



ZÁMORI

INGYENES

HÍREK

PUSZTAZÁMOR
KÖZÉLETI FÓRUMA

XII. ÉVFOLYAM 3. SZÁM

2007. OKTÓBER



Papp Tibor felvétele

A tartalomból



A nagycsaládosok klubjáról
(5. old.)



Német rendőrök
településünkön
(8. old.)



Tűzhangya az óceánon
(15. old.)

Tartalom

„Nemcsak a község jelenét, hanem jövőjét is szem előtt kell tartanunk!”	4
Információk a polgármesteri hivatalból	5
Megalakult Pusztazámoron a Nagycsaládosok Klubja	5
Anykönyvi hírek	5
Új tanév – új név	6
Sikeres kistérségi fesztivál	7
Nyitott alkotóműhely Pusztazámoron	7
Német rendőrök Pusztazámoron	8
Képviselő-testületi ülések	8
Szomszédoló	9
Rejtvény	9
„Érdeemes volt ide eljöttünk!”	10
Ideje van az igazságnak!	11
Éljünk sokáig egészségesen!	12
Gyermek a házban	13
Kölyökkutya-bajok	14
„Köszönet a csodálatos élményért!”	14



Szüreti mulatság és bál

Szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt
2007. október 13-án (szombaton)

A PUSZTAZÁMORI SZÜRETI MULATSÁGRA

- LEKVÁRKÓSTOLÓ (14 óra)

Ki főzte Pusztazámoron a legfinomabb lekvárt, dzsemet, gyümölcsöt? Nevezés a helyszínen.

A palacsintát a nagycsaládosok helyi szervezete süti

- A SÓSKÚTI KAPUSZTNYIK FESZTIVÁL

győztes csapata káposztás hajtókával

(kapusztnyikkal) várja az idelátogató érdeklődőket.

(Naplemente Nyugdíjasklub). Iskolások, óvodások, csőszök műsora

- SZÜRETI FELVONULÁS (15 ÓRA)

- SZÜRETI BÁL (19 ÓRA)

- DOBOS ZSÓKA NÉPDALOKAT ÉNEKEL

- CSŐSZÖK TÁNCA

Büfé, tombola, bálkirályválasztás.

HELYE: ÁLTALÁNOS ISKOLA TORNATERME.

Zenél a Korax zenekar.

Idősek napi ünnepség

2007. október 27-én 16 órai kezdettel

immár második alkalommal idősek napi ünnepséget tartunk. Már kedves hagyománnyá válik az idősek köszöntése és a velük való ünneplés. Ilyenkor azokat köszöntjük, akik bölcsességükkel, tapasztalatukkal utat mutatnak a fiatalabbaknak. Ők azok, akikről tanulhatunk, akikre felnézhetünk, hiszen kitartásuk, szeretetük végigkíséri életüket. Ez a nap akkor lehet igazi tisztelgés, ha azok, akiket ünneplünk, mindig érzik a támaszt, a törődést. Azt, hogy mindig mellettük vagyunk, nem hagyjuk őket magukra, számíthatnak ránk életük legnehezebb időszakában is.

**Szeretettel és mély tisztelettel várunk minden
60 év feletti pusztazámori lakost az ünnepségre!**

Program: A polgármester ünnepi köszöntője.

Óvodások, iskolások műsora.

A Defekt duó zenés paródiája.

Vacsora, zenés, táncos est.

Kiss Ágnes művelődésszervező

Impresszum

ZÁMORI HÍREK. Pusztazámor közeleti, információs lapja. • MEGJELENIK minden páros hónap második hetében. • LAPZÁRTA: a megjelenés előtt két héttel. • KIADJA Pusztazámor Község Önkormányzata megbízása alapján a Kornétás Kiadó és Kereskedelmi Kft. 1138 Budapest, Népfürdő u. 15/D Telefon/fax: 359-6461 E-mail: kornetas@chello.hu • A KIADÁSÉRT FELEL: Pusztay Sándor ügyvezető igazgató • FELELŐS SZERKESZTŐ: Kiss Zoltán (e-mail: info@dko.hu, telefon: 06-30 343-4801) • ROVATSZERKESZTŐK: Marton Anna, Orosházi Erzsébet • ÖNKORMÁNYZATI ÖSSZEKÖTŐ: Hilbertné Tóth Henriett Éva (e-mail: titkarsag@pusztazamor.hu; tel.: 06-23 347-421) • TÖRDELŐSZERKESZTŐ: Árvai István • SZERKESZTŐSÉGI TITKÁR: Tális Krisztina (e-mail: titkarsag@kornetas.hu) • NYOMDAI MUNKÁK: Reprográf Nyomdaipari Kft. • FELELŐS VEZETŐ: Nyitrai Zoltán ügyvezető igazgató • SZERKESZTŐSÉG: 1138 Budapest, Népfürdő u. 15/A Telefon/fax: 239-0146, e-mail: kornetas@chello.hu • A szerkesztőség fenntartja magának a jogot, hogy a beküldött írásokat és olvasói leveleket stilizálja, illetve az eredeti mondanivaló meghagyásával rövidítse. A hirdetésfelvételi lehetőségeket lásd a lap 14. oldalán vagy a titkarsag@kornetas.hu e-mail címen.

„Nemcsak a község jelenét, hanem jövőjét is szem előtt kell tartanunk!”

Beszélgetés Pátrovics Benedek polgármesterrel



– Polgármester úr, augusztus végi beszélgetésünkkor még jövő időben beszélünk az iskola tagintézményé válásáról.

– Azóta a sóskúti és a zámori képviselőtestület együttes ülésén megszülettek a szükséges döntések, így gyermekeink szeptember elején a megszokott helyen, ám már a módosult státusú intézményben kezdték meg a tanévet. A tanév kezdetekor tartott szülői értekezleten sajnos téves, a valóságnak nem megfelelő információk is elhangzottak az iskola jövőjével kapcsolatban, amelyek aggodást keltek a szülőknél. Néhány napon belül rendkívüli testületi ülést hívtam össze, melyre meghívtuk az érintett szülőket, és tisztáztuk a félreértéseket. Hangsúlyozni szeretném: mi komolyan gondoljuk, hogy „gyermekeinkben a jövő”. A helyi iskola és óvoda léte a településhez való kötődés kialakulásának és megőrzésének fontos feltétele. Úgy vélem, ameddig önálló önkormányzata lesz a községnek, addig lesz iskolája és óvodája is.

Megragadva az alkalmat itt szeretném tájékoztatni a lakosságot: az óvodai eszközök fejlesztésére, vásárlására – asztalok, fektetők, játékok – benyújtott pályázatunkat a kiíró befogadta. A tervezett fejlesztés összege 30 millió forint, melynek 90 százalékát szeretnénk pályázati forrásból biztosítani, míg a fennmaradó 10 szá-

zalékot, vagyis hárommillió forintot a költségvetésünkből biztosítjuk. Amennyiben kedvezően bírálják el a pályázatunkat, 2008 tavaszán hozzájuthatunk a támogatáshoz.

– Az iskolával kapcsolatos ügyek, úgy tűnik, megnyugtatóan rendeződtek. Nem mondható ez el az ipari övezetről.

– Valóban, a közelmúltban „Pusztazámori Tiszta Kezek” aláírással megjelent egy szórólap, amely a márciusi népszavazással, illetve a tervezett ipari park kialakításával kapcsolatos földcsere- és földmegosztási szerződésekkel foglalkozik. A számos valótlanítást állító irományt e helyütt nem kívánom elemezni, de azt mindenképpen megjegyezném: a képviselő-testület minden írásban és szóban beterveztett, elmondott, névvel vállalt véleményre kíváncsi. Mindenkit meghallgatunk, képviselt véleményéért ebben a faluban még senkit nem ért hátrány, megtorlás. A szennyviziszap-tisztító ügyében éppen a demokrácia írott és íratlan szabályaira figyelemmel kérdeztük meg az embereket. Mivel a lakosság döntő többsége elvetette az elképzelést, levettük a napirendről. A demokrácia szabályai szerint mindent szabad, amit a törvény nem tilt. Így nem nagyon értelmezhető, hogy a röplap szerzői miért nem adhatják nyíltan a nevüket irományukhoz. Ha a hatályos törvények szerint élnek véleménynyilvánítási jogukkal, semmiféle retorzió nem érheti őket.

