



Lajoskomárom Nagyközség Önkormányzatának lapja XI. évfolyam, 2. szám 2024. február



Gyűjtsünk együtt szelektíven 2024-ben is!



HÁZHOZ MENŐ LOMTALANÍTÁS

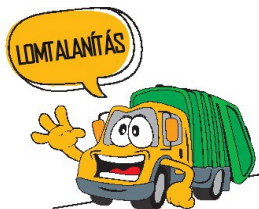
Évente egy alkalommal végzi el, az ingatlan tulajdonossal előre egyeztetett időpontban a háztartásban keletkezett lom háztól történő elszállítását, úgy, mint feleslegessé vált használati tárgyakat, eszközöket, bútorokat. A nagydarabos lom (pl. bútor) kivételével a kisebb méretű anyagok a hatékonyabb elszállítás és szétszóródás megakadályozása érdekében kizárólag bezsákolva, kötegelve kerülnek elszállításra.

Nem tartoznak a lomtalánítás 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, gumiabroncs, akkumulátor, festékes doboz, fáradt olaj, kátrányszármazékok, pala ... stb.;
- heti hulladékszállítás körébe tartozó háztartási, valamint gazdálkodói, vállalkozói tevékenységből származó hulladék (kommunális hulladék, szelektíven gyűjthető csomagolási hulladék).

Az elszállítás feltétele, hogy ingatlanonként egy alkalommal 1,5 m³-nél ne legyen több a kihelyezett hulladék és a közszolgáltatásba bekapcsolt ingatlanhasználónak ne legyen díjhátraléka.

Az évi egy alkalommal igénybe vehető lomtalánításért külön nem kell fizetni, annak díját a hulladékgazdálkodási közszolgáltatási díj tartalmazza. A lomtalánítás nem konténerben történik.



ÚJRAHASZNOSÍTHATÓ HULLADÉKOK GYŰJTÉSE

Önnek csak annyit kell tennie, hogy az elszállítás napján **reggel 6:00 óráig** arra szolgáló tárolóedényben, áttetsző műanyag zsákban, vagy kötegelve kihelyezi az ingatlanra a következő elkülönítetten gyűjtött anyagokat:

- **műanyag** (pl. PET palack, öblített tejföls, joghurtos doboz, műanyag zacskó, fólia, reklám táskák, PP, HDPE jelzésű flakonok);
- **papír** (pl. újságpapír, szórólap, irodai hulladékpapír, tiszta csomagolópapír);
- **Tetra-Pak italoskarton**- dobozok (laposra taposva)
- **fém** (aluminiumos italos doboz, alufólia, fém konzerves doboz);
- **polisztirol** (pl. csomagolásból származó hunagrocell)

Amennyiben az edényzet mérete nem elegendő az ingatlanon keletkező fenti felsorolásnak megfelelő hulladékoknak, úgy az az edényzet mellé további átlátszó zsákban is kihelyezhető.

FONTOS: Kérjük, hogy a szelektíven előválogatott hulladékok közé üveget NE helyezzen! Mindig gondoljon arra, hogy minden hulladékkal emberek dolgoznak. Lehetőség szerint az újrahasznosítható anyagok tisztán, laposra taposva/hajtogatva kerüljenek a gyűjtőzsákba.

ÜVEGHULLADÉKOK GYŰJTÉSE

Társaságunk 2024. évben is minden településen biztosítja az üveg hulladék elkülönített gyűjtését, hulladékgyűjtő szigeten, illetve üveghulladék gyűjtőponton történő edényzetek elhelyezésével.

Ízelítő a tartalomból:

Igaz marhaságok	2 oldal
Foci - tavaszi mérkőzés naptár	3 oldal
Kézilabda szezonértékelő;	4 oldal
Közérdekű tájékoztatók	5. oldal
EFI hírek, könyvajánló,	6 oldal
Hirdetések	7- 8. oldal



KOMPOSZTÁLHATÓ HULLADÉK GYŰJTÉSE

A levágott fűvet és egyéb lágyszárú növényeket Társaságunk megfelelő teherbírású, VERTIKÁL emblémával ellátott BIOLÓGIAILAG LEBOMLÓ zsákban (1 db zsák max. 25 kg), illetve maximum 70 cm hosszú, és 50 cm átmérőjű kötegekben összekötve alkalmanként maximum 0,5 m³ mennyiségben szállítja el az ingatlan elől. A nem megfelelő méretű és mennyiségű, rendezetlenül kihelyezett ágnyesedéket társaságunk dolgozói nem fogják elszállítani! A VERTIKÁL emblémával ellátott, biológiailag lebomló zsákok (gyűjtési alkalmanként 1 db) átvétele a helyi ügyfélszolgálatokon történik.

