



Ásványráró Képviseleti Testületének időszaki kiadványa

Trianonra emlékeztünk

2011.06.03-án a rárói templomkertben felállított Trianon-emlékműnél emlékeztünk közösen a Magyarország ellen valaha elkövetett legnagyobb igazságtalanságra.

91 évvel ezelőtt az európai nagypolitika az akkor megerősödő etnikai csoportokkal karöltve megcsönkította Magyarországot. Ennek eredményeképp Magyarország területének kétharmadán, mintegy 3,3 millió magyar ajkú honfitársunk rekedt az országhatáron kívül.

Szükséges emlékeznünk erre az eseményre, mely a mai napig hatással van életünkre. Ez a diktátum családi és baráti kapcsolatokat, valamint működő életközösségeket akart elpusztítani.

Mikor Trianonra emlékezünk, a legfőbb célunk az, hogy a mai Magyarország lakosai ne feledjék el, hogy a politikai határon túl is testvéreik laknak és legyen készletünk a régi családi, baráti és egyéb kapcsolatokat művelni, feleleveníteni és a szív erejével megdönteni a 91 évvel ezelőtti diktátumot!

Hegy Géza

Gyermeknap programok

Iskolánk tanulóival 2011. május 20-án részesei voltunk Budapesten a Világharmónia Futás Szervezőiroda által rendezett első magyar élő gyermeklánc rekord elérésének. Az Országház körül álltak a gyerekek, több ezren, kézen fogva, a rendezvény alapgondolatát jelképezve:

„Ha egyszerre sokan összefogunk egy közös cél érdekében, egyéni képességeinktől függetlenül kiemelkedő eredményt érhetünk el.”

Felkötöttünk az emlékfára egy selyemszalagot iskolánk mottójával, mely latinul és magyarul is rá volt írva: Gutta cavat lapidem. A csepp kivájja a követ.

A rekord után kirándulást tettünk a Budavárba, ahol megcsodáltuk a Sándor-palotát, a Halászbástyáról a gyönyörű panorámát, kalandoztunk a Budavári labirintus járataiban. Budapesti programunkat a Parlament épületének és a koronázási ékszerek megtekintésével zártuk. Köszönjük az iskola szülői munkaközösségének és a diákönkormányzatnak, hogy az útiköltség támogatásával jelentősen hozzá járultak ahhoz, hogy szinte valamennyi diákunk részese lehetett a nagy élménynek.

Nagy Zoltán igazgató

2011 május utolsó vasárnapját megelőző pénteki napon, verőfényes napsütésre ébredtünk. Optimista gondolkodásunknak megfelelően ilyen időt "rendeltünk" a gyermeknap ünneplésére.

A reánk bízott életnek igyekeztünk olyan fajta tevékenységeket, lehetőségeket biztosítani, amit örök élményként raktározhatnak el a kis lelkükben.

A reggeli gyülekező után a várva várt szalonna sütéssel kezdetét vette a gyermeknap program. Délelőtti elfoglaltságként játszótéri tevékenységet kínáltunk fel az óvodásainknak, közben három önkéntes tűzoltónk (Peredi László, Horváth Frigyes, Bredák Szilárd) jó szándékának köszönhetően kipróbálhatták gyermekeink a fecskendezés tudományát és falun belül utazhattak a tűzoltó autóval.

Köszönjük a reánk áldozott időt, energiát és figyelmet!

Ebéd után a szabadba, Andi néni gitárjátékára invitáltuk a gyerekeket. Mese után a szabadon választható tevékenységek között szerepelt a vízi foci, labdajátékok a meglepetés labdákkal.

Uzsonna után fáradtan, de élményekkel tele tarisznyával térhettek haza kicsik és nagyok.

Kovácsné Lakatos Krisztina óvodavezető

Közlemény

Dr. Kiss János ügyvéd úr júliustól minden hónap első hétfőjén du. 4-6 óráig az önkormányzat épületében ingyenes jogi tanácsadást tart.

Tatáiné Popp Rita polgármester

Emlékezés †Tóth József plébános úrra

József Atyát, Ásványráló-Lipót koratavasszal elhunyt lelkipásztort 1962 szeptemberében ismertem meg. A szemináriumban találkoztunk, ahol egy épületben működött a teológiai főiskola. Hívtak bennünket papnövendékeknek és kispapoknak is. A szeminárium leginkább a papnövendék vagy kispap szóval hozható párhuzamba. Ennek jelentése az volt, hogy az illető személy a gimnáziumi érettségi megszerzése után felvételi vizsgát téve felvételt nyert, hogy felkészüljön a papi életre. A szeminárium a nevelést, lelki alakulást végezte és biztosította, a hittudományi előadások pedig a szellemi képzést adták.

Azért írom ezt le így előzetesen, hogy megértse a Kedves Olvasó, ami ezután jön. A kommunista diktatúra ideje volt ez, és az 1963 óta Győrben a Káptalandombon működő, csodálatos könyvtárral rendelkező Főiskolát államosították. A korábbi évtizedekben ebben az épületben csak az előadások voltak, a fent szemináriumként említett épületben laktak, nevelődtek a „kispapok”. Bizony nem mindegyik volt „kicsi”. Így József atya sem. 96-an éltünk a Duna partján emelkedő ötszintes épületben. Mivel az államosítással egy épületbe szorult két intézmény, az ott élők életét keményen szabályozták az előjárók. Mi, kezdők hatalmas hálótermekben voltunk elhelyezve, az V. évesek külön szobát (cellának hívtuk) kaptak. Ők akkor huszonketten voltak egy évfolyamon. Az előadóterem is megfelelő nagyságúak voltak, mert 1910-ben gróf Széchenyi Miklós nagyszabású épületet építtetett a Duna partjára.