Visszatérve a kérdés érdemi részére. Nekünk nemcsak a község jelenét, hanem jövőjét is szem előtt kell tartanunk döntéseink meghozatalakor. A képviselőtestület felelőssége, hogy hosszú távon megteremtse a feltételeit a település fejlesztésének, illetve biztonságos működésének, melyhez – a folyamatosan apadó központi támogatás miatt – egyre több saját forrást kell biztosítanunk. Bár a népszavazást követően voltak viták, a testület azon a véleményen van, hogy szükségünk van ipari övezetre. Látni kell, hogy a szűkebben vett agglomerációs térség

„megtelt”, a befektetők újabb, beruházásra alkalmas területeket keresnek. Ha mi nem biztosítjuk a letelepedéshez a feltételeket, biztosítja más. Tehát valamennyiünk érdeke, hogy sikerüljön meghozni az ügyben szükséges döntéseket.

– Térjünk át könnyedebb témákra. A nyár végén – ősz elején számos közéleti-kulturális program zajlott a községben, illetve vár megvalósításra a közeli napokban, hetekben.

– Valóban, a vakáció elmúltával sűrűsödtek a helyi programok. Augusztus végén német rendőrelegáció járt Pusztazámoron, a tárnoki rendőrkapitány kalauzolásával. Sikeresen lezajlott a kistérségi fesztivál, és örömdetesen sok vendéget köszönthettünk a Kulturális Örökség Napjai nevű rendezvénysorozat zámori programjain. Néhány nap múlva kerül sor a hagyományos szüreti felvonulásra és bálra, míg október végén a helyi idős embereket köszöntjük. Az említett rendezvényeken a helyiek is nagy számban vettek részt, és remélem, hogy a következő időszakban sorra kerülő programokat is megtisztelik községünk lakói részvételükkel.

Kiss Zoltán

Köszönjük!

A Zámori Kör tagjaiként ezúton mondunk köszönetet mindazoknak, akik a Kulturális Örökség Napjai rendezvénysorozat alkalmából jelenlétükkel megtisztelték otthonukat, részt vettek a programokon és hozzájárultak annak sikeréhez.

Külön köszönet Bachoffer Feri bácsinak, aki a templomot a látogatás idejére előkészítette; az ifjúsági klub tagjainak, akik a nyitva tartás ideje alatt a felügyeletet az idén is felelősen ellátták.

Őszintén örültünk Pálos Andrea és Rakonczi Gábor nagy sikerű előadásának. A látogatók és Pusztazámor nevében is köszönjük, hogy szabadidejüket e nemes célra áldozták.

Egyesületünk elnökségi tagja, dr. Fekete Zsuzsanna idegenvezetése nélkül sokkal szegényebb lenne az évek óta visszatérő rendezvény.

Köszönjük munkájukat!

Zámori Kör

Tájékoztató

Ezúton tájékoztatjuk községünk lakosságát, hogy a parlagfű-gyűjtési akciót 2007. október 15-ig meghosszabbítjuk.

Zámori Kör

Információk a polgármesteri hivatalból

Szerkesztőségünk felkérte az önkormányzat jegyzőjét, dr. Kosztyi Emmát, foglalja össze olvasóinknak az augusztusi lapszám zárása óta történt fontosabb közérdekű információkat.

Mint az a sajtóból is ismert, 2007. szeptember 25-én életbe lépett a települési önkormányzatok többcélú kistérségi társulásáról szóló 2004. évi CVII. törvény módosítása. Érd, Százhalombatta, Diósd és Tárnok részvételével létrejött az új Érdi Kistérség. Budakeszi, Páty, Telki és Budajenő levált a Pilisvörösvári Kistérségről és csatlakozott a Budaörsi Kistérséghez. Az új és módosult kistérségek ezekben a napokban állnak fel, alakítják ki munkaszervezetüket. Jóllehet Pusztazámor státusa nem változott, a Budaörsi Kistérség tagja maradt, a módosulások bizonyos mértékben nálunk is éreztetik majd hatásukat. Gondolok itt elsősorban az építéshatósági ügyekre, melyek szabályozása Tárnoknak az Érdi Kistérséghez való csatlakozása miatt válik esedékessé. A konkrét változásokról értesítjük a lakosságot.

Várhatóan Idén is sikeresen zárjuk a parlagfű-gyűjtési akciót. A helyi gyűjtésről a szervezők a későbbiekben beszámolnak e lap hasábjain. A Pest megyében alakult ad hoc bizottságnak azt jelenthettük, hogy Pusztazámoron nem kellett közérdekű védekezést elrendelni. Ez az örömteli – és kevés település esetében elmondható – hír azt jelenti, hogy itt rend van e téren; ha egyesek meg is feledkeznek ez irányú kötelességükről, felhívásunkra jogkövető magatartást tanúsítanak.

Iskolánk tagiskolává válása kapcsán többen megkérdezték: mi lesz a marosvécsi iskolával kialakított kapcsolattal. Mint ismeretes, az erdélyi település küldöttsége már járt nálunk, és várják vissza delegációinkat. A képviselő-testület szándéka, hogy – az iskola státusa terén történt változások ellenére – a lehetőségek szerint életben tartjuk és tartalommal töltjük meg e partnerkapcsolatot.

Ezúton tájékoztatjuk a lakosságot, hogy megkötöttük a Helyi Építési Szabályzat (HÉSZ) felülvizsgálatával kapcsolatos szerződést. A módosításokat az elfogadott agglomerációs tervvel összhangban

kell megtenni. Terveink szerint elkészítetjük a szabályzat digitalizált változatát. Az alkalmazott korszerű szoftverek jóvoltából az érdeklődők interneten keresztül – csupán egy kattintás révén – juthatnak hozzá az egy adott területen érvényes általános és külön-előírásokhoz.

A Zámori Krónika augusztusi számában már felhívtuk a figyelmet az építkezéssel és közterület-használattal kapcsolatos szabályok betartására. Sajnos időnként tapasztaljuk, hogy lakótársaink engedély nélkül végeznek bizonyos munkákat a közterületen, például lefedik az ingatlanuk előtti árkot. Ezúton is emlékeztetjük a lakosságot: a közterületek tulajdonosa az önkormányzat, következésképp e területeken csak az önkormányzat engedélyével végezhető bármiféle tevékenység. Ugyancsak felhívjuk a figyelmet játszótereink rendeltetészerű használatára, a játékok, műtárgyak megóvására.

A közbiztonsággal kapcsolatos információ, hogy dr. Mihály István rendőr ezredest, érdi rendőrkapitányt a gödöllői kapitányság vezetésével



pitányság új vezetője Kozma Károly rendőr alezredes, rendőrségi főtanácsos. A témával kapcsolatos tapasztalat: a községben járva-elve érzékelhető, hogy jó minőségű, aszfaltozott útjaink csábítóak egyes gépjárművezetők számára, vagyis egyesek kisebb-nagyobb mértékben túllépjék a megengedett sebességet. E cselekedet, azon túl, hogy rongálja a komoly ráfordítással kiépített utat, közlekedési szabályok elleni vétség, illetve egyben veszélyforrás is, ugyanis gyakran előfordul, hogy kisgyermekek tartózkodnak az úton, illetve futnak ki az úttestre. Minden autóst, motorost a szabályok betartására, körültekintő, óvatos vezetésre kérünk.

Megalakult Pusztazámoron a Nagycsaládosok Klubja

Jelenleg 14 család alkotja klubunkat, de szeretettel várunk minden gyermeket váró, gyermeket nevelő, gyermekeket szerető fiatal és szép korú tagjaink sorába. Nálunk nem a gyerekek száma a legfontosabb, ha-



nem maga a gyermek! Az októberi ruhagyűjtés sikerén felbuzdulva szeretnénk novemberben is egy ilyen akciót szervezni.

November 5-étől 9-éig várjuk a feleslegesé vált ruhákat, megunt, de használható játékokat az iskolában. November 12–13-án lehet válogatni a beérkezett ruhák közül. A játékokat karácsonykor osztjuk el a faluban lakó gyerekek között. Kérünk mindenkit, segítsen munkánkat! Várjuk az új családok jelentkezését! Találkozó: minden hónap második és negyedik hetében, szerdán, jó idő esetén a játszótéren, rossz időben az iskolában.

E-mail címünk:

noe.pusztazamor@gmail.hu,

telefon:347-141

Rózsavölgyi Erika

Anykönyvi hírek

(2007. október 1-jéig)

SZÜLETTEK:

Varga Kata Réka (04. 01.),

Gáspár Lilla (05. 05.),

Bihari Roland (05. 16.),

Nyitray Luca (07. 09.), Pataki Zalán

(07. 16.),

Takács Balázs Miklós (08. 27.)

ELHUNYTAK:

Kolonics Istvánné sz. Vadas Ibolya (07. 24.),

Hornyák Sándorné sz. Petró Ilona (08. 13.),

Koperda Béláné

sz. Lizicska Róza Hedvig (09. 05.)

HÁZASSÁGKÖTÉS:

Csöli Tünde– Bárkányi Béla (09.15.)



