



Lajoskomárom Nagyközség Önkormányzatának lapja X. évfolyam, 9. szám 2023. szeptember

„LAJOSKOMÁROMÉRT” kitüntetést kapott Sirokai Ferenc

„Az vagyok, aki vagyok: egyedülvaló és mindenkitől különböző egyéniség; őseim örökségéből eredő ösztönzésekkel és törekvésekkel; álmok, vágyak, sajátos tapasztalatok szövődtek össze, együttesen, hogy bennem öltsenek testet.”

Írja Charlie Chaplin, a némafilm világának talán legkreatívabb, legnagyobb hatású személyisége.



Forrás: Fehér Gábor / Fejér Megyei Hírlap

Amikor néhány hónappal ezelőtt kitüntetésre javasoltam volt kollégámat, Sirokai Ferencet, tudtam, hogy nem lesz könnyű dolgom, ha írnom kell róla. Napokon keresztül keresgéltem az interneten, mire végre megtaláltam azokat

az idézeteket, amik illenek méltatásához. Elsőként is a világhírű művész gondolatai fogtak meg, s tudtam, hogy ez az, amivel elkezdhettem a beszédemet Feriről. Arról az emberről, aki sokak szerint is figyelemfelkeltő személyiség; olyan valaki, akit a sors tehetséggel, tudással, remek pedagógiai érzéssel áldott meg. Ezek az adottságok határozták meg életútját: önzetlenségét, a szülőfalujáért tenni akarását és legfőképpen magas szintű oktató-nevelő munkáját.

Úgy hiszem, Charlie Chaplin gondolatai illenek rá.

Feri három nővére után 1956. 01. 07-én született Lajoskomáromban. Szülei kétkézi munkások, édesanyja ősei lajosiak, édesapja Trianon átkaként csehszlováknak született, de '41-ben, 15 évesen átvándorolt az igazi hazába.

Az általános iskolát helyben végezte. Mindenben aktív volt, sok-sok tanulmányi és sportversenyen képviselte iskoláját, rendszerint kiemelkedő eredménnyel.

Fiatal korában aktívan sportolt, de igazi szerelme a sakk lett, amiben sikert sikerre halmozott. Már nyolcadikosként megyei bajnokságot nyert, melyet követek a középiskolás, majd felnőtt korosztályos, csapatban szerzett arany érmek.

A további életét is meghatározó siker hetedik-nyolcadikos korában jött el, amikor harmadik, illetve negyedik lett a megyei matematika versenyen. Ezek a versenyeredmények nyitott kaput biztosítottak számára a Székesfehérvári Teleki Blanka Gimnázium matematika tagozatára, ahol középiskolás versenyen második helyezést ért el.

Éveken keresztül remekelt ugyan ebben a tantárgyban, de az igazi kedvence mindig is a magyar és a történelem volt.

A reáltárgyakból szerzett tudása alapján természetesnek tűnt, hogy műszaki pályán folytatja tanulmányait. Egy év sorkatonai szolgálat után a Műegyetemre került. Az ott eltöltött három év azonban gyötrődés volt számára. Érezte, hogy nem ez a jó irány. Ezután dolgozott segédmunkásként, bérelszámolóként, nyá-

Ízelítő a tartalomból:

„Lajoskomáromért” kitüntetést kapott

Sirokai Ferenc 1 - 3 oldal

Sporthírek: meccsnaptár 4. oldal

Hol vannak a katonák? 5. oldal

EFI hírek; hirdetések 6. oldal

Könyvajánló,

házi orvosi rendelés 7. oldal

Hirdetések 8. oldal



FIGYELEM!

**NE fizessen kétszer
KÉMÉNYSEPRŐI DÍJÁT!!!**

Tisztelt Cégvezetők, Vállalkozók!

A napokban a településen lévő vállalkozásokat levében kereste meg a **Magyar Kürtő Kft.** és tájékoztatott a kéményseprő-ipari díjfizetési kötelezettségről.

Tájékoztatom a vállalkozásokat, hogy akik 2023. első negyedévében már kifizették a díjat, azoknak nem kell ismét ezt a szolgáltatást igénybe venniük!

A Kémény Zrt. felszámolása miatt több magáncég részére is lehetővé tették e feladat elvégzését. A 2015. évi CCXI. törvény értelmében amelyik ingatlanra székhely, telephely, vállalkozás, közhasznú szervezet székhelye, telephelye van bejegyezve évente kötelező a kéményseprő-ipari szolgáltatás igénybevétele, de évente egy alkalommal!

Javasoljuk, hívják fel az értesítésben megadott telefonszámot és tájékoztassák az érintett szolgáltatót, hogy cégük/vállalkozásuk a kötelezően előírt ellenőrzése és a díjfizetés már megtörtént!

Kétszer semmiképpen se fizessenek díjat!

Lajoskomárom, 2023.09.19.

Mosbergerné dr. Miklós Judit — jegyző

ron a szőlészetben, majd kétszer is a helyi téglauzembem. Vagyis soha nem félt a fizikai munkától sem.

