás, Lövey István Sándor, Lukács László, Luterán János, Madarász Péter, Maina Samuele, Makara Alexandra, Márton Attila, Máté Béla, Máté Ernőné, Mecsei József, Megyesi Béla, Meggyaszó-Mag Kft., Mezei Máté, Mihály Zoltán, Mihályné Balázs Melinda, Mikula Péter, Mokrán János, Molitorisz Zoltán, Molnár Imre, Molnár Miklós (id.), Molnár Miklós (if.), Molnár Zsuzsanna, Mosonyi Zsolt, Muth József, Muth Walter, Muthné Katona Mária, Müller Gábor, Nagy Attila, Nagy Imre József, Nagy László, Nagy Norbert, Nagy Péter, Nagypál Brigitta, Nyilasi Béla, Nyiscsák Istvánné, Ongai Kulturális Egyesület, Orosz Lóránt, Ocsenda Szabolcs, Pálmai Lászlóné, Pap Tibor, Papp László, Papp Viktor, Pásztor Gábor, Pataki Attila, Patvaros János, Pavlicsek Csaba, Pelsőczy József, Pifka József, Pócsi Géza, Polák Péter, Polák Péter (if), Poroszkainé

Urszin Márta, Pozsa István, Preku Enikő, Preku Éva, Preku Gyula, Preku Gyuláné, Prion Sándor, Pucsek Sándor, Rácz Árpád, Rácz Attila, Rácz István, Raft Viktor, Révész Katalin, Román László, Roszkos Lajos, Sándor Csaba, Sándor József, Sándor Lajos, Sándor Róbert, Sándor Zsolt, Sebő Roland, Kovácsné Vinai Anna, Sebők Lóránt Tamás, Simon Csaba, Siposs Szabolcs, Slezsák Andor Zsolt, Somoskői Tibor, Sóti Gábor, Sóvári Károly, Stvorecz Viktor, Sulyok Tibor, Szabó Csaba, Szabó István, Szabóné Reszegi Éva, Szakáczi-Ujházy Rita, Szekrényes Csaba, Szél Norbert, Szentgyörgyvölgyi Tibor, Szikszai János, Szikszai Zoltán, Szondi Zsolt, Szőlőpárlat- és Likőr Manufaktúra Kft., Takács Edit, Takács József, Takács Krisztián, Takács László, Takács László (id.), Tamás Imre, Toldi János, Tóth Enikő, Tóth János, Tóth László, Tóth Tibor, Tőzsér Patrik, Trixon-B Kft., Ujvári Balázs, Ujvári Józsefné, Válóczy István, Várad Miklós, Varga Attila, Varga Krisztina, Varga Péter, Vécsei János, Vékony Tibor, Veres István, Vincze Tamás, Vojtkovszky Györgyi, Wittmann Péterné, Zeke János,

darin, narancs, paradicsom, sárgadinnyé, sárgarépa, sütőtök, vegyes, fahéjas és fokhagyma ágyon érlelt párlatok stb.), 5 piros ribizli, 2 sajmeggy, 5 seprő, 3 som, 2 szamóca, 9 szeder, 43 szilva, 56 fajta tiszta szilva, 9 szőlő, 90 fajta tiszta szőlő, 15 törköly, 27 fajta tiszta törköly, 1 tüztövis, 11 vadalma, 5 vadcsereznye, 16 vadkörte, 1 vadmálna, 1 vadmeggy, 9 vegyes, 32 vegyes fajta megjelöléssel és 17 vilmoskörte.

A nevezett pálinkák helyileg 99 településről érkeztek:

Alsózsolca, Arnót, Aszaló, Aszód, Bata, Bátonyterenye, Bekecs, Békéscsaba, Bodrogkisfalud, Böcs, Budapest, Bükkaranyos, Cered, Csákberény, Cserépfalu, Csobád, Csökmő, Dabas, Damak, Debrecen, Dombrád, Dunaújváros, Edelény, Eger, Egyházasgerge, Encs, Etes, Felsőtárkány, Felsőzsolca, Fót, Garadna, Gödöllő, Gyöngyös, Győr, Gyula, Hejőpapi, Hidasnémeti, Hollókő, Jobbágyi, Karancslapujtó, Karcag, Kazincbarcika, Kecel, Kékcse, Kistokaj, Kisvárd, Kokad, Komoró, Lajosmizse, Mád,

nufaktúra, Boldogkőváralja - Bestillo, Borsodszirák, Bükkaranyos, Csökmő, Dabas, Damak, Dunaszekcső, Edelény,



A pálinkabálon (Fotó: Lanku Máté)

Etesi Pálinkafőzde, Fony, Garadna, Göncruszka, Gyulai Pálinkamanufaktúra, Halmaj - Ruszkai, Harc-Brill Kft., Hernádnémeti, Hernádvécese, Homrogd, Ibrány, Ináncs, Kánó, Karcag, Kazincbarcika, Kecel, Kékcse, Kisgyőr, Kisnána, Kistokaj, Kisújszállás, Kisvárd - Szikszai P. Manufaktúra, Kokad, Lajosmizse, Lőrinci, Mád, Mályinka, Márkháza, Miskolc - Prekop Pálinkafőzde, Mór, Nagykanizsa, Nagykeresztúr, Nagykörű, Nemesbikk, Nemesnádudvar, Nyékládháza, Nyírtass, Olaszliszka, Onga, Parasznya, Sajóhidvég, Sajóvamos, Sárretudvardi, Szatymaz, Szikszó, Szuha, Tállya, Tét, Tiszadada, Tuzsér, Újszilvás - Bolyhos, Vámosmikola, Vámosújfalu és Velem.

- T. L. -



Ongai hagyományörzők a bálon (Fotó: Lanku Máté)

Zsarnainé Rácz Julianna, Zsoldos Gyula, Zsoldos Gyula Zoltánné, Zsoldos János és Zsoldos Norbert.

A nevezett pálinkák fajta megoszlása:

1 áfonya, 43 ágyas pálinka, 22 alma, 30 fajta tiszta alma, 2 berkenye, 2 fajta tiszta berkenye, 61 birs, 3 fajta tiszta birs, 6 bodza, 4 borpárlat, 9 borzag, 12 csereznye, 4 fajta tiszta csereznye, 4 csipkebogó, 28 hordóban érlelt pálinka, 5 faeper, 11 fekete ribizli, 35 kajsziarack, 9 fajta tiszta kajsziarack, 20 kőkény, 14 körte, 15 fajta tiszta körte, 1 köszméte, 10 likőr, 1 maláta, 5 málna, 22 meggy, 13 fajta tiszta meggy, 1 naspolya, 9 őszibarack, 24 párlat (banán, bodzavirág, datolya, man-

Mályi, Markaz, Mátrászele, Meggyaszó, Mezőkövesd, Mezőzombor, Miskolc, Mór, Nagybarca, Nagykanizsa, Nagykeresztúr, Nyékládháza, Nyíregyháza, Onga, Ónod, Perkáta, Pécs, Prügy, Recsk, Ságújfalu, Sajókeresztúr, Sajólád, Sajópetri, Sajószentpéter, Sajószöged, Sajóvamos, Salgótarján, Sárospatak, Sátoraljaújhely, Somoskőújfalud, Szekszárd, Szerencs, Szob, Szombathely, Szomolya, Tállya, Tarcal, Tiszadada, Tiszalök, Tiszaújváros, Tiszavasvári, Tuzsér, Újszilvás, Üllő, Vámosmikola és Vámosújfalu.

