



Miért jobb rombolni, mint alkotni?

„Vendég vagy a világban, és ez a világ szép vendégfogadó.
Van napsugara, vize, pillangója, madara.
Van virágja, rengeteg sok.
Tanulj meg örövendeni nekik.
Igyekezz többet törődni azzal, ami még a világ
szépségeiből csodálatosképpen
megmaradt, az emberiség minden
pusztításai mellett is.” – Wass Albert-

Volt tanítványom, Képli Katka fotói készítettek arra, hogy papírra vessem gondolataimat. Fial barátaim, gondolkodtatok-e már azon, hogy mi marad utánatok emlékként? Alkotásaitok, vagy rémtetteitek?

Lajoskomáromnak érzitek-e magatokat?

Fontos-e nektek a körülvevő környezet esztétikuma? Én mindig az alkotó, szépre törekvő emberek közé soroltam magamat.

Akkor is, amikor a rendszerváltás utáni években rajztanárként dolgozva megkeresett az akkori faluvezetés. Azt kérték, hogy mint a legtöbb falut, Lajoskomáromot is képviselje címere. Ezért rajzórán tervezzük a gyerekekkel címet!

Lelkesen készültem a feladatra, szakkönyveket tanulmányoztam és segítségül hívtam alkotó fantáziámat. Elmondtam a diákoknak, hogy a falu jellegzetességei kerüljenek a címertervekre: a három felekezet, a mezőgazdasági jelleg, a Batthyány hercegi cím H alakja és a focicsapat kék-sárga színei.

El is készítettem a gyerekeknek, a szerintem ideális lajosi címertervet. Ők meg hozzátették egyéniségüket. Ki palacsintát, ki sonkát, ki fegyvereket rajzolt. Végül a testület megkért, hogy bocssáms rendelkezésre az én tervemet. Ez lett Lajoskomárom címere. Remélem, hogy az olvasó is tesz falujáért, hogy azt érezhesse amit én:

ALKOTTAM VALAMI MARADANDÓT, AMIT
SENKI SEM VEHET EL TŐLEM.

Tóth Béláné



Sajnos a rongálások száma településünkön, évről-évre növekszik

Ízelítő a tartalomból:

„A védőnő az egész családot gondozza „- Beszélgetés Macher Zsuzsannával	2-3 oldal
Elektronikai hulladékgyűjtés	3 oldal
Házhoz menő lomtalanítás,	
Könyvajánló	4 oldal
Sporthírek	5 oldal
Rajtad múlik: Mióma	6 oldal
Közérdekű információk	
Hirdetések	7- 8 oldal

Adó 1% KUTAS TV

A Kutas Kulturális Egyesület köszönetet mond mindazoknak, akik személyi jövedelemadójuk 1%-nak felajánlásával 2019-ben az egyesületet támogatták. A tavalyi év folyamán 75 130 Ft összegű felajánlás érkezett, ezt az összeget a Kutas Hírmondó faluújás nyomdai és terjesztési költségeire fordítottuk.

Kérjük adója 1%-val 2020-ban is támogassa egyesületünket!

Célunk, a lakosság minél szélesebb körű tájékoztatása. Elsődleges szempont, hogy a helyi televízió, az újság és a település weboldala sok, fontos információt tartalmazzon, tükrözze a falu életét, hangulatát, értékeinket, adjon hírt ünnepeinkről, közösségi életünkről, fejlődésünkről.

1%

Ahhoz, hogy munkánkat a továbbiakban is a megszokott színvonalon folytathassuk, kérjük a „Rendelkező nyilatkozat” kitöltése során gondoljon ránk!

Adószám: 18275791-1-07

Szeretettel várjuk Önt, kedves családját és barátait az Egészségfejlesztési Iroda által szervezett

EGÉSZSÉGNAP

programjaira melyek a női egészség jegyében zajlanak

Időpont: 2020. március 8. vasárnap
9:00-12:00 óráig

Helyszín: Lajoskomárom Egészségház és Mozi

Egész nap: Csontritkulás szűrés EFI Iroda
A vizsgálatot végzi: dr. Patócs Tibor

Egész nap: Általános szűrések Váróterem
Húgysav, koleszterin és vércukor mérés

Egész nap Tavasz, változom, fejlődöm
Egyéni és csoportos beszélgetés a lelki egészség jegyében Csapó Évával és Dávid Kátával

Helyszín: Fizioterápiás rendelő

9:30 Fogamzásgátlás más szemmel
Előadó: Macher Zsuzsanna védőnő, az előadás után egyéni tanácsadásra van lehetőség
Helyszín: Védőnői Tanácsadó

9:30 Gymstick Mozi
Vezető: Tóth Krisztina
Erőfejlesztés, állóképesség, izomtónus fokozó

10:45 Body Art Mozi
Vezető: Szekeres Ildikó
Eufórikus élmény, komplex mozgás-rendszer amely a test, a lélek és a szellem egységére épül.

RAJTAD MÚLIK! Női Egészség Éve 2020
Bemutatójaink az egészségéért

A BELÉPÉS INGYENES
MINDEN ÉRDEKLŐDŐT SZERETTEL VÁRUNK!

„A védőnő az egész családot gondozza!”

Beszélgetés: Macher Zsuzsammával



Miért lettél védőnő? Hogyan indultál el ezen a pályán?

Általános Iskolától kezdve a német nyelv volt a kedvenc tantárgyam, így hamar megszületett bennem az elhatározás, hogy némettanár szeretnék lenni. Igazából más szakmát, hivatást nem is tudtam volna elképzelni magamnak. Aztán a felsőoktatási jelentkezés előtt elkísértem az egyik barát-
nőmet egy egyetemi nyílt napra, ahol közelebbről is megismertem a védőnői hivatást és nagyon megtetszett. Ekkor döntöttem úgy, hogy inkább védőnő szeretnék lenni. Ezt a döntést egyébként azóta sem bántam meg. 2012-ben felvételt nyertem a Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Karára, majd 2016-ban diplomáztam. A diploma megszerzése után a szülővárosomban, Simontornyán helyezkedtem el, ahol aztán 2 évig dolgoztam.