Az útkeresés évei után 1980-tól képesítés nélkül kezdett el tanítani, s végre úgy érezte, megtalálta a helyét. Munka és család mellett tanulva szerezte meg a Pécsi Tanárképző Főiskola levelező tagozatán a matematika-fizika szakos tanári diplomát.

Pedagóguspályája kezdete óta próbált itthon munkát kapni, de nem sikerült, így 25 évig a szomszédos falvakban tanított. Közel fele időben igazgatói feladattal is megbízták. Végre 2004-ben sikerült hazajönnie, és onnantól teljes erővel tevékenykedhetett 16 éven át iskolájáért, szülőfalujáért. Hazatérésétől kezdve kutatta a lehetőségeket, hogyan lehetne színesebbé tenni az oktatást, eredményesebbé a nevelést. A természet szeretete ösztönözte arra, hogy évente ismétlődő Föld Napját szervezzen, amely azóta is nagy népszerűségnek örvend a gyermekek körében.

Johann Friedrich Herbart szerint *„A tekintély és a szeretet jobban biztosítja a fegyelmet, mint akármilyen szigorú eszközök.”*

Pedagógusi munkája során rengeteg tudást adott át tanítványainak. Nem csak a tantervben előírt anyagot, hanem mindazt a sok ismeretet, amelyet életében megszerzett, vagy tapasztalt.

Szívesen mesélt a régi időről, történelemről, vagy éppen a növények és állatok csodálatos világáról.

Járta a természetet, szeretett gombászni, aztán egy idő után a lajosiak egyszerűen kinevezték gombaszakértőnek, s gyakran fordultak hozzá tanácsért. (Csak zárójelben szeretném megjegyezni: - Azt, hogy kinek mit mondott az alkalmanként átvizsgált gombára, nem tudhatjuk, de azt igen, hogy az elmúlt évtizedekben a faluban senki nem halt meg gombamérgezésben.)

A matematika és a fizika mellett rá lehetett bízni többek közt a biológia tanítását is, hiszen érdeklődése, olvasottsága és tájékozottsága garancia volt a jó munkára.

Tanítási óráin megkövetelte a fegyelmet és a munkát. Szigorú volt, de a gyerekek mégis érezték a szeretetét.



Fotó: Varga-Szűcs Zsuzsanna

Elmondása szerint Ő elsősorban pedagógus, akinek mindig is a tanítványai voltak a legfontosabbak.

Az osztályaival együtt eltöltött időben szeretett volna minél több élményt nyújtani számukra, olyanokat, amelyekre még sok év múlva is emlékeznek majd.

Jó munkát végzett, hiszen volt tanítványai ma is szívesen gondolnak vissza a vele eltöltött hangulatos órákra, kirándulásokra, táborokra: az osztályközösséget összekovacsoló Sáripusztai sátorozásokra, vagy éppen 2011-es öt napos Erdélyi kirándulásra, melynek költségét támogatók adományaiából gyűjtötte össze.

Mivel eddigi életében az oktató-nevelő munka mellett magas szinten tevékenykedett szeretett szülőfalujáért is, a képviselő testület érdemesnek találta Őt a „Lajoskomáromért” kitüntető címre.

Értéktermelő munkájából kiemelhetjük, hogy:

- Versenyeken elért eredményeivel öregbítette iskolái és szülőfaluja jó hírnevét.

- Oktató- nevelői feladatát nagy hozzáértéssel végezte. Emellett diákkora óta lelkes híve és támogatója a gyermekek táboroztatásának. Amint tehetette, csatlakozott a pártoló tagsághoz. Szabad idejében ágyakat, zuhanyozó sátrat, polcokat hegesztett, és, ha szükség volt rá, időt és fáradságot nem kímélve bármiben segített.

- Később, már lajosi tanárként természetes volt számára, hogy a nyári szünetét is feláldozva aktív szerepet vállalt a táboroztatásban. A szervezéstől, az építésem keresztül a bontásig mindenütt segített. Egy kívülről nem láthatja, mekkora feladat napi 24 órában óvni a rábízott nebulókat, programokat összeállítani, ha kell, pótolni a szülőket, s ébernek lenni két héten keresztül.

- Munkája mellett a kilencvenes évek közepén csatlakozott az akkori Falutvé stábjához, ahol riporterként tevékenykedett, de írt összekötő szövegeket, ünnepi köszöntőket, vagy akár nekrológot is. Négy évig végezte ezt a munkát magas színvonalon, ellenszolgáltatás nélkül. Az akkori felszerelés a maival összemérve a nullához közelített, mégis közel két órás színvonalas műsorokat készítettek havonta az akkori stábbal együtt.