S mi, bár egy épületben éltünk, igazából csak étkezéskor és a kápolnai programokon voltunk együtt. Az ötödik évesek amúgy is kiváltságosak voltak: őket mi alig-alig láttuk, tegezni sem volt szabad őket.



Tóth József V. éves a Szent Imréről elnevezett Magyar Irodalmi Kör vezetője volt. Havonta megfelelő témát választva vagy a helyi tanári karból, vagy vidéki (Budapest) teológia tanárai, egyházmegyes papok közül hívott meg előadót. Ezt ő nagy odaadással és hozzáéréssel tette. Nagyon színvonalas előadások voltak ezek, hisz a 96 „kispapból” önálló ének- és zenekar is szerveződhetett. Az előadások témája teológiai anyag volt. Azért volt jó, hogy leggyakrabban Budapestről az Egyetemről jött előadó, mert oda, bár csak vékony csatornákon, de mégis beszűrődött valami a legújabb teológiai kutatásokból, melyeket mindig szívesen hallgattuk. József Atya így hozzájárult mindannyiunk szellemi fejlődéséhez.

Amikor eljött az év vége, őt pappá szentelték és a Rábaközbe küldték papi szolgálatra. Mi tovább jártuk az éveket, de ezek során is vége lett és minket is pappá szenteltek. Sosem dolgoztunk egymáshoz közeli helységben, így közelebbi kapcsolat, barátság nem is alakulhatott ki közöttünk.

Amikor betegségéről hallottam, betegágyán ismételtelen meglátogattam. Örültünk a találkozásoknak, s nem gondoltuk, hogy (Oroszlányban így mondtuk): „forró csákányváltás lesz köztünk.” Az lett. József Atya bennem úgy él, mint akinek mindig szorgos gondja volt arra, amit tennie kellett és ezt teljes odaadással végezte. Ezért lehetett termékeny az élete, hogy még betegsége ellenére templomot is építtetett. A hívek ragaszkodását pedig megmutatta a végső tiszteletadás ünneppé lett eseménye.

*Németh László
plébános*

Bérmálás

A bérmálás keresztény szertartás, melynek során kézrátétel vagy felkenés útján közvetítik a Szentlélek ajándékait a bérmálkozó számára. A keresztény nagykorúság szentsége. A megkeresztelt maga vállalja azt, amit a keresztségben szülei vállaltak helyette: a krisztusi életet és küldetését. Válaszul a Szentlélek új módon tölti el őt és megerősíti, hogy képes legyen a nagykorú keresztény életre.

Május 8-án 8. osztályos tanulóink felvehették a „Szent Lélek ajándékának pecsétjét”, amelyre az



esztétikusan feldíszített lipóti templomban került sor.

Köszönet illeti Németh László plébános urat, aki felkészítette a fiatalokat az

öntudatos keresztény életre. Felemelő élmény volt látni a bérmálkozók felgyelmeztségét és alázatát.

Püspök atya a bérmálkozókat arra buzdította, hogy mostantól legyenek becsületes keresztények és ebben a lelki elmélyülésben segítse őket a bérmálás kiszolgáltatásakor rájuk áramló Szentlélek adománya.

Kívánom a fiataloknak, hogy e lelki ajándék adjon nekik erőt, kitartást, békét, türelmet az elkövetkező időben.

Molnárné Fazekas Andrea

Elsőáldozás Ásványrárón

Május 22-én elsőáldozás volt az ásványrárói Szent András templomban.

A napfényes délelőttön színültig telt az ásványi templom. A megszokott misére járók mellett sok rokon, barát, keresztszülő osztozott ebben a kedves eseményben.

A fél 10-kor kezdődő szentmise főszereplői az egységesen fehér ministránsruhába öltözött harmadikos gyerekek voltak, akik első alkalommal vették magukhoz az Eukarisztiát (Oltáriszentséget). Az arcokon látható volt a meghatottság, komolyság, várakozás öröme és izgalma. Már hetek óta erre a fontos eseményre készültek és azon a vasárnapon izgatottan léptek be a hófehér virágokkal feldíszített templomba. 13 kis fehérbe öltözött, tiszta lelki gyermek újította meg keresztségi fogadalmát, melyet egykor szülei, keresztszülei tettek meg helyettük, s lett elsőáldozó községünkben. Az ünnep legfontosabb pillanata az volt, amikor életükben először magukhoz vették az Oltáriszentségben jelen lévő Jézust, s szülei, hozzátartozói kíséretében az első szentáldozáshoz járultak. Majd dallal és verssel köszönték meg az Urnak és lelki vezetőjüknek ezt a szép napot, hogy mostantól saját elhatározásukból is Isten gyermekei lehetnek.

László atya arra kérte a szülőket, nevelőket, hogy segítsenek a gyermekeknek továbbhaladni a most megkezdett úton, melyhez útravalót, lélekerősítőt kapnak a szentáldozással.

Nyugodtan állíthatom, hogy nagyon szép élményben volt részünk.

Kívánjuk, hogy hitben, szeretetben nőjenek fel ezek a gyermekek, s azon a szent napon tett fogadalmuk szerint tisztán éljenek!

Vadászné Vörös Etelka



Ugriparkban kirándultak a nagycsoportosok

A közelmúltban kirándulást szerveztünk a gyerekeknek a szülők segítségével. A gyerekek csak a helyszínen tudták meg, hova megyünk. Szülői segítséggel, autókkal szállítottuk őket. Nagy élményt sikerült szerezni nekik. Voltak, akik már jártak ott, de volt olyan kisgyerek, aki még soha. Örömmel vették birtokba a területet.

Mindenki kipróbált szinte minden játékot. Felnőtt és gyerek együtt élvezte a csúszdát, mászóvárat. Megható volt látni a sok csillogó szemet, mosolygó arcot.