Miért esett a választás Lajoskomáromra?

Mivel éltek itt rokonaim, így nem volt számomra teljesen ismeretlen a település. Lajoskomárom mindig is szimpatikus volt számomra, úgy éreztem, hogy szívesen lennék védőnő a faluban, szívesen dolgoznék itt. 2018-ban döntöttem úgy, hogy munkahelyet váltok és védőnői álláshirdetéseket nézgettem. Nagyon sok településen kerestek védőnőt, de mivel Simontornyán élek, így mindenképpen a környéken szerettem volna maradni. Ekkor találtam rá a hirdetésre, hogy Lajoskomáromba védőnőt keresnek. Jelentkeztem is az állásra és 2018. augusztus 1-jén munkába állhattam a településen.

Hogy telt az elmúlt másfél év a falunkban? Hogy éreztél magad?

Ez a másfél év, amit eddig a településen töltöttem, nagyon hamar eltelt. Jól érzem magam itt, szeretek itt dolgozni. A kezdetektől fogva mindenki nagyon kedves és segítőkész volt velem, szeretettel fogadtak. Beletelt egy kis időben, mire megszoktam a helyi sajátosságokat, szokásokat, de úgy érzem, hogy mind a családokkal, mind az Önkormányzattal, Háziorvosi rendelővel, Család-és Gyermekegészségügyi Szolgálattal sikerült egy jó kapcsolatot kialakítani.

Hogy érzed, mennyire fogadtak be a lajosi emberek?

Úgy érzem, hogy teljes mértékben befogadtak. Nyilván nem csak nekem, de a családoknak is szüksége volt időre, mire megismertük egymást és kialakult közöttünk egy bizalmi kapcsolat. Úgy gondolom, hogy a családokkal jó a viszonyom, kölcsönösen megbízunk egymásban, amit az is mutat, hogy bátran keresnek problémáikkal, kérdéseikkel bármilyen témával kapcsolatban.

Tervezed-e, hogy Lajoskomáromba költözzöl?

Születésemtől kezdve Simontornyán élek és a családalapítást is itt tervezzük a párommal, de nem zárkózok el a költözés lehetősége elől sem.

Mitől igazán jó egy védőnő szerinted?

Mivel egy védőnő emberekkel foglalkozik, nagyon fontos, hogy jó kapcsolatot tudjon kialakítani velük. Szerintem fontos a bizalom, nyitottság, kedvesség és a segítőkészség is, hiszen a védőnő egyik fő feladata a családok segítése, támogatása a különböző életszakaszokban. Az empátia megléte, illetve a naprakész szakmai tudás is elengedhetetlen, a legújabb módszerekkel, eszközökkel, jogszabályokkal fontos tisztában lenni.

Milyen feladatkörök tartoznak ehhez a szakmához?

A védőnői hivatás nagyon sokrétű, hiszen a védőnő az egész családot gondozza. Feladatunk a családtervezéssel kapcsolatos tanácsadás, az anyaságra való felkészülés segítése. Elkísérjük, segítjük a kismamát a várandósság ideje alatt, majd a szülés után a gyermekágyas időszakban is figyelemmel kísérjük. Segítjük a gyermekgondozási feladatokban, a szoptatásban, nevelési kérdésekben. Születéstől kezdve az iskola megkezdéséig gondozzuk a gyermekeket. Meghatározott életkorokban ún. státusz vizsgálatokat végzünk, mellyel a gyermekek fejlődését követjük nyomon, érzékszervi vizsgálatokat végzünk. Látogatásokat végzünk a családok otthonában. Óvodában és iskolában is ellátjuk a védőnői feladatokat- tisztasági szűrővizsgálatokat végzünk, egészségnevelési órákat tartunk, védőoltásokat szervezünk, bonyolítunk le, illetve iskolában is nyomon követjük a gyermekek fejlődését és szintén végzünk érzékszervi vizsgálatokat. Együttműködünk a háziorvosokkal, szakorvosokkal, asszisztensekkel, területileg illetékes Család-és Gyermekegészségügyi Szolgálat, Gyámhivattal, oktatási- és nevelési intézményekkel. Esetlegesen felmerülő probléma, eltérés esetén megfelelő szakemberhez irányítunk. A védőnői munka természetesen adminisztrációs feladatokkal is jár. Minden tevékenységünkről részletes adminisztrációt vezetünk. Havonta jelentéseket készítünk, illetve évente különböző témájú statisztikákat is.

Mit szeretsz legjobban ebben a szakmában?

A védőnői szakmának igazából mindegyik részét szeretem, nincs olyan, amire azt mondanám, hogy nem szívesen csinálom. Talán az első újszülött látogatás, az újszülöttel való első találkozás az, amit a legjobban szeretek. Nem is tudom megmondani hány gyermek született már a munkám során, de még mindig ugyanazzal az izgalommal megyek az első látogatásra, mint a kezdetekben. Végre találkozni a babával, akinek a várandósság során hónapokon keresztül végigkísértem a fejlődését, jelen lenni egy új család születésekor csodálatos dolog.

Mi adja a védőnői munka szépségét illetve nehézségét?

Mint mindennek, ennek a hivatásnak is vannak nehezebb részei. Szép dolog végigkísérni egy várandósságot, aztán találkozni az újszülött gyermekkel, majd pedig végignézni, hogy növekedik, fejlődik egy gyermek és végül óvodába, iskolába megy. Jó érzés, hogy megbíznak bennem a szülők, tanulók és bizalommal fordulnak hozzám, segítséget kérnek tőlem.