Mivel egész életében fontos volt számára a múlt és jelen értékeinek megőrzése, ezért kereste a lehetőségeket, hogy felhívassa az arra fogékonyak figyelmét. Ma is emlékszem arra a kis riportra, amelyet egy közel kétszáz éves, már-már az enyészet áldozatává váló különleges feliratú sírkőről készített, ami ma is áll még a kertek végében lévő erdős, bokros területen. A gaz már félig benőtte ugyan, de azért még meg lehet találni. Talán érdemes lenne megmenteni a teljes pusztulástól.

- Régi álma volt egy tanösvény megalkotása. Amikor sok év után ez megvalósulhatott, elvállalta a tartalmának összegyűjtését, a leírótáblák megírását. Akkor még nem gondolta, mekko-

ra fába vágta a fejszéjét! Fél éven át dolgozott rajta éjfélékig, szem előtt tartva, hogy mindez az óvoda és az iskola a közelében lesz,- így tanulhatnak majd belőle a gyerekek.

Mára, sajnos, - szavaival élve- erőfitogtató vandálok a felét szétverték!

-2003 őszén egy temetés alkalmával kapott készíttést az írásra. Meg is jelent egy novelláskötete, de többé nem próbálkozott a kiadatással. A mai napig írogat, bár azt mondja: - „Nem vagyok író, azaz megrendelésre nagyon nehezen vállalom.”

- Azért azóta is gyakran olvashatjuk gondolatait a Kutas Hírmondóban, készít ötletes rejtvényeket, és ha kéri, megemlékezést ír pl. a Dón-kanyar Lajosi hőseiről is. Az elmúlt évtizedek vicces lajosi történeteit is rendszeresen megosztja az olvasókkal.

- Legutóbb az elmúlt évben létesült Emlékpark szemléltető táblájához írta meg a szöveget, amelyből sok mindent tudhatunk meg Herceg Batthyány Fülöpről, a Fülöp-hegy névadójáról, a helyi Vadásztársaság történetéről, vagy a régi Cédulaházról.

Érdemei felsorolását a teljesség igénye nélkül tettem, hiszen a negyven év intenzív munkavégzése alatt sokkal több említésre méltó esemény volt az életében, mint amennyit felidéztem. Érthető, hogy kicsit fáradtabban vonult nyugállományba.

Reményeink szerint azért továbbra is megörvendeztet majd bennünket a szülőfalujáért aggódó, jobbító szándékú ötleteivel, írásaival!

Egy ember élete nem csak a munkájából áll, hanem a magánéletéből is. Feri 1977-ben kötött házasságot a szintén pedagógus Mizerák Katalinnal, akivel három gyermekünk született: Levente, Marci és Zsófi. A gyermekeikre méltán büszke szülőknek mára két csodás unoka, Lili és Ferkó édesíti öreg napjait.



Fotó: Varga-Szücs Zsuzsanna

Megköszönve sok éves önzetlen munkáját, Peter Wohlleben gondolataival kívánok Ferinek Lajoskomárom minden lakója nevében nyugodt, békés nyugdíjas éveket családjá körében!

„Késő nyáron egyedülálló hangulat lengi be az erdőket. Élénkzöldjüket a koronák elmosódott sárgászöldre cserélik. Úgy fest, mintha egyre több fa fáradna el, és várná elcsigázottan egy kimerítő idény végét. Csak úgy, mint minálunk, embereknél egy dolgozós nap után, - eljön a jól megérdemelt pihenés ideje.”
Puskás Tiborné



KORMÁNYABLAK
INTEGRÁLT KORMÁNYZATI ÜGYÉLSZOLGÁLAT

HELYBE VISSZÜK AZ ÜGYINTÉZÉST

KORMÁNYABLAKBUSZ ÉRKEZIK

LAJOSKOMÁROMBA

2023. október 09.(hétfő)

10:00 -14:00 óráig

Lajoskomárom, Komáromi u.4.

INTÉZHETŐ ÜGYEK:

személyi igazolvány, útlevél, jogosítvány,
lakcím, diákigazolvány, parkolási igazolvány
(Illetékfizetésre csak bankkártyával van lehetőség.)

WWW.KORMANYABLAK.HU



Felhívás

*Tisztelt lajoskomáromi lakosok!
Hamarosan elkészül a 100 éves Polgármesteri
Hivatal épületének felújítása. Az átadó ünnepségre
2023. év végén kerül sor.*

*Az esemény alkalmából szeretnénk összeállítani egy
receptfüzetet, hagyományos lajosi süteményekből.*

*Keresünk, olyan ügyes, sütni szerető
háziasszonyokat, akik ismerik és a
mai napig sűtik, ezeket a finomságokat.*

*Aki szívesen segítene, ennek a megvalósításában,
annak nem kell mást tennie, mint jelentkezni a
könyvtárban (Művelődési Ház földszint) vagy a
06 30/861 27 36 számon ahol részletes
felvilágosítást adunk a teendőkről.*

*Az elkészült receptfüzetet a Kutas Hírmondó októberi szá-
mával együtt eljuttatjuk minden lajosi háztartásba.*