FONTOS: Kérjük, a komposztálható hulladékot úgy helyezze ki, hogy az a közterületet ne szennyezze! A zsákban kihelyezett zöldhulladék közé kommunális hulladék NEM kerülhet.

Ügyfélszolgálataink elérhetőségét megtalálja a <https://ugyfelszolgalat-vertikalgroup.hu/> oldalon! Elérhetőségeink: telefon +36 22/576 070; email: ugyfelszolgalat@vertikalgroup.hu

**Termelői piac
2024. március 16-án
8-14 óráig
Helyszín: Új Piactér**

Információ: 06 30/709 38 10



Sirokai Ferenc – Igaz marhaságok

Húsz éve írogatok már, aminek töredékét Önök is olvashatták. Ha befejezek valamit, rendszerint megfogadom, hogy „Na, többet nem!” Nem vagyok író, csak néha bizsereg bennem valami, amiről tudom, hogy előbb-utóbb kikíváncozik. Pár hete egy távoli rokonom, aki az írószövetség tagja, hívott fel, s egy órán át győzködött, hogy ne vigyem el a sírba azt, amit még tudok. Pirultam a vonal végén, hiszen jónéhány történetet szerettem volna még megírni, de nem volt hozzá erőm, önbizalmam. Nos, nem tudom miért most, de beadtam a derekam, sok-sok tréfás aprósággal próbálom indítani az Új évet ('23) farsangkor, amiket részben hallottam, részben, megéltem. Ne vitassa senki az igazságtartalmát, mert némelyikről én sem tudom, az-e?! Ne várjanak viccekben található nagy humort, de néha az élet is tud nevetetni! Javaslom, ne egyszerre olvassák el mindet, emésztgessenek egyet-egyet!

Sakk

Széken, de nem emlékszem pontosan, mikor alakult meg a lajosi sakkegyesület. Kezdeményezője Kervarits Tóni volt, akihez azonnal csatlakoztam, S. Matyi, M.



Matyi társaságában, akiket a hetvenes évek elején én vittem be a Székesfehérvári Építők Sakkegyletbe. (Mindhárman jobban játszottunk Tóninál, de ez semmit nem von le érdemeiből.) Szinte hagyománnyá vált, hogy péntek késő délután összejövünk elemezni a bajnoki partijainkat, vagy vérre menő csatákat vívunk egymással. Egy ilyen hétvégén M. Matyival küzdöttünk a Kiskocsmá udvarán (Ma Vigbarát Söröző), amikor váratlan vendégünk érkezett: M. Sándor bácsi.

- Jó napot kívánok! Játszanak csak nyugodtan, nem fogok beleszólni, pedig kívülről jobban látszik!

A sakk olyan csodálatos játék, ami néma csendet igényel, szóba sem jöhet beleszólás kívülről. Matyi veszésre állt, de még volt esélye, ezért kicsit érzékenyebb volt a kelleténél:

- Menjen ki az utcára, onnan nézze!

- Nem megyek, nem is azért jöttem ide magukhoz. Ferenc kérem, maga tényleg tanár? – szólított meg. Éppen a következő lépésre koncentráltam, semmi kedvem nem volt kizökkenni. „Olyasmi”- morogtam oda.

- Hát akkor tegyen igazságot! Ezek a marhák odabent azt állítják, hogy forog a föld!

- Legyen erős, tényleg forog! – súgtam oda két lépés között.

- Akkor te is hülye vagy! – váltott magázásról tegezésre. - Hiszen ha forogna, kifolyna a kutbú a víz!

Az ilyen észérvre nem lehet felelni. Matyival döntetlenre adtuk a partit, halálra röhögtek magunkat, megittunk rá egy pohár sört, pedig máskor csak egyet szoktunk összesen.

Pár nap múlva a frissen megnyílt Patkó sörözőben meséltem el élményemet. Mindenki nevetett, Kálmán bácsi is mellettem, aztán megszólalt:

- Ej, ez a Sándor, ez a Sándor! Annyi esze sincs, hogy föld nem bukfeneczeve forog, hanem így! - mutatta ujjával a vízszintes köröket.

Az úri közönség jórésze nevetett, néhányan hahotáztunk az aktuális csapost utánozva (Sz. Balázs), aki hétrét görnyedve fuldoklott, sikongatott.