A nevezett pálinkák helyileg 65 különböző főzdeben kerültek kifőzésre:

Aszaló, Bata, Békéscsaba - Kisrét Ma-



Az állófogadáson az ünnepi torta megvágása (Fotó: Lanku Máté)

A IV. Ongai Regionális Pálinkaverseny támogatói

Fő támogató:

Onga Nagyközség Önkormányzata
Észak-magyarországi Regionális Vízművek Zrt.
Diamit Zrt. - Múcsony

Támogatók:

Aranygombos Fogadó - Telkibánya
AVE Miskolc Kft. - Miskolc
Balázs Gábor - Gyöngyös
Baranyai Béla - Miskolc
Baukonténer - Miskolc
Baumax Miskolci áruháza
Bau-Systeme 92 Kft. - Miskolc
BARTEC Safet Technology - Budapest
Bíbor Könyvkiadó - Miskolc
Bódvaszilásért Baráti Kör - Bódvaszilás
Bozó Bálint - Miskolc
Bükkaranyosi P. Kft. - Bükkaranyos
Bükkaranyosi Pálinka Kft. - Bükkaranyos
Castrum Boldua középkori étterem - Boldogkőváralja
Cser-Komkra Kft. - Hegymeg
Desztilláló Kft - Kiszána
Domán Csaba - Egyek

Euro Ablak Kft. - Onga
Fagiszer Ipari és Ker. Szolg. Kft. - Sajópetri
Farkas László - Onga
Fedrid Építőipari Szolgáltató és Gyártó Kft. - Edelény
Felsőzsolca és Vidéke Takarékszövetkezet - Felsőzsolca
Fermentum pálinkák - Miskolc
Forma Hungária Bt - Kecel
Fruktárium Kft. - Göd
Gépész General Kft. - Onga
Gk-Profil Bt. - Onga
GNR Nyomda - Miskolc
Gömöri Ifjúsági Társaság (Szlovákia)
Gömör-Torna Értékei Kft. - Miskolc
Halász Cukrászda - Szerencs
Hernád Közmű Kft. - Onga
Holló László - Tiszaújváros
Hollókő Önkormányzata - Hollókő
Hunguest Hotel Palota Lillafüred - Miskolc
Lillafüred
IPMS Mérnökiroda Kft. - Miskolc
Jozefina Panzió - Várhosszúrét (Szlovákia)
Kovács Zoltán Mérnöki Iroda - Felsőzsolca

Kft. - Tiszadob
Miskolc Pláza - Miskolc
MohaNet Mobilsystems Zrt. - Budapest
Next Unio Magyarország Kft. - Budapest
Nyírjes-Vad Kft. - Szerencs
Ongai Horgász Egyesület - Onga
Online fotótanfolyam
Optimál 20 Kft. - Edelény
Pap Tibor (Kaja-Tanya) - Nyékládháza
Pelle Párlatház Kft. - Bükkaranyos
P-Kolor Kft. - Onga
Prion Sándor - Onga
Radi és Társa Kft. - Alsózsolca
Reanult Gold-Cars Kft. - Miskolc
Rézangyal Pálinkapince - Eger
SZER-2002 Bt. - Szerencs
Szerencs-Mezőkövesd Térségi Gyümölcs- és Szőlőtermelői, Értékesítő és Feldolgozó Szövetkezet - Bekecs
Szomolyai lekvárház - Szomolya
Szonóczky család méhészete - Sajópetri
Tóth Tibor - Onga
Tóth Tibor - Tarczal
Tóth Zsolt - Szentistván
Trixon B. Kft. - Damak
Truck Land Kft. - Miskolc
Urbán Therm Ker. és Szolg. Kft. - Méra
Urszin László - Onga
Vámosmikolai Pálinkafőzde - Vámosmikola
Vino Domus Borház Kft. - Eger



Támogatók a társadalmi zsűri tagjai között (Fotó: Lanku Máté)

Kroda Kft. - Miskolc
Labornite Kft. - Debrecen
Larix faiskola - Nyékládháza
LátványPálinkafőzde - Múcsony
Lovassy Pálinkaakadémia - Miskolc
Mádi Borház - Mád
Máté Pékség - Onga
Mediatius Bt. - Onga
Mikef Minőségi Zöltség-Gyümölcs és Feldolgozó

Az Ongai Kulturális Egyesület ezúton is nagy tisztelettel köszöni meg minden egyes támogatójának a segítséget, támogatást, hisz nélkülük ez a nagyszabású rendezvény nem jöhetett volna létre!

- T. L. -

A IV. Ongai Regionális Pálinkaverseny eredménye

Bronz minősítést kaptak:

Bacsó Tibor	Florina alma	2010
Bacsó Tibor	Szabolcsi Jonatán alma	2010
Bacsó Tibor	törköly	2008
Balázs Gábor	érelt Merlot törköly	2011
Baranyai Béla	birs	2012
Baranyai Béla	Sárgamuskotály szőlő	2012
Baranyai Béla	Újfehértói fűrtös meggy	2012
Baráth Péter	Veres szilva	2011
Baráth Péter	ágyas Cserszegi fűszeres szőlő	2012
Baráth Péter	cseresznye	2012
Baráth Péter	meggy	2012
Baráth Péter	C. Lepotica szilva	2012
Ba-und-Garden Kft.	alma	2012
Ba-und-Garden Kft.	birs	2012

Ba-und-Garden Kft.	cseresznye	2012
Ba-und-Garden Kft.	kökény	2012
Ba-und-Garden Kft.	Otello szőlő	2012
Becskeréki Tamás	borzag	2012
Becskeréki Tamás	meggy	2011
Becskeréki Tamás	szeder	2012
Becskeréki Tamás	vadkörte	2011
Bene Imre	ágyas Szomolyai cseresznye	2012
Bene Imre	Szomolyai fekete cseresznye	2012
Bicskei Lajos	Starking alma	2010
Bicskei Lajos	fahéjas alma párlat	2012
Bicskei Lajos	törköly	2012
Bicskei Lajos	vegyes 5-ös fogat	2011
Bicskei Lajos	vegyes birs- Golden alma	2011
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas cseresznye	2012

Bolyhos és Fia Bt.	ágyas cseresznye	2012
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas kajszibarack	2012
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas Cigány meggy	2012
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas szilva	2012
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas vilmoskörte	2012
Bolyhos és Fia Bt.	kajszibarack	2012
Bolyhos és Fia Bt.	Cigány meggy	2012
Buczkó Barnabás	faeper	2012
Buczkó Barnabás	őszibarack	2012
Buczkó Barnabás	vegyes som-szilva	2011
Buzás Luca	szilva	2012
Büdi István Ádám	Kadarka törköly	2012
Color Fruit Kft. - Cruxx Gemina	vadalma	2012
Csala Tibor	Tokaji Furmint szőlő	2012
Cseke Zsolt	Cabernet franc szőlő	2011

Cseke Zsolt - Dr. Kovács Péter	birs	2012
Deák Ferenc	szilva	2010
Dr. Kovács Péter - Cseke János	Golden alma	2012
Dr. Nagy Tibor	kökény	2012
Duda Lajos	Jonatán alma	2012
Duda Lajos	Pinot gris szőlő	2012
Erdei Sándor	vadcsesznye	2012
Farkas István - Pap Tibor	vegyes birs-szőlő	2011
Fermentum Kft.	sajmeggy	2012
Fermentum Kft.	vadcsesznye	2012
Gál Ottó	Elena szilva	2012
Galambos Gergely	birs	2012
Galambos Gergely	kajsziabarack	2012
Galambos Gergely	meggy	2009
Galambos Gergely	alma-bodzirág párlat	2012
Galambos Gergely	Cserezezi fűszeres szőlő	2012
Galuska András	törköly	2012
Géczy Adrienn	alma	2012
Géczy Adrienn	borzag	2012
Géczy Adrienn	kökény	2012
Géczy Adrienn	meggy	2012
Géczy Adrienn	Kunkordi szőlő	2012
Géczy Adrienn	Muskotályos szőlő	2012
Géczy Adrienn	Otelli szőlő	2012
Géczy Gyula	alma	2011
Géczy Gyula	Otelli szőlő	2011
Górcsós Norbert	Sárgamuskotály szőlő	2012
Górcsósné Kádas Beáta	Irsai Olivér szőlő	2012
Győri Sándor	Jonagold alma	2012
Győri Sándor	kökény	2012
Győri Sándor	Otelli szőlő	2010
Halász Tibor	vilmoskörte	2012
Halász Tibor	érelt kajsziabarack	2012
Heilmann-né Muth Erzsébet	Olaszrizling seprő	2011
Heilmann-né Muth Erzsébet	Merlot törköly	2012
Hering László	alma	2012
Hering László	Olaszrizling törköly	2012
Id. Molnár Miklós - Ifj. Molnár Miklós	Regal Prince alma	2012
Iván Lajos	piros ribizli	2012
Johanna Kft. (Gusto pálinka)	érelt alma	2010
Johanna Kft. (Gusto pálinka)	érelt kajsziabarack	2010
Johanna Kft. (Gusto pálinka)	érelt Cserezezi fűszeres szőlő	2010
Johanna Kft. (Gusto pálinka)	érelt Irsai Olivér szőlő	2010
Kelecsényi Csaba - Horváth József	birs	2012
Kelemen Zoltán	alma	2012
Kelemen Zoltán	Muskotályos szőlő	2012
Kónya András	Besztercei szilva	2012
Kovács György	vegyes likőr	2012
Kovács Norbert	alma	2011
Kovács Norbert	Irsai Olivér szőlő	2011
Kovács Zoltán	birs	2012
Kovács Zoltán	feketeribizli	2012
Kovács Zoltán	meggy	2012
Kozák Ferenc	érelt szilva	2012
Kreffly Gábor	birs	2012
Kristóf Péter	meggy	2012
Kristóf Péter	Muskotályos szőlő	2012
Lakatos Miklós - Lakatos Tibor	vegyes Irsai Olivér-körte	2012
Lakatos Miklós - Lakatos Tibor	vegyes szőlő-birs	2012
Lakatos Miklós - Lakatos Tibor	Irsai Olivér szőlő	2012
Lakatos Tibor - Pataki Attila	Fűszeres Tramin törköly	2012