*Köszönjük szépen az együttműködést és érdeklődéssel várjuk a
vállalkozó szellemű jelentkezőket.
Jelentkezési határidő: 2023. október 6.*



Megyei I. focicsapat 2023 őszi mérkőzései



FORDULÓ	DÁTUM	IDŐ	HAZAI CSAPAT	VENDEGCSAPAT
1.	2023. 08. 19.	17:00	Maroshegy	3-2 Lajoskomárom
2.	2023. 08. 26.	15:00	Lajoskomárom	4-2 Csór Truck-T.
3.	2023. 09. 03.	16:30	Enying	0-5 Lajoskomárom
4.	2023. 09. 10.	16:30	Lajoskomárom	2-0 Mezőfalva
5.	2023. 09. 16.	17:00	Mór	2-1 Lajoskomárom
6.	2023. 09. 24.	16:00	Lajoskomárom	0-2 Sárosd
7.	2023. 10. 01.	15:00	Martonvásár	Lajoskomárom
8.	2023. 10. 08.	15:00	Lajoskomárom	Tordas
9.	2023. 10. 15.	15:00	Ercsi Kinizsi	Lajoskomárom
10.	2023. 10. 22.	14:30	Lajoskomárom	MÁV Előre FC
11.	2023. 11. 04.	13:30	Mány-Bicske	Lajoskomárom
12.	2023. 11. 12.	13:30	Lajoskomárom	Tóvill - Kápolnásnyék
13.	2023. 11. 18.	13:00	Sárbogárd	Lajoskomárom
14.	2023. 11. 26.	13:00	Lajoskomárom	Bodajk

Tájékoztatjuk a szurkolókat, hogy egyes meccsek kezdési időpontjai, illetve dátumai még változhatnak! Az esetleges változásokról természetesen kellő időben értesítjük szurkolóinkat.

Fejér és Komárom- Esztergom Vármegyei Női Bajnokság - Dél Teremkézilabda mérkőzések időpontjai A hazai mérkőzések helyszíne: Simotornya - Városi Sportszernok

FORDULÓ	IDŐPONT	HAZAI CSAPAT	VENDEG
1.	2023. 09. 23. szombat 15:00		
		Martonvásár — Lajoskomárom (29 - 22)	
2.	2023. 09. 30. szombat 16:30		
		Lajoskomárom — FKC Senior	
3.	2023. 10. 07. szombat 16:30		
		Lajoskomárom — Holler UNFC	
4.	2023. 10. 14. szombat 16:00		
		Rácalmás — Lajoskomárom	
5.	2023. 10. 28. szombat 11:00		
		Dunaújvárosi Virág Se — Lajoskomárom	
6.	2023. 11. 11. szombat 16:30		
		Lajoskomárom - Dunaújvárosi AC.	
7.	2023. 11. 25. szombat 16:30		
		Lajoskomárom — Martonvásár	
8.	2023. 12. 02. szombat 13:00		
		FKC Senior — Lajoskomárom	
9.	2023. 12. 10. vasárnap 18:00		
		Holler UNFC — Lajoskomárom	
10.	2024. 02. 17. szombat 16:30		
		Lajoskomárom Rácalmás	
11.	2024. 02. 24. szombat 16:30		
		Lajoskomárom Dunaújvárosi Virág Se..	
12.	2024. 03.03. vasárnap 18:00		
		Dunaújvárosi AC Lajoskomárom	
		Szeretettel várjuk a sport iránt érdeklődő szurkolókat meccseinkre! Hajrá Lajos! Hajrá csajok!	



Megyei III. focicsapat 2023 őszi mérkőzései



FORDULÓ	DÁTUM	IDŐ	HAZAI CSAPAT	VENDEGCSAPAT
1.	2023. 09. 02.	16:30	Lajoskomárom II.	5 - 4 Rácalmás
2.	2023. 09. 10.	16:30	Cece	1-2 Lajoskomárom II.
3.	2023. 09. 16.	16:00	Lajoskomárom II.	2 - 0 Dég
4.	2023. 09. 24.	16:00	Kulus	0 - 4 Lajoskomárom II.
5.	2023. 09. 30.	15:00	Lajoskomárom II.	Nagylók
6.	2023. 10. 08.	15:00	Alap	Lajoskomárom II.
7.	2023. 10. 15.	15:00	Kisláng	Lajoskomárom II.
8.	2023. 10. 22.	14:30	LMSK	Lajoskomárom II.
9.	2023. 10. 28.	14:30	Lajoskomárom II.	Szabadegyháza
10.	2023. 11. 04.	13:30	Lajoskomárom II.	Sárszentágota
11.	2023. 11. 12.	13:30	Vajta	Lajoskomárom II.
12.	2023. 11. 18.	13:00	Lajoskomárom II.	Kőszárhegy
13.	2023. 11. 26.	13:00	Tác-Csösz	Lajoskomárom II.

Tájékoztatjuk a szurkolókat, hogy egyes meccsek kezdési időpontjai, illetve dátumai még változhatnak! Az esetleges változásokról természetesen kellő időben értesítjük szurkolóinkat.