Amikor elfáradtunk, az általunk vitt elemózsiát fogyasztva pihentünk kicsit, hogy utána újult erővel vethessük bele magunkat a mozgás örömeibe.

Délután fájo szívvel, kifáradva, de telve közös élményekkel indultunk haza.

Remélem, sokáig emlékezni fognak erre a jól sikerült napra.

Liszzkai Gáborné
Erzsi óvó néni

Ausztriai vendégszerelés



2011. május 5-én az Ásványrárói Vadvirág Nyugdíjas Klub táncsoportja, a levéli nyugdíjas csoporttal közösen meglátogatott egy Bécs közeli nyugdíjas otthont. Az otthonban egy "májusfa" ünnepségre voltak hivatalosak.

A táncsoport somogyi táncot és szirtakit adott elő, amit Takácsné Horváth Éva tanárnő tanított be nekik.

A műsort kvízzjáték követte.

A vendéglátók nagyon örültek a műsornak és meghívták a táncsoportot egy későbbi szereplésre is.

Körmendi Gézáné

Június 4-én Szentendrére kirándult az Ásványrárói Szigetköz Pávakör

Gyönyörű időben, jókedvvel érkezünk meg az ásványi tájházhoz, utunk céljához, a Szentendrei Skanzenbe 56 fővel.

Szigetközi dalcsoportot és ásványrárói gyűjtésű dalokat énekeltünk, melyet az érdeklődők nagy tapssal jutalmaztak.

Utunk második állomása a Szentendre főterén található Muzsikáló Múzeum volt, mely mindnyájunkat maradandó élménnyel gazdagított.

A visegrádi Bob-pálya főleg a fiatalabb korosztálynak okozott vidám szórakozást, de a többiek is velük együtt örültek jókedvüknek.

A Fellegvárból elénk táruló csodálatos panoráma, a Duna-kanyar sokáig szép emlék marad, ahol ismét dalra fakadtunk és gyönyörködtünk a tájban.

Hazafelé utazva elénekeltük a Pávakör szinte összes népdalcsoportját, melyeket karvezetőnkől, Tóth Gyuritól tanultunk, és mindannyian mielőbbi felgyógyulást kívánunk Neki, mert ezen a kiránduláson sajnos Ő nem tudott részt venni.

Bindicsné Horváth Györgyi

BEMUTATKOZIK A SZIGETKÖZI SZAKASZMÉRNÖKSÉG

Az Észak-dunántúli Környezetvédelmi és Vízügyi Igazgatóság Szigetközi Szakasz mérnökségének a központja Ásványráró, Rákóczi út 45. alatt található. Az egység működési területe 691 km², amely magában foglalja a teljes Szigetközt, a Duna és a Mosoni-Duna által határolt területet, valamint a Lajta folyó magyarországi vízgyűjtőjét. Működési területén a települések száma 29, a lakosság 67 ezer fő (valamint Győr város Révfaluban és Bácsán élő lakossága).

A szakasz mérnökséghez tartozik többek között a Dunakiliti létesítményeket üzemeltető, a Dunakiliti duzzasztóműnél lévő kirendeltség és a Dunai hajóút kitűzési csoport Gönyű telephellyel. Az egység teljes létszáma jelenleg 81 fő, melyből 18 fő ásványrárói lakos.

A működési területünkön feladatunk a vizek hasznosítása és a hasznosítási lehetőségek megőrzése, a vizek kártételei elleni védelem és védekezés, a vízi munkák és vízi létesítmények műszaki tervezésének, létesítésének, felújításának és üzemeltetésének ellátása, szakirányítása és ellenőrzése, valamint az ezekhez kapcsolódó funkcionális feladatok ellátása, a kincstári vagyontekintetében

a vagyontekintetben a jog gyakorlása.

Tevékenységi körünkbe tartozik többek között:

- a Duna folyam 1851,4 - 1790 fkm (Rajka-Gönyű) közötti szakaszának, a Szigetközi hullámtéri és mentett oldali vízpótló rendszereknek, a Dunakiliti duzzasztóműnek, a Mosoni-Duna teljes hosszának, és a Lajta folyó magyarországi szakaszának üzemeltetési és fenntartási munkái.

- A hajóút kitűzése és fenntartása a Duna folyam 1811 - 1708 fkm (Szap és Szob közötti) szakaszán.

- A monitoring rendszer üzemeltetése, vízrajzi adatok gyűjtése.

Feladatunk az árvízvédelmi töltéseink és belvízvédelmi csatornáink fenntartási munkáinak - kaszálás, iszapoltás, uszadék eltávolítása töltéskorona karbantartása, szállítás - végzése. Árvízvédelmi szempontból az ország egyik legveszélyeztetettebb területe Szigetköz, az öblözetben fekvő 28 település közül 18 teljes elöntéssel fenyegetett. Kezelésünkbe tartoznak az alábbi árvízvédelmi fővédvonalak:

- Duna folyam jobb parti fővédvonal Vének-Rajka között (ezen belül helyezkedik el az ásványrárói gátörjárás is),
- Mosoni-Duna bal parti fővédvonal Vének - Dunaszentpál között,

- Lajta magyarországi védvonal. Az árvízvédelmi fővédvonalaink összes hossza 128 km.

Területünkre jellemző sajátosság, hogy a Duna nagyvízes időszakában Alsó-Szigetközben jelentős a fakadóvíz-képződés, amely beavatkozás nélkül jelentős belvízi elöntéseket okozna. A mentett oldali csatornahálózat hossza 177 km. Csatornáink egy része a belvizek levezetését szolgálja, de a legtöbb ma már több célú létesítmény, a belvízlevezetésen kívül vízpótlást és öntözési igényeket is kielégít. A belvizek legfontosabb befogadója a Mosoni-Duna, ahol a belvizek átemelését 3 db elektromos üzemű stabil szivattyútelep - a Szavai, Bácsai és Győrzámolyi - 12,3 m³/s összteljesítménnyel végzi.

