



Lajoskomárom Nagyközség Önkormányzatának lapja II. évfolyam, 10. szám 2015. október

Önkormányzati hírek: Kóbor állatok befogásáról

Az állatok védelméről és kíméléséről szóló 1998. évi XXVIII. tv. 48/A. § (3) bekezdése:

A települési - a főváros belterületén a fővárosi - önkormányzat kötelező feladata a település belterületén a kóbor állatok befogása. Az így befogott kóbor állat - amennyiben a befogástól számított 15 napon belül a kóbor állat tulajdonosa nem válik ismertté - az állam tulajdonába kerül. Az állatvédelmi hatóság gondoskodik az állat tulajdonjogának átruházásáról, ha ezt jogszabály kizárja vagy az eredménytelen, az állat végleges elhelyezéséről. Az elhelyezés eredménytelensége esetén - a külön jogszabályban meghatározott időtartam elteltével - az állat életét megengedett módon ki lehet oltani.

Lajoskomárom Nagyközség Önkormányzata e kötelező feladatának ellátására és a GYEPMESTERI feladatok ellátása érdekében 2015. október 1-i hatállyal szolgáltatási szerződést kötött a HÖCSÖKI ÁLLATMENHELY Non-profit Kft (7100 Sárbogárd, Nagyhoröcsök pusztja Hrsz: 01221/5) vállalkozással.

A jövőben a vállalkozás gondoskodik a településen talált kóbor állatokról. Bejelentés alapján illetve időszakosan a területen járőrözve a Nagyköröcsön található telephelyükre szállítják a befogott állatokat. E feladat mellett ellátják az állati melléktermék ártalmatlanításával kapcsolatos feladatot is (pl. úton elűtött állattal szembeni ártalmatlanítását).

Lakossági bejelentéseket az alábbi helyeken lehet megtenni:

POLGÁRMESTERI HIVATAL

8136 Lajoskomárom, Komáromi u. 4. (tel: 25 240-375) vagy

HÖCSÖKI ÁLLATMENHELY Non-profit Kft

7100 Sárbogárd, Nagyhoröcsök pusztja Hrsz: 01221/5

TEL.: SÁRKÖZI KÁROLY 06 30/342 1493

Felhívjuk a lakosság figyelmét, hogy a közterületeken (akár a saját ház előtt az utcán) felügyelet nélkül lévő állat is kóbor állatnak minősül és befogható!

Minden állattartó az állatot a saját birtokán belül köteles tartani!

Állatvédelmi kisokos (segédlet az állatvédelmi törvények betartásához)

- Minden három hónaposnál idősebb ebet chippel kell ellátni, ha ajándékozás vagy egyéb ok (elhullás, elveszés, egyéb) miatt a kutya elkerül a gazdájától az állatorvosnál jelenteni kell, az ok meghatározásával.

- Kötelező az évenkénti védőoltások beadatása, az eb beteg-

sege esetén állatorvosi kezelés igénybevétele.

- A kedvtelésből tartott eb szaporodását köteles megakadályozni a tulajdonos.

- Az állatokkal kíméletesen kell bánni, azoknak szükségtelenül fájdalmat, szenvedést, illetve félelmet okozni nem szabad.

- Az állat tartója köteles az állat életfeltételeinek kialakítása és a tartása során az állatot korának, fiziológiai állapotának megfelelő takarmánnyal ellátni, amely annak jólétét szolgálja.

- Az állatot úgy kell tartani, hogy az állat tartása lehetővé tegye annak természetes viselkedését, ugyanakkor a környező lakókörzösséget ne zavarja.

- A kedvtelésből tartott állatot és az állat tartási helyét az állat tartójának naponta legalább egy alkalommal ellenőrizni kell és gondoskodnia kell környezeti viszonyok elviselhetőségéről (árnyékolás, téliesítés).

- A kedvtelésből tartott állat tartási helyének, olyan méretűnek kell lennie, hogy az állat mozgási igényét ki tudja elégíteni.

- Tilos ebet tartósan 10 m² -nél kisebb területen, kennelben tartani.

- Tilos az ebet tartósan 4 m-nél rövidebb eszközzel kikötve tartani.

- Minimum követelmény tartósan bezárva vagy megkötve tartás esetén:

- kistestű kutyának 10 m² kennel vagy 4 m lánc,
- közepes testű kutyának 15 m² kennel vagy 6 m lánc,
- nagytestű kutyának 20 m² kennel vagy 8 m lánc.

- Ebek csoportos tartása esetén számukra egyedenként legalább 6 m² akadálytalanul használható területet kell biztosítani.

- Amennyiben ebet futólánccal – vagy ahhoz hasonló elven működő szerkezettel – kikötve tartanak, a feszített és futó részek hosszának összege nem lehet kevesebb 5 m-nél, valamint a futó rész nem lehet rövidebb 3 m-nél.