„Hol vannak a katonák...?”

Nagyapám visszaemlékezéseiből 1941-1945

Írta: Horváth Lóránt (szül.: 1974)

Augusztus eleje van, amikor Manturovo állomáson összeállítják a szerelvényt. A sok vagon tele sebesültekkel, irány: Budapest. Út közben a 22. születésnap. A kocsiban emeletes fekhelyek, még felülni sem lehet. Csak azokat kötözik, akiknek átvérzik a sebe vagy belázasodnak. A bepólyált sebeken gyakran mozognak a hivatlan vendégek. Csakúgy, mint a ruha ráncaiban a tetvek. Mindenki fellélegzik, amikor a vonat átgördül a Kárpátokon. Az első hazai állomás: Kassa, itt lehet lapot feladni, ennek mindenki örül. Utazás közben hetekig senki sem tudott életjelt adni szeretteinek. Most lesz igazi boldogság otthon! Másnap érkezik a szerelvény valamelyik fővárosi pályaudvarra. Ott felsorakozott katonazenekar várja a Don mellől érkező első sebesültszállítmányt. A szerelvény zeneszóra gördül a peron mellé. Egy üvöltés hangzik valahol az állomás mellett. Emiatt a dallam összekuszálódik, majd elhallgat. Kapkodás kezdődik. A hangszerek a földre kerülnek, a sebesültszállítók hordágyakkal futkároznak. A nagyapám szerencsésnek mondhatta magát. A Horthy Miklósról elnevezett elit kórházba került. Az ápoló személyzet apácákból állt, akik példamutató gondoskodással bántak a honvédekkel. Viszont sokszor kiderült, hogy az ápoltak és ápolóik nem érkeztek hasonló környezetből. A férfiak gyakran visszaéltek a védtelennek vagy tehetetlennek tűnő nővérek türelmével, jószágával. Próbáltak közel kerülni, viszonyt kezdeményezni az apácákkal, de csak egy fiatal, nagyon szemre való, Remígia nevű nővér szívét tudta meghódítani egy igen jóképű baka. Ennek is szörnyű csalódás lett a vége, mivel a nővér hű maradt égi vőlegényéhez, Jézushoz. Később a háború után otthon a falut járó kolduló apácák között érdeklődött nagyapám a sorsa felől. Ők tudatták a papával a szomorú hírt, hogy a szép apáca a szovjet katonák erőszakának áldozata lett, emiatt végzett magával.

A kórházi ápolás 15 hónapig, '43 őszéig tartott. Kilencszer műtötték az Urivnál szétlőtt bal felkart. A sebet az orvosi lelet alapján egy dumdum lövedék okozta. A kioperált csontszilánkok miatt a két kar hossza a következő több mint 60 évben már soha nem egyezett. Végül a „protekción seb” gyógyulása nélkül bocsátották el nagyapámat a kórházból 23 évesen hadirokkantként. A sebesülés még további 30 évig kötözésre szorult. Így kellett pékként dolgoznom, hiszen anyagi segítséget csak a rendszerváltás után, túl a hetvenen, kaptak az egykori honvédek. A protekción seb azt jelenti, hogy többé nem volt alkalmas katonai szolgálatra. Ez életmentőnek bizonyult a háború további éveiben.

A kórházban töltött idő sajátos színfoltja volt a katonai életnek. Néhány idősebb apáca kivételével hemzsegték a fiatalok, és a súlyos eseteket leszámítva tombolt az életkedv. Mindenütt teljes volt az éjszakai elsötétítés, de mintha háború sem lenne a távolban, Budapesten zajlott a nagyvilági élet. Ezt csak egyetlen alkalommal zavarták meg a Ra-

táknak csúfolt szovjet bombázók, akik hatósugaruk legszélelén bombázták a fővárost. (Erről szintén olvastam később a szakirodalomban). A sebesülteket kényeztették a tehetős polgárok: színházi belépőkkel, kávéházi meghívásokkal, borkóstolókkal, amelyekhez persze járt a cigányzene is. És mindenekelőtt a foci. Nagyapám valóságos bolondja volt ennek a játéknak. Idős korukban nagyanyám megjegyezte, ha ő