A területünkön található természeti értékek kárérzékenysége, az itt élők és a területet használók vízigényeinek kielégítése szükségessé teszi a változékony és változó hidrológiai folyamatok nyomon követését és egyre szélesebb feltárását. Az erre irányuló vízrajzi tevékenység Szakasz mérnökségünk egyik kiemelkedő fontosságú feladata.

Kertész József szakasz mérnök

Ismerd meg Szigetközt: gyalog, kerékpárral, autóval, csónakkal...

Mindnyájan tisztában vagyunk azzal, hogy milyen szép vidéken élünk, de valahogy az emberi természetből adódóan mindig a távolabbi tájak után vágyódunk. A Szigetköz – Mosoni sík Leader Egyesület nyertes projektje lehetővé teszi, hogy a szigetközi falvak bemutassák társadalmi, természeti környezetük értékeit.

Fórumokat hoztak létre, hogy a környezetü-

ket jól ismerő emberek elmondhassák véleményüket arról, hogy mit mutatnának meg környezetük értékeiből.

A fórumon összegyűjtötték ezeket és ennek alapján kerülnek fel GPS térképre.

Ásványrárón ez a fórum 2011. 02. 09-én volt, ahol a polgármester asszonyon kívül erdészek, fotós, horgászok, kézművesek, óvónők, tanárok,

természetjárók, vendéglátósok és vízügyes szakemberek vettek részt.

Mi magunk is meglepődtünk, hogy Ásványráró milyen gazdag építészeti és természeti látnivalókban. Mindnyájan, akik ott voltunk, valami újat tudtunk meg, pedig hát azt gondoltuk magunkról, „hogy mi aztán ismerjük Ásványrárót”.

Én személy szerint is kíváncsian várom, hogy Szigetköz milyen látniva-

lókat kínál.

Májusban a feldolgozott adatok alapján a GPS térkép kialakítása megtörtént, ami aztán felkerül az internetre, így bárki számára ingyenesen hozzáférhetővé válik.

Ajánlom mindenkinek e térképet, aki kíváncsi és nyitott e táj szépségének, érdekességének felfedezésére.

Körmeny Gézáné

A méhnyakrák ellen

A méhnyakrák leggyakrabban a 35-55 éves korú nőknél alakul ki, de sokuk minden bizonnyal már fiatal korában fertőzött. Magyarországon évente több mint 1000 új beteget fedeznek fel és kezelnek. Hazánkban a méhnyakrák szűrése megoldott, de sajnos a nők tekintélyes hányada nem él ezzel a lehetőséggel, részben ezért nem ismerik fel korai stádiumban a betegséget.

A betegség az esetek többségében tünetmentes, egész enyhe kezdeti elváltozásokból hosszú évek alatt fejlődik ki, panaszokat is már csak előrehaladott állapotban okoz. A megbetegedés hátterében az egyik leggyakoribb szexuális úton terjedő fertőzés, a **humán papillómavírus (HPV)** áll.

A fertőzést követően több év is eltelhet, mire a kóros sejtburjánzás következtében méhnyakrák alakul ki. Az időben felismert HPV-fertőzés és a méhnyakelváltozás kezelhető, a méhnyakrák 100 százalékban gyógyítható betegség.

A szűrés szempontjából a legfontosabb a rendszeres, évente, de legalább két évente végzett nőgyógyászati, illetve citológiai vizsgálat!

A vizsgálatok kezdetének ajánlott időpontja: a 18. életév, illetve a nemi élet megkezdésének időpontja. Ezt fontos lenne tudatosítani már fiatal, aktív nemi életet élő lányoknál is.

A szűrésen kívül – de nem helyette – fontos szerepet kap a védekezésben egy, a Magyarországon 2006 óta forgalomban levő védőoltás is, ami segítséget adhat a női nemi szervek daganatos elváltozásainak megelőzésében.

Előzzük meg ezeket a betegségeket!

Samu Józsefné védőnő

Nyári balesetekről!

Kullancscsípés megelőzésére öltünk megfelelő ruházatot, használunk riasztó sprayt, adassunk be védőoltást.

Ha már megtörtént a csípés, ne fullasszuk meg zsírral, sem mással. Védőnő vagy orvos kiszedi kullancscsípéssel fájdalommentesen! A kullancs által terjesztett egyik rettegett betegség, a Lyme-kór. Tünete csípés után kórkárda formájú elváltozás a csípés körül. A másik az agyhártyagyulladás, ami ellen a védőoltás kapható. Kullancscsípés után, ha nagyon fáj a fejünk, lázasak vagyunk, és nem tudjuk felfelé emelni a tekintetünket az égre (tarkóköötöttség), azonnal keressük fel orvosunkat, és ne hallgassuk el előle, hogy kullancsot szedtünk össze!

Darázs, méhcsípés megelőzése érdekében édes illatú dezodort, parfümöt ne használjunk nyáron, édes ételeket (méz, lekvár stb.) a lakásban együnk, ne a szabadban! A strandon az üdítős üvegekre mindig zárjuk rá a kupakot, mert belerepülhetnek, és ha kortyolunk, a szánkba csípnek.

Ha mégis megtörtént, vizes ruhás borogatás, ha bedagad Kalcium pezsgőtabletta, ólomecetes borogatás a segítség.