Új tanév - új név

Az oktatási törvény 2006. évi változtatása kimondja, hogy a legalább nyolc évfolyammal működő iskolák tekinthetők általános iskolának. A mi alsó tagozatos intézményünk csak úgy maradhat fenn, ha valamely nyolc évfolyamos iskola tagintézményévé válik. E törvényi kötelezettségnek tett eleget a zámori önkormányzat, amikor Sós-kút önkormányzatával meglévő intézményfenntartói társulását 2007. augusztus 30-án kibővítette az alsó tagozatos iskola közös működtetésével.

Ennek értelmében a pusztazámori gyerekek továbbra is helyben tanulhatnak. A szakmai munka ezután a befogadó Andreetti Károly Általános és Művészeti Iskola programjához igazodóan alakul. Reményeink szerint olyan lehetőségekkel bővíthet oktatási kínálatunk, amelyekre előzőleg nem volt módunk. Az első ilyen újdonság az angol



nyelv oktatása. Már valamennyi évfolyamunkon, heti két órában tanítunk angolt. A szakmai munka összehangolása, a fejlesztési irányok kialakítása a közeljövő feladata lesz az iskolavezetés számára.

Az iskola igazgatója Szabadosné dr. Vargha Magdolna. Őt a sós-kúti iskola telefonján lehet elérni: (23)348-072. Természetesen ezentúl is igyekszünk helyben megoldást keresni a felmerülő problémákra. Forduljanak hozzánk bizalommal!

Intézményünk névadójáról

Andreetti Károly olasz származású művész volt, aki Sós-kúton talált családjával otthonra. Ő terjesztette el a híres sós-kúti mézskövet, amiből a Lánchíd oroszlánjai és a Parlament is készült.

Ezeket a sorokat a sós-kúti iskola honlapjáról vettük át. Aki többet szeretne megtudni az intézményről, annak ajánljuk figyelmébe a <http://iskola.soskut.hu> portált. Jó böngészést!

Kirándulás Budapest „tetejére”

Munkánkat a korábbiakban megszokott munkarend szerint végezzük. Hagyományainknak megfelelően őszi tanulmányi kirándulást szerveztünk, most a Budai hegyekbe. A hűvösvölgyi végállomástól gyermekvasúton utaztunk a János-hegyre. Rövid gyalogtúrával értük el az Erzsébet-kilátót, majd egy erdei játszótéren pihenték ki a hegymászás fáradalmait a kis



turisták. Az aktív pihenő után felkapaszkodtunk Budapest „tetejére”, ahonnan megcsodáltuk az alattunk elterülő fővárost és az őszi színekbe öltözködő hegyoldalakat. Ezt követően újra kisvonatra szálltunk, hogy elérjük a Szabadság-hegyi végállomást.

Mivel a gyerekek közül alig ültek vonaton, nagy élmény volt számukra az

utazás. Különösen az, hogy tőlük alig idősebbek indították a vonatot, kezelték a jegyeket. Kis kalauzunk jóvoltából kipróbálhatták, milyen „igazi” jegylyukasztót használni. Hazaindulás előtt még meghódították a Fogaskerekűnél található játszótéret is. Így kellőképpen elfáradva, élményekkel gazdagodva érkezünk haza.

Az összeállítást készítette: Mészáros Ildikó tagintézmény-vezető, igazgató-helyettes

Nyílt nap iskolánkban

Az iskolai élet jeles alkalma volt az október 2-án és 4-én szervezett nyílt tanítási nap. Kedden az 1. és a 3., csütörtökön a 2. és 4. osztályokba vártuk a kedves szülőket, érdeklődőket.

Sikeres kistérségi fesztivál

Budaörs Kistérség Többcélú Társulása az idén is megrendezte az immár hagyományos Budaörsi Kistérségi Fesztivált.

E rendezvénysorozat keretében került sor augusztus 27-én Pusztazámoron a kastélyparkban a Magyar romantika est című programra. Az irodalmi szemelvényekkel színesített koncerten neves művészek léptek fel: Kincses Veronika és Csák József operaénekesek, Kertész Péter színművész és Hegedűs Valér zongoraművész. (Képünk az eladás után készült.)

A fesztivál egyhetes, augusztus 26-tól szeptember 2-ig terjedő időszakában 11 településen várták az érdeklődőket amatőr és hivatásos művészek, köztük operaénekesek, festőművészek, bábművészek, rockzenészek. Fellépett Détár Enikő és Rékasi Károly, St. Martin, Gerendás Péter. A Budaörsi Játékszín előadásában – szabadtéri színpadon – az Oscar című zenés bohózatot tekinthette meg a közönség, míg Sós-kúton a Polgárok Házában amatőr vers-, mese- és prózamondó versenyen mutathatták be tudásukat a jelentkezők.

Budaörs Kistérség Többcélú Társulása a fesztivál évenkénti megrendezésével hagyományt kíván teremteni, célul tűzve ki az emberi kapcsolatok bővítését, ápolását és a kistérség településeinek kohézióját.

(péká)



Nyitott alkotóműhely Pusztazámoron

Ez év ősztől egy újabb lehetőség nyílik a Pusztazámoron élő gyerekek, fiatalok, felnőttek részére a szabadidő élményekben gazdag eltöltéséhez. Egy olyan kezdeményezés született, mely arra vállalkozik, hogy az alkotás örömet, játékosságát, felszabadító érzését közvetítse az emberek felé.

A nyitott alkotóműhely szeretettel várja azokat a résztvevőket, akik kedvet éreznek a festéshez, agyagozáshoz. Sem az átlagon felüli kézügyesség, sem az alkotásban való jártasság nem szükséges ahhoz, hogy örömet találjunk egy darab agyag alakításában vagy a színekkel való játékban. Amit elvárások, teljesítménykényszer nélkül alkotunk, azt elrontani sem lehet.

A műhely foglalkozásain bennünk szunnyadó mintákat, formákat, ötleteket fedezünk fel, és kapcsolatba kerülhetünk belső erőforrásainkkal. Eközben készíthetsz változatos formájú agyagedényeket, használati tárgyakat éppúgy, mint szobrokat vagy nonfiguratív alkotásokat. Festhetsz tájképet vagy portrét éppúgy, mint egyszerűen csak izgalmas foltokat, melyet fantáziád alakít.

Ezek az alkalmak, a pusztazámori önkormányzat támogatásával, a közeljövőben hetente egy alkalommal, várhatóan



november hónapban indulnak. Ha szeretnéd kipróbálni az alkotást, gyere el a bemutatóra, melyen mindebből ízelítőt kaphatsz. Semmit sem kell hoznod magaddal, csak a nyitottságodat az új hatások felé, melyektől gazdagodhatsz – a kezded meg úgy is kéznél lesz.

Király Mónika

(képeink illusztrációk)



Várunk, jelentkez!

A bemutató foglalkozást vezeti: Király Mónika (pszichológus-keramikus)

Helyszín: Pusztazámori Általános Iskola

Időpont: 2007. október. 14. (vasárnap) du. 3 óra

Érdeklődni e-mailben vagy telefonon (akár sms-ben is) lehetséges.

A korlátozott létszám miatt lehetőleg a részvételi szándékot előre jelezzétek.

e-mail: moni.k1@hotmail.com telefon: 06 30 221 8090

Hívd el a barátaidat is! Szeretettel várunk!

Német rendőrök Pusztazámoron

Ez év augusztusában Németország Saarland tartományából érkezett rendőrök látogattak községünkbe. Az európai uniós országok rendőrségeinek, rendőreinek tapasztalatcseréjét szolgáló IPA-program keretében itt-tartózkodó német bűnüldözők zámori programját Pintér Lajos százados, tárnoki rendőrkapitány szervezte. A delegáció tagjai tájékoztatták a vendéglátókat Magyarországon szerzett tapasztalataikról, válaszoltak a munkájukkal kapcsolatban felmerült kérdésekre. Ezt követően Pátrovics Benedek polgármester és Békési Géza alpolgármester vezetésével sétát tettek településünkön, majd megnézték a Remeteszéket.

A német – francia határ mentén fekvő tartományból érkezett három vendéget, Stefan Lillt, Leo Hoffmant és Romania Kammerant Szauter Zoltán alezredes, Pintér Lajos százados és Kiss Katalin kísérte el a zámori tapasztalatcserére. A polgármesteri hivatal tanácstermében zajló beszélgetésen elhangzott: látogatásuk során több alkalommal láttak el egyenruhás szolgálatot; jártak a főváros, Pest megye és több nagyváros rendőrségén, és voltak a Balatonon is.