Azonban a munkám során sajnos már több olyan esettel is találkoztam, amik a szakma árnyoldalához tartoznak. Csecsemő családból való kiemelésére is szükség volt már a munkám során, de halvaszületés és csecsemőhalálozás is előfordult a körzetemben. Ezek az esetek nyilván engem is nagyon megviseltek, de ilyen nehéz helyzetekben is ott kell lenni a család mellett és segíteni, támogatni kell őket.

Melyik a legemlékezetesebb történeted ebből az időszakból?

A legemlékezetesebb dolog éppen jelenleg történik velem. Egy védőnő hallgató tölti nálam az 5 hetes területi gyakorlatát. Eddigi munkám során még nem volt nálam védőnő tanuló, így ez egy teljesen új helyzet nekem. A gyakorlat során a védőnői munka minden részével próbálok megismertetni, tanácsadást tartunk együtt, családlátogatásokat végzünk és az óvodai, illetve iskolai munkát is megismertetem vele. Véleményem szerint ez egy nagyon jó dolog, hiszen a szakma valódi oldalát igazából csak akkor ismeri meg az ember, ha munkába áll. A hallgatónak így lehetősége van mélyebben belelátni a védőnői hivatásba, megismerni a területi sajátosságokat, a családokban esetlegesen felmerülő problémákkal is találkozhat, így a munkába álláskor egy-egy probléma, helyzet már nem lesz teljesen ismeretlen számára.

Hogy látod a szakma helyzetét ma Magyarországon?

Országszerte nagyon sok betöltetlen védőnői állás van (kb. 400). Ez azért is lehetséges, mert sokkal többen mennek nyugdíjba egy adott évben, mint ahány frissen végzett védőnő munkába áll. Sajnos évről évre kevesebb védőnő kerül ki a főiskolákról, sokan a nyelvvizsga hiánya miatt meg sem kapják a diplomájukat, így nem is állhatnak munkába. Azokon a településeken, ahol betöltetlen az állás, helyettesítéssel oldják meg a védőnői ellátást. Előfordul sok esetben emiatt, hogy egy védőnő a saját körzete mellett egy vagy két másik körzetben is dolgozik helyettesként, ami nagyon megterhelő.

Mivel lehetne vonzóbbá tenni ezt a hivatást?

A védőnői szakma nem tartozik a legkedveltebb szakmák közé. Szerintem sokan vannak, akik nem is igazán tudják, hogy milyen sokrétű a védőnői munka. Az iskolai pályaorientációs napokon a védőnői hivatással is meg lehetne ismertetni a tanulókat, így talán többen kedvet kapnának a képzéshez. A főiskolai nyílt napok egyébként szintén jók erre. Levelező tagozaton is indítanak már egyes főiskolák képzést, ezzel is próbálják elérni azt, hogy minél több védőnőt tudjanak képezni.

Elektronikai Hulladékgyűjtés Lajoskomáromban



A Gesztenyefasori Szent Márton Általános Iskola és az Önkormányzat Elektronikai hulladékgyűjtési akciót szervez.

A gyűjtési akció időpontja:
2020. március 23 – 27-ig 8-tól 16 óráig

A gyűjtés helyszíne:
Polgármesteri hivatal udvara

Miket veszünk át? Egészen lévő elektronikai eszközök, melyek egy háztartásban előfordulhatnak pl.:

- ▣ nagy háztartási gépek (pl. mosógép, hűtőszekrények és ládák, tűzhely, stb.)
- ▣ kis háztartási gépek (pl. vasaló, hajszárító stb.)
- ▣ számítástechnikai berendezések (pl. számítógép, telefon, stb.)
- ▣ szórakoztató elektronikai berendezések (pl. TV, rádió, stb.)
- ▣ barkácsológépek (pl. fűrőgép, elektromos fűnyírógép)
- ▣ világítástechnikai berendezések (pl. lámpák, stb.)
- ▣ elektronikus játékok és szabadidős sport eszközök

A képcsöves TV-kért kilogrammonként 130 Ft-ot, a motorhiányos hűtőgépekért pedig kilogrammonként 15 Ft-ot kell fizetnie az azt odaszállítónak!

Miket nem veszünk át?

- ▣ ami nem elektronikai hulladék
- ▣ veszélyes hulladékkal, fertőző anyaggal szennyezett elektronikai eszközök, alkatrészek

A gyűjtés célja, hogy a hulladékok minél nagyobb mértékben hasznosuljanak, illetve a környezetre, emberre veszélyt jelentő anyagokat ellenőrzött körülmények között kezeljük.



Az idős, egyedül élő lakosok kérhetik a hulladék elszállítását **kizárólag 2020. március 23-27 között.**

Szándékát jelezze a +36 30/334 27 73 telefonszámon!

Egészségfejlesztési Iroda

RAJTAD MŰLIKI
Egészségfejlesztési Iroda

Nyitva tartása: hétfőtől péntekig 8: 00-16: 00

Ebben az időszakban a lakosságnak lehetősége van ingyenes táplálkozási tanácsadásra, vércukor mérésre, vérnyomás mérésre, testsúly mérésre!

Helyszíne: Orvosi rendelő, EFI Iroda
(régii fogorvosi rendelő)





Házhoz menő lomtalanítás

Lom hulladékok közé soroljuk a feleslegessé vált használati tárgyakat, eszközöket, bútorokat. A nagydarabos lom (pl. bútor) kivételével a kisebb méretű hulladékok - a hatékonyabb elszállítás és szétszóródás megakadályozása érdekében - kizárólag bezsákolva, kötegelve kerülnek elszállításra. Társaságunk 2013-tól új szolgáltatásként bevezette az évi legalább 1 alkalmas házhoz menő lomtalanítást, mely során a háztartásban keletkezett lom hulladékok elszállítását végezzük az ingatlan tulajdonossal előre egyeztetett időpontban.