- Közterületen az eb tulajdonosának biztosítani kell, hogy az eb sem más állatot, sem embert harapásával ne veszélyeztethessen. Szájkosarat használni a – kizárólag az egyed jellemzően agresszív magatartásának ismerete esetén kell.

- Belterület közterületén – kivéve az ebek futtatására kijelölt területet – ebet csak pórázon lehet vezetni. Közterületen ebet csak olyan személy vezethet, aki az eb irányítására, kezelésére és féken tartására képes.

- Közterületen a kutya ürülék eltávolításáról az eb tartójának kötelessége gondoskodni.

- A tulajdonos köteles megtéríteni a kutyája által okozott kárt (baromfi kiirtás, autó karcolás, stb.)

Az állatok kínzását a törvény bünteti!

A fűtés is lehet veszélyes!

Fűtési technológiától függetlenül komoly veszélyt jelenthet a készülék nem rendeltetésszerű használata, a szabálytalan kivitelezés, illetve a műszaki felülvizsgálat vagy ellenőrzés elmulasztása. Bár a hűvösebb időben egyre több otthonban kezdenek el fűteni, még nem késő a hivatalos fűtési szezon kezdete előtt szakemberrel ellenőriztetni a tüzelő-fűtőberendezéseket és az égéstermék-elvezető rendszereket.

A nem rendeltetésszerű használat következtében jelentős anyagi kárral és esetenként súlyos sérülésekkel járó tűzesetek alakulhatnak ki, de nem ritka a fizikai robbanás sem. Nagyobb eséllyel rakódik le káros anyag az olyan égéstermék-elvezető rendszerben, amelyben hulladékot vagy más, nem megfelelő tüzelőanyagot égetnek, az elzáródott kéményből pedig a káros anyagok visszaáramolhatnak. Ezek a veszélyforrások a megfelelő használat mellett teljesen kiküszöbölhetőek!

A szabálytalan kivitelezés miatt az égéstermék visszaáramolhat, a tüzelő-fűtőberendezések meghibásodhatnak. A zárt térbe visszajutó gázok, így a szén-monoxid már alacsony koncentrációban is komoly veszélyt jelentenek az ott tartózkodókra. A rosszul bekötött eszköz gyakrabban meghibásodhat, azt gyakrabban kell javítani és rövidebb idő alatt tönkremegy, ráadásul jóval több pénzt kell ráfordítani. Mindez megelőzhető, ha megfelelő minőségű termékeket vásárolunk, a tervezést és kivitelezést pedig valódi szakember végzi el!

A műszaki felülvizsgálat és ellenőrzés fontos feltétele a fűtési rendszer biztonságos működtetésének, hiszen időben kiderül, ha valamilyen karbantartási vagy javítási munkára van szükség. Ezt a munkát is minden esetben bizzuk szakemberre. A fűtési rendszer valamennyi elemét ellenőriztetni kell az előírás szerinti időszakonként! Tanácsok a fűtési időszakra:

<http://fejer.katasztrofavedelem.hu/tanacsok-a-futesi-idoszakra>

Katasztrofavedelem



2015 | 09 | 16.

Klebsberg Intézményfenntartó Központ
GESZTENYEFASORI ÁLTALÁNOS ISKOLA
TÁMOP-3.1.4.C-14-2015-0289

EGÉSZSÉGNAP

A GESZTENYEFASORI ÁLTALÁNOS ISKOLA A JÓL SIKE-
RÜLT JÚNIUSI ESEMÉNY UTÁN ÖSSZEL IS EGÉSZSÉGNAPOT SZERVEZETT A DIÁKOKNAK.

A tanítási órák után diákjaink egészséges, finom ebédet kaptak. Délután folyamán több helyszínen sportolhattak. A sportegyesület jóvoltából előadást tartott a sport fontosságáról Vései Martin, majd rövid kedvcsináló fociedzés következett. Wanderer Pékség egy egészséges pékáru kóstolóval járult hozzá egészségdélutánunkhoz.

Diákok megismerkedhettek az íjászattal, kipróbálhatták ügyességüket egy akadálypályán az iskola kerékpárjaival, tevékezhetek, asztaliteniszezhetek, tollasozhattak, focizhattak. A sok mozgás után jól esett a gyümölcssaláta, melyet lelkes, ügyes kezű diákok készítettek el számukra. A gyerekek a nap végére kellemesen elfáradtak, reméljük ezennél minél többen töltik szabadidejüket a jó levegőn.

2015 | 09 | 01.