Egyes

Jancsi értelmi fogyatékosnak született, valamikor a harmincas évek elején. Ez a sajnálatos tény nem mentesítette attól, hogy iskolába járjon. Akadt már néhány nagyobb településen hasonló képességűeknek speciális intézmény, de falun beültették az egészségesek közé, ha szobatiszta volt és nem veszélyeztetette a többi gyereket. Igaz, erősen hebegett, többször is ismételt egy-egy szót, néha magyarul, máskor svábul. Nyolc évet szenvedett végig az elsősök között, az első padsor szélén, mert azt nem tudta megállni, hogy ne dobálja az előtte ülőket, s ő engedély nélkül is kiszaladhatott, ha szólította a természet.

Az egyik év karácsonya előtti tanórán a tanító néni bejelentette, hogy „Most játszani fogunk.” Kitérő lelkesedéssel fogadták a hírt a kisdiaok, később sem fogták fel, hogy tulajdonképpen összefoglalnak, ismételnék.

- Felírok egy betűt a táblára, aki felismeri, jelentkezzen!

Lelkesen, felvillanyozódva a versenyszellemtől vettek részt a mókás játékban, ami attól lett az, hogy tanítójuk nem a tanult sorrendben, hanem összevissza, néha ismételve is írta az egyszerűsített ábécé betűit.

- Most nagyon figyeljete, olyant fogok felírni, amit csak a téli szünet után tanulunk majd. Csak az jelentkezzen, aki tényleg ismeri!

A számok írását nem tanulták még abban az időben az első félévben, ennek ellenére egy hatalmas egyest karcolt fel a táblára.

- Na, ezt ki találja el?

Néma csend, padra tett kezek jelezték, hogy senki sem ismeri. Ekkor Jancsi kotorászni kezdett padjában, előkapta sapkáját és a táblához vágta.

- Etanátam, etanátam, etanátam! – hadarta büszkén.

Kortásai életük végéig használták bakizásra az akkor született közmondást: *„Eltalálta, mint Jancsi az egyet!”*





Megyei I. focicsapat 2024 tavaszi mérkőzései



FORDULÓ DÁTUM IDŐ HAZAI CSAPAT VENDÉGCSAPAT

1. 2024. 02. 25.	14:00	Lajoskomárom	Maroshegy
2. 2024. 03. 03.	14:30	Csór Truck-Trailer	Lajoskomárom
3. 2024. 03. 10.	14:30	Lajoskomárom	Enying
4. 2024. 03. 17.	15:00	Mezőfalva	Lajoskomárom
5. 2024. 03. 24.	15:00	Lajoskomárom	Mór
6. 2024. 03. 30.	15:00	Sárosd	Lajoskomárom
7. 2024. 04. 07.	16:30	Lajoskomárom	Martonvásár
8. 2024. 04. 13.	16:30	Tordas	Lajoskomárom
9. 2024. 04. 21.	17:00	Ercsi Kinizsi	Lajoskomárom
10. 2024. 04. 28.	17:00	MÁV Előre FC Főnix	Lajoskomárom
11. 2024. 05. 12.	17:00	Lajoskomárom	Mány-Bicske II.
12. 2024. 05. 18.	17:00	Tóvill-Kápolnásnyék	Lajoskomárom
13. 2024. 05. 26.	17:00	Lajoskomárom	Sárbogárd
13. 2024. 06. 01.	17:00	Bodajk	Lajoskomárom

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



Megyei III. focicsapat 2024 tavaszi mérkőzései



FORDULÓ DÁTUM IDŐ HAZAI CSAPAT VENDÉGCSAPAT

1. 2024. 03. 09.	14:30	Rácalmás	Lajoskomárom II.
2. 2024. 03. 16.	15:00	Lajoskomárom II.	Cece
3. 2024. 03. 24.	15:00	Dég	Lajoskomárom II.
4. 2023. 03. 30.	15:00	Lajoskomárom II.	Kulcs
5. 2024. 04. 07.	16:30	Nagylók	Lajoskomárom II.
6. 2024. 04. 13.	16:30	Lajoskomárom II.	Alap
7. 2024. 04. 20.	17:00	Lajoskomárom II.	Kisláng
8. 2024. 04. 27.	17:00	Lajoskomárom II.	LMSK
9. 2024. 05. 05.	17:00	Szabadegyháza	Lajoskomárom II.
10. 2024. 05. 12.	17:00	Sárszentágota	Lajoskomárom II.
11. 2024. 05. 18.	17:00	Lajoskomárom II.	Vajta
12. 2024. 05. 26.	17:00	Kőszárhegy	Lajoskomárom II.
13. 2024. 06. 02.	17:00	Lajoskomárom II.	Tác - Csősz

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

Kérjük
Támogassa
Alapítványunk! **1%**

A Lajoskomáromért Közalapítvány tudatja, hogy a magánszemélyek által felajánlott adóalap 1 %-a **2023 évben 168 578 - Ft volt**, melyet kulturális, sport és civil szervezetek támogatására használt fel. Köszönet a felajánlóknak és továbbra is számítunk támogatásukra.

