

## Egészségkonyha



Egészségkonyha, avagy új utakon a táplálkozásban címmel tartott előadást Kisa Judit dietetikus november 17-én Szarvason, a Vajda Péter Művelődési Központban. Az előadást követően pedig ételkészítés, sütés-főzés volt a program. Menü: Főtt, nyers leves; Kukoricás túrógombóc; „Feles” kenyér; Házi sajtkrém; Szezámszósok; Házi gyümölcsjoghurt.

A rendezvény szervezői és lebonyolítói: a Vajda Péter Művelődési Központ, a Rák betegek Klubja Szarvas, „A rák ellen, az emberért, a holnapért!” Társadalmi Alapítvány voltak. A rendezvény januártól folytatódik – tudtuk meg Kugyeláné Décsei Mónikától, a művelődési ház munkatársától.

## Ezüst és bronz Vásárhelyről

November 11-én Hódmezővásárhelyen rendezték meg az ITF Taekwon-do Diákolimpiát, melyen a szarvasi taekwondósok is részt vettek. A verseny nagyságáról tudni kell, hogy 28 klub több mint 300 tanítványa adta le a nevezését formagyakorlat és küzdelem versenyszámban. A szarvasi „csikócsapat” 4 főből állt: Mácsár Dorina (10. gup), Schusztér Vivien (9. gup), Szrnka Gábor (7. gup) és Bae Jang Ho (6. gup), és mind a négyen csak a küzdelem versenyszámban léptek pástra. Vivien és Jang Ho szoros küzdelemben maradtak alul, és így sajnos nem jutottak tovább. Azonban a szarvasiak legfiatalabb vizsgázott tanítványa – a mindössze 7 éves Dorina – élete első versenyén ezüstérmet szerzett a

10 év alatti 28 kg-nál könnyebb lányok kategóriájában. Szrnka Gábor a 18 évesek között a +80 kg-os súlycsoportban jól küzdve csak egy hajszállal maradt le a döntőbe jutásról, így „csak” a dobogó harmadik fokára állhatott. Erdekesség: Harmat László (7. dan) nagymester a verseny végén személyesen gratulált Mácsár Dorinának a magas szintű láttechnikai elemek alkalmazásáért.

A szarvasi csapat sikeréhez hozzájárultak a felkészítők is: Tóth István 4. dan, Pálincás László 1. dan, Bessenyei Ferenc 1. dan, Gulyás János 1. gup, Borgula György 2. gup és Gáll „Baba” József.

A Taekwon-do Szakosztály továbbá köszöni Szarvas Város Önkormányzata segítségét és itt hívja fel a figyelmet edzéseire, amelyek minden hétfőn és csütörtökön 17.30-kor a Petőfi utcai sportcsarnokban kerülnek megrendezésre. Edzéseink nyíltak, bárki megtekintheti. Minden érdeklődőt szeretettel várunk.

**Pálincás László**



## Gyerünk a moziba!

november 9-12-ig

18.00 órákor

### DRÁGASÁGOM

Színes feliratos francia vígjáték 104 perc

Főszereplők: Audrey Tautou, Gad Elmaleh, Marie-Christine Adam

A félénk Jean felszolgáló egy nagy hotelben. Iréne, egy kalandornő véletlenül milliárdosnak nézi, és ráveti magát. Amikor azonban rájön az igazságra hamar faképnél hagyja a férfit. A szerelmes Jean mindent bevet, hogy megtalálja, mígnem a Cote d'Azur-on akad Iréne-re. Hamarosan azonban mindent pénzét elveszti, és egy számára egyébként kedves munkára kényszerül: selyemfiúnak szegődik. Új állása felkelti Iréne érdeklődését, míg végül a társaságát is elfogadja.

12 éven aluliak számára a megtekintése nagykorú felügyelete mellett ajánlott

november 9-12-ig

20.00 órákor

### A KARIB-TENGER KALÓZAI – A VILÁG VÉGÉN

Színes szinkronizált amerikai kalandfilm 168 perc

Főszereplők: Johnny Depp, Orlando Bloom, Keira Knightley

Minden idők legsikeresebb kalandfilm-sorozata elérkezett a végkifejlethez. A trilógia harmadik részében valósággal felforr a Karib-tenger vize, hiszen ezúttal minden szereplő összegyűlik a nagy leszámolóhoz. Will Turner és Elizabeth Swann egykori ellenségükkel, Barbossa kapitánnyal kénytelenek szövetségre lépni, hogy kiszabadítsák Jack Sparrow kapitányt. Sparrowt az előző részből ismert Davy Jones tartja fogva, ő maga pedig a Kelet-indiai Társaság irányítása alatt áll, s félelmetes hajójával, a Bolygó Hollandival tartja rettegésben a tengereket.