Lénárt László - Máté Ernőné	Cserezezi fűszeres szőlő	2012
Lengyel István	őszibarack	2012
Lippai Dénes	ágyas birs	2012
Lippai Dénes	Csipkebor borpárlat	2011
Lippai Dénes	Otelli borpárlat	2011
Lippai Dénes	Gigány meggy	2012
Lippai Dénes	érelt Veres szilva	2012
Lippai Dénes	Cserezezi fűszeres szőlő	2012
Lippai Dénes	vadkörte	2011
Lipták Tamás	Sárgamuskotály szőlő	2012
Lukács László	kajsziabarack	2012
Madarász Péter	Stanley szilva	2012
Maina Samuele	meggy	2012
Maina Samuele	C. Lepotica szilva	2012
Mecsei József	alma	2012
Mihályiné Balázs Melinda	alma bodzirág párlat	2011
Mokrán János	cseresznye	2012
Muth Walter	érelt meggy	2012
Nyilasi Béla	érelt borpárlat	2012
Nyilasi Béla	kajsziabarack	2012
Nyilasi Béla	Irsai Olivér szőlő	2011
Nyilasi Béla	törköly	2012
Papp László - Lengyel Zoltán	birs	2012
Papp Viktor - Sipos Szabolcs	Templomos szilva	2012
Pásztor Gábor	kajsziabarack	2012
Pataki Attila	Kékfrankos törköly	2012
Pataki Attila	Sárgamuskotály törköly	2012
Patvaros János	kajsziabarack	2012
Patvaros János - Szikszai János	Hárslevelű szőlő	2012
Pavlicsek Csaba - Buocz Attila	Gigány meggy	2012
Pavlicsek Csaba - Buocz Attila	cseresznye	2012
Pavlicsek Csaba - Buocz Attila	érelt cseresznye	2012
Pelsőczy József	birs	2012
Pifka József	birs	2012
Preku Enikő	Irsai Olivér szőlő	2012
Preku Éva	bodza	2010
Preku Éva	Penyigei szilva	2009
Preku Gyula	Gönci kajsziabarack	2011
Preku Gyuláné	Muscat Ottonel törköly	2010
Pucskó Sándor	Stanley szilva	2011
Pucskó Sándor	Sárgamuskotály szőlő	2012
Rácz Árpád - Juhász József	birs	2012
Rácz Attila-Takács László	Sárgamuskotály szőlő	2012
Rácz Attila-Takács László	érelt vadcsesznye	2012
Sándor Csaba	kökény	2012
Sándor Csaba	vadkörte	2012
Sándor József	ágyas fekete cseresznye	2011
Sándor József	alma	2011
Sándor József	törköly	2011
Somskői Tibor	Besztercei szilva	2012
Sóvári Károly	Cserezezi fűszeres szőlő	2012
Stvorecz Viktor	kökény	2012
Szekrényes Csaba	Kecskeméti Magyar kajsziabarack	2012
Szőlőpárlat- és Likőr Manufaktúra Kft.	birs	2012
Szőlőpárlat- és Likőr Manufaktúra Kft.	kajsziabarack	2012
Szőlőpárlat- és Likőr Manufaktúra Kft.	meggy likőr	2012
Szőlőpárlat- és Likőr Manufaktúra Kft.	som	2012
Szőlőpárlat- és Likőr Manufaktúra Kft.	Chardonnay szőlő	2012
Szőlőpárlat- és Likőr Manufaktúra Kft.	valdarma	2012
Takács László	ágyas vegyes som-csipke	2012
Takács László	szilva	2012

Takács László	szeder	2012
Takács László	szőlő	2012
Takács László	Packhamp's Triumph körte	2012
Tóth Enikő	Érdi bőtermő meggy	2011
Tőzsér - Bükkaranyosi Pálinka Kft.	kökény	2012
Tőzsér Patrik	birs	2012
Trixon-B Kft.	birs	2011
Trixon-B Kft.	kajsziabarack	2011
Trixon-B Kft.	Muskotályos szőlő	2011
Ujvári Balázs - Vécsei János	berkenye	2012
Válóczy István	törköly	2012
Varga Krisztina	Golden alma	2012
Vincze Tamás	Furmint törköly	2012
Zeke János	szilva	2011
Zsoldos Gyula	ágyas cseresznye	2012
Zsoldos Gyula Zoltánné	ágyas körte	2011
Zsoldos Norbert	ágyas meggy	2011
Zsoldos Norbert	ágyas szilva	2011
Zsoldos Norbert	Bosc kobak körte	2012
Zsoldos Norbert	Stanley szilva	2012
Zsoldos Norbert	Muskotályos szőlő	2012
Zsoldos Norbert - Mosonyi Zolt	naspolya	2012
Zsoldos Norbert - Mosonyi Zolt	vegyes	2012

Ezüst minősítést kaptak:

Amóczi István	Kékfrankos szőlő	2012
Bacsó Gyula - Bacsó Tibor	Besztercei szilva	2012
Bacsó Tibor	Zöld köszméte	2007
Bacsó Tibor	vegyes Golden alma-birs	2009
Bacsó Tibor	vegyes Jonatán alma-birs	2009
Balázs Gábor	szőlő Irsai Olivér	2012
Balázs Gábor	Néző szőlő	2012
Balázs Gábor	törköly Merlot	2011
Balázs Gábor	Irsai Olivér szőlő	2011
Baranyai Béla	törköly Muskotályos aszú	2012
Baráth Péter	ágyas Veres szilva	2012
Baráth Péter	törköly Cserezezi fűszeres	2012
Ba-und-Garden Kft.	borzag	2012
Ba-und-Garden Kft.	szeder	2012
Ba-und-Garden Kft.	Ringlő szilva	2012
Ba-und-Garden Kft.	Muskotályos szőlő	2012
Ba-und-Garden Kft.	Szürkebarát szőlő	2012
Becskereki Tamás	mandarin párlat	2012
Bene Tamás	alma	2012
Bene Tamás	Szomolyai fekete cseresznye	2012
Bene Tamás	sózoka	2012
Bicskei Lajos	Magyar kajsziabarack	2012
Bicskei Lajos	Izabella szőlő	2011
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas birs	2012
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas birs	2012
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas Gigány meggy	2012
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas szilva	2012
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas Irsai Olivér szőlő	2012
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas Irsai Olivér szőlő	2012
Bolyhos és Fia Bt.	ágyas vilmoskörte	2012
Bolyhos és Fia Bt.	birs	2012
Bolyhos és Fia Bt.	cseresznye	2012
Bolyhos és Fia Bt.	szilva	2012
Bolyhos és Fia Bt.	Irsai Olivér szőlő	2012
Bolyhos és Fia Bt.	vilmoskörte	2012
Buczkó Barnabás	Sárgamuskotály szőlő	2012