Klebsberg Intézményfenntartó Központ
GESZTENYEFASORI ÁLTALÁNOS ISKOLA
TÁMOP-3.1.4.C-14-2015-0289

ISKOLANYITOGATÓ

A GESZTENYEFASORI ÁLTALÁNOS ISKOLA DIÁKJAI AZ ELSŐ TANÍTÁSI NAP ALKALMÁVAL MEGISMERKEDTEK AZ ÚJ TANÖSVÉNNYEL

Az iskolakezdés sohasem könnyű, gyermeknek, felnőttnek egyaránt új kezdet, új feladatok, új barátságok, csalódások, nehéz döntések. Szerettük volna ezt a kezdeti időszakot kicsit megkönnyíteni azzal, hogy a rendhagyó első tanítási napunkon az osztályfőnöki órák után minden diákunk a szabadban tölthette a délutánt, szórakozva tanulhatott, ismerhette meg falunk új büszkeségét, a tanösvényt.

Közvetlenül ebéd után a nyolcadikos tanulók ráhangoló előadáson vettek részt, míg a többiek különböző útvonalakon elindultak a tanösvényen. Az ismertető tábláknál megpihentek, ahol a kísérő pedagógusok segítségével megismerkedhettek a környék élővilágával, a Béka-tó történetével. A nyolcadikosok az előadást követően csatlakoztak a túrához.

Az időjárás kedvező volt, hétágra sütött a nap. Séta közben jutott idő beszélgetésre, mindenki beszámolhatott a nyári élményeiről is.

A tanösvény mellett átadtak három nordic walking pályát.

Ezzel a sporttal is megismerkedhettek a diákok. Az iskolába visszaérve finom uzsonnát kapott mindenki.

Élményekkel gazdagon mentek haza a gyerekek. Remélhetőleg kicsit könnyebb volt ezek után másnap az iskolatáska!

2015 | 09 | 11.

Klebelsberg Intézményfenntartó Központ
GESZTENYEFASORI ÁLTALÁNOS ISKOLA
TÁMOP-3.1.4.C-14-2015-0289



HULLADÉKGYŰJTÉS

A GESZTENYEFASORI ÁLTALÁNOS ISKOLA MINDEN ÉVBEN ÖSSZEL PAPÍRGYŰJTÉST TART. IDÉN A SZELEKTÍV HULLADÉKGYŰJTÉS JEGYÉBEN TARTOTTUK MEG HULLADÉKGYŰJTŐ DÉLUTÁNUNKAT.

A tanítási órák után diákjaink egy része nyakába vette a falut és papírt gyűjtöttek magánházaktól. Pedagógusaink segítettek lemérni, szelektálni a behozott papírkötegeket. Tanulóink másik része az új tanösvény fele vette az irányt és összegyűjtötte az eldobált szemetet. Sajnos bőven akadt dolguk.

Az iskolában egész évben gyűjtjük a PET palackokat, kupakokat. Lehet hozni alumínium flakonokat, használt elemet is. Mindezekkel szeretnénk felhívni tanulóink figyelmét arra, hogy ők is sokat tehetnek azért, hogy kevesebb szemét terhelje a környezetünket.

Hulladékgyűjtő napunkon sokan gondoltak a fent említett hulladékokra is, zsákszámmra hozták be hozzánk. Öröm látni, hogy ennyi család gyűjti otthon szelektíven a szemetet, ami így már hulladék, mely újrahasznosítható, s ezáltal csökkenthető a szeméthegek nagysága.

Köszönjük minden családnak, akik részt vettek hulladékgyűjtő napunkon, hogy fontos nekik a környezettudatosság és gyermekeiket is erre nevelik.

Dolgozzunk ezen túl is egy szebb, tisztább jövőért!

2015 | 10 | 20.

Klebelsberg Intézményfenntartó
Központ
GESZTENYEFASORI
ÁLTALÁNOS ISKOLA
TÁMOP-3.1.4.C-14-2015-0289



SAJTÓKÖZLEMÉNY A PROJEKT ZÁRÁSÁRÓL

GESZTENYEFASORI ÁLTALÁNOS ISKOLA KÜLÖNBÖZŐ, SZÍNES PROGRAMOKAT VALÓSÍTOTT MEG A PÁLYÁZATNAK KÖSZÖNHETŐEN.

A projekt az Európai Szociális Alap és Magyarország költségvetése társfinanszírozásban biztosította a megvalósulást. A projekt az Európai Unió támogatásával valósult meg. A projekt 2015. május 1-jén indult, a fizikai zárása 2015. október 31. 12 millió forint vissza nem térítendő támogatásban részesültünk.

Elsőként nyelvi vetélkedőt rendeztünk játékos csapatverseny keretében. Diákoknak új élmény volt, mivel eddig más formában mérhették össze tudásukat. Jó hangulatú délutánt töltöttek el az iskolában. Szeretnénk a jövőben is hasonló versenyeket szervezni.

Tavaszi akadályversenyünket a Fülöp-hegyen (szőlő-hegy) tartottuk. Játékos feladatok és az uzsonnára kapott finom pizza kellemes délutánt eredményezett. Diákok mindig nagy lelkesedéssel várják ezeket a napokat, most is élményekkel gazdagon mehettek haza.