Újra itthon — 1942-43 Budapest, hadikórház
A jobb szélén Wieland János

előbb halna meg, nehogy vasárnap délután legyen a temetése, mert akkor a nagyapám nem ér rá részt venni a szertartáson, a meccs miatt! A Fradi, a Kispest, a Nagyvárad és a később örök kedvencévé lett Újpest küzdöttek elérhető közelségben a kórháztól. S ha véletlenül nem volt szabadkiemenő, bekötözött kézzel át lehetett ugrani a kerítést. Egy falusi legénynek ez valóságos Kánaán volt. A korszak ismert színész sztárjait például Latabárákat a nagyapám élőben látta a színpadon, se előtte, se utána. A végtelen hosszúra nyúló hétköznapi végtelen hosszúra nyúló kártyapartikat hoztak magukkal. Pénzre nem játszottak, hiszen abból senkinek sem volt elég. A tét Honvéd cigaretta volt, szálanként. Nem tudom, mennyi idő kellett neki, de a papa szekrénye megtelt a papírpakliba csomagolt füstölni valóval. Azt hiszem, a kórházban már nem volt olyan értéke, mint a fronton. Egyébként ezt is az ellátmány részeként kapták a katonák. Végül a sportember, a labdarúgó és pingpong játékos részokott a dohányzásra. Egyrészt kellett valamit a nyerménnyel kezdeni, másrészt pótcselekvésnek is megtette. Azóta tudjuk, hogy az emberiség döntő többsége valamilyen szenvedéllyel él együtt. A dolog odáig fajult, pár hónap alatt, hogy naponta 40-50 szál végezte valahol a kórházban és környékén csikként. Ma el sem tudnánk képzelni: akkor mindenhol füstöltek. A papa magát kemény embernek tartva, szakított a dohányossal és a maradék készletet, több mint ezer darabot postázta a fronton lévő sógorának, hátha az ott nagyobb hasznát veszi. Bent, a kórházban töltött hónapok sötét oldalaként kinyílt az emberi nyomorúság tárháza is. Kiderült, hogy az embert minden testrészén érheti sérülés, a legkülönbözőbb fegyverektől, betegségektől és a hidegtől. Külön „kedvenc” volt az a honvéd, akinek az alumíniumból lévő nadrággombon megcsúszott lövedék átvitte a „micsodáját”. Emiatt a testrész dupla méretben forrt össze.

.....folytatása következik

Hátfájás és szemszárazság - ezt a problémát jelzik!



RAJTAD MŰLKI!
Bélmódszerek az enyegi kisterületben

Az évek alatt olyan szokásaink lettek, amik új szintre emelik a tüneteket, és egyre többen küzdenek fájdalommal, szemproblémákkal.

A digitális világ térhódítása minden területen megváltoztatta az életünket. A számítógépek, okostelefonok és tabletek mindennapjaink részévé váltak, legyen szó munkáról, szórakozásról vagy kapcsolattartásról. A képernyőhasználat azonban komoly hatással lehet szemünk egészségére.

Mi is az a digitális szemfáradtság?

A digitális szemfáradtság, más néven számítógépes szemfáradtság vagy számítógépes látás szindróma, egy olyan állapot, amely akkor jelentkezik, amikor hosszú időn keresztül nézünk kijelzőket, például számítógép monitorokat, televíziókat, okostelefonokat vagy tableteket.

A tünetek közé tartozik a szemek vörössége, égése, szárazsága, a homályos látás, lassú fókuszálás, fejfájás és a nyak, hát, vállfájdalom is. Ezek a tünetek zavaróak és kellemetlenek lehetnek és hosszú távon akár komoly szemproblémákhoz is vezethetnek.

Miért fontos megóvni a szemeidet a digitális eszközök használata során?

A túlzott képernyőidő számos problémához vezethet, pél-



dául száraz szemhez, szemgyulladásához és rövidlátáshoz. Az átlagosnál több kék fény növelheti a makuladegeneráció kockázatát is az élet későbbi szakaszában.

„Ha a szemek fáradtak, könnyebben merülünk ki és csökkenhet a munkateljesítményünk. A kellemetlen, kellemetlen érzés a szemekben elvonhatja a figyelmet és megnehezítheti a koncentrációt. A digitális szemfáradtság és a hosszú órákig tartó képernyőidő ráadásul nemcsak azonnali hatásokkal jár, hanem hosszú távon is súlyosabb problémákhoz vezethet. A kék fény azon biológiai és fiziológiai rendszereinkre is hatással van, melyek befolyásolhatják és megváltoztathatják bioritmusunkat, valamint fiziológiai és pszichológiai komfortérzetünket. Tehát a látásproblémákon és szembetegségeken túl okozhat alvászavart, depressziót és akár a kognitív funkciók károsodását is” – mondja Klatz Norina optometrista.

Hogyan óvhatjuk meg a szemünket a digitális szemfáradtságtól?

- Győződjön meg róla, hogy rendszeresen tart rövid szüneteket, ha a képernyő előtt ül. Ez lehetővé teszi a szemnek, hogy pihenjen. Próbáljon meg 5 méternél távolabbi tárgyakra fókuszálni.
- Állítsa be a képernyő fényerejét és kontrasztját kényelmes szintre, és győződjön meg róla, hogy a betűk és a képek tisztán és élesen jelennek meg.
- Végezzen rendszeresen szemtornákat, amelyek segíthetnek megerősíteni a szem izmait és csökkenteni a fáradtságot.
- Használjon kékfény szűrős lencsével rendelkező szemüveget, amely csökkenti a képernyő által kibocsátott kék fény mennyiségét, különösen esténként.
- Ne hagyja ki a rendszeres szemvizsgálatokat, és bizonyosodjon meg róla, hogy szemüveg vagy kontaktlencse a megfelelő dioptriával rendelkezik. <https://www.egeszeszgekalausz.hu>