Kérjük, hogy az adó 1 %-át a
„Lajoskomáromért”
Közalapítvány javára
(adószám: 18480414-1-07)
szíveskedjen felajánlani.



Tisztelt Lakosság!

A Lajoskomáromi Íjász Sportegyesület köszöni az elmúlt évek felajánlásait, és reméljük idén is megtisztelnék bizalmukkal. A tavalyi év folyamán 109 355 Ft összegű felajánlás érkezett. Amennyiben szívesen támogatna adója 1 %-ával, akkor bevallására kérem, írja rá az egyesületünk nevét és adószámát! **18488663-1-07**
Köszönjük!



ADÓ 1 %

Adományozni örömmel, adni egyszerű. Ön próbálta már?
A Lajoskomáromi Polgárör Egyesület vezetése és önzetlen tagjai ezúton kéri Önt, hogy támogassa adója 1 %-ával az egyesület működését. Az ebből befolyt összeget a közbiztonság megszilárdítására fordítjuk. A tavalyi év folyamán **39 531 Ft** összegű felajánlás érkezett. Kérjük, amennyiben lehetőségei engedik, adó 1 %-ának felajánlásával illetve adományaival támogassa egyesületünket és ezzel Ön is hozzájárul Lajoskomárom közbiztonságának javításához.

Hogy jó helyre menjen az adónk 1%-a!!
Lajoskomáromi Polgárör Egyesület
Adószám: 18498222-1-07



Sporthírek:



A Lajoskomárom Győzelem SE Kézilabda Szakosztály - felnőtt csapat 2023. őszi szezonjának értékelése

Felnőtt csapatunk vonatkozásában egy átalakulóban lévő keretről beszélhetünk, amelybe be kellett építeni az érkező játékosokat, a keret tagjainak össze kellett szokni. A szezon előtt két edzőmeccset is tudtunk játszani, amelyeken biztató jeleket lehetett látni; így indultunk neki az őszi pontvadászatnak.

Hozzá kell tennem, hogy a bajnokság lebonyolítási rendje ebben az osztályban is változott. A 14 csapatot 2 csoportra osztották, mi a déli csoportba kerültünk.

Ellenfeleink közül talán a legtöbb pozitív változáson a Martonvásár együttese esett át, mivel több rutinos játékos is érkezett hozzájuk. Az első fordulóban velük játszottunk, és a mérkőzésen megtapasztalhattuk, milyen az, ha egy fél félidőnyi előnyt ajándékozunk ellenfelünknek. Ők éltek is ezzel, a mérkőzésen így 7 gólos vereséget szenvedtünk.

A második fordulóra az FK Senior csapata érkezett hozzánk. A csapatok fej-fej mellett haladva érték el találataikat, a szerencsésebb csapat gyűjthette be a 2 pontot. Ezen a mérkőzésen minimális, 2 gólos vereséggel jöhettünk le a pályáról.

A harmadik fordulóban a Holler UNFC érkezett Simontornyára, a hazai meccseink helyszínére. Bár az eredményt tekintve 6 gólos vereség lett a vége, de talán ezen a meccsen mutattuk meg először, hogy egy nálunk jóval jobb képességű csapat ellen



hogyan is kell játszani. Azt kell mondjam, hogy a vereség ellenére nagyon jól játszottunk.

A negyedik fordulóban elérkezett a mélypont.

Rácalmásra utaz-

tunk, amely csapat ellen végig megilletődötten játszottunk, és mind morálisan, mind fizikálisan teljesen szétestünk. A mérkőzés kimenetele nem is lehetett más, mint a 15 gólos vereség. Innen már csak felfelé vezethetett az út...

Az ötödik fordulóban a DKKA U17-es csapatát is alkotó DVKSE volt az ellenfelünk. Sportolók hétente minimum 7-9 edzésen vannak túl, legalább 2 mérkőzést játszanak minden héten...A dolog érdekessége annyi volt, hogy a nagy esőzések miatt a dunaiúvárosi sportcsarnok teljesen beázott, így muszáj volt pályaválasztói jogot cserélni, és a kiirtaktól eltérően egy héttel később kellett lejátszani a meccset. Ezen alkalommal sportszerűségéből jelesre vizsgázott egyesületünk, hiszen amilyen gyorsan tudtuk, megtettünk mindent annak érdekében, hogy a meccset lejátszassuk.

