

Telt ház a jelmezbálon

Negyedik alkalommal került megrendezésre a farsangi jelmezbál. A bál népszerűségét jól mutatja, hogy elővételben elkeltek az összes belépő. Mintegy 300 vendég szórakozhatott hajnalig kitűnő hangulatban. Rengeteg ötletes jelmezt, színvonalas műsorokat láthattunk az idei bálon is. Mindez a szervezők munkáját dicséri. Köszönet nekik munkájukért, reméljük jövőre is ilyen jól fogunk mulatni! Néhány képpel idézzük fel az idei bált. (További képek Keszei István fotóalbumában, amely a nagycenki honlapról is elérhető; www.szechenyifaluja.hu)



Az idei bálkirálynő és bálkirály,
Ursula nővér és Doktor Bubó



Távol-keleti vendégünk is volt...



Megtelt a táncparkett a bálozókkal

Natura Klub túra az Aranypatak mentén A hódok nyomában

*A túrán az Aranypatak mentén haladva
felkutatjuk az itt élő hódok nyomait,
megnézzük a faragásokat.*

*A horgászto mellett dombra is felmegyünk,
ahonnan szép időben gyönyörű kilátás
nyílik a Fertő tóra és Nagycenkre.*

Időpont: 2017. 02. 12., vasárnap 15 h
Gyülekező a laktanya előtt (Dózsa körút).



A túra időtartama 1,5-2 óra;
kutyákat is lehet hozni!
Túrávezető: Henn Márton

Szeretettel várunk mindenkit!



Jótekonysági bál a Tornacsarnokban

A Nagycenki Egyházközség
szervezésében

Időpont:
február 25. szombat

**Bővebb felvilágosítás
a nagycenki honlapon
és plakátokon hamarosan.**

Tájékoztató

Tisztelt Nagycenkiek!

Szeretnénk megkérni mindenkit, akinek a családjában haláleset történik, és az elhunytat a Nagycenki Temetőben temetik el, hogy legyen szíves (közeli hozzátartozó vagy egy megbízottja) a Polgármesteri Hivatalba befáradni. Ez vonatkozik arra az esetre is, ha a sírhelymegváltási idő még nem telt el. 2016. évtől az Önkormányzatnál vezetjük a sírhelykönyvet, amiben nemcsak a sírhellyel kapcsolatos adatokat, (parcellaszám, megváltási idő) hanem az elhunyt nevét, az eltemetettő adatait is rögzítjük.

Kérjük ezért, hogy a pontos nyilvántartás, és a törvényi kötelezettségnek is eleget téve a családban lévő halálesetről az Önkormányzatot minden esetben szíveskedjenek informálni. Kérjük Önöket, hogy amennyiben nem szeretnék, hogy elhunyt hozzátartozójuk neve a Cenk Híradóban megjelenjen, azt szíveskedjenek a Hivatalban jelezni.

Az önkormányzat épületének felújítását követően (2016. szeptembere óta) nem helyezünk ki fekete zászlót az épületre. Szíves megértésüket köszönjük!

Polgármesteri hivatal

Egészségügyi aktualitások

Idén végre lefogyok: Sokak szájából hangzik el ez a kijelentés január elsején. Annak érdekében, hogy az Új év tényleg karcsúbb alakot hozzon, lássuk a sikeres fogyókúra vezérelveit! **Kisebb energiabevitel, de ne koplaljunk!** Az állandó éhségérzet hosszú távon nem tolerálható, fejfájással, szédüléssel jár, csökken a teljesítő képesség, gyengül az immunrendszer. Éhezés nélküli diétához nőknek 1200-1400 kcal, férfiaknak 1400-1500 kcal napi táplálék bevitel javasolt. **Kevesebb zsiradék:** Húsfélékből és tejtermékekből zsírszegényeket válasszunk, ételeket natúrán, grillezve, párolva készítsük. **Kevesebb finomított cukor, több összetett szénhidrát:** A glikémiás index azt mutatja, hogy az egyes ételekben található szénhidrátok vércukorszint-emelő képessége hány százaléka a glükóznak. Előnyben részesítendő az alacsony glikémiás indexű összetett szénhidrátok, mert kisebb inzulin felszabadulást váltanak ki, nem okoznak éhségrohamokat.