Egészségnapból többet is szerveztünk. Tavasszal az étkezés, a megelőzés volt a fő téma, ősszel a mozgás fon-

tosságára szerettük volna felhívni a figyelmet. Mind-egyik rendezvényünk alkalmával finom, egészséges ebédet, gyümölcssalátát kaptak diákjaink. A tantermi tanulási formáktól különböző ismeretszerzés lehetőségét megteremtve igyekszünk tanulóinkat arra ösztönözni, hogy szabadidejükben minél több időt a szabadban töltsenek, élvezzék és vigyázzák a falunkban rendelkezésre álló többféle közösségi teret.

Nyáron sátoztáborban vettek részt a vállalkozó kedvű diákok és tanárok. Az időjárás nagyon jó volt, minden tervezett programot megvalósítottunk. Új élmény volt minden táborlakó számára a falmászás és a gokart. Biztos vagyok benne, hogy sokan életre szóló élményekkel tértek haza.

A projekten belül több pedagógusunk is továbbképzésen vett részt. Helyileg szerveztünk három napos Az agressziókezelés köznevelési intézményekben című továbbképzést, mely mindennapi munkákban is hasznosítható tudással vértézett fel minket. A gyakorlatias tréning után a mindennapi munkánk során észrevehetően, sikeresen alkalmazzuk az új ismereteinket.

Ősszel iskolanyitogató programunk keretében az új tanösvényt ismerhették meg a diákok. A hulladékgyűjtés alkalmával nemcsak a környezetünket óvjuk, de szemléletüket is formálhatjuk.

Összességében elmondhatjuk, hogy sok, sikeres programot szerveztünk, melyek hozzájárulhatnak ahhoz, hogy egészségesebb és a jövőt jobban vigyázó fiatalokat engedjünk ki az iskolából, s biztos vagyok benne, hogy ilyen gyermekek nevelésére elhivatott és elkötelezett kollégáink vannak.

Mit érdemes tudni favásárlás előtt?

Így az igazi tél közeledtével sokakat érdekelhet a tűzifával kapcsolatban, mert sok egymásnak ellentmondó írással/hirdetéssel lehet találkozni.

Köbméter, üzemi köbméter, erdészeti köbméter, mázsa?

Ezek a leggyakrabban emlegetett és ezzel együtt kevert mértékegységek, ha favásárlásról van szó. Fát sok módon vehetünk, de az általában két alkalmazott elszámolási mérték a térfogati, ez lehet erdészeti vagy sima köbméter, a másik pedig a tömeg szerinti, amit mázsa-ban mérnek legtöbbször.

Egy mázsa az 100 kg, egy köbméter az 1000 liter, 1*1*1 m-es testnek felel meg. Ezzel szemben egy erdészeti köbméter 1750 liter, 1*1*1,75 m. Miért van ez a különbség?

Erdészeti köbméter

Az erdészetekben a kivágott fákat rönkben szokták tárolni, egymásra pakolják őket úgynevezett „sarang”-ba. A sarangba került rönkök 1 m szélesek, ezeket 1,75 m magasra rakják fel, tetszőleges hosszúságba, az elszámolás így könnyű, mert csak elég a hosszát megmérni egy rakásnak, és egyből tudhatjuk mennyi fáról van szó. A felpakolt rönkfák között elég sok a hézag. Az erdészeti köbméter ezeket a levegős hézagokat hivatott kiküszöbölni, ugyanis hozzávetőlegesen 1 köbméter tiszta fának felel meg. Egy erdészeti köbméter fáról, pontosan tudhatjuk hány mázsa, ha ismerjük a fafajta és a nedvességtartalmát.

1 erdészeti köbméter = 1,75 normál köbméter = 1 köbméter színtiszta fa Ebben rönkfa értendő!

Normál köbméter

Ezzel szemben, ha ugyanezt a rönkfát nem erdészeti köbméterben, hanem normál, üzemi köbméterben mérjük, nem kapunk meg egy teljesen kitöltött 1 köbméter tiszta fát, hiszen a hézagokat le kell ebből vonni.

Ha az erdészeti köbmétert vesszük alapul, annak 57%-a fa, 43%-a levegő. Ugyanezt, ha átszámoljuk a normál köbméterre, akkor megkapjuk, hogy az valójában 0,57 köbméter tiszta fának felel meg.

1 normál köbméter = 0,57 erdészeti köbméter = 0,57 köbméter tiszta fa Ebben rönkfa értendő!

Most már át tudjuk számolni az egyes térfogati egységeket egymásba, és azt is tudjuk, hogy azok mennyi tiszta fának felelnek meg, már csak az a nagy kérdés, hogy ez hány mázsa?