A mérkőzés első félidője példaértékű volt; egy olyan csapat

ellen értünk el ebben a játékrészben döntetlen eredményt, amely rendszerint már ekkor „kivégzi” ellenfeleit. Nyilván a második játékrészre már elfáradtak a játékosaink, és érvényesült a papírforma, de büszke voltam a lányokra, mert megmutatták, hogy nem lehet leírni a csapatunkat!

Ilyen előjelekkel érkezünk a hatodik fordulóra, amely során szintén dunaiúvárosi ellenféllel, a DAC együttesével kellett megküzdenünk. Az igazsághoz hozzátartozik, hogy ettől a csapattól elég sok játékos eligazolt a szezon előtt, de nem szabadott félvállról venni a küzdelmet.

Felváltva estek a gólok, a második félidőre tudott egy viszonylag nagyobb előnyt szerezni ellenfelünk, amit aztán nagy lelkesedéssel visszahoztak a lajosi lányok, sőt a mérkőzés hajrájában vissza tudtuk venni a vezetést is. A végeredményt tekintve 28:28-as döntetlen született; ha egy kicsit türelmesebbek va-



gyunk, talán megszerezhettük volna a győzelmet is, de a sportban a „ha” szócskának nem sok jelentősége van! Ami örömdetes, hogy megszereztük a szezonban az első pontunkat!

Ezután időrendi sorrendben újból a Martonvásárral játszottunk, ezen a meccsen a megerősödött ellenfelünk nem adott lehetőséget a bravúrra, 9 gólos vereséget szenvedtünk.

A következő fordulóban az FK ellen javíthattunk volna a mérlegünket, de „belealudtunk” a meccsbe, hagytuk, hogy ellenfelünk játéktípusa domináljon, és minimális, de nagyon fájó 3 gólos vereséggel zártuk a fordulót.

2023.12.10-én Solton zártuk az évet, a Holler UNFC csapatához látogattunk. A mérkőzés előjelei elég biztatók voltak abban a tekintetben, hogy ellenfelünk „mélyrepülésben” érkezett a meccsbe, eredményeik rájuk nézve nagyon negatívak voltak, több vereséget is szenvedtek az elmúlt időszakban. Mint utóbb kiderült, sajnálatos módon több meghatározó játékosuk is megsérült – nekik ezúton is mielőbbi gyógyulást kívánunk!

A mérkőzést nagyon jól kezdtük, fel tudtuk venni a versenyt a jó játékerőt képviselő hazai csapattal, és ami a legfontosabb, hogy akkor sem estünk össze, amikor hátrányba kerültünk, és gyorsan kijöttünk a gödörből. Igazi csapatként működött a társaság, megmutatták a lányok, mekkora szívvel rendelkeznek, és megszerezték a győzelmet!

Most lehet csak igazán sajnálni azokat a meccseket, ahol egy kicsit kellett volna többet beletenni, és pozitívabb mérleggel zárhattuk volna a 2023-as évet...parányit eljátszva a gondolat...ha azon az ominózus 3 meccsen győzelemmel tudunk lejönni a pályáról, akkor jelenleg a 4.helyen állhatnánk...de mint korábban is írtam, a sportban a „ha” szócskának nem sok jelentősége van...

Ami egyértelműen fejlődésként értékelhető, hogy tovább szűkítettük a negatív különbségeket, sokkal szorosabb meccsered-

ményeket produkáltunk, illetve 3 pontot szereztünk már az őszi fordulóban.

A tavalyi bajnoki szezon hasonló időszakához képest előrelépés látható mind a lőtt gólok, mind a szerzett pontok számában, a kapott gólok számát pedig csökkenteni tudtuk. (2022. lőtt gól:204, kapott gól: 349, szerzett pont: 0; 2023. lőtt gól 216, kapott gól: 268, szerzett pont: 3)

A házi- és a bajnokság góllövőlistáját (a 14 csapatot tekintve is!!) Posta Cintia a 9 mérkőzésen lőtt 104 góljával vezeti.

A házi góllövőlistán öt Németh Dóra 27, Hutvágner Viktória és Pletyákné Szigeti Boglárka Réka 20-20, Petőné Ott Szabina 17, Sárközi Mercédesz 8, Prajda Flóra 7, Guj Leticia 5, Dósa-Kiss Natasa 4, Prajda Zsófia 2, míg Mohai Brigitta és Szanyi Viktória 1-1 találatot követi.

Fő feladatunk továbbra is folytatni a megkezdett munkát, népszerűsíteni a sportágat a lakókörnyezetünkben, még több alázattal és szorgalommal végezni az edzéseket, egymást bátorítva és segítve menni előre!