Lomtalanítás feltétele:

- * az ingatlanhasználó rendelkezzen élő szerződéssel
- * a szolgáltatás ne legyen szüneteltetve
- * ne legyen hulladékszállítási díjhátraléka

Nem tartoznak a lomtalanítás körébe, így nem kerülnek elszállításra:

- * gally, salak, trágya, szalma, egyéb növényi és állati hulladék
- * építési, bontási hulladék
- * egyéb mezőgazdasági, ipari hulladék
- * elektromos, elektronikai készülékek (pl. TV-készülék, hűtőgép)
- * veszélyes hulladékok, gumibroncs
- * heti szemétszállítás körébe tartozó háztartási, valamint gazdálkodói-vállalkozói tevékenységből származó
- * háztartási hulladékhhoz hasonló hulladék
- * üveg, vas, fém hulladék

További fontos információk:

- * kihelyezés módja: zsákolva (bármilyen zsák), kötegelve
- * nagydarabos lomot (pl. bútor) kisebb darabokra szükséges szétszedni
- * legkésőbb reggel 6 óráig kell kihelyezni az ingatlan elé a lomtalanításra szánt dolgokat
- * a lomtalanítás a kommunális hulladékszállítás napjára igényelhető

Kihelyezhető mennyiség: maximum 1,5 m³ (kb. 10-15 db 120 literes zsák)

A települések önkormányzati rendeletében szerepel az egy évben igénybe vehető lomtalanítási alkalom száma, mely lomtalanításért külön nem kell fizetni, annak díját a hulladékgazdálkodási közszolgáltatási díj tartalmazza.

Kérjük, hogy lomtalanítási igényét az alábbi megadott térségi elérhetőségen jelezze a közszolgáltató felé, mely telefonszámon az időpontot egyeztetni tudja a szállítással.



Polgárdi térség
(központi ügyfélszolgálat):
Tel:+36 22/576-070,
E-mail:
penzugy@vertikalrt.hu

Forrás URL: https://www.vertikalzrt.hu/hazhoz_meno_lomtalanitas



MINDEN, AMI EGÉSZSÉGES, TERMÉSZETES, GLUTÉNMENTES, CUKORMENTES

Természetgyógyász szaktanácsadóval várunk mindenkit szeretettel!
Vásárlási utalványok kaphatók!

HERBIS Egészségbolt. Siófok, Szücs u. 2-4. (Spartal szemben lévő udvarban)
Tel.: 84/56-88-33 • E-mail: info@herbis.hu
Nyitva tartás: H-P 9:00-17:00 Szo 9:00-13:00

Könyvajánló: Bauer Barbara: Elsuttogom százszor



Éber Zsófi, a harmincas, okos és sikeres műfordító egy nap arra ébred, hogy ki akar szállni a hétköznapi mókuskerekéből. Környezete legnagyobb döbbenetére vidékre költözik, hogy birtokba vegye a nagymamájától örökölt, mesébe illő házat. A titokzatos Nagyi azonban, akiről faluszerzte azt suttogták, boszorkány, mást is tartogat unokája számára.

Zsófi körül egyre sokasodnak a megmagyarázhatatlan események és a véletlen egybeesések. Mintha a ház vagy valaki más? üzenni akarna neki. Vajon mit jelentenek a különös dátumok a nagypapa fényképének hátoldalán? Mi minden rejtőzhet az ódon, sokrekeszű szekreterben? Kinek a horoszkópját őrizgette féltett kincsként a Nagyi és miért?

BAUER BARBARA generációkon átívelő regénye arra keresi a választ, honnan jövünk, és milyen terheket halmoztak ránk felmenőink. Talán nem is tudunk róluk, mégis egy életen át cipeljük őket? Vagy elég bátrak vagyunk ahhoz, hogy megszabaduljunk a kéretlen útravalóktól? Mialatt Zsófit mindinkább magába szippantja nagymamája naplója, melynek lapjain egy időtlen szerelem felemelő és szívszorító története bontakozik ki, saját sorsa is gyökeres fordulatot vesz egy férfi váratlan felbuklásával. Nagyon úgy fest, hogy Szoboszlai András az igazi de lehet, hogy egy kicsit még annál is több. Mielőtt közös jövőjük tervezgetésébe vágnának, szembe kell nézniük saját múltjukkal, és kiderül, hogy történetük száalai a felszín alatt szorosabban fonódnak össze, mint azt bármelyikük is gondolta volna

"Második könyvem az íróról, és továbbra is el vagyok ragadtatva. Nagyon tetszett a történet, még akkor is, ha az életkorok és évszámok sehogy nem jönnek ki, a történet szépsége bőven kárpótolt érte. Imádtam minden sorát. A kilencedik oldalon kicsit bele is haltam a történetbe, amikor Zsófi a nagymama házában felfedezi az illatokon át a múltat. Fantasztikus ötvöze a honnan jöttünk, hová tartunk."



A kötet a könyvtárból kölcsönözhető! Nyitvatartás:

Hétfő: 8-12 -ig;
kedd-péntek: 8-12-ig; 13-17-ig
Lajoskomárom Könyvtári
Információs és Közösségi Hely



Sporthírek

Lajosi foci



Az U7-U9-es csapat ifjú tehetségeivel Czéhmeiszter Attila és Szakáts Péter kezdte el a munkát a nyári pihenő után. A gyerekek 2-2 alkalommal vettek részt mini fesztiválon vagy Bozsik-tornán Siófokon-Enyingen, ahol is össze tudták mérni erejüket a környékbeli csapatokkal. Számos izgalmas mérkőzést láthattak a kicsiket elkísérő szülők. Ezeknél a korosztályoknál megjegyzendő, hogy nem is az eredmény számít igazán, hanem az, hogy a gyerekekben kialakuljon a játék szeretete. Ez az elsődleges cél.