Buczko Barnabás	adalma	2011
Büdi István Ádám	alma	2012
Color Fruit Kft. - Cruxx Gemina	szilva	2012
Cseke Zsolt	Irsai Olivér szőlő	2011
Dr. Nagy Tibor	Irsai Olivér törköly	2012
Duda Lajos	Otello szőlő	2012
Erdei Sándor	Virágmézes dió likőr	2012
Erdei Sándor	Virágmézes sültalma likőr	2012
Erdei Sándor	sajmeggy	2012
Erdei Sándor	som	2012
Erdei Sándor	Sárgamuskotály törköly	2012
Fermentum Kft.	faeper	2012
Fermentum Kft.	Granny Smith alma	2012
Fukk István	birs	2012
Galambos Gergely	Starking alma	2012
Galambos Gergely	Sárgamuskotály szőlő	2012
Galambos Gergely	adalma	2012
Garas Tibor	Irsai Olivér szőlő	2012
Géczy Adrienn	szeder	2012
Géczy Gyula	Irsai Olivér szőlő	2011
Halász Tibor	feketeribizli	2012
Halász Tibor	vadafonya likőr	2012
Halász Tibor	Cserszegi fűszeres szőlő	2012
Halász Tibor	szeder	2012
Halász Tibor	kajsziabarack	2012
Halász Tibor	érelt Hárslevelű szőlő	2011
Halász Tibor - Gyurik Ádám	vegyes adalma-vadkörte	2012
Hercz Dániel	kajsziabarack	2011
Hering László	vegyes kökény-szilva	2012
Holló László - Kalotai László	Nyári alma	2012
Holló László - Kalotai László	érelt alma	2012
Illés László	kökény	2011
Iván Lajos	szilva	2012
Iván Lajos	vegyes birs-alma	2012
Iván Lajos	vegyes vadszilva-szilva	2012
Juhász László	Muskotályos szőlő	2011
Kelemen Zoltán	Otello szőlő	2012
Kis Béla	szőlő	2012
Kondor József - Bicskei Lajos	Jonatán alma	2011
Kovács György	Rubens alma	2012
Kovács Zoltán	ágyas málna	2012
Kovács Zoltán	csipkebogyó	2012
Kovács Zoltán	piros ribizli	2012
Kovács Zoltán	szamóca	2012
Köteles Béla - Máté Béla	Kozma Pálné szőlő	2012
Kreffly Gábor	Golden alma	2012
Kristóf Péter	borzag	2012
Kristóf Péter	szeder	2012
Lakatos Miklósné - Lakatos Tibor	Fürtös meggy	2012
Lakatos Miklósné - Lakatos Tibor	Irsai Olivér törköly	2012
Lehner Sándor - Lehner Sándorné	szilva	2012
Lénárt László - Máté Ernőné	Kékfrankos törköly	2012
Lippai Dénes	ágyas Veres szilva	2012
Lippai Dénes	feketeribizli	2012
Lippai Dénes	Árpával érő körte	2011
Lippai Dénes	Veres szilva	2012
Lövey István Sándor	körte	2012
Lukács László	málna	2012
Lukács László	vadcseresznye	2011
Lukács László	Piros vilmoskörte	2012
Maina Samuele	fahéjas alma párlat	2011

Meggyaszó-Mag Kft.	kajsziabarack	2012
Mihályné Balázs Melinda	zöld dió likőr	2012
Mokrán János	Golden alma	2012
Mokrán János	sütőtök párlat	2012
Mokrán János	szilva	2012
Nyilasi Béla	alma	2011
Nyilasi Béla	cseresznye	2011
Nyilasi Béla	szilva	2012
OKE	adalma	2012
OKE	alma	2012
Pap Tibor - Farkas István	meggy	2012
Pap Tibor - Farkas István	C. Lepotica szilva	2012
Pap Tibor - Farkas István	Mirabella szilva	2012
Pap Tibor - Farkas István	Furmint törköly	2012
Papp Viktor - Siposs Szabolcs	szilva	2012
Pataki Attila	vadmalna	2012
Pataki Attila	borzag	2012
Pavlicsek Csaba - Buocz Attila	birs	2012
Pozsa István	kökény	2012
Preku Eva	vegyes málna-meggy	2011
Prion Sándor	törköly	2011
Pucskó Sándor	Stanley-Tuleu gras szilva	2012
Rácz Attila-Takács László	kajsziabarack	2012
Rácz Attila-Takács László	vadcseresznye	2012
Rácz Attila-Takács László	Muskotályos szőlő	2012
Somoskői Tibor	Nyírmadai jonatán alma	2012
Székrenyes Csaba	birs	2012
Szőlőpárlat- és Likőr Manufaktúra Kft.	berkenye	2012
Szőlőpárlat- és Likőr Manufaktúra Kft.	feketeribizli	2012
Szőlőpárlat- és Likőr Manufaktúra Kft.	szeder	2012
Takács László	vegyes som-málna	2012
Takács László	szilva	2012
Takács László	érelt vadcseresznye	2011
Takács László	feketeribizli	2012
Takács László	Carmen körte	2012
Takács László	Redhaven őszibarack	2012
Takács László	Lunel-írekertermők szőlő	2012
Takács László	adalma	2012
Takács László	Florina alma	2012
Takács László	cseresznye	2012
Tóth László	körte	2012
Tóth László	Cigány meggy	2012
Tóth László	Irsai Olivér szőlő	2012
Tóth Tibor	Bikavér borpárlat	2012
Tózsér - Bükkaranyosi Pálinka Kft.	datolya párlat	2012
Tózsér Patrik	kajsziabarack	2012
Tózsér Patrik	törköly	2012
Ujvári Balázs	maláta	2012
Ujvári Balázs	vadmeggy	2012
Ujvári Balázs - Ujvári Józsefné	Párisédes alma	2012
Ujvári Balázs - Vécsei János	Izabella szőlő	2011
Válóczi István	körte	2012
Zeke János	Muskat Otonel szőlő	2010
Zsoldos Gyula	ágyas kökény	2012
Zsoldos Gyula Zoltánné	ágyas vegyes alma-vadalma	2011
Zsoldos Norbert	birs	2012
Zsoldos Norbert	birs-sárgarépa párlat	2012
Zsoldos Norbert	Irsai Olivér szőlő	2012
Zsoldos Norbert - Mosonyi Zsolt	kökény	2012
Zsoldos Norbert - Zsoldos Andrea	C. Lepotica szilva	2012
Zsoldos Norbert - Zsoldos Andrea	vegyes kökény-szőlő-alma	2012

Arany minősítést kaptak:

Bene Tamás	érelt ágyas Besztercei szilva	2011
Bene Tamás	Besztercei szilva	2012
Bolyhos és Fia Bt.	szilva	2012
Bozö Zoltán - Földesi Csaba	Újfehértói fürtös meggy	2010
Color Fruit Kft. - Cruxx Gemina	Cabernet franc szőlő	2012
Farkas István - Pap Tibor	tűztövis	2012
Gál Ottó	President szilva	2012
Holecz Csaba	Aletta szőlő	2012
Iván Lajos	vegyes birs-alma	2012
Johanna Kft. (Gusto pálinka)	érelt vilmoskörte	2010
Kuzosi Tamás - Lakatos Tibor	Fűszeres Tarnini törköly	2011
Lakatosné H. Timea - Lakatos Tibor	Töppedt Ezerjű törköly	2008
Lippai Dénes	birs	2012
Lippai Dénes	borzag	2012
Lippai Dénes	piros ribizli	2012
Maina Samuele	Granny Smith alma	2012
OKE	C. Lepotica szilva	2012
Pócsi Géza	kajsziabarack	2012
Preku Gyula	Cigány meggy	2008
Pucskó Sándor	Stanley szilva	2009
Rácz Attila - Pócsi Géza - Takács László	C. Lepotica szilva	2012
Raft Viktor - Zsoldos Norbert	birs	2012
Sándor József	Irsai Olivér szőlő	2011
Sándor Zsolt	Merlot - Cab. Sav. szőlő	2012
Sándor Zsolt	Zweigelt szőlő	2011
Stvorecz Viktor	cseresznye	2012
Székrenyes Csaba	Cserszegi fűszeres szőlő	2012
Takács László	kökény	2012
Takács László	Újfehértói fürtös meggy	2012
Tamás Imre	birs	2012
Tóth Enikő	seprő	2012
Tóth László	ágyas Cigány meggy	2012
Zsoldos János	Blauburger törköly	2012
Zsoldos Norbert	birs	2012
Zsoldos Norbert	meggy	2012
Zsoldos Norbert - Mosonyi Zsolt	sárgarépa párlat	2012

A zsűri döntése értelmében 14 champion, azaz nagy aranyérem került kiosztásra.

Alma

Nyereménye: egy felöntésnyi ingyenes ceFRE kifőzése pálinkának Vámosmikolán. Varga Krisztina, a Vámosmikolai Pálinkafőzde tulajdonosa a nyeremény felajánlója.