EMLÉKFOTÓ VENDÉGEKRŐL ÉS VENDÉGLÁTÓKRÓL A POLGÁRMESTERI HIVATALBAN

(fotó: Papp Tibor)

Leo Lill, aki egy ötvenezer lakosú város kapitányságvezető-helyettese, elmondta: látogatásaik során kedvező benyomásuk alakult ki magyar kollégáik munkájáról. Jóllehet a német és a magyar rendőrség felépítése és működési rendje eltér egymástól, munkamódszereik sokban megegyeznek. A magyar kollégákkal éveken keresztül kialakult jó kapcsolat már eddig is számos esetben segítette konkrét ügyek gyors

elintézését. Az unió bővülése, a schengeni határok változása kapcsán az együttműködésnek komoly jövője van.

A beszélgetés során a vendéglátók szóltak a község múltjáról és jelenéről, a település előtt álló feladatokról, a kistérség, a község közbiztonsági helyzetéről. Ez utóbbi témakör kapcsán több, napjainkban aktuális kérdés is felmerült, például a gyorsított azonosításával kapcsolatos

magyarországi anomáliák. A német rendőrök elmondták: náluk nincs gond a jármű vezetőjének azonosításával, bíróságolással, illetve a fizetési feyelemmel. A 35 euró alatti büntetés a helyi önkormányzatokhoz fut be, azok költségvetését gazdagítja. A korszerű technikának köszönhetően a rendszám mellett a fénykép alapján történő azonosítást is alkalmazzák.

K. Z.

Képviselő-testületi ülések

Pusztazámor Község Önkormányzata Képviselő-testületének augusztus 14-i ülésén az Erkel Ferenc utca felújítása során felmerült pótmunkákkal kapcsolatban hoztak döntést a képviselők. A testület egyhangú (8 igen) szavazattal 750 ezer forint keretösszeget biztosított az Erkel Ferenc utca Jókai és Rákóczi utcák közötti szakaszán meglévő rézsűburkolat elbontására és zúzottkőgálya való újrakészítésére.

Augusztus 30-án a pusztazámori és a sósikói képviselő-testület közös testületi ülést tartott Sósikúton. Az ülésen a Pusztazámori Általános Iskola taginté-

ményé válásával kapcsolatos előterjesztést vitatták meg és fogadták el a képviselők. A még nyitott kérdések megvitatása és tisztázása után a képviselő-testület (a 47/2007.08.30.sz. határozatával) úgy döntött, hogy az oktatási-nevelési feladatokat ellátó intézménytársulásról szóló megállapodást – az 1–4.osztályra is kiterjesztve – elfogadja, és felhatalmazta a polgármestert a megállapodás aláírására, a szükséges intézkedések megtételére.

A testület a 48/2007.08.30.sz. határozatával a Pusztazámori Általános Iskola alapító okiratát visszavonta, míg a 49/2007.08.30.sz. határozatával az

Andreetti Károly Általános Művészeti Iskola és Könyvtár alapító okiratának – a tagintézmény alapításával kapcsolatos – módosításait egyhangú szavazattal (5 igen) elfogadta.

Elnézést kérünk

Ezúton kérünk elnézést a lakosságtól a tüdőszűrésre szóló értesítések kézbesítésével kapcsolatos (kézbesítői félreértés miatti) kellemetlenségért.

Polgármesteri Hivatal

Szomszédoló

Hírek, információk térségünkől

Budaörs Idősbarát önkormányzat

Negyedik alkalommal ítelték oda az Idősbarát Önkormányzat Díjat. Az idén hat település, köztük Budaörs kapta meg az elismerést.

A díjat Wittinghoff Tamás, a város polgármestere vette át a Parlamentben. Az elismerést 2004-ben alapította az önkormányzatok idősbarát tevékenységének ösztönzésére az egészségügyi, szociális és családlügyi miniszter és a belügyminiszter. 2007-ben 114 pályázat érkezett, és évente hat díj odaitélésére kerül sor. A díjjal járó pénzjutalom összege 1-1 millió forint, melynek forrását a miniszterek fele-fele arányban tárcájuk éves költségvetéséből biztosítják.

Ez évben az Idősbarát Önkormányzat Díjat Budaörs, Bp. VI. kerület, Szeged, Makói, Abasár és Kunsziget önkormányzata kapta meg. A díjat az Országos Idősügyi Önkormányzati Konferencia keretében tartott ünnepségen Lamperth Mónika szociális és munkaügyi miniszter adta át.

Törökbálint, Biatorbágy Tízezer munkahely

Ezer nap múlva készül el a Biatorbágy és Törökbálint között épülő Tópark beruházás első üteme. A tizenhárom évig tartó fejlesztés során a világ leghosszabb fedett sétálóutcáját is magába foglaló épületekben kap helyet tízezer munkahely, Európa legnagyobb bevásárlóközpontja, lakások, üzletek és minden egyéb. Egyelőre csak látványterveken és látványos makettekben létezik az európai léptékkal is hatalmas és korszerű modern városközpont, aminek előkészítésére máris hárommilliárd forintot költött el a Walker & Williams zártkörű, svájci székhelyű ingatlanbefektetési alap. A Margit-sziget nagyságú, 40 hektáros törökbálinti tó környékén az ingatlanbefektetők cégfelvásárlások révén tavaly óta tulajdonosai annak a 143 hektárnyi belterületi ingatlandnak, amire 300 milliárd forintot költenek el a következő tizenhárom évben.

Budakeszi Támogatás Bajorországból

Kóthyiné Herczeg Mária, a budakeszi német kisebbségi önkormányzat elnöke kezdeményezésére a bajorországi Ottobeuren általános iskolájának igazgatója, Michael Stürmer akciót indított a budakeszi Széchenyi István Általános Iskola támogatására.

A város iskolacentrumából 150 asztalt és 120 széket bocsátottak a budakeszi iskola rendelkezésére. A bútorok hazaszállítását Budakeszi polgármestere, Tagai István saját költségén vállalta a 850 kilométerre fekvő bajor kisvárosból.

Érd Érdi sportoló a világbajnokságon

Huszonkét ország versenyzőinek részvételével rendezték meg 2007. szeptember 16–23. között Sydneyben a világ második legtöbbek által űzött sportja, a sárkányhajózás 8. világbajnokságát. A többek között Kolonics György, Hüttner Csaba, Csabai Edvin részvételével indult 24 fős magyar csapat tagja volt az 1986 óta Érdén élő, háromszoros sárkányhajó Európa-bajnok és háromszoros kenu magyar bajnok Tóth Attila is. A magyar csapat utazását szponzorok tették lehetővé. Ez évben Érd önkormányzata a polgármesteri keretből 200 ezer forinttal támogatta Tóth Attila indulását. A magyarok 2000 méteren a negyedik helyen zárták a versenyt.

Világsarok

Rejtvény

Világjáró rovatunk második részében Marco a napfényes Lisszabon városába érkezik. Liszabont Budapesthez hasonlóan egy folyó szeli át, a Tejo. Sőt, mivel a város a Tejo torkolata mentén fekszik, az óceán is csak egy karnyújtásnyira van a belvárostól.

Marco is az óceánpartra szeretne először eljutni a reptérről, ehhez a Tourist-infóban kér segítséget! Sajnos a mondatok egy része félcserelődött, segíts időrendi sorba rakni őket! A képek segítenek!

Marco: – Hello, my name is Marco

Tourist-info: – Bon diam, wellcome in Lisboa! Can I help you?

– Yes, I want to go get to the ocean. Can you suggest me a nice beach?

– Then you have to go by tram untill "Cais do Sodré".

– First, you have to take the a bus which takes you to the city-center, "Rossio".

– Yes, of course! You should go to Cascais. There's a beautifull beach there! I tell You how to get there!

– And finally don't forget to visit the castle of Sao Jorge! There's a beautifull view from there to the city!

– You can also go to "Costa da Caparica"; it's another nice beach where you can also try surfing! For this you have to go by ferryboat .

– Here you have to take the train in direction of "Cascais".

– Thank you very much for your help! Surfing sounds very well, I think I'll try this, Costa di Caparica!

– At your service! Have a nice travell! Adios!

– Good bye!

A képek segítségével tedd sorrendbe a dőlt betűs mondatokat!

A helyes megfejtést beküldők között a Kornétás Kiadó ajándékkönyvét sorsoljuk ki.



1



4



2



5



3



6

„Érdemes volt ide eljöttünk!”

Pusztazámor egy vendég szemével

Budapesti lakos vagyok. Gyakran felkeresem hazánk településeit, igyekszem azokat megismerni, szeretek az ott élőkkel beszélgetni. A Kulturális Örökség Napja kiváló lehetőség volt Pusztazámor megtekintésére. „Kézen fogtam” a családomat, s elindultunk.