Az U11-es csapatunkat Szili Balázs vette át augusztusban. A 10 évesek öt Bozsik-tornán vettek részt az őszi folyamán, ahol eredményesen szerepeltek a mieink. Február 8-án megrendezésre került a Dalnoki Labdarúgó Akadémia által szervezett Farsangi torna, ahová csapatunkat is meghívták. A Dalnoki Akadémia mellett itt voltak még - MTK, MOL Vidi, Siófok, Tamási, Bórlabda, Enying csapatai is. A lajosiak a 8. helyen végeztek. A torna színvonalas döntőjét a Dalnoki A. és a Vidi játszotta, melyet előbbi meg is nyert.

Az U13-as korosztályunk játékosait Szilágyi Szabolcs készítette fel a megmérettetésekre. Szintén öt alkalommal a Bozsik-torna

keretein belül mutathatták meg tizenkét éveseink, hogy mire képesek. Számos szép győzelmet tudhat magának a csapat az őszi folyamán. Azért is megjegyzendő, hiszen ennél a korosztálynál már a felpályán keresztbe játszanak a csapatok és az eredmény sem mellékes. Amit még pozitívként megemlítenék, hogy nem csak fiúk kergetik a bőrfocit a 10-12 éveseknél, hanem egyre több lányt is érdekel a sportág szépsége.

Az U16-os (serdülő) csapatunkkal Szakáts Péter foglalkozott az őszi szezon folyamán. A felnőttekhez hasonlóan hétről-hétre játszották a mérkőzéseket az U16 Déli csoportjában. A mieink egyelőre a 11-ik helyen tanyáznak, de bízunk a szép folytatásban. Csapatunk legeredményesebb játékosa Vései Erik volt, 25 góllal. Az első hazai találkozóra 03.22-ig kell várni, ekkor fogadjuk Kisláng csapatát

Az U19-es (Ifi) csapatot a télen Szulimán Norbert vette át Szilágyi Szabolcstól. A VISZLÓ TRANS Megyei 1. osztály U-19 bajnokságában szereplő csapatunk 13 fordulót követően a 12-ik helyen telet. A házi gólkirályunk Gógán Ádám (12 góllal) volt. Az első hazai mérkőzésre 03.28-ig kell várni, amikor is Mór csapatát fogadjuk.

Sok sikert kívánunk az utánpótlás csapatinknak!

HAJRÁ LAJOS!

Szili Balázs

Hírek a kézilabda világból...



A Siófok KC Serdülő III. osztályban szereplő csapatának (Lajoskomárom) értékelése a 2020/21-es bajnoki szezon őszi fordulóját követően:

A 2020/21-es bajnoki szezonra az immáron évente megrendezett lajoskomáromi Sporttáborban kezdtük meg a felkészülést. A csapat törzsét továbbra is a Lajoskomáromi Gesztenyefasori Szent Márton Általános Iskola diákjai alkotják, kiegészülve simontornyai illetve enyingi lányokkal. Tavaly óta örömteli hír, hogy a fiatalabb generáció tagjaiból sikerült újabb igazolásokat szerezni a klubnak, viszont sajnálatos dolog, hogy a „régiek közül” többen befejezték a kézilabdázást, vagy éppen más klubhoz igazoltak a továbbtanulásuk miatt.

A szezon elején a gyerekek szülei, nevelői részére írásos tájékoztatót készítettem az előttünk álló időszak feladatairól, mérkőzéseiről. **Az egyesülettől ismét kaptak a gyerekek új mezeket, felszereléseket, új labdákat.** Csapatunkkal a bajnokság küzdelmeit a **Leány serdülő III.osztály „E” csoportjában** kezdtük meg. Ahogy a lányoknak is mondtam, ez a bajnoki osztály már „más kávéház”, mivel a bajnoki kiírás szerint 2004-2007-es születésű lányok alkothatják a csapatokat. A lényeg abban van, hogy bizony az a 3 év korkülönbség nagyon meglátszik a lányok között... mind mentálisan, mind pedig fizikailag. **A bajnokság több csapatában is szerepelnek „idősebb” lányok**, akik természetesen egyenrangú ellenfélként tekintenek a fiatalabbakra, ezáltal nem is kímélik őket, és kihasználják a sportágban megszerzett játékrutinjukat, a testi erőfölényüket. Eredményességben épp ezért jócskán elmaradtunk a korábbi szezonban elért csapat-sikerektől. Ez kezdetben számomra is újabb kihívásokat jelentett, de az idő előrehaladtával elkezdtem átértékelni bizonyos dolgokat, újabb célokat fogalmaztam meg magamnak, és a **játékosok egyéni képzsére** igyekeztem meg minél több időt fordítani. Meg kell hogy említssem az egyik legnagyobb sikerét ennek a szezonnak: **Posta Luca Vanda, csapatom legeredményesebb játékosa, a Magyar Serdülő válogatott kivá-**

lasztójának 1. fordulóján továbbjutott, így 2020.március 10-én ott lehet a következő megmérettetésen. Szívvel szorítunk érte, hogy tovább menetelhesen a közösen kitűzött célunk felé!

Nagyon fontosnak tartom még mindig a **létszám stabilizálását**, mert sajnos e téren elég hektikus volt a szezon. Sajnos a sérülések sem kerültek el a csapatot, így folyamatosan improvizálni kellett, illetve nem tudtam játszani több játékost sem. Ez megint egyik oka lehet a nem túl rózsás szereplésünknek. Azt hiszem, hogy a nagyobb mennyiségű kudarcélmény kedvezőtlen hatása látszik is a csapaton, az egyik legfontosabb feladatom napjainkban, hogy a fizikai-technikai-taktikai felkészítés mellett mentálisan is megerősítem a lányokat, felkészítve őket az „életre”...