52 Alma pálinka közül a champion díjas: **Maina Samuele 2012-es Granny Smith alma** pálinkája.

Birs

Nyereménye: 10 000 Ft értékű gyümölcsfa vásárlási utalvány Egyeken, a Domán faiskolában. Domán Csaba, a faiskola tulajdonosa a nyeremény felajánlója.

63 birs pálinka közül a champion díjas: **Raft Viktor - Zsoldos Norbert 2012 birs** pálinkája.

Cseresznye

Nyereménye: egy felöntésnyi ingyenes ceFRE kifőzése pálinkának Kiskanán. Dr.

Nagy Varga Andrea, a Desztilláló Kft. tulajdonosa a nyereményt felajánlja.

16 cseresznye pálinka közül a champion díjas: **Stvorecz Viktor 2012-es cseresznye pálinkája.**

Meggy

Nyereménye: Egy felöntésnyi ingyenes pálinka kifőzés a Bükkaranyosi Pálinka Kft. főzdejében. Tőzsér Csaba, a Bükkaranyosi Pálinka Kft. ügyvezetője a nyeremény felajánlja.

35 meggy pálinka közül a champion díjas: **Takács József - Takács László 2012-es Újfehértói fürtös meggy pálinkája.**

Kajsziarack

Nyereménye: 10 000 Ft értékű gyümölcsfa vásárlási utalvány Egyeken, a Domán faiskolában. Domán Csaba, a faiskola tulajdonosa a nyeremény felajánlja.

44 kajsziarack pálinka közül a champion díjas: **Pócsi Géza 2012-es kajsziarack pálinkája.**

Szilva

Nyereménye: egy rozsdamentes tartály pálinkatároláshoz Lovassy György felajánlásában.

99 szilva pálinka közül a champion díjas: **Rácz Attila-Pócsi Géza-Takács László 2012-es Cacancka Lepotica szilva pálinkája.**

Kökény

Nyereménye: 500 kg alma, a Szerencs-Mezőkövesd Gyümölcs- és Szőlőtermelői, Értékesítői és Feldolgozó Szövetkezet bekecsi hűtőháza felajánlásában.

20 kökény pálinka közül a champion díjas: **Takács László 2012-es kökény pálinkája.**

Bogyosók

Nyereménye: 30 000 Ft értékű ajándékutalvány a szerencsi Halász-cukrászdától és a Fruktárium Gömör-Tornai Kft. erdei gyümölcs pálinka összeállítása a Fruktárium Kft. felajánlásában.

64 bogyós gyümölcsből készült pálinka közül a champion díjas: **Lippai Dénes piros ribizli pálinkája.**

Szőlő

Nyereménye: 10 000 Ft értékű gyümölcsfa vásárlási utalvány, mely beváltható Nyékládházán, a Larix faiskolában a Larix faiskola felajánlásában.

99 szőlő pálinka közül a champion díjas: **Sándor Zsolt 2011-es Zweigelt szőlő pálinkája.**

Törköly

Nyereménye: egy elektromos metszőolló Drapcsik László, a Baumax miskol-

ci áruházának vezetője felajánlása és egy refraktométer Kovács István, a debreceni székhelyű Labornite Kft. ügyvezetője, a refraktométer felajánlása.

42 törköly pálinka közül a champion díjas: **Kurcsi Tamás - Lakatos Tibor 2011-es Fűszeres Tramini törköly pálinkája.**

Vegyes

Nyereménye: Egy 2 személyes vacsora utalvány 10 000 Ft értékben Boldogkőváralján a Castrum Boldua középkori étteremben. A nyereményt Péli Tibor, az étterem üzemeltetője ajánlotta fel.

41 pálinka közül a champion díjas: **Iván Lajos 2012-es vegyes alma-birs pálinkája.**

Érlelt pálinkák

Nyereménye: egy rozsdamentes, saválló pálinkatárolására használatos tartály a Forma Hungaria Bt. felajánlásában.

28 érlelt pálinka közül a champion díjas: a **Johanna Kft (Guszto pálinka) 2010-es érlelt vilmoskörte pálinkája.**

Ágyas pálinkák

Nyereménye: Egy 2 személyes vacsora utalvány 10 000 Ft értékben Boldogkőváralján a Castrum Boldua középkori étteremben. A nyereményt Péli Tibor, az étterem üzemeltetője ajánlotta fel.

43 ágyas pálinka közül a champion díjas: **Bene Tamás 2011-es érlelt ágyas Besztercei szilva pálinkája.**

Párlatok, likőrök

Nyereménye: Egy felöntésnyi ingyenes pálinka kifőzés a Sáppusztai Pálinka Főzdejében, Baranyai Barna, a Sáppusztai Pálinkafőzde tulajdonosa, Damak község polgármestere felajánlásában.

34 likőr és párlat pálinka közül a champion díjas: **Zsoldos Norbert - Mosonyi Zsolt 2012-es sárgarépa párlata.**

A meghirdetett nagydíjakat elnyerő versenyzők mindegyike gazdagodott egy-egy egyedi faragott tölgyfahordóval. Ezen felül:

♦„A IV. Ongai Regionális Pálinkaverseny – 2013 legjobb ongai pálinkája”

Nyereménye: 500 kg gyümölcs pálinkafőzéshez a Mikef Minőségi Zöldség-Gyümölcs és Feldolgozó Kft. felajánlásában.

Kapta: **Ongai Kulturális Egyesület 2012-es Cacancka Lepotica szilva pálinkája**

♦„A IV. Ongai Regionális Pálinkaverseny – 2013 legjobb párlata, likőre”

Nyereménye: 2 személyes hétvégi pihenés Hollókő múzeumfalujában. Szabó Csaba, Hollókő polgármestere, a Fidesz országgyűlési képviselője felajánlásában.

Kapta: **Zsoldos Norbert – Mosonyi Zsolt 2012-es sárgarépa párlata**

♦„A IV. Ongai Regionális Pálinkaverseny – 2013 legjobb ágyas pálinkája”

Nyereménye: egy 3 napos üdülésre feljogosító utalvány 2 fő részére a felvidéki várhosszúréti Jozefina panzió tulajdonosától.

Kapta: **Bene Tamás 2011-es érlelt ágyas Besztercei szilva pálinkája**

♦„A IV. Ongai Regionális Pálinkaverseny – 2013 legjobb ó- és érlelt pálinkája”

Nyereménye: a Pelle Párlatház ajándék 30 000 Ft értékű borcsomagja. Pelle László, a Pelle Párlatház tulajdonosának felajánlásában.

Kapta: **A Johanna Kft. Gusto Pálinka 2010-es érlelt vilmoskörte pálinkája.**

♦„A IV. Ongai Regionális Pálinkaverseny – 2013 legjobb kereskedelmi bérfőzdeje”

Nyereménye: egy 20 000 Ft értékű alkoholmérő. A debreceni székhelyű Lobornite Kft. felajánlásában.

Kapta: **a Bükkaranyosi Pálinka Kft.**

♦„A IV. Ongai Regionális Pálinkaverseny – 2013 közönségdíjas pálinkája”

A champion díjas pálinkák közül a Társadalmi zsűri tagjai által került kiválasztásra.

Nyereménye: egy torta Halász Tibor, a szerencsi Halász Cukrászda vezetőjétől és egy palacktároló Égető Ildikó, az egri Vino Domus Borház Kft. ügyvezetőjétől.

Kapta: **Raft Viktor - Zsoldos Norbert 2012 birs pálinkája.**

♦„A IV. Ongai Regionális Pálinkaverseny – 2013 legjobb bérfőzdeje”

Nyereménye: két személyes wellness hétvégi pihenés Telkibányán az Aranygombos fogadóban. Az Aranygombos Fogadó felajánlásában.

Kapta: **Zsoldos Norbert**

♦„A IV. Ongai Regionális Pálinkaverseny – 2013 legjobb pálinkája”

Nyereménye: 2 napos Wellness hétvége 2 fő részére Lillafüreden, a Palotaszállóban, a szálloda felajánlásában.

Kapta: **Sándor Zsolt 2011-es Zweigelt szőlő pálinkája.**

Ebek elektronikus chipjéről

Mint ismeretes, 2013. január 1-jétől hatályos a kedvtelésből tartott állatok tartásáról és forgalmazásáról szóló kormányrendelet módosítása (115/2012. (VI. 11.) Korm. rendelet), amely előírja, hogy a négy hónaposnál idősebb ebek csak elektronikus transzponderrel (chippel) megjelenve tarthatók.