A gyülekező a Halmi Vendégház napsütötte kerthelyiségében volt, ahol frissensültek ínycsiklandozó illata fogadott bennünket. Gondoltuk: kiadós séta következik, nem árt, ha előtte egy jó ebéddel megerősítjük magunkat. Így is történt. Időközben megérkezett dr. Fekete Zsuzsanna, a Pusztazámor Községért Közalapítvány elnöke, hogy a mintegy harmincöt látogatót végigkísérje a településen. Indulás előtt Zsuzsanna ismertette Pusztazámor történetét. Kérdésekre kiderült, hogy az ország mely részéből érkeztek a látogatók. Jöttek Bajáról, Kaposvárról, Nagykovácsiból,

Diószdról, de szép számmal tartottak velünk helyi lakosok is. Érdekességként hallottuk, hogy a jelen lévő Böröndi Zoltánné bajai lakos az mtv1 Főtér című adásában nyert hétvégi tartózkodást a Halmi Vendégházban, így vett részt a sétán.

Elindultunk. Néhány tíz méter után már az impozánsan felújított malomépületben jártunk.

Dr. Bódis István, a tulajdonos készségesen adott felvilágosítást a veszendőbe ment hajdani, több mint százéves gőzmalomról, s a mai, impozánsan felújított épületről, majd körbevezette az érdeklődő társaságot. Második állomásunk a mérőben más jellegű Öreg Tölgy Kastélyfogadó, az egykori Barcza-kastély volt. A tulajdonostól, Krajcsovics Jánostól a kastély bemutatása mellett megszívlelendő gondolatot is hallottunk. Néhány tárlóban régi tárgyakat mutat be azzal a céllal, hogy a fiatalok ismerjék, becsüeljék meg elődeik eszközeit. Az óriási fákkal „teletűz-



A SÉTA RÉSZTVEVŐI A REMETESÉGET IS MEGNÉZTÉK

delt” kastélyparkban tett séta után elindultunk a zámorhegyi Remeteséghez. A szépen felújított templom és körkörös harangláb megérte a hosszú s valljuk be fárasztó gyaloglást. Útközben a melengető napsugarat élvezve, a szépséges dimbes-dombos tájat szemlélve vezetőnk Zámor jelenéről szóló ismertetőjét hallgattuk.



A SZERZŐ A KASTÉLY ELŐTT

A PROGRAMRA MADAGASZKÁR BUDAPESTI TISZTELETBELI KONZULJA (KÖZÉPEN) ÉS FELESÉGE (BALRÓL) IS ELJÖTT



A városi zajból, idegtépő forgalomból kiszabadulva jótékonyan hatott ránk a csend, a nyugalom, amit Zámoron tapasztaltunk. Reméljük, hogy nem csak a vasárnap teremtette. A rengeteg zöld, a szépen rendben tartott középületek, terek jó véleményt keltettek bennünk.

Összegezve megállapítottuk, hogy tetszik nekünk ez a település, érdemes volt ide eljöttünk.

Vendéglátóink készségességét megköszönve máskor is tesszük tiszteletünket.

Görögné Horváth Katalin
(Budapest)

Olvasóink írták

Ideje van az igazságnak!

Észrevételek egy újságcikk kapcsán

A Zámori Hírek augusztusban megjelent számának Az államalapítóra emlékezünk című cikke készített az alábbi írásra. Úgy gondolom, itt az ideje, hogy felülvizsgáljuk a magukat évtizedek óta makacsul tartó történelmi sztereotípiákat, és a valóban autentikus történelmi írásokra, illetve a legfrissebb kutatási eredményekre támaszkodva láttassuk nemzeti történelmünk eseményeit.

A szóban forgó írásban az „I. (Szent) István az első keresztény király” fogalmazzással találkozunk.

Thuróczy János Krónikájában így ír Almosról („A magyarok krónikája” – Magyar Helikon Kiadó, Bp. 1978): „...Almos, aki Ügyek fia volt, ez meg Csabáé, ez meg Etelée, vagyis Atilláé, aki Bendegúz fia volt, ez meg Tordáé, ez meg Személyé” (és tovább így sorolja fel a leszármazást): „Ete, Opos, Kadicsa, Berend, Szultán, Bulcsú, Balog, Zombor, Zámor, Lél, Levente, Kölcse, Ombóde, Miska, Mike, Beszter, Budli, Csanád, Bökény, Bondofard, Keve, Keled, Dáma, Bor, Hunor, Nimród, Kus, Khám, Noé. Aztán Almos nemzette Árpádot, Árpád nemzette Zoltánt, Zoltán pedig Taksonyt.” Taksony fia Géza volt, annak fia Vajk azaz I. Szent István. Árpádtól származott Koppány is.

Már Atilla Király is jézushitű keleti keresztény volt! Kr. u. 399. évben Szent Jeromos határozottan írja így: „...a hunok zsoldárokat énekelnek és Szittyaország hidegét a hit melege tölti be”. (Ambrose milánói papi írás: „Epistulae” 107.) Orosius pedig Kr. u. 418-ban arról emlékezik, hogy: „Hunok töltik be a nyugati és keleti templomokat”. (Historiae Adversum Paganos VII. 41. 8.) Ez az írás azt bizonyítja, hogy a Hun Birodalomban voltak keresztény templomok.

Teofüllaktosz Szimokatta bizánci történetész 570 körül így ír a turkok – így nevezték a magyarokat – vallásáról: „A turkok szentnek tartják a tüzet, a levegőt és a vizet tisztelik, a földet himnuszokkal dicsőítik, de csupán azt imádják és nevezik Istennek, aki a világmindenséget teremtette.”

Anonymus Gestájában ír Árpád vezérről, arról, hogyan készült a csatára: „Árpád vezér, akinek a mindenség Istene volt a segítője, fölövezte fegyvereit, felállította a csatarendet, azután könny hullatva imádkozott Istenhez.”

A Képes, a Budai és a Thuróczy Krónikában egyaránt olvashatók: „Árpád népe között megtöltötte ivókürtjét a Duna vizéből, és mind a magyarok előtt ama kürtre a mindenható Isten kegyelmét kérte: adja nekik az Úr ezt a földet mindörökké. Szavainak végeztével, minden magyar felkiáltott: Isten, Isten, Isten! – háromszor egymásután. Innen eredt ez a szokás és meg is maradt mindmáig a magyaroknál.”

Cornides Dániel egyetemi tanár 1785-ben tartott előadásában írja a régi magyarok vallásáról: „...nem a házban égő tüzet tartották a magyarok a legfőbb istenség jelképének, hanem az égi örök tüzet, vagyis a Napot, amely mindeneket egyaránt melegít és fényének sugarával a halandókat élteti.” A hajnali Napba-nézés, ami a csíksomlyóiak hagyatéka, szintén az „ős-vallásunk” szertartása, ahol a pir-kanban (lásd pirkadat szavunk) megszüli Szentfiát a Napbaöltözött Boldogasszony. Vajon honnan vannak a „pogány” magyarságnak Nagy és hét: Gyümölcsoltó, Sarlós stb. Boldogasszony ünnepei, melyek mind a fény változásához köthetők? Mit is mondott Jézus? „A világ világossága vagyok.” (Ján.3/20-21) Több helyen találunk országunkban körtemplomokat, melyek az ún. keleti kereszténység templomai. Például az esztergomi oroszlános szentély a bazilika mellett, vagy Őskü.

Szántai Lajos művészettörténész írja: „A világon egyetlenegy apostoli királyság van. Több apostoli királya, a magyar Szent Koronával megkoronázott magyar királyon kívül soha nem volt az egyetemes művelődéstörténetnek. Innentől kezdve, egy kicsit izgalmassá válnak a dolgok, hiszen az Apostolokat ugyanis nem szokták térítgetni. Ha a magyar király apostol, akkor a helyzet fordított. Nem bennünket térítettek, hanem mi honosítottuk meg a kereszténységet Európában. Ki volt Skóciai Szent Margit? A mi Szent István királyunknak volt az unokája. Skócia Árpád-házi Szent Margit nélkül soha nem létezett volna, és mind a mai napig szabadságukra, ősi jogaikra nem tudnának hivatkozni. Ki alapította meg Portugáliát? A hagyomány szerint, de ezt vallják a portugál történészek is, Portugáliát egy magyar királynak Imre nevezetű fia alapította. A bizánci egyház legnagyobb női szentje, Szent László királyunk leánya, Piroska volt, akit Szent Iréne néven jegyeztek be a Szentek Katalógusába.”

Többször olvassuk a cikkben a „pogány magyarság” kifejezést. Ezt írja Sashegyi Sándor piliskutató régész 1942-ben: „A tényektől és kiásvott bizonyítékoktól eltekintve hamisítják történelmünket.”