Ha a lehúzott ablakon keresztül méh, darázs száll be az autóba, ne kezdjük el kapálózni, hadonászni, mert balesetet okozhatunk! Ekkor lassítani kell, félrehúzódnunk, leállni, és ki hessegetni a hivatlan stoppost.

Biciklis veszélyek

A nyári sérülések többsége kerékpáros balesetekből adódik. A sérülések jelentős része a fejre éri, s mivel védtelenül csapódik aszfaltnak, fának, kocsinak, sajnos a halálos vagy súlyos kimenetel sem ritka. **Védősisak** nélkül még rövid útszakaszokra sem volna szabad elindulni!

A másik leggyakoribb baleset a küllős sérülés. Szabályos biciklisülésben szállítsuk a gerekeket!

Zuhanás a cseresznyefáról

Finom édes a gyümölcse, mely a nyár első ajándékai közé tartozik. Magasabb, mint a többi gyümölcsfa, ám ágai sokkal törékenyebbek. Bármiféle törés előfordulhat, ha leesik valaki, sajnos még a gerinctörés is. A megoldást nem a tiltás jelenti, hagyjuk a gyereket fára mászni, de tanítsuk meg a biztonságos mászásra.

Sebek

A kisebb sérülések otthoni ellátásakor először is mossuk le bő vízzel a sebet, majd itassunk át alaposan néhány steril gézlapot Betadine-nal (ez vizes, cseppet sem csípős jódoldat), és fertőtlenítsük a sebet. Jódallergiától nem kell tartani.

Mielőbb orvoshoz kell fordulni, ha tátongó

sebről van szó, 12-16 óra elmúltával ugyanis már nem varrják össze a sebszéleket. Ugyancsak orvosi feladat a nyilvánvalóan szennyezett, mély seb, valamint minden szúrt seb ellátása. Ez utóbbiak azért, mert mély, szűk sérülésekről van szó, így a hosszú tüskéről, szögről, éles kagylóról ideális körülmények közé, jó mélyre kerülnek a kórokozók.

Kutyaharapás: Azonnal kérjük a kutya oltási könyvét! Ha megvan, és nem nagy a seb: fertőtlenítés, bekötés. Ha nagy a seb: kimosás, fertőtlenítés, kötözés, aztán menjünk orvoshoz! Ha nincs meg az oltási könyv, akkor van egy kis gond, fertőtlenítés, majd orvos, tetanusz.

Napsugarak

A nyár legfontosabb szabálya: naponta minimum 1,5-2 l folyadék elfogyasztása, 11-15 óra között ne legyen senki napon!

Napellenző, sildes sapka, napszemüveg viselése, és fényvédő faktorral rendelkező krém használata megelőzi a leégést. Világos bőrűek, szőkek magas faktorszámú napkrémet használjanak!

Ha mégis leégünk: azonnal menjünk árnyékba, igyunk sok folyadékot, enyhítsük fájdalmunkat Fenistil géllal, Oxycort sprayvel, de ha hólyagosra égtünk, menjünk orvoshoz.

A napszúrás tünetei: láz, hányinger, hányás.

Strand

Sose egyedül menjünk! Vigyázzunk egymással! Hideg, langyos víz előtt zuhanyozunk! Ha felhevült testtel ugrunk a vízbe, begörcsölhetnek az izmaink! A medencében ne bűvárokodjunk, beszippantja kezünket, lábunkat a lefolyó, és fejbe rúghat valaki.

Tavak, folyók veszélyei: Hínár, hidegmély víz, csak igen jó úszóknak! Sodrás, örvény!

Csak a kijelölt fürdőhelyen fürödjünk!

Étkezés

Tiszta kézzel! Mossuk meg a gyümölcsöt! Tej, tojás tartalmú ételeket a hűtőben tároljuk, és ne több napig! A vásárolt termékek szavatosságát ellenőrizni kell!

A szabadidő hasznos eltöltése

Legyen gyerekeinknek kisebb feladatuk, melyeket ők is el tudnak végezni, ezek végrehajtását kérjük is számon. Mindenkinek jót teszünk vele.

Ne csak a számítógép és a tévé előtt ülve töltsük a nyarat, keressünk más hasznos elfoglaltságot is!

Banyár Károlyné

MIÉRT FONTOS A SPORT?

A társadalomban, mindannyiunk életében fontos helyet tölt be a sport, a rendszeres mozgás. Egészségvédő, ember- és társadalomformáló szerepéről sokszor és sokan írnak. A sport pozitív hatása a gyermekekre szociális, fizikai és pszichológiai téren mutatkozik meg leginkább. Egy sport űzése segít a csapatszellem és az empátia kialakulásában, növeli a magabiztosságot. A rendszeres mozgás harc a gyerekkori elhízás ellen, segít az immunrendszer, a csontok megerősödésében, a szív és a tüdő fejlődésében, az izmok és az idegrendszer fejlesztésében. Javítja a koncentrációs készséget. A sikerélmények boldogságforrást jelentenek, segít a helyes önkép kialakításában, a gyermek önbecsülésének megőrzésében. Fegyelemre és kitartásra nevel. A sportoló jobban uralja saját indulatait, érzelmeit és a stresszt. Az iskolai testnevelés, a délutáni sportfoglalkozások biztosítják gyermekeink számára a mindennapos szervezett mozgást. Fiataljainknak pedig van lehetőségük a helyi focicsapatban, vagy más amatőr örömedzéseken folytatni a sportéletet.

Támogatókra lenne szükség. Anyagiakban is, de lehetne másképpen is segíteni.

Vajon mennyire élnek ezzel a lehetőséggel, például a focistáink? Erről faggattam az Ásványrárói Községi Sportegyesület elnökét, *Szemeti Károlyt*.