A mikrochippel történő megjelölés a 4 hónaposnál idősebb ebeknél 2013. január 1-től kötelező. A rendelet szerint a kedvtelésből tartott ebek megjelölését az állatorvos végzi, és annak költsége az állattartót terheli. A chip beültetésére 3500 Ft költség van megállapítva. Az állattartó udvarában történő beültetés esetén a törvényben meghatározott mértékig kiszálási díj számítható fel.

Az európai elvárásoknak megfelelő, felelős állattartási szemlélet meghonosítását segítő jogszabály alkalmazásával átláthatóbb lesz a hazai eb állomány, és csökkenhet a kóbor kutyák száma. Elmaradnak azok a balesetek, amelyek a gyanútlan járókelőket az utcán a kutyák támadása miatt érték.

Tehát a kutyák vagy bármely kedvtelésből tartott állat chippel történő ellátása az állattartó kötelessége az állatorvos

közreműködésével. A chip beadása hasonlóan történik, mint egy védőoltás beadása a bőr alá. A beültetett mikrochip semmilyen káros hatást nem gyakorol az ebre és a környezetére, csak a leolvasó készülék által kibocsátott hullámokat



Neki már van chipje (Fotó: T. L.)

veri vissza. Ha ismeretlen kutyából mutatjuk ki a benne levő mikrochip adatait, a központi adatbázisból ki lehet keresni az állat eredeti tulajdonosát, és a továbbiakban ennek alapján eljárni. Ez nagy segítséget fog jelenteni a mostanában mind gyakrabban elkBOROLT állatok megtalálásában.

Onga Nagyközség Önkormányzata 2013 februárjában eb összeírást fog végezni azért, hogy azonosítani lehessen minden eb gazdáját. Az összeírás alkalmával az otthon nem tartózkodó lakosoktól azt kérjük, hogy a postaládába bedobott regisztrációs adatlapot töltsék ki és a Polgármesteri Hivatalba juttassák vissza, és adják le.

Az ebek veszettség elleni kötelező védőoltása március hónapban lesz, előre értesített időpontban az egyéni utca házszám szerinti nyilvántartás alapján.

Településünkön a jogosult állatorvosi feladatokat Dr. Gyulai László állatorvos látja el. A telefonszáma: 06 46/383-168. Az állatorvos a chip beültetést és a veszettségelleni védőoltást is elvégzi. További értesítést és tájékoztatást a lakosság névre szólóan az ebek veszettség elleni védőoltása előtt fog kapni.

Kérem fentiek szíves tudomásul vételét!
Tisztelettel:

- Farkas Lászlóné jegyző -

Ongai Horgász Egyesület felhívása

Tisztelt Adózó Állampolgár!

Egyesületünk 1972-ben alakult meg, DIGÉP Horgász Egyesület néven. Az alapító tagok a Diósgyőri Gépgyár dolgozói voltak, azaz olyan vasipari munkások, akik szabadidejükben a horgászatnak hódoltak. 2002-ben névváltozás történt, ami alapján Ongai Horgász Egyesületté váltunk. Közhasznú egyesületté történt átalakulásunk 2011 novemberében történt meg. Onga nagyközség legnagyobb civil szervezeteként, 470 fős tagsággal büszkélkedhetünk.

Az elért figyelemre méltó eredmények mellett egy sajnálatos tényről is beszélnünk kell: ma Magyarországon

az adózók 50%-a egyáltalán nem rendelkezik az adója 1 százalékáról, így az visszakerül az államkasszába. Az adóbevallása esetén gondoljon arra, hogy az adó 1 százalék felajánlása Önnek csak egy formanyomtatvány kitöltése, azonban ez az összeg környezetünk védelmére, élhetőbbé tételére, természetvédelemre, utánpótlás nevelésre, oktatásra, egészségmegőrzésre, egyesületünk működésére, a tavak környékének szebbé tételére, a szabadidejük kellemes eltöltésére alkalmas környezet kialakítására is fordítható lenne.

Ha szeretné közhasznú egyesületünket támogatni adója egy százalékával, nincs más dolga, mint rendel-

kezni nyilatkozatot az SZJA bevallással együtt benyújtani a NAV-hoz. Az adó 1 százalék felajánlása esetén mindig legyen körültekintő! Amennyiben az egyesületünknek ajánlja fel adója egy százalékát, akkor győződjön meg róla, hogy helyesen írta be adószámunkat. Elegendő egy szám eltérés és máris érvénytelen a felajánlása.

Adószámunk: 19918929-1-05

Előre is köszönjük önzetlen támogatását!

Tisztelettel:

- Szabó Attila elnök -

Iskolai csengőszó

Iskolánk életében a 2013-as esztendő az első félév értékelésével indult. Az általános iskola alsó és felső tagozata osztályozó értekezleteken minősítette a tanulók munkáját. Az értékelésről készült statisztika szerint az intézmény tanulmányi átlaga 3,71. Az elért átlag az előző évek szintjén marad, kissé javuló tendenciát mutatva. Az iskola legjobban teljesítő osztályai 4,3-es, míg a leggyengébb osztályok 2,9-es átlagot értek el. A hiányzások számát tekintve a 31,9-es átlag némi javulást jelent. A félév átfogó értékelésére nevelőtestületi értekezleten került sor. Az értekezlet kitzúta azokat a feladatokat, amelyeket a második félév során teljesíteni kell. Lehetőségekhez képest javítani kell a gyenge tanulmányi eredményeken. A tanulmányi eredményesség egyik

fontos feltétele a rendszeres iskolába járás. A törvényi szigorítások hatásaként bízhatunk a javulásban. Az alapfokú műveltségoktatásban résztvevők félévi értékelése félévi vizsgák keretében zajlik. A tanszakok vizsgái még zajlanak. A legtöbb tanszak nyilvános vizsgát rendez, ahol a szülők személyesen is meggyőződhetnek a felkészítő munka eredményéről. A második félévben két új nevelő kezdi meg munkáját: Jakab Sándor matematika tanár és Thür Antal testnevelő tanár.

Iskolánk teljes közössége megemlékezett a Magyar Kultúra Napjáról. Himnuszunk születésének napján érdekes és izgalmas programok részesei lehetnek tanulóink. A Himnusz ihlette versek és rajzok versenyének eredményhirdetése

mellett a négyszáz tanuló közös szavatelára is sor került. A tanítási szünetekben megzenésített versek hangzottak el az iskolarádióban.

Nyolcadikos tanulóink érkeztek a pályaválasztás finisébe. A nyílt napok után a központi felvételi megírása követke-

zett. A felvételik előtt, a végleges döntések felelősségével telnek el a napok. Tanulóink felkészülten várhatják a befogadó intézmények döntéseit. Bízunk abban, hogy mindenkinek sikerül abba az intézménybe bekerülnie, ahová szeretne, ahol a képességeinek legmegfelelőbbben továbbhaladhat.

Tovább folytatódott a 2013–2014-es tanév előkészítése. Megérkeztek az óvodákból a tankötelesek listái. Örömmel tapasztaltuk, hogy sok új tanulóra számíthatunk. Az óvodások és az iskola ismerkedése újabb programokkal folytatódott. Részt vettünk az óvodások szavaló versenyén. Az új kezdeményezésnek nagyon örülünk, hiszen iskolánk alsó és felső tagozata minden tanévben megrendezi a Szép magyar beszéd versenyét, így a legkisebbek már rutinosabbak lesznek ezen a területen. Március 2-án szeretettel várjuk a leendő elsőöket és szüleiket Iskolanyitogató programunkra, ahol közelebbről is megismerkedhetnek a kicsik az intézmény belső világával. A hagyományossá váló játékos délelőtti jó lehetőség a kapcsolódásra és a kötetlen ismerkedésre.

Hagyományosan február a farsang időszaka. A felső tagozat farsangi mulatóságára február 15-én, az alsó tagozat karneváljára február 22-én és 23-án kerül sor. A megszokottan látványos és formabontó programunkra minden érdeklődőt szeretettel várunk.

- Kovács György igazgató -



Nyilvános zongora vizsgán (Fotó: K. Gy.)