Egyelőre csak az út elején járunk még, de azért is foglalkozunk a sporttal, mert szeretjük a kihívásokat, és folyamatosan haladunk előre! A tavaszi szezon is a legerősebb csapatok ellen kezdtük meg, így sajnos a sikerek elmaradtak, viszont vannak a bajnokságban olyan együttesek, akiket az előttünk álló időszakban meg kell szorítanunk. Ha ezt véghez tudjuk vinni, akkor előre léphetünk tervezett céljaink felé.

Bár nem a bajnoksághoz kapcsolódóan, hanem inkább a kézilabdázás népszerűsítése céljából, a tavolabbi tervek között szerepel idén a **II. Kutas kupa** megszervezése, lebonyolítása, amely **2020.június 5-re** van kitűzve. A tavalyi 4 csapat helyett idén, 2 korcsoportban, **9 csapat részvételére** számítok.

Remélem, hogy az időjárás idén is kegyes lesz hozzánk, és egy hasznos, jó hangulatú, és - nem utolsó sorban- eredményes kézilabda tornával búcsúztathatjuk a bajnoki szezon, a tanévet, és a csapattól idén távozó 8.osztályos diákokat.

Ők fogják majd átadni jelképesen a staféta botot a legkisebb „kézilabdás palántáknak”, hiszen ebben az évben is foglalkozom a jelenleg U8-U9-es korcsoportú kisiskolásokkal, ovisokkal. Jövőre -a tervek szerint- a lajosi iskolások U15-ös és U9-es lány kézisei öregbíthetik településünk hírnevét, és immáron két korcsoportban is szerepelni fognak.

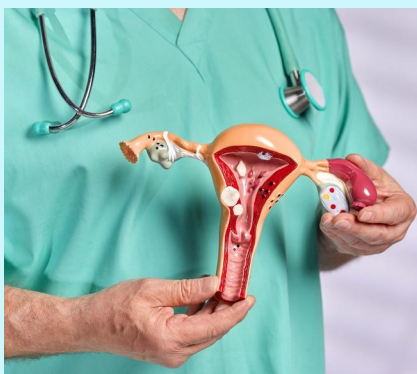
Kérem a 2012-2013-as születésű gyermekek-elsősorban lányok-szüleit, hogy hozzák el, engedjék el őket a kézilabda edzésekre! Hajrá SKC!

Tisztelettel: Csóri Norbert up.edző



Mióma: lehet, hogy emiatt nem jön a baba!

A mióma a méhizom jóindulatú daganata. Viszonylag gyakori probléma: hazánkban a nők 20-35 százalékánál alakul ki, és akár a 30-35 év közötti nőket is érintheti. Ha nem okoz panaszt, a babatervezés előtt álló nők általában nem is sejtik, hogy akár egy borsószemnyi mióma göb is zavarhatja a teherbeesést. Hogyan ismerhető fel a baj, és mit tehetünk, ha miómánk van?



Ennek a betegségnek a kialakulása elsősorban genetikai okokra vezethető vissza, ugyanakkor az ösztrogén hormonnak is szerepe lehet benne. **Magyarországon a nők 20-35 százalékát érinti ez a probléma, érdemes tehát nőgyógyásznaknál hüvelyi és hasi ultrahanggal kiegészített vizsgálatot kérni,** hogy minél előbb kiderüljön, ha baj van.

Mérete a borsószemnyitől a csecsemőfő nagyságig változhat. A méhfalban vagy a méh felszínén lévő három centiméteresnél kisebb mióma göböket nem kell feltétlenül kezelni, sem műtétilag eltávolítani, ám ilyenkor is érdemes félévente ultrahang vizsgálattal ellenőrizni őket. **Az erős vérzéses tüneteket okozó miómákat, melyek 1-2 centiméterestől akár 15 centiméteresek is lehetnek, mindenképpen el kell távolítani!**

Pontosan hol lehet a baj?

A mióma a méhizomból fejlődik ki, így a méhfal különböző részein helyezkedhet el: méh felszíne alatt, a méh falában vagy a méhnyálkahártyához közel. A méh felszíne alatti kisebb göbök általában kevés, míg a nagyméretűek több panaszt okoznak. „A méh falában lévő góccok feszítik a méh falát, ezért görcsös, bőséges vérzéseket provokálnak. A méhnyálkahártya alatt lévő, akár ujjbegynyi góccok irritálják a méh belső felszínét és szintén erős, elhúzódo vérzéseket, a termékeny korban lévő hölgyeknél pedig meddőséget okozhatnak.” – tudtuk meg Dr. Rucz Árpádtól.

Milyen tünetei lehetnek?

„A mióma nem feltétlenül jár panaszokkal, ha viszont a méhnyálkahártya közelében helyezkedik el, akkor irritálhatja a nyálkahártyát, heves görcsök, erős vérzések jelentkezhetnek. A méh belső falán elhelyezkedő góccok ingerelhetik a hólyagot, így sűrű vizelet ingert okozva.” – beszélt tapasztalatairól Dr. Rucz Árpád, aki Magyarország egyik legjobb mióma specialista. A **fájdalmas, elhúzódo, erős menstruáció** intő jel, ami miómára is utalhat. A nagy vérvesztés hatására vérszegénység

alakul ki, ami magával hozza a gyengeséget és a fáradékonyságot is. A daganat azonban okozhat **vizelet-, vizelettartási problémát is, de alhasi fájdalom, teltségérzés, illetve puffadás, derékfájdalmak és székletürítési gondok háttérben is állhat.**

Akadályozhatja a teherbeesést is

Mivel a mióma már 30-35 éves nőknél is kialakulhat, **zavarhatja a petevezetők átjárhatóságát, ezáltal gátolhatja a teherbeesést,** illetve a méhfalban lévő a terhesség kihordását. A nyálkahártya közeli góccok pedig meggátolhatják az embrió beágyazódását, ráadásul vetélést is okozhatnak. „A nagy, rossz helyen lévő miómák bizonyos esetekben szülési akadályt is képezhetnek. Ezeket érdemes még a várandósság előtt laparoszkóppal eltávolítani.” – tanácsolja a szülész-nőgyógyász szakorvos.