- *Milyen ma az egyesület élete?*

- Jelenleg 34 igazolt játékosunk van, mindannyian falubeliek. Mindenki önköltséges alapon vesz részt a munkában, vagyis maguk veszik a futballcipőt, szervezik az utazásokat. A vezetők is tiszteletdíj nélkül dolgoznak, csak az első csapat edzője kap anyagi juttatást. Az ifikkel *Bognár Gergely*, az első csapattal *Gulyás László* foglalkozik. Sajnos létszámhiánnyal küszködünk, kevés a fiatal, aki rászánja magát a rendszeres munkára, és többen más csapatnál húzzák fel a focista cipőt. Gyakran sérülések, betegségek nehezítik a munkánkat. Az őszi szereplés nem sikerült rosszul, de a tavaszi szezon kevesebb sikert hozott. Nem lehet az a célunk, hogy a harmadosztályban vegetáljunk, de egyelőre az anyagi gondjaink, a létszámhiány nem teszik lehetővé az előre lépést.

- *Vannak gondjaitok az edzéstáogatottsággal is?*

- Más falvakban panaszkodnak az edzők, itt ilyen gond nincs. Jönnek a gyerekek, de azért jó lenne egy versenyhelyzet. Ha többen lennének, jobban kellene igyekezni azért, hogy a csapatba kerülhessen valaki. Igaz, mi azelőtt minden sarkon fociztunk, szinte minden utcának volt grundcsapata. Ma kevesebb a gyerek, kevesebben fociznak. Vannak nagyon ügyesek, és kevésbé ügyesek. Az a fontos, hogy jöjjenek, hogy ne „órának” érezzék az edzéseket, hogy szeressék a „bőrt”. A cél: mozog-

ni, játszani. Aztán majd meglátjuk. Amíg itt vannak, addig jó helyen vannak. Eljönnek velük a haverok, utána elbeszélgetnek. Sőt, néha ők is beállnak a barát kedvéért a játékba. Meg lehet figyelni, míg pár éve az ásványi boltnál az utcán gyülekeztek a gyerekek esténként, most nincs ott kupacolás. Itt jönnek össze. Néha hallani olyan hangokat, minek erőltetjük a focit, ha se gyerek, se pénz. Hát például ezért is. Egy közösséget formál, amíg itt vannak, nem randalíroznak sehol, és lenniük kell valahol.

- *Mi lenne az, ami nagyot lendíthetne a munkátokon?*

- Támogatókra lenne szükségünk. Anyagiakban is, de lehetne másképp is segíteni. Korábban voltak szponzoraink, feljutottunk egy magasabb osztályba, aztán visszaestünk, mert azt a költséget már nem bírta a támogató. Az önkormányzat is igyekszik segíteni lehetősége szerint, és vannak a pártolótársági díjak, a mérkőzések belépődíjai. Jó lenne hosszabb távban gondolkodni. A fiatalok nem várják a sült galambot, összefognak, ha kell, a pálya rendezésében, szépítésében is. Új székek kerültek ki, amelyben az ő munkájuk is benne van, jobban vigyáznak az értékekre. Nagyon fontosak lennének a példaképek, ha a régebbi focisták közül lennének olyanok, akik egy héten egyszer-kétszer tudnának foglalkozást vállalni gyerekekkel, több korosztállyal, tanítgatnák őket. Sokat számítana. A fiatalok szemében ezek a játékosok nagy becsben vannak. Van, hogy eljönnek az öregfiúk helyi meccseire is, megnézik a régieket. Hallgatnának rájuk. Persze tudom, mindenkinek olyan ma már a munkája, hogy nem nagyon tudnak időben haza jönni. Aztán az is sokat számítana, ha többen jönnének a mérkőzésekre nézőnek, ha jól megy a gyerekeknek a játék, ha nem. Biztatni, buzdítani kellene őket. Akár családi program is lehetne, hiszen kisebb gyerekeknek van már játszótér, ki lehet sétálni vasárnap, közben találkozni ismerősökkel. Büszkesége lehet a szülőknak, rokonoknak a focizó gyerekük. Nem mindegy, hány ember előtt rúgjuk. Nagy erőt adhatnak a szurkolók. Szóval, van sok minden, ami segíthet, most legfőképp a lelkesedés van.

- *Szívből kívánom, hogy ez a lelkesedés ne fáradjon el, hisz szükség van a sportközösségekre. Tegyük fel újra a kérdést, az egészségünk megőrzése, közösségformáló ereje mellett miért fontos a sport?*

"A sport megtanít becsületesen győzni, vagy emelt fővel veszíteni. A sport tehát mindenre megtanít." (*Hemingway*)

Hát ezért is.

Kovácsics Marcsi

Következő lapzárta augusztus 20. Várjuk ötleteiket, javaslataikat, illetve akinek a birtokában olyan írás van, amelyet a közszolgálat megosztana, azt szívesen fogadjuk. Megjelentetjük hirdetményeiket minimális ellenérték fejében. Az újság megjelentetéséhez szívesen fogadjuk ötleteiket, anyagi támogatásukat.