Több rost: A gyomorban vizet kötve megduzzadnak, teltségérzetet okoznak, energiataartalmuk alacsony, javítják a bélpasszázst, csökkentik a koleszterinszintet. **Több fehérje:** A belső hőtermelést fokozva akár 25%-al növelik az energiafelhasználást, teltségérzést okoznak, segítik az izomzat fenntartását. **Rendszeres étkezés:** Csökken az éhségérzet, egyenletesebb lesz a vércukorszint. **Mozgás:** Végcél a napi 3 0-60 perc aerob energiafelhasználás /séta, kocogás, úszás, torna, kerékpározás, kutyasétáltatás/. **Valamint:** Sok folyadék /víz/ nassolás kerülése, lassú étkezés, vezessünk táplálkozási naplót. Reális célok. A divatos villámdiéták tévútra visznek. Nem lehet egyik napról a másikra lefogyni. Az ideális ütem heti fél-1 kg mínusz. Diétás tanácsadás igénybevétele bárkinek hasznos lehet.

Mindenkinek jó egészséget kívánok!

Dr. Szakál Mária háziorvos

Horgászat

Horgászegyesületi hírek, aktualitások

A nagycenki Aranyptak Horgászegyesület 2017. február 12-én, vasárnap 9 órakor tartja éves rendes közgyűlését, az önkormányzat épületének dísztermében.

A közgyűlés napirendi pontjai a következők lesznek:

1. Beszámoló a 2016-os év eseményeiről
2. 2017-es tervek (versenyek, jegyárak, telepítések, tagfelvétel, stb.)
3. Gazdasági beszámoló
4. Horgászrend változások
5. Egyebek

Felhívjuk a figyelmet, hogy az egyesületünknel kiváltott fogási naplót mindenki köteles február 28. napjáig kitöltve leadni, ahol az éves fogási adatait nyilvántartott halgazdálkodási vízterületenként és halfajonként összesíti, valamint összegzi a horgászattal eltöltött napok számát! A közgyűlésen lehetőség lesz a fogási naplók leadására, az állami jegyek és az éves területi jegyek megvásárlására is. Egyesületünk a 2017-es évben a következő időpontokban tart ügyfélfogadást: 2017. február 16-tól kezdődően 6 héten át, minden csütörtökön 18-20 óráig a Dózsa krt. 48 szám alatt. Egyesületünk taglétszáma még bővíthető, a jelentkezőket szeretettel várjuk, tájékoztatást a belépés feltételeiről az ügyfélfogadási időpontokban kérhetnek. **Felhívjuk a horgásztavat látogató lakosok figyelmét, hogy a tó befagyott jegére menni szigorúan Tilos és Életveszélyes!** A felelőtlen viselkedésből eredő balesetekért az egyesület nem tehető felelőssé, a tónál történő károkért a horgászegyesület felelősséget vállalni nem tud! Kérjük, mindenki óvja és védje a horgásztavat és őrizze meg a természeti környezetét!

Várjuk a tisztelt horgásztársakat és az érdeklődőket!