Minden csapattal szemben mindenkori elvárás, hogy továbbra is méltóképpen képviseljük Lajoskomáromot!

Azzal a kéréssel fordulunk valamilyen segíteni tudó sportkedvelő

höz, hogy lehetőségeikhez mérten támogassák törekvéseinket!

HAJRÁ LAJOS! Szücsné Sándor Zsuzsanna -szakosztályvezető
Csóri Norbert - edző



AZ IDŐBEN FELFEDEZETT MELLDAGANAT GYÓGYÍTHATÓ!

A mammográfias szűrővizsgálat az Ön életét védi, egészségét szolgálja! Ha Ön: NŐ, lajoskomáromi állandó lakcímmel rendelkezik és a 45. évét már betöltötte, de még nem múlt el 65 éves, az elmúlt két évben nem vett részt olyan vizsgálaton vagy beavatkozáson, mely melldaganat szűrésével, kezelésével kapcsolatos, akkor az Ön lakóhelyére érkező szűrőkamionra kap meghívólevelet.

**Saját egészsége érdekében kérem,
vegyen részt a mellrákszűrésen!**

A melldaganat, ha időben felfedezik, gyógyítható! A műtét is kisebb, a kezelése is egyszerűbbek.

Ha a daganatnak időt ad a halogatással, sokkal több lesz a baj vele. Ha az Ön Édesanyja, Nagymamája kapott meghívót, mondja el Neki, hogy még sokáig szüksége van rá, hogy félti az egészségét és megnyugtatón, ha elvégeztetné a mellrákszűrését! Ha Önnek van olyan rokona, ismerőse, aki kapott meghívót, de még nem vett részt a szűrésen, emlékeztesse rá!

A szűrővizsgálat ingyenes.

Információ munkaidőben: 20/456-4256

Fejér Vármegyei Kormányhivatal Népegészségügyi Főosztály.

Nordic Walking
Szezonnyitó találkozó
Lajoskomárom 2024. március 9.

Program:

- Regisztráció, majd Nordic Walking Szezon megnyitó 10:00
- Nordic Walking élménytúra minősített útvonalon 10:30
- Díjátadás és gasztronómiai élmény

A túrát Galambos Lászlóné Betti és Galambos László vezeti, Kedvezőtlen időjárás esetén is megtartjuk a túrát
Elérhetőség: Magyar Nordic Walking Akadémia
e-mail: nordic.galako@gmail.com;
telefon:06 30/513 76 47; 06 30/



Adó 1%

A Kutas Kulturális Egyesület köszönetet mond mindazoknak, akik személyi jövedelemadójuk 1%-nak felajánlásával 2023-ban az egyesületet támogatták. A tavalyi év folyamán **86 764 Ft** összegű felajánlás érkezett, ezt az összeget a **Kutas Hírmondó** faluújság nyomdai és terjesztési költségeire fordítottuk.

Kérjük adója 1%-val 2024-ben is támogassa egyesületünket!

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

Adószám: 18275791-1-07



Az idejében felismert melldaganat gyógyítható!

Éljen a lehetőséggel!

45-65 év közötti lajoskomáromi állandó lakcímmel rendelkező asszonyok, akik 2 éven belül nem vettek részt emlőszűrésen, névre szóló meghívót kapnak

SZŪRŐVIZSGÁLATRA.

A vizsgálat időpontja, helyszíne:

**2024. március 01. és március 05. között
Gyógyszertár belső udvara**

Lajoskomárom, Komáromi u. 2.

Rendelési idő: 9:00-15:00 óráig

Kérjük, mindenki jöjjön el, aki meghívólevéllel rendelkezik!



Az emlőszűréssel kapcsolatos kérdéseivel forduljon a szűrőállomáshoz bizalommal.

Telefonszám: 20/456-4256

Fejér Vármegyei Kormányhivatal
Népegészségügyi Főosztály

Szűrővizsgálati összefoglaló nőknek



RAJTAD MÚLIK!
Élelmódprogramok az anynyi kislárségben

Gyakran csak akkor foglalkozunk az egészségünkkel, ha megbetegszünk, pedig a betegségek egy része megelőzhető. A rendszeres szűrővizsgálatok számos olyan betegség felismerését elősegítik, amelyek kialakulása hosszabb ideig, akár évekig is eltarthat, és sikeres gyógyításukban meghatározó szerepe van az időtényezőnek, azaz hogy mikor kerülnek felismerésre.