László Gyula történészünk, aki több ezer sírt feltárt az államalapítás idejéből, igen sok keresztet talált a „pogány” sírokban! Hogy kerültek a pogányokhoz keresztet? Az eddigiek alapján akkor a pogány szó hitelent jelent, ahogy nekünk mindenhol mondják és tanítják? A II. Vatikáni zsinat 1965. december 7-én kelt jegyzőkönyvének „Libertas Religiosa sub Luce Revelations” című fejezete szerint „pogány” kifejezés alatt azt kell érteni, hogy nem római katolikus vallású. Azaz őseink nem voltak hitetlenek, ahogy ezt a fentiek is fényesen bizonyítják. Úgynevezett keleti keresztények voltak! (Lásd Sashegyi véleményét!)

Olvassuk továbbá: 1000 karácsonyán koronázták királlyá a II. Szilveszter pápa által küldött koronával!

Nos Badiny Jós Ferenc, Szántai Lajos, Pap Gábor munkái és a „Királyok Könyve” számomra számos állítás, mondhatni történelemhamisítás tekintetében elégséges bizonyítékul szolgálnak. „A magyar Szent Korona szentsége fölötté áll a pápai döntés érvényességi szintjének.” Károly Róbertet (1308-1310) háromszor koronázták, és az akkori pápa külön megáldott koronát küldött neki, a nemzet mégsem fogadta el királynak. Ha tényleg pápa készítette és küldte 1000 körül a Szent Koronát Istvánnak, akkor pontosan tudták volna 300 évvel később is, hogy mire jó és mire nem jó az!

Végezetül Pap Gábor: „Jött éve csodáknak. A magyar csillagmitosz-hagyomány élő Atillája című munkájából idézek: „Mán itt lent az utolsó csata készül, maroknyi nép az ellenség árjával szemközt, midőn egyszerre paripák dobogása hallatszik s fényös hadak némán vonulnak éjente az égön fölfelé: a dicső hadtársak, kik háromszor jövének segítségre, most negyedében, mint hallgatag szellemek, hosszú sorban nyomulnak a csillagos égön keresztül, feleik segedelmére s leszállnak ott, ahol a kék boltozat ama hovasokkal ölelkezik. Nincs halandó erő, mely megállhatna a halhatatlanok előtt...”

Befejezésül pedig csupán azt tudom javallani: olvasni, olvasni, olvasni!

Károvis Tamás
Pusztazámor

Egészség^sarok**Éljünk sokáig egészségesen!****Életmódváltásra van szükség**

Az élet egyik legszebb ajándéka az egészség. Az egészség az ember egész lényének – testének, lelkének és szellemének – harmonikus együttműködése. Gyakran kellemtelen kötelességnek és tehernek érezzük, ha valamit tenni kell egészségünk megőrzése érdekében. Az egészségünket sajnos csak akkor értékeljük igazán, amikor már gond van vele. Az egészség fogalma nemcsak a betegség hiányát, hanem testi-lelki és szociális jólétet jelent, és ennek feltétele az egészséges életmód. Az egészséges életmódra való nevelést már az iskolában el kellene kezdeni, hogy a folyamatos ismeretbővítéssel felnőttkorra elérjük az egészségtudatos gondolkodást. Jó ha nem tévesztjük szem elől: mi magunk tehetünk a legtöbbet egészségünkért. Civilizációkban – melynek számos előnyét élvezzük – az egészséget károsító tényezők hatására betegségek alakulnak ki az ember szervezetében. E körbe tartozik

- a nem megfelelő táplálkozás,
- a mozgásszegény élet,
- a helytelen életmód,
- az élvezeti szerek fogyasztása,
- a túl sok gyógyszer fogyasztása.

Csak fokozatosan!

Az egészség fenntartásának legjobb módszere az életstílus megváltoztatása (az étrend zsírtartalmának csökkentése), megfelelő edzéssel és életmóddal kombinálva. Az életmód megváltoztatása nem könnyű feladat, hiszen igazi eredményt csak a fokozatosság elvének betartásával, folyamatos ismeretbővítés mellett, nagy akarattal és következetes kitartással lehet elérni. Világszerte egyre többen ismerik fel az egészséges életmód szerepét a betegségmegelőzésben, a tartós jó közérzet kialakításában, s mind többen tudják már, hogy a természetes gyógymódok mellékhatások nélkül képesek elősegíteni a gyógyulást. Megfelelő életmóddal pl. minden második ember akár 10-15 évvel is meghosszabbíthatja életét.

Életvitelünk eredményes megváltoztatása tehát lassú, aprólékos és következetes lépések sorozatából áll. Érdekesek vagyunk mi emberek, hiszen párunkra, családjunkra, házi kedvenceinkre odafigyelünk, de a saját egészségünket már nem tartjuk ennyire szem előtt. Pedig naponta igénybe vesszük testünket, terhelésnek tesszük ki mind lelkileg, mind fi-

zikailag. Testünknek tehát tartozunk anynyival, hogy figyeljünk rá, hogy jó egészségben szolgáljon minket még nagyon sokáig.

A változás kezdetén mindenképp át kell tekintenünk és elemeznünk kell eddigi életvitelünket, fokozatosan szakítani kell a mozgásszegény életmóddal, valamint folyamatosan át kell térnünk az egészséges táplálkozásra. Az egészséges életmódra való áttérésre az alábbi gyakorlati lépéseket javaslom megtenni.

A fejben dől el minden

Az első legfontosabb dolog, hogy a „fejben” elhatározott életmódváltást vegyük komolyan. Ne keressünk külső kifogásokat és ne mástól várjuk a megoldást. Bizzunk saját magunkban és tudatosítsuk, hogy a megoldás bennünk van. Fokozatosan, lépésről-lépésre kezdjük bele a cselekvési programba.

Nem mindegy, mit (és hogyan) eszünk

Étkezzünk rendszeresen, naponta legalább ötször. Csökkentsük, majd véglegesen töröljük az étlapunkról a túl sok rejtett zsíradékot és „üres kalóriát” tartalmazó ételeket (például Coca-Cola, zsíros húsok, fehér kenyér, torták, palacsinta, kolbász, kelt tészták, sütemények). Csak értékes zsírokat használjunk (például napraforgóolaj, kukoricaolaj, lenolaj, szójaolaj). Növeljük a teljes értékű szénhidrátokban gazdag ételek arányát (például teljes kiőrlésű lisztből készült termékek, gabonapelyhek, barnarizs, borsó, bab, lencse, friss gyümölcsök). A fehérjeszükségletet zsírszegény fehérjével fedezzük (például sovány tej, joghurt, sajt, túró, szárnyasok, nyúlhús, lazac, hering, pisztráng, tojásfehérje). Ügyeljünk arra, hogy elegendő vitamin, ásványi anyag, nyomelem és folyadék jusson a szervezetünkbe (például az évszaknak megfelelő friss zöldség és gyümölcs, jó minőségű ásványvizet). Egy felnőttnek naponta több mint 2 liter folyadékra van szüksége. Ez a mennyiség jóval több lehet nagy melegben és fokozott aktivitás, mozgás, edzés, munka esetén.

A táplálkozás során figyeljünk oda, hogy délután 15 óra után ne együnk szénhidrátban, illetve zsírban gazdag termékeket. A finomliszt helyett a teljes kiőrlésű lisztet, cukor helyett pedig édesítősztet használjunk. Italokból a light termékeket és a szénasavmentes ásvány-



A NYEREGBEN AZ ÍRÁS SZERZŐJE

vizet fogyasszunk. Ha ésszerűen adagoljuk a táplálékot, akkor szinte bármit ehetünk és ihatunk. Nincsenek „jó” és „rossz” élelmiszerek, csak helytelen táplálkozás és mozgásszegény életmód van.

Fontos a rendszeres mozgás

Úgy szervezzük át a heti programot, hogy legalább 2-3 alkalommal 40–60 perccel mozogjunk. Olyan mozgásfajtát válasszunk, amelyet örömmel végzünk, de előtte mindenképp kérjük ki háziorvosunk véleményét. A mozgás segít elégetni a többletkalóriákat, emellett jól tesz a szívnek (vérkeringésnek) is, és segít elérni az általánosan jó közérzetet és egészségi szintet. A testmozgás a test összes sejtjét igénybe veszi, a jó kondíció megkönnyíti a mindennapos feladatok megoldását, függetlenül az időjárás-változástól, a fejfájástól és a fáradtságtól. Akik sokat mozognak, azok tudják, hogy egy bizonyos mennyiségű mozgás az egész életet aktívabbá teszi és az étkezési szokások is megváltoznak.

Aki sokáig szeretne egészségesen élni, azoknak szívből ajánlom, hogy kezdje el minél előbb az áttérést az egészséges életmódra. Biztatok mindenkit, hogy mielőbb kezdjen hozzá életmódjának megreformálásához.

Minden kedves olvasónak további jó egészséget kívánok!