12 éven aluliak számára a megtekintése nagykorú felügyelete mellett ajánlott

## A KÖRÖS TELEVÍZIÓ MŰSORAI

**Hétfő – Csütörtök:** 07.15-11.00 Előző esti műsor ismétlése; 11.00-18.00 Közérdekű információs képtűjság; 18.00-19.30 „Nap mint nap” – közéleti magazin, Szarvas város Önkormányzatának élő műsora; 19.30-07.15 Alkotóműhely: művészeti, kulturális magazin, Szarvasi Krónika: aktuális események Szarvas életéből, Szarvasi Híradó, Békésszentandrási Híradó, Csabacsüdi Körkép, Sulimix: környékbeli iskolák magazinja, Középkérdés: sportmagazin, Könyvajánló: könyvek kicsiknek és nagyoknak, Biztonsági Zóna: hadászati magazin (havonta kétszer), Szivárvány: sztrámagazin (havonta kétszer).

**Péntek 18.00 – Hétfő 11.00:** A hét eseményeiről készített műsorok ismétlése

## A RÁDIÓ SZARVAS ÁLLANDÓ MŰSORAI

Minden egész órában: országos hírek, minden félórán: Körösvölgy kulturális hírei

00-06 Éjszakai zenés műsor (Ismétlések); 06-10 Körös-völgy kulturális magazin; 10-12 Matiné – Dél-élőtti művelődési információs műsor; 12-18 Közház Szarvasi Művelődési Központ, Szarvas Város Barátainak Köre műsora; 18-22 Körös-völgy kulturális magazin; 22-24 Éjszakai zenés műsor (Ismétlések).

**Hétfő:** 8.10, 10.10, 12.10 és 15.10-kor: *Közélet* – a Rádió Szarvas Önkormányzati műsora – szerkesztő: Gombár Hajnalka; 13.00-15.00 *Euro-Top* – műsorvezető: Gaál Tóth András (ismétlés) Európa országának 20 legkedveltebb dalával; 19.00-20.00 *Akkord* – műsor a rockzene kedvelőinek, műsorvezető: Balczó Tamás

**Kedd:** 8.10, 10.10, 12.10 és 15.10-kor: *Közélet*; 17.00-18.00 *Oldies Party* műsorvezető Tihanyi Attila. Az 50-60-70-es évek dalaiból; 18.00-19.00 *Közhiressé tételik...* – Kóródi Ágnes műsora.

**Szerda:** 8.10, 10.10, 12.10 és 15.10-kor: *Közélet*; 19.00-21.00 *Jazz Club* – Zsuffa Peti műsora

**Csütörtök:** 8.00-9.00 *Közélet*: A stúdió vendége: Babák Mihály;

15.00-16.00 *Közélet* (ismétlés); 18.00-20.00 *Euro-Top* (ismétlés).

**Péntek:** 8.10, 10.10, 12.10, és 15.10-kor: *Közélet*; 10.20: *Lapszemle* – Találkozás a város hetilapjaiból Szenes Jánossal; 11.00: *Oldies Party* (ismétlés); 18.00-19.00 *Természetesen* – A természet és környezetvédelem hírei a nagyvilágból.

**Szombat:** 7.00-10.00: *Jukebox*: Csipai János műsora – zenés hangulatok, hangulatos melódiák a zeneszekrény mélyéről; 12.00-14.00: *Rádió Műtör* – A Rádió Szarvas mulatós műsora – szerkesztő-műsorvezető: Gunda Attila; 15.00-17.00 *Kívánságműsor* – műsorvezető: Bohák Péter. A kívánságműsor sms és tel. Számai: 06-70-3666-718, 66-400-047, e-mail címünk: radio@szarvasnet.hu, postacímünk: Szarvas Kossuth tér 3.

**Vasárnap:** 10.00-11.00: *Civil-óra* – a civil szervezetek és egyesületek híreivel: műsorvezető Fodor Mariann; 12.00-13.00 *Főzőcske* – műsorvezető: Dankó Ervin; 18.00-20.00: *Euro-Top* – A legmenőbb zenéket hozzuk el hétről-hétre, műsorvezető: Gaál Tóth András Európa országainak 20 legkedveltebb dalával; 21.30-23.30: *Jazz Club* Zsuffa Peti műsora