BŐRVIZSGÁLAT

Az utóbbi időszakban sokszorosára növekedett a bőrdaganatok gyakorisága. Az egyik legrosszindulatúbb daganatos betegség a melanoma, amelynek kialakulásában – a világos bőr és hajszín mellett – a bőrön jelentkező nagy mennyiségű anyajegy is rizikófaktort jelent. A rendszeres orvosi anyajegyvizsgálat és önvizsgálat lényegesen megnöveli a melanoma és más rosszindulatú elváltozások időben történő felismerését, ami nagy esélyt jelent a gyógyulásra.

Az anyajegyket javasolt évente egyszer bőrgyógyással megvizsgáltatni (dermatoszkópos szűrővizsgálat); nagyszámú anyajegy esetén félévente; az önvizsgálatuk pedig havi rendszerességgel ajánlott. Az anyajegy színbeli, méretbeli vagy alakbeli változása esetén azonnali bőrgyógyászati vizsgálat szükséges.

AZ ABCDE ANGOL BETŰMOZAIK AZ ÖNVIZSGÁLAT ALAPJAIT TARTALMAZZA:

- A: asymmetry – aszimmetria; szabálytalan alakot jelent.
- B: border – határ; a melanómának a jóindulatú elváltozások egy részével szemben elmosódott, szabálytalan határai lehetnek.
- C: color – szín; a terület pigmentáltsága, a bőrdaganatok többféle pigmentet tartalmazhatnak.
- D: diameter – átmérő; aggodalomra adhat okot, ha az anyajegy 6 mm-nél nagyobb.
- E: evolving – kialakulás, fejlődés; ha az anyajegy változik, növekszik, a felszíne érdessé, szárazzá válik, viszketni, esetleg vérezni kezd, orvoshoz kell fordulni.

A bőrdaganatok megelőzése érdekében 50 faktoros naptejgel ajánlott védekezni a nap káros UV-sugarai ellen, és kiemelten fontos a légés elkerülése.

LABORVIZSGÁLAT

Általában évente egyszer javasolt rutin vér- és vizeletvizsgálatot végeztetni, de különböző betegségek fennállása esetén gyakoribb laborvizsgálatra is szükség lehet.

A háziorvos a kapott eredmények alapján ítéli meg, hogy szükség van-e további szakorvosi vizsgálatokra, esetleg gyógyszeres kezelésre.

KARDIOLÓGIAI VIZSGÁLAT

A szív- és érrendszeri betegségek gyakorisága a 40 év felettek körében jelentősen emelkedik, ezért fontos a szív működés zavarainak feltérképezése szűrővizsgálattal. Az orvos összetett rizikófelmerést végez, és a kockázati tényezők figyelembevételével (elhízás, dohányzás, magas vérnyomás, magas koleszterinszint, ülő életmód stb.).

A vizsgálatokat egyéb vizsgálattal egészítheti ki – EKG,

Holter-EKG, ABPM-vizsgálatok –, illetve szükség esetén a háziorvos kardiológus szakorvoshoz irányíthatja a beteget.

TÜDŐSZŰRÉS

A tüdőszűrő vizsgálat fiatalabb életkorban 3-5 évente, 40 év felett évente javasolt a tüdődaganatok felismerése érdekében, különösen dohányzók esetében. A szűrőmódszer nem alkalmas a korai tüdődaganat kimutatására, ezért fokozott kockázat esetén alacsony sugárdózisú CT-vizsgálat javasolt.

SZEMÉSZETI SZŰRŐVIZSGÁLAT

A rendszeres szemvizsgálat és szűrés panaszmentesség fennállása esetén is javasolt, mert fényt deríthet olyan elváltozásokra, amelyek majd csak később okoznak problémát (például cukorbetegség, magas vérnyomás). A szűrés látásélességvizsgálatból, színlátásvizsgálatból és mikroszkópos szemvizsgálatból áll.

EGYÉB JAVASOLT VIZSGÁLATOK 45 ÉV FELETTI NŐK ESETÉBEN:

- pajzsmirigy-ultrahangvizsgálat,
 - hasi ultrahangvizsgálat,
 - kismencedei ultrahangvizsgálat,
 - nyaki erek vizsgálata Doppler-ultrahanggal (érelmeszesedés okozta érfali egyenetlenség, szűkület felderítésére), tumormarkerek vizsgálata daganat gyanúja esetén.
- <https://egeszsegvonal.gov.hu>



Könyvajánló: Louise Fein: Az elrejtett gyermek



Eleanor Hamilton boldog feleség, és egy elbűvölő négyéves kislány, Mabel édesanyja. Férje, Edward a bimbózó eugenikai mozgalom vezére, aki olyasféle gondolatokat körvonalaz, melyeket hamarosan Hitler is a zászlajára tűz. Amikor azonban kislányukon epilepsziás rohamok jelentkeznek, tökéletes világuk széthullani látszik. Mabel szégyenteljes betegségét Edwardnak titkolnia kell a munkakörnyezetében, és a család becsülete veszélyben forog. Eleanor hamar ráébred, hogy Edward titkolózik, mindent megkérdőjelez, amit addig a genetikai alsóbbrendűségről gondolt, s férjébe vetett, addig megingathatatlan hite szertefoszlik. Zaklatott lesz és kiábrándult, s miután úgy érzi, képtelen tovább elviselni a családi terheket, úgy dönt, kézbe veszi a dolgokat.