Sarkózi Zoltán életmód-tanácsadó

Tel.: 06 30 5498-983

e-mail: sarkzol@gmail.com

(folytatás a következő számban)

Formálak

Gyermek a házban

Vége a nyárnak, szabadidőnk egyre nagyobb részét vagyunk kénytelenek a lakásban tölteni. A nagyobb mértékű átalakítások tekintetében ez inkább a tervezgetés mint a megvalósítás időszaka. Ahogy azt az előző, bevezetőnek szánt írásomban is említettem, helyi lap lévén a helyi emberek – témával kapcsolatosan felvetődő – problémáival, kérdéseivel szeretnék foglalkozni, illetve hasznos ötleteket, gondolatokat, tapasztalatokat is örömmel osztanék meg e hasábozon.

Idén vásároltam ingatlant Zámoron és kezdtem itt építkezni; heteken belül szerencsére már helyi lakosnak vallhatom magam. Már ingatlant kereső sétáink alkalmával feltűnt, hogy Pusztazámoron milyen sok kisgyermekes család él. Az építkezés során már néhányan bekopogtattak, és a beszélgetések során szinte mindig kiderült: elsősorban a megszületett és születendő gyermekek miatt települtek sokan ide. Így most a gyermekbirodalom kialakításával kapcsolatban szeretnék pár hasznos szempontot megemlíteni.

Mivel nem csak lakásról, hanem kertről is beszélhetünk, így nem feltétlenül kell nagy alapterületű szobában gondolkodnunk, hiszen a gyerekek, ahogy tehetik, rohannak a kertbe. Hasznos és jó dolog számukra saját kis „bunkit” kialakítani, ahova barátaikat is behívhatják.

Rengeteg kosztól és rendtelenségtől kíméljük így meg a lakást, hiszen például a kincsgyűjtések felnőtt szemmel nem mindig tolerálható leleteit itt őrizhetik. A „bunki” helyét érdemes úgy megválasztani,

hogy a házimunka végzése közben a házból is könnyen szemmel tarthassuk. Kerti „játszóter” kiépítéséről én szívesen beszélek le mindenkit. Olyan szerencsés helyzetben vagyunk, hogy szép és jól használható játszótér van a településnek, hasznosabb rászánni az időt és együtt kimenni oda. Így a gyerekek kommunikációs készsége, kapcsolatteremtő képessége is jobban fejlődik, és mi anyukák is megoszthatjuk egymással gondolatainkat.

A gyerekszoba a gyerek korával együtt meglehetősen gyorsan változó igényeknek kell hogy megfeleljen. Hogy mégse kelljen mindent időről időre cserélni, az alapbútorokat időtálló, masszív darabokból érdemes összeválogatni. Ezzel nemcsak pénzt és energiát takarítunk meg, de a gyermek biztonságérzetét is növeli az állandóság. Jó, ha rohanó világunkban kötődése alakul ki gyermekkori tárgyaihoz. A kiegészítők, textíliák segítségével tehetjük egyre nagyfiúsabbá - nagylányosabbá a szobát. Növelhető fekvőfelületű ágy és állítható lapmagasságú íróasztal segítségével is hosszabb távra rendezhetjük be a gyermekbirodalmat. A gyerekszobának olyan helyiséget célszerű kiválasztani, amely mind az utca zajától, mind a lakás hangosabb részeitől távol esik. Ezzel kicsi korában a zavartalan pihenését segítjük, később pedig a koncentrációt a tanulás idejére. Viszont ne „zárjuk ki” a gyereket a többi helyiségből se! Ha van hely a konyhában egy kicsi asztal és szék behelyezésére, ahol ő is „főzhet” velünk, ne hagyjuk ki! Jó ha megszok-

Típek

- A falon lemosható tapétát vagy festéket alkalmazzunk!
- Tapéta esetén a választásnál vegyük figyelembe, hogy a nagy mintákra hamar ráunnak a kicsik! A kis mintához a berendezkedés során könnyebb alkalmazkodni. Ráadásul az apró minták beindítják a gyermek fantáziáját – akár a felhők az égen – képesek egész mást vagy akár teljes történeteket is belelátani!
- A könnyebb, illetve magas bútorokat feltétlenül rögzítsük a falhoz!
- A padlón jól tisztítható meleg, illetve félmeleg burkolatot válasszunk! (Hajópadló, parketta, laminált parketta, parafa, PVC – a PVC nem egyenlő a linóleummal, bár a közhiedelem azonosítja a kettőt!)
- Darabszőnyeg, futószőnyeg alá csúszásgátlót tegyünk vagy rögzítsük néhány ponton mindkét oldalán ragadós szőnyegragasztóval a padlóhoz, csökkentve ezzel a balesetveszélyt.
- Az ablakra inkább vitrázsfüggönyt tegyünk. Ezt a kicsik nem tudják rángatni, és több fényt is enged a szobába. Sötétíteni praktikusabb a textil-, nádvagy hagyományos roló míg kicsi a gyerek, ezt nem tudja magára rántani.
- Jó ha fényerő-szabályozós kapcsolót teszünk a gyerekszobába. Ha tehetjük, érdemes a kapcsoló magasságát úgy meghatározni, hogy a 3-4 éves gyerek már elérje (ez érvényes a WC, fürdőszoba kapcsolóira is. Így hamarabb tudja önállóan intézni a dolgait, ami örömet is okoz így neki!)
- Bármennyire nagy a kísértés, televíziót, számítógépet minél később tegyünk a gyerek szobájába! Tanuláshoz sem kell feltétlenül a középiskola megkezdésénél hamarabb a számítógép. Ha mégsem tudjuk megállni, az internet ne legyen elérhető a gyerek gépéről!

(KÉPÜNK ILLUSZTRÁCIÓ)



ja a gyerek, hogy nem hajgálhatja tele a lakást a játékaival, de szinte elérhetetlen, hogy mindig mindent visszavigyen a szobájába. Ha rendszeresítünk egy ládikót abba a helyiségbe, ahol a legtöbbet van a család, és kinevezzük azt az ő kincsesládikójának, megtanulja, hogy oda tegye be azt, amivel már nem játszik.

További témákhoz ötleteket, kérdéseket várok a szerkesztőség elérhetőségeire, vagy a tanyapark@t-online.hu e-mail címre.

Jó ötleteket, praktikus, bevált megoldásait az szeretettel várom és osztom itt meg az olvasókkal.

Orosházi Erzsébet belsőépítész



Ki ne hallott volna a kölyökkutyák legveszélyesebb betegségéről, a parvóriról. De mi is ez a betegség? Annyit mindenesetre tudunk róla, hogy hasmenéssel, hányással jár, és sürgős orvosi segítség hiányában nagyon gyakran elhullás a következménye. A betegséget vírus okozza, mely a kutyákon kívül más kutyaféléket is megbetegíthet, pl. mosómedve, görény stb.

Házi kedvenceink Kölyökkutya-bajok

A betegség kórokozója a bélsárral ürül, a száján át felvett vírus a bálhámsejtekben és a szívizomsejtekben szaporodik. Ennek következtében a sejtek elpusztulnak és emiatt a bélbolyhok tönkremennek, gyulladás alakul ki, véralvadási zavarokat lehet tapasztalni. A hasmenés véressé válik.

A betegek hánynak, súlyos, estenként véres hasmenés jelentkezik. A komoly folyadékvesztés hatására az állatok nagyon könnyen kiszáradnak. Nagyon fontos ezért az időben megkezdett folyadékpótlás, akár mesterségesen is.

Ugyancsak fontos a megelőző kezelés, mivel a megfelelő időben és szakszerűen lefolytatott gyógykezelés ellenére is előfordulhat elhullás. A vakcinázást kb. 6 hetes korban érdemes elkezdni és kéthetente ismételni. A teljes oltási sorról érdeklődjön állatorvosától.

A másik gyakori betegség a szopornyica. Ezt a betegséget is egy vírus okozza. Elsősorban a légutak, gyomor-, béltraktus megbetegedésével jár, de idegrendszeri és bőrmegbetegedést okozó formája is ismert. Fiatal állatoknál gyakran elhulláshoz vezet, az idősebbeknél idegrendszeri

tünetek maradhatnak vissza. A betegség iránt a görény, róka, nyest, nyuszt, mosómedve, a macska- és kutyafélék is érzékenyek, bár a házimacska nem fogékony.

A fertőzést a kórokozót a váladékaikkal ürítő beteg állatok terjesztik (orrváladék, vizelet stb.).

A fertőzést követően a vírus a garatban szaporodik (torokfájás), majd a légző- és emésztőszervekbe kerül (orrfolyás, hasmenés). Eközben az agyvelőben is okozhat elváltozásokat, melyek idegrendszeri tünetekkel járnak. Idült lefolyású és átvészelt esetekben a talppárnák és az orrtükrök repedezetté válik, de a fogak is károsodhatnak.