Üdvözléssel:

Az egyesület vezetősége

RAJKAI
TAKARÉK

Hirdetés

Az idő most még inkább megtakarításainak dolgozik

Takarék Nyugdíj-előtakarékosági Számla

A TakaréK Nyugdíj-előtakarékosági Számlán elhelyezett befektetései akár **20%-os adó-visszatérítés és adómentesség** mellett gyarapodhatnak.*

* A feltüntetett állami támogatás (adó-visszatérítés) és az Sza. törvényben meghatározott kamatjövedelem-adóra és az ellenőrzött tőkepiaci ügyletből származó jövedelemadóra vonatkozó adómentesség szabályai a jövőben változhatnak. Az adó-visszatérítés és az adómentesség mértéke pontosan csak az Ügyfél egyedi körülményei alapján ítéltethető meg. A feltüntetett információ tájékoztató jellegű. A tájékoztatás nem teljes körű, és nem minősül ajánlattételnek, befektetési- vagy adótanácsadásnak, célja kizárólag a figyelem felkeltése. Kérjük, hogy befektetési döntése meghozatala előtt figyelmesen olvassa át a kapcsolódó dokumentumokat! A TakaréK Nyugdíj-előtakarékosági Számla költségeiről, az igénybe vehető befektetési termékekről, a befektetési politikáról, a forgalmazási költségekről, a befektetés lehetséges kockázatairól, illetve a befektetési termékek időszaki hozamairól, a befektetési termék értéktől fontosabb piaci eseményekről részletesen tájékozódhat a www.rajkaitakarék.hu honlapon.

TAKARÉK
TÖBB MINT BANK

Felnőttek: Csorba János edző

Az előző bajnoki év tavaszán eredményesen szerepelt a csapat, ez biztató volt a következő bajnoki évre. Sajnos a játékosállományban a nyári átigazolási időszakban jelentős változás történt. Négy játékos távozott tőlünk, osztrák bajnokságban szereplő csapatokhoz igazoltak. Közülük hárman állandó kezdők voltak, a csapatszerkezetben meghatározó posztokon szerepeltek. A távozásukkal kérdésessé vált az együttes őszi szereplése. Hofstadter Attila szakosztályvezetőnek köszönhetően sikerült a hiány posztokra hasonló képességű és játékindigenciájú játékosokat igazolni. Az így kialakult játékoskeret alkalmassá vált a nálunk már eddig megszokott technikás, élvezhető, támadó focira. Jó hangulatú nyári felkészülés után villámrajtot vettünk, az első nyolc fordulóban hat győzelemmel és kettő döntetlennel a bajnokság második helyén álltunk, valamint a kupában is négy fordulón keresztül továbbjutottunk. Sajnos az őszi szezon második felére több sérülés és sárga lapos eltiltás sújtott bennünket, ennek egyenes következménye lett az erős visszaesés az eredményességünkben. A szezont a hatodik helyen zártuk, négy pontra a harmadik helytől. Egy átalakult, újjászervezett csapat esetén ez sikeresnek nevezhető lenne, abban az esetben, ha az eredményesség a szezonban folyamatosan javult volna. A mi esetünkben ellentétes a szereplésünk, ezért fontos ennek az okát megkeresni, és ennek megfelelően változtatni a felfogásunkon. Érttem alatta a felesleges sárga lapok begyűjtését és egész szezonban az edzéslátogatottságot. Az őszi szezonban az eredményességünk egyenes arányban volt a befektetett munkával, (edzésre jártunk, nyertünk, elhagytuk az edzéseket, veszítettünk), ilyen egyszerű. A csapatom minden tagja tisztában van azzal, hogy Nagycenket képviseli a mérkőzésen, ennek megfelelően pontosan tudja mit várok el tőle viselkedésben. Messzemenőig elégedett vagyok velük ebből a szempontból, ezért sajnálom, amikor egy-két szurkoló méltatlan módon kritizálja, szidja őket. A tavaszi felkészülést január végén kezdjük heti két alkalommal, hétvégeken edzőmérkőzéssel. Előreláthatólag a játékos állományban nem lesz változás, ezért célként a harmadik helyet reálisnak tartom. Az eredményesség szempontjából nagyon sokat jelent a közönségtől érkező szeretet, ezért járjanak ki a meccseinkre és biztassanak minket.