Egyszerű vizsgálatokkal diagnosztizálható

A miómát diagnosztizálni hüvelyi-, illetve hasi ultrahanggal, szükség esetén MRI készülékkel történő vizsgálattal szokták. Kezeleni leghatékonyabban **laparoszkópos műtéttel** lehet. A kisebb méretű miómákat a **has felvágása és a méh eltávolítása nélkül laparoszkóppal műtik meg, de még egy nagyobb méretű (6-10 cm-es) is el tudnak távolítani ennek a módszernek a segítségével.**

„A méh a női test szerves része. Elvem, hogy ne távolítsuk el, hanem gyógyítsuk meg. Vegyük ki a miómát, kezeljük a vérzészavart. Lehetőség szerint tartsuk meg a méhet, akár 50 éves életkor felett is.” – vélekedik Dr. Rucz Árpád, aki több mint kétezer sikeres mióma műtéttel büszkélkedhet.

Természetesen néhány esetben, amikor a miómának szorosabb a kapcsolata a méhfalal, elkerülhetetlen a nyílt, hasi műtét. Ma már a műtét miatt – a laparoszkópos módszernek köszönhetően – **a lábadozás nem tart hosszú hetekig. Kétnapos kórházi bennfekvést követően mindössze egy hét a teljes felépülés.** Jó hír, hogy a műtétet követően 3-6 hónap elegendő a méh regenerálódására, és ezután újra lehet próbálkozni a gyermekvállalással!

Forrás: EgészségKalauz



Figyelem!

Változott a Gyógyszertár nyitvatartása!

Tájékoztatjuk a tisztelt lakosságot, hogy 2020. február 1-től a Lajoskomárom Komáromi utca 2. szám alatti **Margaréta Gyógyszertár nyitvatartása** megváltozott!

Az új nyitva tartás a következőképpen alakul:

Hétfő:	7:30 - 12:00	12:30 - 16:00
Kedd:	7:30 - 12:00	12:30 - 16:00
Szerda:	7:30 - 12:00	12:30 - 17:00
Csütörtök:	7:30 - 12:00	12:30 - 17:00
Péntek:	7:30 - 12:00	12:30 - 14:00
Féledidő:	12:00 - 12:30	

NORDIC WALKING SZEZONNYITÓ TALÁLKOZÓ



IDŐPONT: 2020. MÁRCIUS 7. SZOMBAT
GYŰLEKEZŐ: ISKOLA PARKOLÓJA

PROGRAM:

- REGISZTRÁCIÓ: 9:30-10:00 –IG
- NORDIC WALKING SZEZON MEGNYITÓ ÜNNEPSÉG 10:00
- NORDIC WALKING ÉLMÉNYTÚRA MINŐSÍTETT ÚTVONALON 10:30-12:30-IG ÚTVONAL TÁV:8,7 KM
- DÍJÁTADÁS ÉS GASZTRONÓMIAI ÉLMÉNYHELYI VENDÉGLÁTÁSSAL

A TÚRÁT GALAMBOS LÁSZLÓNÉ BETTI ÉS GALAMBOS LÁSZLÓ VEZETI
E-MAIL: NORDIC.GALAKO@GMAIL.COM
TELEFON: 06 30/513 76 47; 06 30/467 40 35

SZERETTEL VÁRJUK A LAJOSI SPORTOS HÖLGYEKET EGY KÖZÖSEN ELTÖLTÖTT JÓKEDVŰ DÉLELŐTTRE!



Tisztelt Lakosság!

Tájékoztatjuk Önöket, hogy a gyepmesteri teendőket községünkben a Hörcsök Állatmenhely Non-profit Kft.végzi.

Elérhetősége: 06 30/342 14 93

A gyepmester 41/1997. (V.28.) sz. FVM rendelet szerinti feladatai többek között:
- a közúton talált állattetemek késedelem nélkül történő elszállítása, megőrzése és ártalmatlanná tétele,
- a kóbor állatok és ebek befogása, a befogott állatok gyepmesteri telepre szállítása, gondozása, megőrzése, hatósági határozatban megállapított tartási és ápolási költségek megtérítése után a tulajdonosnak való kiadása,
- a gyepmesteri telepen nyilvántartás vezetése az elhelyezett állatokról.

Az életben
a
legjobb
tanácsot
a fodrász adja
Emeld fel a
fejed!

Rizner Ottilia 06/30 348 81 27

Kiss és Társa Sírkő

Kiss László
egyéni vállalkozó

Egész évben akciókkal várjuk Önöket!

Gránit síremlékek forgalmazása

- ◆ Új síremlékek
- ◆ Régi síremlékek felújítása
- ◆ Régi síremlékek tisztítása
- ◆ Síremlék bontás
- ◆ Fejkövek cseréje
- ◆ Emléktáblák készítése
- ◆ Betű vésés
- ◆ Vázák, mécsesek, kaspók cseréje

Elérhetőségeim:

-www. ameltoemlekezes.hu
- kissbt98@gmail.com
- sirkokeszites109.hu

Tel: 06 30/9861365

Rövid szállítási határidő
Ingyenes helyszíni
felmérés

Keressenek bizalommal:

Nyitva előzetes egyeztetés alapján bármikor: hétfőig is!!!

TEMETKEZÉSI
SZOLGÁLTATÁS
TELJES KÖRŰ
ÜGYINTÉZÉSSSEL

Dia Virágbolt

06 30/709 38 10

Lajoskomárom
Batthyányi u. 6.

Ügyelet éjjel-nappal:

06 30/619 64 67

Avar-Kegyelet
Kft.