A szopornyicánál is a vakcinás megelőző védekezés az ajánlott módja a betegség elleni küzdelemnek. Általában kölyökkorban, 8-10 hetes kor körül kapják a kicsik az első oltást, majd 2-3 hetes időközzel az ismétlő oltást. A megfelelő oltási protokollról érdeklődjön állatorvosától.

Dr. Fekete Balázs

állatorvos

Tel.: 06-20-981-6474

Tárnok, Fő u. 40.

H-P: 16-19 óráig

Olvási levél

„Köszönet a csodálatos élményért!”

Böröndi Zoltánné az mtv1 Főtér című műsorának játékán a pusztazámori Halmi Vendégházba szóló hétfégi pihenést nyert, melyet barátnőjével, Brezovszki Ferencnével vett igénybe ez év szeptemberében; ez időben zajlottak községünkben is a Kulturális Örökség Napjai rendezvénysorozat programjai. Brezovszki Ferencné hazaérkezése után levelet küldött a vendéglátó Halmainé Meszleny Katalinnak, melyben beszámolt itt szerzett élményeiről. A terjedelmes írás néhány részletét az alábbiakban közöljük.

Kedves Kati!

Soha nem tudom megköszönni azt az élményt, amiben részem (részünk) volt. Szeretném minden ismerősömnök elmondani, hogy ők is felfedezzék az országnak ezt a részét, ahol ti élhettek.(...)

Az itt töltött napok meghatározó élménye volt a Remeteségben celebrált mise, melyre izgatottan készültünk. Időben érkezünk, helyet foglaltunk. A szívem megtelt szeretettel, mint a templom emberekkel, és sok gyerekkel; nem is jutott hely min-

denkinek. Mennyire örülne a mi plébánosunk, ha a mi falunkban is ilyen sokan lennének vasárnaponként a misén. Mise után sétáltunk, az emberek kedvesek voltak, köszöntek és visszaköszöntek. Az egész falu nagyon tiszta, ápolt és gondozott. (...)

A templomból Mara kertjébe mentünk. Nagyon sok kedves embert ismerek, de ő, Mara talán őket is felülmúlja. A kertje és háza tükrözi a természet szeretetét, a békét, a nyugalmat, a harmóniát. Tudta, hogy megyünk, ezért saját sütésű pogácsával, üdítővel, gyümölcscsel várt minket. (...)

A nálatok töltött napok emlékét örökre megőrzöm, és ha lehet, szeretnék jövőre is eljutni a Zámori Kör és a Halmi Vendégház közös rendezvényeire. Köszönök mindent, amiben részünk lehetett. Ezúton üdvözlöm azokat, akikkel találkozhattam. Boldog vagyok, hogy megismerkedhettem velük.

Osztopán, 2007.október 2.

Brezovszki Ferencné Irén

(barátnőm, Böröndi Zoltánné Ica nevében is)

Hirdessen a Zámori Hírekben!

Kornétás Kiadó 1138 Budapest, Népfürdő utca 15/D. Telefon/fax: 06 1 239-0146,
E-mail cím: titkarsag@kornetas.hu. Hirdetési manager: Tálics Krisztina

Tűzhangya az óceánon

Világraszóló sportsikert ért el egy zátori fiatalember, Rakonczi Gábor és társa, Pálos Andrea. A soproni egyetemen tanuló fiatalok maguk tervezték és készítették evezős hajójukkal 51 nap alatt átszelték az Atlanti-óceánt. Nem mindennapi vállalkozásukról a pusztázamori Halmi Vendégházban tartottak nagy sikerű élménybeszámolót.

A soproni Nyugat Magyarországi Egyetem negyedéves hallgatói évek óta tudatosan készültek a nagy útra. Mindketten kipróbálták magukat különböző teljesítménysportokban – Balaton-átúszás, maraton futás, túlélő túrák stb. –, és a szükséges hajózási, navigációs ismereteket is megszerezték. Tréningeztek a jeges Dunán, az Adrián, és mindenütt, ahol mód nyílt rá. Gábor elmondta az érdeklődőknek: tisztában voltak vele, tervük komoly kihívás, hiszen magyarok még nem, és külföldi sportemberek sem túl sokan vették sikeresen ezt az akadályt.

Lévén hogy formatervező-építész szakon tanulnak, maguk tervezték meg azt a különleges hajót, amely aztán mintegy ötven napig az otthonuk volt. Hogy miért különleges? Például azért, mert a mintegy 6000 munkaóra alatt elkészült, három részre osztott, ki-

lenc méter hosszú hajó csupán ötven kilót nyom üresen. Ugyanakkor – ami szintén egyedülálló – kétméteres tökesúllyal rendelkezik, ami nagyban hozzájárult ahhoz, hogy a hajó kibírta az óceán 10-12 méteres hullámain.

Tavaly novemberben Pusztázamoron tartották az „utolsó vacsorát”, hogy aztán Sopron érintésével a spanyolországi Cadízba autózzanak, utánfutójukon speciális hajójukkal. Innen már vízen tették meg a tényleges rajthelyül szolgáló Kanári-szigetekig a mintegy 260 kilométeres utat. A kezdet



EGYÜTT PUSZTÁZAMORON AZ ÉLMÉNYBESZÁMOLÓ ELŐTT

nem volt éppen biztató: Marokkó partjainál 100 kilométeres szélességgel, hatalmas hullámokkal találták szembe magukat, ezért többször is ki kellett kötniük. Tizenkét vízen töltött nap után végre megérkeztek a rajthelyre, ahol kijavították a hajót

ért sérüléseket, kipihenték a „bemelegítő szakasz” fáradalmait, majd feltöltötték a Tűzhangyát vízzel, élelemmel.

Aztán elérkezett az indulás ideje: 5000 kilométeres út várt a két magyar fiatalra.

A támogatók jóvoltából a Tűzhangya fedélzetén minden ma használatos, korszerű eszköz megtalálható volt a műholdas telefontól a napelemmel előállított energiával működő GPS-en át az ivóvízkészítő berendezésig. Gábor elmondta: navigációs ismereteik és a korszerű eszközök nagyban segítettek őket abban, hogy maximálisan kihasználják a tengeráramlatokat; ennek köszönhetően optimálisan sikerült meghatározni az útvonalat (mint később kiderült, csupán öt órával maradtak el az óceánátkelés eleddig legjobb idejétől).

Gábor és Andrea kétóránként váltotta egymást az evezőpadon. Míg egyikük forgatta a lapátokat, a másik pihent. Kétóránként „nasiztak”, négyóránként komolyabban étkeztek, és természetesen folyamatosan fogyasztottak vitamin- és energiatartalékokat. Igen erős volta napfény, ezért folyamatosan 50 faktoros krémmel kellett kenniük az arcukat, testüket.

A „csendesebb” időszakokban, amikor „csak” 3-4 méteres laza hullámok vették körül a hajót, volt idejük gyönyörködni a végtelen óceánban. Elmondták: szinte hihetetlen, de a parttól 2-3 ezer kilométerre is rendszeresen láttak madarakat. Felejthetetlen élmény volt a 80-100 méteres távot átvéelő repülő halak látványa. Folyamatosan ember nagyságú halak kísérték a Tűzhangyát; erről a hajótest víz alatti részének algtalanításakor testközelségből is meggyőződhetek.

A fizikai megpróbáltatáson túl komoly pszichikai kihívást is jelentett számukra az ötvennapos út. Jótékonyan hatott a kedélyükre, ha megszólalt a műholdas telefon. A legnagyobb élmény a 26. napon ér-



ANDREA...

te őket, amikor egy francia nyugdíjas házaspár vitorlása közelítette meg a hajójukat. Igen jól esett az emberi szó, és nem utolsó sorban az a három doboz gyöngyöző sör, amit ajándékba kaptak (a tenger 27 fokos volt, ennél alacsonyabb hőmérsékletre nem tudtak hűteni).

Aztán mintegy 5000 kilométer megtétele és 51 nap után megpillantották a száraz-



...ÉS GÁBOR EVEZŐVEL A KÉZBEN

földet: feltűntek a Kis-Antillákhoz tartozó Antiqua partjai, ahonnan hajó érkezett eléjük, fedélzetén a bátor és kitartó fiatalok szüleivel, hozzátartozóival, a nemzetközi óceán-evező szövetség elnökével. Rakonczi Gábor és Pálos Andrea valószínűleg soha nem feledik el a találkozás perceit. Mint elmondták: „Mindenki csak sírt, még a fogadó hajó számukra ismeretlen kormányosának is kijöttek a könnyei...”

Kiss Zoltán

AZ INDULÁS PILLANATAI