Louise Fein – aki személyes tapasztalatból merített ihletet könyve megírásához – komoly morális és etikai kérdésekre világít rá egy olyan korszakban, amelyet a xenofóbia, az előítéletek, a rettegés és az úttörő jelentőségűnek álcázott, ugyanakkor téves és romlott tudományos elképzelések uraltak. Ebben a mélyen megindító, precíz háttérkutatásokkal alátámasztott, elsöprő erejű történetben finoman cizellált portrét kapunk egy családról, amely lassan összeroppan a szegénység, a hazugság és a veszélyes eszmék terhe alatt.

A kötet a könyvtárból kölcsönözhető!

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

Telefon: 06 30/861 27 36;

konyvtar@lajoskomarom.hu





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

Lajoskomáromi kirendeltség:

Csikesz Anna Mária – 06 20/978 7207
Lajoskomárom, Jókai u. 14/a.

SZENTLÉLEK TEMETKEZÉSI Kft.

TELJES KÖRŰ TEMETKEZÉSI SZOLGÁLTATÓ
7000 SÁRBOGÁRD, ADY ENDRE ÚT 153.
c.t.: Csabai József – Tel.: 06 30 607 4899

Szolgáltatások:

koporsós és hamvasztásos
temetés lebonyolítása

† Koszorú megrendelés felvétele

Teljes körű ügyintézés:

† Halotti anyakönyvi kivonat,
özvegyi nyugdíj és árvaellátás
igénylés intézése

† Elhunyt szállítása 0-24 óráig

† Kórházi ügyintézés

† Kellékek széles körű választéka

† Temetési, sírnyitási és
hamvasztási engedély beszerzése

† Egyházi és polgári szertartás
szervezése

† Igény szerinti temetés
megrendelés felvétele a
hozzátartozó otthonában

† Sírkő bontás, visszaállítás,
sírkő munkálatok

Lajoskomáromi kirendeltség: Takácsné Hutvágner Diána
Tel.: 06 30/709 38 10 – Lajoskomárom Batthyány u. 6.



**Klíma
értékesítés
és telepítés**

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

Forgalmazott márkák: -
Gree, Midea, MDV, Daikin

**Szabó
Gergely e.v. +36 70/618 28 02**



LAPZÁRTA IDÓPONTJA: 2024. MÁRCIUS 25.
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 megjelentetésével
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	BETEGLLÁTÁS	Prevenció	Tanács- adás	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
„BETEGLLÁTÁS” IDEJÉBEN LÁTJUK EL.
PREVENCIÓS RENDELÉS
ALATT NINCS BETEGLLÁTÁS!**

- A rendelő telefonszáma változatlan **+36 30/861 17 42**
- Taller Gabriella **+36 20/508 94 21**
- **www.tallergabriella.hu**



„Dia Virágműhely

Amit kínálunk:

- Alkalmi csokrok, esküvői csokrok,
- 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.

ÜVEGEZÉS

ÜVEGEK:

- sík
- katedrál
- hőszigetelt
- biztonsági
- reflexiós
- edzett
- kandalló
- tükkör
- drót

Rövid határidővel, számlaképesen cégeknek is!

Régi típusú ablakokba hőszigetelt üveg!

Akvárium

Terrárium

Keressen bizalommal!

06705714075
uveges76@gmail.com

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,
- Faszerkezetű teraszok, előtetők
- Faszerkezetű 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

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: péntek 8-12-ig, és 13-16:30-ig

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

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

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

A házi orvos rendelési ideje Telefon: 06 (30)861 17 42

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

Szerda: 13:00-16:00

Csütörtök: 8:00-11:00

Péntek: 8:00-11:00

Csütörtök Tanácsadás: 11:30-12:30

Iskola eu.: 13:00 - 14:00

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

Védőnői Szolgálat

Telefon: (30)400 34 53

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: MBH Bank Zrt.

8136 Lajoskomárom, Enyingi u. 3.

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 41 98

Polgárőr ügyeleti szolgálat (24 órás): 06 (30)621 41 97

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