Anyák a partvonalon

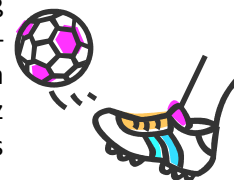
Szépek, csinosak, kedvesek és... örülten fanatikusak. Hétről hétre ott állnak, eshet eső, virulhat a nap. Mert elképzelhetetlen, hogy nélkülük megy le a meccs, (személy szerint meg vagyok győződve arról, hogy el is halasztanák a kedvükért), s az is, hogy ilyen izgalmakat ülve ki lehet bírni. Táborot vernek kiűzőkkel, jól felszerelve szotyival, tökmaggal és lelkesedéssel. Büszkén. Mert hát, még jó, hogy mindenki tudja, kié az a fiú amelyik..., hányadik a sorban... Sugárzó arccal néznek körbe, ahogy a csapatok fősorakoznak a szurkolókkal szemben. *Na ugye, milyen klassz srác!... Mi az, hogy melyik???*

A játékmester épphogy szájához érinti sípját, már zúg felőlük a biztatás, a *Hajrá! Gyerünk gyerekek!*, s megindul az örült rágcsálás és köpködés is, ahogy tanulták, ahogy illik ilyen helyen. Mert e nélkül „égő” lenne, olyan anyás. Egészen addig, míg hiába kotorásznak, oda se nézve, izgatott ujjakkal a zörgő tasakban. Mert szemüket le nem vennék egyetlen percre sem a focizókról, nem ám, nehogy valamely fontos pillanatot elmulasszanak. Féltett csemetéjük minden mozdulata csodálatos, az elcseszett is, mert hát jobban is el lehetett volna, de nem..., és minden vérüket ért sérelemért birokra mennének. Pályán belül és pályán kívül is. A két szurkolótábor soha nem áll messze egymástól, mindig áthallanak a beszélők, tán nem is véletlen. *A nyavalyás mindenüket! Hát kit akarunk mink elverni, ha ezeket se tudjuk. Ezeket hat emberrel le kellene győzni! Hat emberrel,* megy a replika vissza magas hangon, *ne röhögtesse ki magát, még tizenégygel sem megy!* Ez enyhe célzásnak számít, hogy a bírók ténykedése bizony nem az anyák táborának szája íze szerint való. *Níja, a tápos mindenit! Összerogyik egy kis megkínálástól.* Harsogja felbátorodva az ellenfél egyik szimpatizánsa. *Micsoda?!!! Ó az én fiam! És az én fiam nem tápos!* Így az anyatigrisek egyike, és szikrázó szeme láttán taktikus visszavonulással rövidre zárta a vitát az iménti szájhős. Azért a csinos kis körmök kieresztve maradtak. Mert ami sok, az sok. Ez már alattomos hátbatámadás a meleg családi fészek ellen. No, és amikor éles jajszó és egyéb szavak gurulnak labda helyett a gyepen, és szemük fénye fájdalmas arccal markolássa a bokáját, végképp elszakad a cérna, s halálos fenyegetőzésbe kezdenek. *Nem baj fiam, lejön megverem! Meg Spori, hát te nem látsz? Mi a fenének lóg a síp a szádban? Les! Les! Emeld már fel azt a rohadt zászlót, tellegetni kéne néha vele, vagy tán felvonulásra tartogatod?! Idő van már spori! Vége! Úristen! Így én is levezetném a meccset! Ezek totál dilettánsok!* A mindentudókról csak annyit, hogy egyáltalán nem most kezdték a szakmát. Még csak nem is ebben a században. Mert annakidején, mikor még *ezeknek itt tojáshéj volt a fenekükön, már akkor kijárták az apák iskoláját.* Ugyanígy, oldalvonal mellett állva. Szóval, ők tudnak, amit tudnak, és látnak, amit látnak. Okuláréval, vagy anélkül. Nincs helye apellátának.

És mikor lyukat szaggat a másikat hálóján a labda! *Atyaúristen! Gó!Gó!Gó!* Szakad ki akadály nélkül a tüdejükből. Az örömtől magukról megfeledkezve a magasba ugranak, kezüket ökölbe zárva, egy *jeee* mozdulattal belecsapnak a levegőbe, és zúg az *ollé, olléolléollé!* Kipillantanak a pályáról a játékosok. Az ellenfél egyikének szájáról leolvasható, ahogy kérdezi a góllövőt. *Te, kik ezek? Mit tudom én.* Kapta a hamiskás választ az aranylábútól, aki közben ragyogó mosollyal köszönte a szurkolói lelkesedést.

Azért az a teljes képhez hozzá tartozik, hogy vannak, akik most tanulják ezt a mesterséget. *Milyen színű a mieink meze?* Kérdezik, mert hát asztalon maradt a szemüveg, és nincs is semmi baj, egyelőre. De a következő kérdés: *És merre támadunk?*

No, ez azért már kiüti a biztosítékot. És az is, ha *mitvigyorogszparasztgyerekeknek,* meg *adjá'má'sárgalapothülyebíróznak.* Persze nem mi... És gyászos a csend, ha teljesen véletlenül a másik csapat az eredményesebb. Ezt én az erőgyűjtés pillanatainak nevezem.



Az az igazság, hogy hullámzó a csapat teljesítménye, mint a Balaton vize, és a játékosok góllövő szerencséje is olyan, mint az időjárás, szeszélyes. De egy valami örök. Az anyák szerető fanatizmusa. Minden helyzetben.

Már csobog a víz a zuhanyzóknak, pára lepi be az ablakokat. Visszhangosan vergődnek a szavak, ahogy odabent még tart a meccs. A pálya széléről is fogynak az emberek. Ki *legurít egy korsó sört,* ki hazafelé veszi az irányt, még mindig felpannoltan. Elérjük az autót..., várunk, mostanság hárman, én a két fiamra. Kezdetektől egymás mellett rúgják a bőrt, egy húron pendülnek ebben is, mint minden másban. A másik kettő is a fiaimra... Ez néha nagyon inspiráló, lerövidíti a minimum egy órás zuhanyozást. Valaki kiválik a továbblépők közül, fülig érő szájjal közelít. Hogy a csudába került ide ilyen szupersebességgel ez a gyerek, morfondíroztam, miközben hangosan olvassa, *HW..., hú azannyát! Azt álmodtam, hogy épp egy ilyen rendszámú autóval érkezik három gyönyörű nő! Ezt kerestem, és lám, érdemes volt erre jönnöm.* Hát kérem, nem David Copperfield a legnagyobb mágus, az már biztos. Enyhe fejbillentés, hajröppentés, gyors simító mozdulat a ruhán, pajkos-csódlkozón felszaladó szemöldök, kuncogó hang. *Tényleg?*

Azt hiszem, van még legalább egy valami, ami örök.