Szomorúfű

temetkezés

teljes körű temetkezési szolgáltatás
 8600 Siófok, Új-Piac tér 7.
 Tel.: +36 30 431 0815
www.siofok.temetkezés.hu

Lajoskomáromi kirendeltség:
 Csikesz Anna Mária
 Lajoskomárom, Jókai u. 14/a.
 06 20/978 7207

Dia Virágműhely

Amit kínálunk:

- Alkalmi esokrok, esküvői esokrok,
- Cserepes virág, vágott virág
- Friss zöldség, gyümölcs és kézműves finomságok
- Különleges cserepes virágok,
- Kegyeleti koszorúk, és síresokrok készítése és kiszállítása.
- Teljes körű temetkezési ügyintézés

Nyitva tartás: Hétfő-péntek: 8:30 - 11:00; 13:30 - 17:00
 Szombat: 8:00 - 11:00
 Hutvágner Diána • 06 30/ 709 38 10
 8136 Lajoskomárom Batthyány u. 6.

Megnyitottunk!

MÁRCIUS 1-ÉN MEGNYITOTTUK ÚJ VIRÁGÜZLETÜNKET LAJOSKOMÁROM, ENYINGI U. 2. SZ. ALATT!

CÉGEM 2008 ÓTA MŰKÖDIK, TÖBB VIRÁGÜZLETET ÜZEMELTETVE.

Széles vágott- és cserepes virág kínálat, kiültetés növényekkel, ajándéktárgyakkal, szárazvirág díszekkel és selyemvirágokkal várjuk kedves vásárlóinkat!

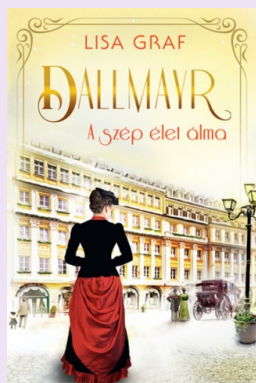
Esküvődekorálás, alkalmi csokrok, temetési sírdíszek és koszorúk készítését és kiszállítását is vállaljuk.

Teljeskörű temetkezési ügyintézés is elérhető éjjeli ügyelettel!

Nyitva tartás:
 H - P: 7:00 - 11:00; 13:00 - 17:00
 Szombat: 7:00 - 11:00

Elérhetőség:
 Rózsás Anikó 06 70/416 80 60
rozsasaniko75@gmail.com

Könyvajánló: Lisa Graf: A szép élet álma (Dallmayr I.)



München, 1897. Anton Randlkofer és a felesége, Therese két éve együtt vezetik a népszerű, rendkívül elegáns Dallmayr csemegeboltot a Diener utcában, és nevelik három gyermeküket. Miközben a jó módúak inycsiklandó édességeket, egzotikus gyümölcsöket és kiváló kávékat vásárolhatnak náluk, az egyszerű polgárok a pompásan elrendezett kirakatok előtt álldó-gálva arról álmodoznak, hogy a Dallmayr vevői lehessenek.

Amikor azonban Anton Randlkofer váratlanul meghal, az a veszély fenyeget, hogy a családi vállalkozás ragyogó felívelésének hirtelen vége szakadhat. Anton öccse ugyanis már néhány nappal később azon mesterkedik, hogy jogellenesen megszerezze a virágzó üzletet. A rendkívül határozott és elszánt özvegy eltökéli, hogy nem engedi át a terepet a sógorának, és bátran a vállalkozás élére áll. Akkor még nem tudja, hogy a saját négy fala közt is titkok lappanganak...

Miközben nyomon követjük a valós Randlkofer család izgalmas és nem mindennapi történetét, szinte magunk elé képzeljük a csemegebolt polcain sorakozó, a boldog békeidőkben nagyrészt még ritka különlegességeknek számító finomságokat. A kiváló üzleti érzéssel megáldott Therese recepttöltekekkel is ellátta a vásárlóit, így most az olvasókat is megörvendeztetni ezekkel a leírásokkal, egyben betekinthetünk Randlkofer asszony sajátos marketingterveibe is.

Lisa Graf izgalmas, szívmelengető családregény-sorozatát alkotott az 1700-ban alapított, mára világszerte sikeresen működő Dallmayr századfordulós korszakából.

A kötet a könyvtárból kölcsönözhető!

Hétfő: - péntek: 8 -12 -ig; 13 - 16:30 -ig

Telefon: 06 30/861 27 36;

konyvtar@lajoskomarom.hu



Könyvtári Információs és Közösségi Hely



LAPZÁRTA IDŐPONTJA: 2023. OKTÓBER . 16.

Kutas hírmondó – Főszerkesztő: Szücsné Sándor Zsuzsanna

Szerkesztőség címe: Lajoskomárom, Komáromi utca 6.