Szépen szólj és a Szép magyar beszéd verseny eredményei

A hagyományos Szép magyar beszéd és a Szépen szólj! versenyeket még tavaly december 1-én és 5-én rendezte meg az általános iskola. A versenyek hatalmas érdeklődés mellett nagyon magas színvonalon zajlottak le. A verseny eredményeit eddig anyagtorlódás miatt nem tudtuk közzétenni, ezt a hiányosságot most pótoljuk.

Szépen szólj! – 2012. december 1.

1. évfolyam vers: 1. Budai Napsugár (1. b), 2. Pósnán Rebeka (1. b), 3. Tóth Gergő (1. b), 4. Erdélyi Zsolt (1. b), 5. Bódi Mercédesz (1. a).
2. évfolyam vers: 1. Rácz Boróka (2. b), 2. Horváth Laura (2. b), 3. Matisz Jázmin (2. b), 4. Bonyicicki Bianka (2. b), 5. Tóth Petra (2. b), 6. Hajdú Lara (2. b), 7. Ragály Amanda (2. a).
3. évfolyam vers: 1. Győri Angelika (3. b), 2. Galyas Mercédesz (3. b), 3. Juhász Balázs (3. b), 4. Galyas Róbert (3. b), 5. Csorba Tamara (3. b), 6. Dobos Levente (3. b).
4. évfolyam vers: 1. Dendők Tamás (4. a), 2. Gácsai Zsófia (4. a), 3. Horváth Ákos (4. a), 4. Krassai Henrik (4. b), 5. Balogh Gyula (4. a), 6. Budai Zoltán (4. b)

1. évfolyam mese: 1. Erdélyi Zsolt (1. b), 2. Pósnán Rebeka (1. b), 3. Tóth Gergő (1. b), 4. Horváth Sztella (1. b), 5. Horváth Simon (1. b), 6. Máté Zsófia (1. b).
2. évfolyam mese: 1. Rácz Boróka (2. b), 2. Matisz Jázmin (2. b), 3. Hajdú Lara (2. b), 4. Lapis István (2. b).
3. évfolyam mese: 1. Juhász Balázs (3. b), 2. Dobos Levente (3. b), 3. Galyas Róbert (3. b), 4. Vasas Brigitta (3. b).
4. évfolyam mese: 1. Dendők Tamás (4. a), 2. Krassai Henrik (4. b), 3. Gulyás Edina (4. b)
3. évfolyam olvasás: 1. Galyas Róbert (3. b), 2. Nemes Virág (3. b), 3. Galyas Mercédesz (3. b)
4. évfolyam olvasás: 1. Horváth Ákos (4. a), 2. Hankó Roland (4. b), 3. Horváth Petra (4. a), 4. Kiss Tünde (4. a).
3. évfolyam helyesírás: 1. Nemes Virág (3. b), 2. Tiszay Tessa (3. b), 3. Galyas Róbert (3. b).
4. évfolyam helyesírás: 1. Budai Zoltán (4. b), 2. Horváth Ákos (4. a), 3. Dendők Tamás (4. a).

Kisebbségi Szép magyar beszéd verseny - 2012. december 5.

1. évfolyam vers: 1. Szamkó Attila (1. b), 2. Gulyás Ramóna (1. b), 3. Horváth Sztella (1. b), 4. Hankó

- Ákos (1. a), 5. Horváth András (1. b).
2. évfolyam vers: 1. Horváth Géza (2. b), 2. Horváth Laura (2. b), 3. Száva Renátó (2. b), 4. Vercsik Boglárka (2. b), 5. Balogh Gergő (2. a).
3. évfolyam vers: 1. Horváth Gabriella (3. b), 2. Matisz Vivien (3. b), 3. Horváth Gábor (3. a), 4. Horváth Ágnes (3. b), 5. Szamkó Dzszenifer (3. b).
4. évfolyam vers: 1. Krassai Henrik (4. b), 2. Dendők Tamás (4. a), 3. Varga Richárd (4. b), 4. Horváth Ákos (4. a), 5. Kiss Tünde (4. a), 6. Horváth Petra (4. a), 7. Horváth Katalin (4. b).
1. évfolyam mese: 1. Horváth Sztella (1. b), 2. Horváth Simon (2. b), 3. Szamkó Attila (1. b), 4. Gulyás Ramóna (1. b), 5. Horváth András (1. b).
2. évfolyam mese: 1. Matisz Jázmin (2. b), 2. Vercsik Boglárka (2. b), 3. Balogh Gergő (2. a).
3. évfolyam mese: 1. Szamkó Dzszenifer (3. b).
4. évfolyam mese: 1. Krassai Henrik (4. b), 2. Horéna Milán (4. b), 3. Dendők Tamás (4. a).
- Eltérő tantervűek versmondás: 1. Nagy Dániel (4. elt.), 2. Ádám Gábor (2. elt.), 3. Varga Beáta (3. elt.), 4. Horváth Melinda (2. elt.).

- Kovács György ig. -

A tavaly augusztusi számunkban elkezdtük a település 1867-es tagosítás utáni térképe egy-egy térképszelvényének, oldalának közlését. Az eredeti térkép (az egyes szelvények A/2-es méretűek) és a hozzá kapcsolódó földkönyv az Ongai Kulturális Egyesület tulajdonában van, mely megtekinthető a falumúzeumban.

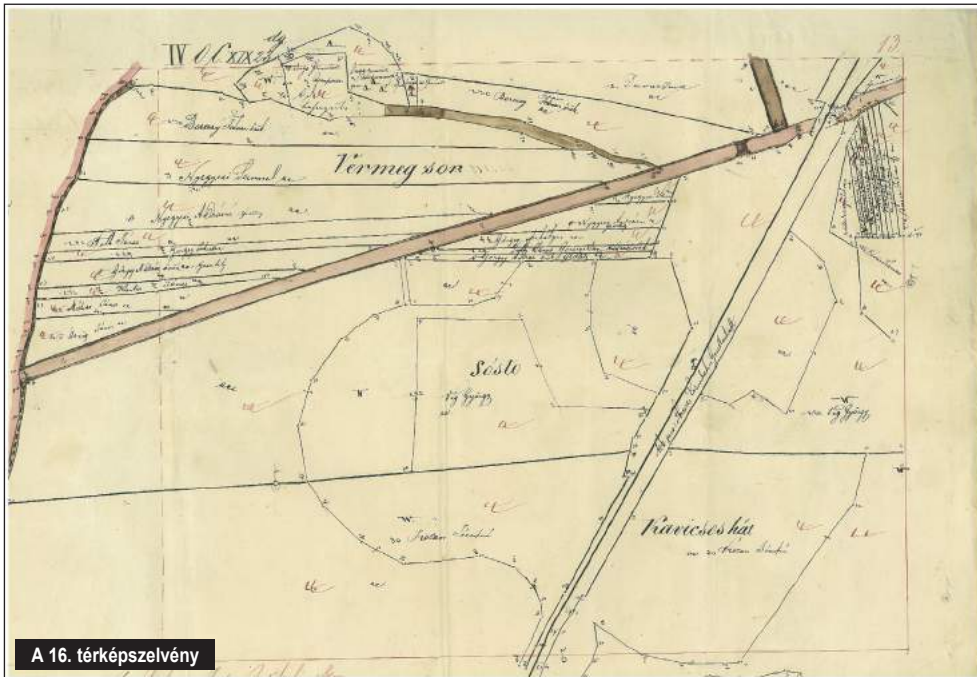
Eddig a térkép 1–15. illetve a 18. és 20. szelvényét tettük közzé, most a 16–17. szelvény következik. A 16-os térkép-

Onga régi térképeken

szelvény a Vermek környékét mutatja az ottani birtokosok nevével. Ez a terület a mai Újtelep Berzsényi utcától északra lévő utcákat jelenti. A térképen jól látszik a néhány évvel korábban Felsőzsolca irányában kialakított út, a mai coop-os, sorompósi bolt előtti híddal, illetve az attól délre lévő terület, a mai Bem és Hunyadi utcákban a hajdani Sóstóval, a vizes, nádasos, mocsaras területtel és az épülő vasúti pályával.

A 17-es térképszelvény is igen érdekes. Feltűnik rajta a kanyargó Bársonyos, amint az a mostani medertől keletre, a mai Petőfi, Ady és Mikszáth utcák helyén folydogált a Kossuth utca tavak felé eső kertek végénél körül ölelve a házakat. A vasúttól keletre lévő régi temető (a mai Kegyeleti park), az épülő vasútállomás, a földelken fellelhető kutak és a mainál keletebbre lévő híd, mely átvezetett a Bársonyos-patakon is fellelhető rajta.