Az attól függ. Milyen fafajtaról van szó, mikor lett kivágva (mennyi ideig száradt), mekkora az aktuális sűrűsége, ami

fajtán belül is jócskán változhat. Mielőtt ebbe a sok dologba belezavarodnánk, táblázatosan összefoglaltuk három különböző szárazságú, három különböző fafajta azokat a tartományokat, ahol mozoghat a tömegük adott térfogatra.

Hány mázsa?

Az értékek rakott rönkfában értendők! Az esetek nagy részében friss vágásút veszünk, így azok a mértékadóak.

Friss vágású	Tölgy(mázsa)	Bükk (mázsa)	Akác (mázsa)
Erdészeti köbméter	7 – 13 q	8 – 12 q	7-10 q
Normál köbméter	4 – 7,5 q	4,5 – 7 q	4-7 q
1 év száradás után	Tölgy	Bükk	Akác
Erdészeti köbméter	5,5 – 11 q	6,5 – 11 q	7 – 10 q
Normál köbméter	3 – 6,2 q	3,7 – 6,2 q	4 – 6,2 q
2 év száradás után	Tölgy	Bükk	Akác
Erdészeti köbméter	4,5 – 10 q	5,5 – 10 q	5 – 10 q
Normál köbméter	2,5 – 5,7 q	3,2 – 5,7 q	3,4 – 5,7 q

Nagyon nagy az intervallum amiben az egyes fák mozognak, ez a fajtán belüli különböző mérési eredményeknek köszönhető. Ez az intervallum megbízható, és nagy valószínűséggel a valós értéket fogja visszatükrözni, akármilyen tulajdonságú fával találkozunk. (fajtán belüli különbségekre kell gondolni) Ha ennél kicsit pontosabb értéket szeretnénk, vegyük mindegyik mezőnek a középértékét!

De mi a helyzet ha nem rönkfa, hanem hasogatott?

Abban az esetben tovább bonyolódik a helyzet, egy ömlesztett köbméter fáról nagyon nehéz biztosat mondani és a fentebb leírt intervallumok még tovább szélesednek.

Ha ömlesztett fát veszünk, az közel se biztos, hogy majd jobban kitölti a rendelkezésre álló helyet, és kevesebb benne a hézag, mint egy sarang esetében. Egy normál köbméter hasogatott és ömlesztett fa, friss vágású, hozzávetőlegesen 4-7 mázsa lehet, talán valamivel kevesebb. Ezzel szemben a rakott társa valamivel több.

Akár hogy is döntünk, favásárlás előtt legyünk tisztában ezekkel a mértékegységekkel, és hozzávetőleg a számokkal. Tényleg nehéz biztosat mondani, mert sok minden függ a fa fajtajától, sűrűségétől, nedvességtartalmától, hogy hasogatott vagy rönkfa-e, esetleg kugli. Ha az eladónk nem mond az itt leírtaknak ellen, és hasonló intervallumokat ad meg, kisebb az esélyünk arra, hogy kevesebbet kapjunk a pénzünkért.



Kedves olvasók!

A Lajoskomáromi Egészségfejlesztési Iroda (EFI) bizonyos időközönként különböző témákban, egészségünk megőrzésével kapcsolatban (étkezés, testmozgás, életvitel, stb.) hasznos cikkeket fog közölni, ezzel is biztatva a lakosságot az egészségtudatos magatartás kialakítása felé.

Táplálkozási szokásainkról tartott –Pálmainé Győri Teréz védőnő- igen tanulságos előadást 2015. október 8-án, az Országos Könyvtári Napok keretében.

A globalizáció olyan tendenciákat idézett elő a táplálkozási szokásokban, amelyek hosszú távon kihatnak az egészségre is. A fiatalok különösen fogékonyak a globalizációs üzenetekre, ezért a táplálkozási szokások megváltozása is az ő körükben figyelhető meg leginkább.

A globalizáció összetett társadalmi és gazdasági folyamat, melynek többek között gazdasági, politikai és kulturális vonatkozásai vannak, és amely egymás után éri el a világ országait. A globalizáció kölcsönös függőségi viszonyokat teremt, illetve olyan szabályokat érvényesít, melyek az egyes államok kormányai számára nem feltétlenül elfogadhatóak. A folyamat a világpiac destabilizálódásával és a specifikus kultúrák eltűnésével fenyeget. A lényeg, minél nagyobb legyen a fogyasztás. Ez a minőség rovására történik.

- Legnagyobb rész a gabonafélék, hangsúlyozva a teljes kiőrlésű készítményeket, melyeket a szervezet energiává alakít, a felesleget zsírok formájában raktározza.

- A második nagy csoport a zöldségek, gyümölcsök. Vitamin szükségletünk nagyobb részét ebben a formában vesszük magunkhoz.