Telefon: 06 30 861 27 36 E-mail: kutasteve@gmail.com

Nyomda: Bogárd és Vidéke Lapkiadó és Nyomda, Sárbogárd, Hősök tere 12. Tel.: 06(25)508-900,

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

Háziorvosi rendelés

Tisztelt Lakosság!

Tájékoztatjuk Önöket, hogy 2023. szeptember 1-től **Dr. Taller Gabriella** látja el a háziorvosi feladatokat!

A rendelési idő a következőképpen alakul:

Napok	BETEGELLÁTÁS	Prevenció	Tanácsadás	Iskola
Hétfő	8:00-11:00	11:00-13:00		
Kedd	8:00-11:00			
Szerda	13:00-16:00	12:00-13:00		
Csütörtök	8:00-11:00		11:30-12:30	13:00-14:00
Péntek	8:00-11:00	11:00-12:00		

A vényírás gyakorlatában egyelőre nem történik változás!

A BETEGEKET MINDEN NAP A „BETEGELLÁTÁS” IDEJÉBEN LÁTJUK EL. PREVENCIÓS RENDELÉS ALATT NINCS BETEGELLÁTÁS!

- A rendelő telefonszáma változatlan **+36 30/861 17 42**
- A lakosságot igyekszem minél hamarabb megismerni, kérem, hogy egyelőre lehetőleg mindenki mondja meg a nevét, amikor találkozunk, vagy bejönnek a rendelőbe!
- **Taller Gabriella +36 20/508 94 21**
- **www.tallergabriella.hu**

- Időpontfoglalásra egy **Erodium nevű rendszert** vezetünk be, ezt jelenleg alakítjuk ki, hogy néhány héten belül rendelkezésre fog állni. Ez megkönnyíti a receptek felírását, a segítségével minimalizálni tudjuk a várakozási időt, számos egyéb hasznos funkciója van.

Dr. Taller Gabriella



- ♣ Klíma telepítés, Javítás
- ♣ Karbantartás,
- ♣ Szivárgás vizsgálat

Forgalmazott márkák: -
Gree, Midea, MDV, Daikin

Szabó Gergely e.v. +36 70/618 28 02

Fűtést olcsóbban!

Alternatívát keres megemelkedett fűtési költségeire? Kérje helyszíni felmérésünket! Amennyiben velünk végezteti el a munkát, úgy szívesen segítünk önnek, hogy hosszú távon megtakaríthasson a jelenlegi költségeihez képest. Mindig az ön helyzetéhez igazítjuk a megoldást! Csapatunk szakszerűen tud minden típusú fűtési hálózatot kiépíteni és a 2023-as év pályázataiban is számíthat ránk.

- * Gázkazános fűtés
- * Hőszivattyús fűtés
- * Elektromos kazános fűtés
- * Vegyes tüzelésű fűtés



Sajnos többször találkoztunk szakszerűtlenül és életveszélyesen beépített vegyestüzelésű kazánnal, illetve vízteres kandallókályhával a közelmúltban. Mi tudjuk, mely biztonsági elemekkel kell 2023-ban megépíteni egy ilyen rendszert. Tudja biztonságban családját és ne kockáztassa életüket hibásan beépített kazánnal, kályhával.

Várjuk megtisztelő hívását!

Sándor Szilárd és a Calces Kft. csapata

Telefon: 06 20/523 98 80

Nyílászárók cseréje, redőny, szúnyogháló



Beépítése, szerelése, javítása
4 év garanciával

Balogh István e.v.

70/314 15 75; 25/462 - 094



- 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

Lajoskomárom 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

Pírtyák 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: péntek 8-12-ig, és 13-16:30-ig

E-mail: konyvtar@lajoskomarom.hu Tel.: +36 (30) 861 27 36

Mosberger Mátyas 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 Telefon: 06 (30)861 17 42

Lajoskomárom Hétfő: 8:00-13:00 **Kedd:** 08:00-11:00

Szerda: 12:00-16:00

Csütörtök: 8:00-11:00

Péntek: 8:00-12:00

Csütörtök Tanácsadás: 11:30-12:30

Iskola üi.: 13:00 - 14:00

Telefonon kért vényírás: 11:00 - 12:00 között történik!

Orvosi ügyelet: 06/70 502-7152 **Mentők hívószáma:** 112

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



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,

Állatorvos: Dr Labossa Tamás Telefon: (30)943-36 22

AGAPE Evangélikus Szeretetotthon 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 SPAR Market

8136 Lajoskomárom, Komáromi u. 3.

Magyar Posta Zrt.: Lajoskomárom Batthyány u. 6.

Hétfő - péntek: 8 - 12; 12:30 - 16:00; Telefon: 06 (25)506 711

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

Gyepmester

Telefon: (30)342-14 93

Szennyvízszippantás - Killer Mihály Telefon: (30)979-60 75

Általános segélyhívó számok: 112,

Lajoskomárom ÖTE: 06 (30) 277 01 99