Szelence

Szeretettel várunk minden érdeklődőt
Lajoskomáromban a Batthyány u. 6.
(posta mellett) alatti üzletünkbe!

Boltunkban bőséges áruválasztékkal
(ajándéktárgyak, papír-írószer, fonalak,
kreatív-hobby és nyomtatványok),
udvarias és körültekintő kiszolgálással
várjuk kedves vásárlóinkat.

Nyitva tartás: hétfőtől - péntekig
8-11-ig és 14-17-ig, Szombat: 8-11-ig



LAPZÁRTA IDŐPONTJA: 20120 MÁRCIUS 23.

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

A Fejér Megyei Kormányhivatal Enyingi Járási Hivatal Kormányablak Osztály ügyfélfogadási rendje Enying Szabadság tér 16/A		A Nemzeti Adó –és Vámhivatal Fejér Megyei Adó-és Vámigazgatósága Ügyfélfogadás helye: Járási Hivatal Enying, Szabadság tér 16/A. (Kormányablak)	
Hétfő	7:00 - 17:00;	hétfő, szerda, péntek	8.00 -12.00
Kedd	7:30 - 13:00	csütörtök	8.00-12.00 13.00-17.00
Szerda	7:30 - 16:00	kedd	ügyfélfogadás szünetel
Csütörtök	7:30 - 18:00	Telefon: (22) 795 -209	
Péntek	7:30 - 12:00		

Telefonos elérhetőségei:

Egyéni vállalkozói igazolvány, járműigazgatási ügyek, mozgáskorlátozottak parkolási igazolványa	22/ 795 - 349
Lakcímgigazolvány, személyi igazolványügyek, NEK adatlap felvételezése	22/ 795-346
Útlevel ügyek, ügyfélkapu regisztráció, vezetői engedély ügyek:	22/ 795-346
Egyéb ügyek	22/ 795-347



Dia Virágműhely

Amit kínálunk: alkalmi csokrok, esküvői csokrok, cserepes virág, vágott virág, Különleges cserepes virágok, kegyeleti koszorúk, és sírcsokrok készítése és kiszállítása

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



- Lakásfelújítás -, átalakítás,
- Faszervezetű teraszok, előtetők
- Faszervezetű kocsik beállók
- Térburkolatok,
- Gipszkartonozás,
- Aljzat és oldalfal kerámia burkolás,
- Festés - mázolás

HÍVJON BIZALOMMAL!

A helyszíni felmérés után korrekt árajánlat!
Az összes építőipari munkakörben dolgozunk!

Németh Csaba
egyéni vállalkozó
Tel.: 30/517 13 32

Közérdekű információk

Lajoskomáromi Nagyközség Önkormányzata
Telefon: (30) 400 34 54 E-mail: hivatal@lajoskomarom.hu
Ügyfélfogadás: Hétfő, kedd, csütörtök, péntek : 8 - 12
szerda: 8 - 12 és 13 - 16
Pirtyák Zsolt polgármester: polgarmester@lajoskomarom.hu
Mosbergerné dr. Miklós Judit jegyző: jegyzo@lajoskomarom.hu

Gesztenyefasori Szent Márton Általános Iskola és AMI
Tel.: (25) 241-824 E-mail: info@gesztenyefasoriszentmarton.hu

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

Lajoskomárom Könyvtári Információs és Közösségi Hely
Hétfő: 8-12, kedd, szerda, csütörtök, péntek 8-12, és 13-17
E-mail: konyvtar@lajoskomarom.hu

Mosberger Máttyás falugazdász: Telefon: (30)841-1501
Lajoskomáromban Polgármesteri Hivatal emelete
Hétfő és szerda 8-12 óra, E-mail: mosberger.matyas@nak.hu

A háziorvos rendelési ideje 2020. március 31-ig:
Telefon: 06 (30)861 1742
Lajoskomárom Hétfő 8-12 Kedd: 9:30-12:30
Szerda: 13-17 Csütörtök: 8-11 Péntek: 8-12
Középbogárd: Kedd: 8-9 Csütörtök: 11:30-12:30
Tanácsadás: Kedd- 13-14
Iskolai egészségügyi rendelés: Péntek: 13-14

Orvosi ügyelet: Enying, Tel.: 06 (22)999 614; 06 (22)999 615
Fizioterápia: Hétfő, kedd, csüt., péntek: 14-16 Szerda: 08-10,
Laboratórium: Hétfő, kedd, szerda, csütörtök, péntek: 8 - 12

Fogászat: dr. Hasznos Judit (25) 240 374; (30) 474 62 23
Rendelési idő: Hétfő - csütörtök: 12.30 - 18.30
Kedd - szerda - péntek: 07.00 - 13.00
Magánrendelés: szerda: 17.00 - 19.00



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

Margaréta Gyógyszertár: (25)241-804 Ebédidő:12:00-12:30
Hétfő, Kedd: 7:30-16; Szerda, Csütörtök: 7:30-17, Péntek: 7:30 - 14:00,

AGAPE Evangélikus Szeretothon Iroda : (25) 240-304
Cím: Lajoskomárom, Jókai M. u. 8, Nővérszoba: (25) 516-700
Család- és Gyermekjóléti Szolgálat (20) 775 35 93

Bank automaták: Takarékbank Zrt.
8136 Lajoskomárom, Enyingi u 3. Telefon: (25)506-760
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

Közzétett megbízott: Hámori Attila 06 (20)350 09 45
Mezei őrszolgálat elérhetőségei:
Molnár László: 06 30 916 72 58, Stiedl Pál: 06 30 956 01 83

Polgárőr járőrszolgálat: 06 (30)621 4198
Polgárőr ügyeleti szolgálat (24 órás): 06 (30)621 4197

Általános segélyhívó számok: Rendőrség: 107, Mentők 104, Tűzoltóság: 105, Lajoskomárom ÖTE: 06 (30) 277 01 99