Nagycenk SE 2016

Az elmúlt év sok eseményt, sikereket, fejlesztéseket hozott a Nagycenki Sportegyesület életében. Aktív szakosztályainkban folyamatos volt a munka, a Sport-és Díszgalamb Szakosztály az év eleji kiállításával és a havi rendszerességgel megrendezett kisállat vásárral, valamint ősztől már a termelői piaccal járult hozzá az egyesület munkájához, az asztaliteniszesezők két fronton is eredményesen szerepeltek, sőt, úgy tűnik, jó esély van arra, hogy magasabb szintre lépjenek. A legnépesebb szakosztály, a labdarúgók is eseménydús évet hagytak maguk mögött. Tovább bővült az utánpótlás bázisunk, a környező településekről is egyre többen járnak

hozzánk focizni, új csapatokkal, korosztályokkal (U13, U14) gyarapodott az utánpótlás, két új edző (Kander Richárd és Szabó Bence) is csatlakozott a szakosztályhoz. Pályázati és önkormányzati forrásokból tovább sikerült javítani a sportolás feltételeit. Megtörtént a tomacsamok részleges átyékolása, ami az asztalitenisz versenyekhez volt fontos. Gyarapítottuk a felszereléseket és az edzést segítő eszközöket a labdarúgóknál, így már egységes sportszerelésben vesznek részt kicsik és nagyok az edzéseken. Igyekeztünk mindent megtenni, hogy minél többen kapjanak kedvet a sporthoz, és csatlakozzanak az egyesülethez. A következőkben az asztalitenisz és a labdarúgó szakosztály beszámolóját olvashatják az elmúlt időszakról.

Bugledich Attila - elnök

Asztalitenisz

2016-17-es évben a már megszokott módon két szinten is indultak csapataink. A soproni városi csapatbajnokságban már két együttesünk szerepel, és nagyon előkelő helyen várjuk a folytatást! A Titánok néven szereplő csapatunk a 2., a Nagycenk SE néven szereplő gárdánk pedig a 3. helyen áll a bajnoki fődíjban. A megyei bajnokság küzdelmeinek a megszokottnál kicsit nagyobb odafigyeléssel és 2 új igazolással vágtunk neki. A bajnoki évad eddig sikeresen alakult, és ha továbbra is ilyen eredmények születnek, akkor

megtarthatjuk az első helyet a bajnokságban. Ez esetben jogosultak leszünk az NB 3-as szereplésre! Ha meg tudjuk tartani ezt a csapatösszeállítást, akkor kipróbáljuk magunkat a nemzeti bajnokság 3. osztályában, és Nagycenknek - első alkalommal - NB 3-as asztalitenisz együttese lesz! A jó eredmények mellett annak is örülünk, hogy péntekenként egyre többen vagyunk a teremben, és egyre nagyobb baráti társaság alakul ki! Továbbra is várunk mindenkit, aki szereti a pingpongot!

Winkler Ernő - szakosztályvezető



Féltávnál első helyen áll csapatunk a megyei bajnokságban. Ha sikerül megszerezni az aranyérmet, jövőre már az NBIII-ban szerepelhetnek a nagycenkiek.

U19: Szabó Bence csapatkapitány

Nagy reményekkel vágtunk neki az őszi szezonnak, hiszen a nyári igazolásokkal jelentősen megerősödött a keretünk. De szerintem a legfontosabb az, hogy nem csak egy csapat vagyunk, hanem barátok is. A bajnokságban az elsődleges cél a dobogós helyek elérése volt. Ez sikerült is, a 3. helyen zártuk a bajnokság első felét. Ennek ellenére mégis hiányérzet van bennünk, mivel csak magunknak köszönhetjük, hogy nem az élen várjuk a folytatást. A tavaszi szezonnra célunk, hogy megfelelően felkészüljünk és minden tőlünk telhetőt megtegyünk a bajnokság megnyerése érdekében.