- T. L. -



A 16. térképszelvény



A 17. térképszelvény

Az újra indított egészségmegőrző rovatunkat Gál Lászlóné védőnő szerkeszti, írja. Célunk, hogy a mai, egyre egészségtelenebb világunkban a magunk módján felhívjuk a figyelmet néhány megelőzhető, kis odafigyeléssel kezelhető problémára.

Miért nem depressziós az eszkimó?

40–50 éve kezdtek felfigyelni arra, hogy miközben a civilizált világban egyre nő a szív- és érrendszer eredetű halálozás, addig a jóformán csak tengeri állatokat fogyasztó eszkimók körében ez a betegség szinte ismeretlen. Bebizonyosodott, hogy az omega-3-nak nevezett ún. esszenciális, vagyis a szervezet által elő nem állítható, ám normál működéséhez nélkülözhetetlen zsírsavcsoport a védőfaktor.

A táplálkozástani kutatások szerint elődeink táplálékában az omega-3 és a szintén fontos omega-6 zsírsavak 1:1 arányban voltak megtalálhatók, mára – a növényi olajok és állati húsok túlzott fogyasztása miatt – ez az arány 1:20-hoz közelít, ami számos civilizációs betegség egyik oka lehet. Az 1960–70-es évek epidemiológiai kutatásai arra is rámutattak, hogy ahol magas a szív- és érrendszeri halálozás, ott ugyancsak gyakori a depresszió, és ahol a nagy halfogyasztás miatt alacsony a szívhalálozás, ott a depresszió is igen ritka.

1995-ben jelent meg először az a hipotézis, hogy az omega-3 hiánynak oki szerepe lehet a depresszió kialakulásában. A halfogyasztás mértéke és a depresszió gyakorisága között szoros, fordított irányú kapcsolatot mutattak ki. 1998-as adatok szerint az USA-ban 24 kg az évente egy főre jutó tengeri eredetű táplálék, Németországban csak 13 kg, míg Japánban 73 kg. Ennek megfelelően az USA-ban a lakosság 3%-a, Németországban 5%-a, míg Japánban mindössze 0.1%-a depressziós.

A kutatók rámutattak, hogy az agysejtek egymás közti finom, összehangolt kommunikációja DHA-ból és EPA-ból felépülő membránokon és receptorokon keresztül történik. Omega-3 hiány esetén e fontos sejtelemek a rugalmatlanabb omega-6-ból épülnek fel, s így az idegsejtek, s összességében az agy működése károsodik.

Andrew L. Stoll, amerikai pszichiáter világhírű „Omega-3 kapcsolat” című könyvében leírja, hogy az omega-3 biokémiai tulajdonságai alapján hatásos hangulat-stabilizálóknak ígérkezik. Joseph Hibbeln és munkatársa 2003-as tanulmányukban kimutatták, hogy a bipoláris betegségcsoport előfordulási gyakorisága ugyancsak a halfogyasztással függ össze. Míg adataik szerint

Egészségmegőrzés:

Miért nem depressziós az eszkimó? Ízületvédelem a hidegben

Magyarországon az évi 15 kg halfogyasztás mellett a bipoláris betegségek 5.5%-os gyakoriságot mutatnak, addig Puerto Ricóban 35 kg halfogyasztással ez 1%-os, Izlandon 115 kg-os halfogyasztással 0.2%-os gyakoriság jár.

Egy görög vizsgálatban 2002-ben kimutatták, hogy a közepesen depressziósok zsírszövetében 34%-kal kevesebb omega-3 található, mint az egészségesekében.

A vizsgálatok szerint az omega-3 csoportba tartozó DHA és EPA közül leginkább az utóbbi hatásos depresszív tünetek kezelésére. Egy angol orvos csoport 2002-ben egy 7 éve semmilyen gyógyszerre nem reagáló, súlyos depressziótól, szociális féltelmektől és gyakori öngyilkossági készletektől szenvedő férfi esetéről számoltak be, aki már egy hónapos EPA kezelésre hihetetlen javulást, 9 hónapos kezelésre teljes gyógyulást mutatott.

2006-os vizsgálatok alapján izraeli pszichiátereknek számos bizonyítékuk van arra is, hogy a szülés utáni depresszió összefüggésben áll az anyai szervezet omega-3 tartalmának drámai csökkenésével, ugyanis a magzat és a csecsemő agyának fejlődéséhez nélkülözhetetlen omega-3 egyedüli forrása: az anya.

Számos adat igazolja, hogy a szervezet omega-3 szintje szoros kapcsolatban áll az agy szerotonin szintjével, melynek csökkenése bizonyos agyműködési zavarokhoz, csökkent stressz-tűréshez, impulzív és agresszív viselkedéshez vezet, amely nem csupán az öngyilkosságokban, de a statisztikák szerint a gyilkosságokban is nagy szerepet játszik.

Fentiek csak példaként szolgálnak arra, hogy milyen idegrendszeri működési zavarokhoz vezethet az omega-3 hiányos táplálkozás. Omega-3 hiányt írtak le ugyanis hiperaktivitásban, szkizofréniában, multiplex sclerózisban, szív- és érrendszeri megbetegedésekben, allergiában és asztmában, autoimmun betegségekben, sőt prosztatarákban is. Úgy tűnik, hogy az omega-3 nem egyszerűen csak egy tűnékeny tudományos divat, hanem a vitaminok jelentőségének felismerésével vetekedő felfedezés, mely arra figyelmezteti a modernkor emberét, hogy veszélyesen eltért az evolúció kimunkálta táplálkozási szabályoktól.

- Szendi Gábor
klinikai szakpszichológus nyomán -

Ízületvédelem a hidegben

Télen a fényhiány és a hideg miatt nehezebben tűrjük a feszültséget. A gyakori stressz által a szervezetben előidézett alacsony fokú gyulladás a téli hideggel párosulva támadást indít ízületeink ellen is.

„A kopással, meszesedéssel járó mozgásszervi panaszok, ízületi bántalmak hideg hatására fokozódnak, ugyanakkor a krónikus ízületi gyulladással küzdők fájdalmai csökkenhetnek.

Aki kopásos, meszesedéssel járó gerincbántalmakkal, ízületi problémákkal küzd, kerülje a hosszas kint tartózkodást a hidegben. A hideg ugyanis növeli az izmok görckésztségét, amely fokozza a fájdalom intenzitását. Bár nagy mintaszámú klinikai vizsgálatok nem támasztják alá, megfigyeléseinkből tudjuk, hogy a hideg mellett a frontok, a légnyomás változása is kihat a különféle kopásokkal küzdők állapotára.

A hideg hatására erősödhetnek a kézfeje és az ujjak zsibbadásával, valamint a nyakizom merevségével járó fájdalmak, panaszok. Megkínózza a hideg az inhuvelygyulladással küzdőket is.

Ilyen esetekben nem az a megoldás, hogy ki sem mozdulnak, hiszen friss levegőre mindenkinek szüksége van. Figyeljenek azonban arra, hogy a kinti öltözék ne legyen szoros: ne szorítson a cipő vagy a zokni, mert ezzel még inkább elszorítják a hidegben egyébként is összeszűkülte ereket.

A hidegben tartózkodás után azonban jólesik egy meleg fürdő (de nem azonnal), amely lazítja az izmokat, vagy az olyan krémek, pakolások, melyek hőt termelnek az adott testrészen. Ugyancsak jó hatású az izzappakolás, amely szintén melegen tartja a fájó ízületet, gerincszakaszt.

A krónikus ízületi gyulladással – köszvényel, reumatoid arthritisszel – küzdők rohamait viszont enyhítheti a hideg. Az ilyen betegségekben szenvedőknek a nagyon meleg fürdőket – a kopásos betegekkel ellentétben – ajánlott kerülniük. Számukra az enyhülést a pihenés és különféle jeges, hideg borogatások jelenthetik.

Az ízületi gyulladások táplálkozással is mérsékelhetők. „Gyógyszerekhez mérhető gyulladáscsökkentő hatásuk ugyan nincs, de tény, hogy az A-, a C- és az E-vitamin is mérsékli a szervezetben zajló gyulladási folyamatokat” – vélekedik Dr. Szekeres László, a Magyar Osteoporosis és Osteoarthrológiai Társaság elnöke. - szerk.: Gál Lászlóné védőnő -