A férfibók mágiája. A partvonalon is.

Kovacsics Marcsi

OVI-SULI az iskolában

Az elmúlt hónapokban többször ellátogattak az iskolába a leendő első osztályosok.

Az első alkalommal kíváncsian járták végig az épületet, megtekintették a tantermet, ismerkedtek a könyvtárral, menzával, néptáncsteremmel. Lelkesen vettek részt a különböző figyelem-, emlékezetfejlesztő játékokban, feladatokban.

A foglalkozás végén saját maguk készítettek papírból, gyöngyből apró játékokat, amelyeket aztán minden nagy csoportos hazavihetett.

Az utolsó találkozás alkalmával már magabiztosan, otthonosan mozogta a gyermekek az iskolában, s felszabadultan játszottak a napközis játékokkal. Végül fájó szívvel, de a hamarabbi találkozás reményében váltunk el egymástól.

Bekéné Gyurics Tímea

Az Internet veszélyei – Fiatalok

A gyermekek- és fiatalok védelme az Internet káros tartalmaival szemben egyre fontosabb és égetően aktuális kérdés. Ennek oka az, hogy a felnövekvő nemzedék egyre otthonosabban mozog az Internet világában, előszeretettel igénybe vett alkalmazásai között nem csupán a tartalmi szolgáltatások megtekintése áll, hanem a chatelés és az e-mail küldés is.

Gyermekeink védelmét a szoftveres szűrőprogramok is segíthetik, de a védelmüket a legmegfelelőbbben a szülői felügyelet szolgálhatja. Ennek érdekében az Internetet használók szüleinek kell az Internet használatával és tartalmával megismerkedniük, hiszen ekkor válhatnak képessé arra, hogy az ifjakkal megbeszéljék azokat a kérdéseket és problémákat, amelyek a ők is észlelnek, illetőleg így lesznek képesek megelőzni a bajt.

Az Internet a gyermekekre egyrészt bizonyos tartalmainál fogva jelenthet veszélyt. A tisztességes weboldalak mellett ugyanis könnyen találkozhatunk olyanokkal, amelyek megtévesztő, hamis információkat vagy a fiatalok egészséges erkölcsi és szellemi fejlődésére káros tartalmakat, így pornográf és erőszakos tartalmú információkat közölnek.

Az ilyen oldalak elkerülése érdekében nagyon fontos, hogy a felnőtt irányítsa az internetes tartalmakkal kapcsolatos érdeklődést, segítsen felfedezni azokat a honlapokat, amelyek a gyermekek számára érdekesek, hasznosak és szórakoztatóak. E pozitív tartalmak elérhetővé tétele az, amely a leginkább jótékonyan befolyásolhatja az internetezési szokásokat.

Agyerekek nem félnak a világhálón, a szülők pedig nem tudják, miféle veszélyeket rejt a virtuális világ. Csalók, adathalászok és zaklatók prédái lehetnek a fiatalok

Lényeges az is, hogy mindig legyünk érdeklődők akkor, ha a gyermek valamilyen, általa felfedezett netes újdonságról számol be, vagy éppen valami olyanról, amely a számára nem tetsző. Az ilyen beszélgetések segíthetik az igényes internetezés kialakítását, jók lehetnek arra is, hogy tudatosítsuk, hogy a zavaró, nem tetsző oldalakat csak egyszerűen el kell hagyni, hiszen az internetezés szabadsága éppen arra jó, hogy azt tekintsük meg, ami számunkra hasznos és helyes.

Az említett szoftveres megoldások segítségével, akár káros tartalmú oldalakra jellemző kulcsszavak alkalmazásával vagy egyes weboldalak címei alapján letilthatjuk ezek látogatásának lehetőségét. Felügyeletet gyakorolhatunk úgy is, hogy megtekintjük a csemeténk által látogatott oldalról tájékoztató naplóiinformációkat, amelyek segíthetik felismerni az innen adódó problémákat.

Ha az ifjú chatszobákban beszélget vagy ismerkedik, fontos felismertetni, hogy az ilyen beszélgetés alkalmas lehet arra, hogy valaki olyat állítson magáról, ami nem is igaz, ezzel megtéveszsen másokat. Előfordulhat az is, hogy e helyeken sértő, bántó gondolatok jelennek meg. Ilyenkor a legjobb elhagyni a chatszobát, vagy éppen jelenteni kell az ilyen jelenséget a moderátornak, aki a sérelmes beszélgetést folytatót kizárhatja, letilthatja.

Szükséges megemlíteni, hogy a chatszobák alkalmat adhatnak arra is, hogy a chatelők egymást személyes találkozóra invitálják, ezért abban az esetben, ha gyermekünk egy eddig ismeretlen személlyel készül találkozóra, a veszély elkerülése végett a legjobb elkísérni őt.

Kockázatot jelenthetnek a nem kívánt, káros tartalmú e-mailek is, ezért óvatosságot kell gyakorolni címünk mások részére történő megadása kapcsán is. Emiatt gyermekünkkel beszéljük meg, hogy az e-mailek — jellemzően az ismeretlen személyektől érkezők — sok esetben vírusokat, káros programokat tartalmazhatnak. Szóljunk arról is, hogy zavaró tartalmú honlapokon és ismeretlen személyeknek nem szoktuk az e-mail címünket megadni.

Fontos hogy gyermekünk számítógépén is használjunk vírusirtó és spamszűrő megoldásokat.

Banyár Károlyné