Utánpótlás: Kander Richárd edző

Kander Richárd vagyok, 26 éves soproni születésű. A sport mindig is nagy szerepet játszott az életemben, ezért döntöttem úgy, hogy testnevelő tanárként illetve edzőként helyezkedem el. Labdarúgó karrieremet gyerekként az SVSE labdarúgócsapatában kezdtem, majd később az SC Sopron Utánpótlásbázisában folytattam. Jelenleg is aktív labdarúgó vagyok.

Amikor átvettem a csapatot az elsődleges célom az volt, hogy még jobban megszerettessem a labdarúgást a gyerekekkel, minél nagyobb létszámban járjanak mozogni, és legyen egy jó hangulatú légkör, valamint érdeklődő közösség, ahová szívesen járnak el sportolni, és örömmel töltik el szabadidejüket. Úgy érzem mindegyik célt sikerült teljesíteni! Ezt a szűk fél évet mindenképp egy pozitív és fejlődéssel teli időszaknak tekintem. A gyerekek hozzáállását az edzésekhez és mérkőzésekhez példaértékűnek tartom. Mindig megpróbálták kihozni magukból a maximumot és összességében sikerült is nekik. Természetesen vannak hiányosságok, amiket pótolni szeretnék, és ahogy észrevettem nagyon fogékonyak is a képességeik lehető legmagasabb szintre történő fejlesztésére. Amiben mindenképp előrébb szeretnék lépni velük az a technikai képességek és összjáték, valamint a koordinációs képességek területe. Véleményem szerint, ha továbbra is ilyen kitartóan és szorgalmasan csinálják az edzéseket, akkor ezeken az úgymond hiányterületeken is képesek lesznek egy nagymértékű fejlődést produkálni.



Az U7-U9-U11-es korosztály játékosainak egy csoportja.
Edzők: (hátsó sorban, balról-jobbra: Szabó Bence, Bugledich Attila, Módos Péter)

Utánpótlás: Szabó Bence edző

Régi vágyam teljesült azzal, hogy tavaly nyáron bekapcsolódhattam az edzői munkába az utánpótlásnál. Izgatottan és motiváltan vártam ezt a feladatot, mert szeretek a gyerekekkel foglalkozni.

Szeptemberben kezdtem el Pápán az MLSZ Grassroots „C” licenccel tanfolyamot, amelyet idén februárban fejezek be. Az előző félévben is nagyon élveztem az edzéseket, és a jövőben is a legjobb tudásom szerint fogom segíteni az ifjú focisták fejlődését.

Utánpótlás: Módos Péter edző

Nyáron az U9-es és az U11-es csapat is bővült új játékosokkal, akik az őszi folyamán szépen beilleszkedtek a csapatokba. Létszámban és játékban is erősebbek lettünk. Mindkét korosztály számára új kihívást jelentett, hogy ősztől nagyobb pályán játszottak, de kiválóan szerepeltek minden tornán, rengeteg győzelmet és szép eredményeket értek el. Mindig sportszerűen és nagyon nagy lelkesedéssel játszanak az edzéseken és a tornákon is. Nagyon büszke vagyok a gyerekekre.



Kander Richárd
az U13 és az
U14-es csapat
edzője.
Ricsi bácsi
2016 őszi
csatlakozott az
egyesülethez.



Az U13-as és az U14-es korosztály játékosainak egy csoportja.
Edző: Kander Richárd



Focisuli Gyere focizni!

Várjuk a labdarúgást szerető
ovis és általános iskolás
fiúk és lányok jelentkezését!
Edzések heti két alkalommal
kedden és csütörtökön délután.
Jelentkezés az edzéseken vagy
a 06/30/868 1442-es számon.



Anyakönyvi hírek

Búcsúznak

Ragats Jánosné szül.: 1926

Vessző István szül.: 1947

Tóth Ferencné szül.: 1929