- Húsok, a következő táplálék. Teljes értékű fehérjét tartalmazó élelmiszerek fogyasztására azonban - és ide tartoznak a húsok - minden nap szükségünk van. Ezek testépítő vegyületek - alapvető, mással nem helyettesíthető biológiai feladatokat látnak el. Összetevői a sejteknek: a bőrnek, az izmoknak, a kötőszöveteknek, szerepet játszanak a fehérjék enzimek funkcióiban, és kisebb mennyiségben energiát is adnak szervezetünknek.

Napjaink táplálkozási szokásai

- Végül tej és tejtermékek, fontos nátrium, kalcium és vitaminforrásnak is tekinthetők.

Korunk jellemzője, hogy túl sok feldolgozott terméket fogyasztunk, amik nagy mennyiségben tartalmaznak, adalékanyagokat, tartósítószeret.

Fontos :

- az éghajlatnak, évszaknak megfelelő természetesen érő, ÉLŐ anyagok fogyasztása.
- már a korai gyermekkorban optimális táplálkozási szokások kialakítása.

E téma kimeríthetetlen, mivel a legtöbb betegség a megfelelő minőségű, és mennyiségű étrenddel kiküszöbölhető lenne. Ezeket a gondolatokat a hallgatóság is megerősítette. Az előadás interaktív mivoltát, a vércukor-, koleszterin-, húgysavszint és testzsír-százalék mérése adta.

A következő könyveket ajánljuk, melyek lapozgatása segíthet a betegségek megelőzésében, szinten tartásában:

- Dr Igazvölgyi Katalin : Tudatosan az egészségért
- Dr Winkler Gábor Dr Baranyai Éva: Cukorbetegség
- Gézsi Andrásné Máger József : Cukorbeteg nagy süteményes könyve

A könyvek az EFI irodában elérhetők!

A könyvtár könyvajánlata a témához:

- Dr. Lenkei Gábor: Cenzúrázott egészség

EFI iroda

A kiegyensúlyozott étrend - szivárvány



Ez az ábra szemlélteti, milyen élelmiszerekből, milyen arányban kellene fogyasztanunk.

Z-generáció

Ember!
Hozzád szólok anyanyelven,
s te nem értesz engem.
Talán nem is látsz.
figyelsz??hallasz?!

- Néha igen, néha nem.
káosz van a fejekben. -

agyat behálózó világháló,
s egy nyálát csorgató,
billentyűzeten háló...
ember?
Agymosott emberek.

Nem is. Inkább undead-ek.

Like-ok, dislike-ok,
mellüket mutogató lányok.
néhányan:
köztük én is ettől hánynak.

Rövidítések, mosolygós fejek,
indokolatlan anglicizmus,
random, v.kinek kipsztozt idézetek.

Barna s zöld szemedből lesz kék,
tükröződik benn a radioaktív fény,
drótok vannak vénáid helyén.

Game overektől torzult
arcod helyén szomorú smiley,
mikor látod, hogy
a wifi kapcsolatod minimális.

Ez jutott nekem, neked,
neki, nekünk, nektek, nekik.
Mert ma már elvárás
az élet az interneten.



Farkas Flóra



SZTÁRPORTRÉ

A Kutas Tv 2015. október 29-i
adásában Molnár Szabolcs,
Sipos Péterrel beszélget.



Sipos Pétert a Sztárportréban bűneiről kérdeztük.
"Gyerekkoromban loptam csokit a közértben. Cd-t töl-
töttem le, és filmet az internetről, pedig zenészként tu-
dom milyen rosszul esik, mikor odajönnek és a másolt cd
-t íratják velünk alá. Sőt olyan is volt, aki odahozott egy
becsomagolt üres cd-t, hogy erre fogja felvenni a le-
mezt."
"Kiskoromban jártam úszni, és mindenféle betegségeket
találtam ki, hogy most ezért nem megyek edzésre, meg
azért. Olyat is csináltam, hogy amikor Apám kitett reggel
6-kor, bementem a kapun, megvártam amíg elmegy, és
letipliztem a keresztanyámhoz, aki ott lakott 2 utcányira.
Ott voltam reggel 8-ig, amíg iskolába kellett menni."

Frissen elkövetett bűnökről kevesebb szó esett a műsor-
ban. Sipos Péter beszélt a közelgő jubileumi Mirigy ügy-
ről, és a másik 2 zenekaráról is, melyek közül az egyik-
ben korábbi Edda tagokkal Edda dalokat idéznek fel
(Zártosztály), a másik zenekarral pedig (Triász) 1 hóna-
pos amerikai turné következik.



MINDEN AMI KÁRPIT



MOHAI VILMOS
kárpitos



Járművek, bútorok,
mezőgazdasági gépek,
egyedi, speciális kárpitok készítése

Telefon: 06 30 /305 92 17
vagy 06 30/691 61 17

Lajoskomárom Köztársaság u.7.
www.facebook.com/minden.ami.karpit

Lajosi - apró

Dia Virágbolt

„Az emlékezés lángja
sohasem alszik ki”

November 1. Mindenszentek napja:
Amit kínálunk ez alkalomból:

- Mécsesek,
- Koszorúk
- Selyemvirágok
- Élő virág

Szeretettel várunk mindenkit!

Lajoskomárom Batthyány u. 6.

Hétfő-péntek: 8:30 - 11:00; 13:30 - 17:00

Szombat: 8:00 - 11:00

Telefon: 06 30/709 38 10

Koszorúrendelés esetén hívja az alábbi telefonszámokat:

06 30/624 64 79

06 30/358 74 32

ELSŐ OSZTÁLYÚ MINŐSÉGI FŰSZERPAPRIKA

kapható az önkormányzatnál

3000 Ft/kg



Enyingi Járási Hivatal Kormányablak Osztálya

8130 Enying Szabadság tér 16/A

Nyitva tartás

Hétfő: 7.00 - 17.00

Kedd: 8.00 - 12.00

Szerda: 8.00 - 16.00

Csütörtök: 8.00 - 18.00

Péntek: 8.00 - 12.00

Telefonos elérhetőségei (ügyféltípusokkal):

Egyéni vállalkozói igazolvány ügyek, mozgáskorlátozottak parkolási igazolványa

06 (22) 795-349,

Lakcímgazdálkodás ügyek, lakcímváltozási ügyek, NEK adatlap felvételezése, személyi igazolvány ügyek, útlevél ügyek, ügyfélkapu regisztráció, vezetői engedély ügyek:

06 (22) 795-346,

Egyéb ügyek: 06 (22) 795-347.

Könyvajánló: Graeme Simsion: A Rosie projekt

„Egész életemben azért kritizáltak, mert állítólag nincsenek érzelmeim – mintha ez valami végzetes hiányosság lenne.” Don Tillman, az Asperger-szindrómás, furcsa, mégis elbűvölő és igen sikeres genetikusprofesszor számos kudarc után arra a következtetésre jut, hogy agya nincs romantikára „drótozva”, noha szerinte logikusan „nők széles skáláját kellene vonzania”. Ám amikor idős szomszédasszonya, Daphne meggyőzi, hogy értékelje át a lehetőségeit, Don a maga rendezett, tényekre építő módján belefog a feleségprojektbe. Kidolgoz egy kérdőívet, amelynek segítségével megtalálhatja a tökéletes társat: azt a megbízható, absztinens, nem dohányzó nőt, aki beleillik fegyelmezett életébe... A Rosie-projekt egy végtelenül szórakoztató utazás az enyhén autisztikus Don világába, aki egyszerre kacagtató és szívszorító csetlés-botlása során többet tud meg önmagáról, mint amennyit valaha lehet-

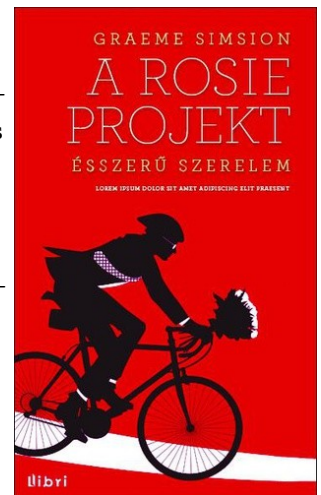
ségesnek gondolt. Graeme Simsion új-zélandi születésű ausztrál író megható és ironikus regénye immár több mint 40 országban ejti rabul a humoros kalandokra éhes olvasókat.

„Romantikus komédia kategóriában csúcsmodell. Tökéletes olvasmány hosszú vonatóra (+ egy áramszünetre): nem kell túlságosan figyelni, viszont sodró, szellemes és szórakoztató.”

A kötet a könyvtárból
kölsönözhető!

Nyitva tartás: Hétfő: 8-12 –ig

Kedd-péntek: 8-12-ig; 13-17-ig



Kutas hírmondó – Főszerkesztő: Szücsné Sándor Zsuzsanna Szerkesztő: Szilágyi László,

Szűcs Zsuzsanna Szerkesztőség címe: Lajoskomárom, Komáromi utca 4.

Telefon: 06 25 240 719

E-mail: kutasteve@gmail.com

Nyomda: Bogárd és Vidéke Lapkiadó és Nyomda, Sárbogárd, Hősök tere 12.

Tel.: 06(25)508-900 E-mail: bogardesvideke@gmail.com

A Kutas Hírmondóban megjelenő cikkek esetenként nem tükrözik a szerkesztőség álláspontját, ezért azok tartalmáért a szerzők a felelősek! A beküldött anyagok megjelenítésével kapcsolatos döntés jogát mindenkor fenntartjuk!

Eng. Sz.: ISSN 2415-8917

Hirdetési árak: Lakossági: 500 Ft

Vállalkozói: 1/1 oldal: 15.000 Ft, 1/2 oldal: 8.000 Ft, 1/4 oldal: 4.000 Ft, 1/4 oldalnál kisebb: 2.000 Ft



Szolgáltatásaink:

- riasztórendszerek
 - tűzjelző- berendezések
 - térfigyelő kamerák
 - ki és beléptető rendszerek
 - klímatechnika
 - elektromos kapuk,garázsajtók
- tervezése, kivitelezése és karbantartása

Továbbá vállaljuk biztonsági rendszerek 24 órás távfelügyeletét telefon; rádió; GSM; GPRS; IP típusú kommunikációval,saját kivonuló szolgálattal a Balaton vonzáskörzetében

Siófok-Kiliti Átrium u.3
Diszpécser
Tel: 06-84-317-669
E-mail:info@corridortrade.hu
web:www.corridortrade.hu
Üzletkötő: Szőke Zoltán
Tel: 06-70-930-48-39

VÉDJE ÉRTÉKEIT!

Olcsó Fűtési Rendszerek!!!

Infrafilm 3390 Br. HUF / m²

Infrapanelok már 38.900 Br. HUF - tól

Ugyanitt!

- Napelem rendszerek
- Napkollektor rendszerek

Részletes információért
kérem hívja kollégánkat:

Molnár László
+36 20 / 282-5159



Közérdekű információk

Lajoskomáromi Nagyközség Önkormányzati Hivatal

Telefon: (25) 240-375; Fax: (25) 240-376

E-mail: lajoskom@lkomnet.hu

Ügyfélfogadás: Hétfő, kedd, csütörtök, péntek : 8 - 12
szerda: 8 - 12 és 13 - 16

Pirtyák Zsolt Lajoskomárom polgármestere

E-mail: polgarmester@lkomnet.hu

Mosbergerné dr. Miklós Judit jegyző:

E-mail: jegyzo@lkomnet.hu

Gesztenyefasori Általános Iskola: Telefon: (25) 241-824

E-mail: lkomisk@gesztenye.sulinet.hu

Kerekerdő Evangélikus Óvoda: Telefon: (25) 240-377

Petőfi Sándor Községi Könyvtár eMoP

Hétfő: 8-12, kedd, szerda, csütörtök, péntek 8-12, és 13-17

Telefon/fax: 06 (25) 240-719 E-mail: telehazlk@lkomnet.hu

Közzet megbizott: Hámori Attila 06 20/350 09 45

Mezei őrszolgálat elérhetőségei:

Molnár László: 06 30 916 72 58, Stiedl Pál: 06 30 956 01 83

Mosberger Mátyás falugazdász: Telefon: (30)841-1501

Lajoskomáromban Polgármesteri Hivatal emelete

Hétfő-Szerda 8-12 óra, E-mail: mosberger.matyas@nak.hu

Dr. Oravecz Éva házi orvos rendelési ideje:

Telefon:06 (25)506-708; Mobil: 06 (30)9390 833

Lajoskomárom Hétfő 8-11 Kedd: 8-12

Szerda: 14-18 Csütörtök: 11-13 Péntek: 8-12

Középbogárd: Hétfő: 12-14 Csütörtök: 8-10

Tanácsadás: Kedd- 14-15

Foglalkozásegészségügyi rendelés: Kedd; szerda; péntek: 12-13

Orvosi ügyelet: Enying, Tel.: 06 (22)372 226; 06 (22)572 113

Fizikoterápia: Hétfő, kedd, csüt., péntek: 14-16 Szerda: 08-10,

Laboratórium: Hétfő, kedd, szerda, csütörtök, péntek: 8 - 12

Fogászat: rendel: dr. Hasznos Judit

Rendelési idő (Lajoskomárom):

Hétfő: 12:30 - 18:00, Kedd: 07:30 - 14:00

Csütörtök: 13:00 - 18:00, Péntek: 07:30 - 14:00

Rendelési idő (Mezőkomárom): Szerda: 07:30 - 14:00

AGAPE Evangélikus Szeretetotthon

Cím: Lajoskomárom, Jókai Mór u. 8,

Tel.:(25) 240 130

Margaréta Gyógyszertár nyitva tartása:

Hétfő, kedd, csütörtök: 8-16, Szerda: 8-18, Péntek: 8 - 14,

Állatorvos: Dr Labossa Tamás Telefon: (30)943-3622

Bank automaták: Sárbogárd és Vidéke Takarékszövetkezet

8136 Lajoskomárom, Enyingi u. 3.

Kereskedelmi és Hitelbank: Lajoskomáromi Győzelem Kft.

8136 Lajoskomárom, Ozorai u.5.

Magyar Posta Zrt.: Lajoskomárom Batthyány u. 6.

Hétfő - péntek: 8 - 12; 12:30 - 16:00; Telefon: 06 (25)506 710

Általános segélyhívó számok: Rendőrség: 107, Mentők 104,

Tűzoltóság: 105, Lajoskomárom ÖTE: 06 (30) 277 01 99