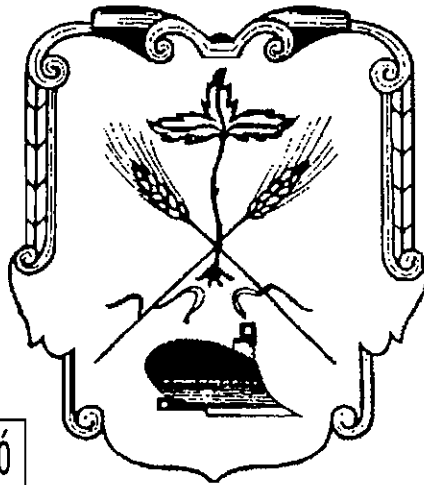


# GALGA

Havonta megjelenő olvasnivaló



11. szám 1997. november

# HÉVÍZ

## † NOVEMBERI GONDOLATOK †

### HALOTTAK ESTÉJE

November elsejének estéje rejtelmes, titokzatos est. A máskor sötét temetőbe sajátos fények jelennek meg és vonulnak végig. Az élő és szerető emlékezet gyújt világosságot a sírhantokon. Ezek a világosodó sírok ma este szent helyekké lesznek, melyekhez a hívő emlékezet zárándokol. Szent hely a templom is, temető is. A templom Krisztus teste miatt, a temető a Krisztushoz tartozó hívek miatt. A templom a feltámadt Krisztus miatt, a temető a feltámadást hittel váró keresztények miatt. Lélekben letérdelünk e szent helyen. Emlékezünk. De szükség van-e erre a kegyeletre, emlékezésre? Felszakítani fájó sebeket? Van, de csak akkor, ha akikre emlékezünk, akikkel most lélekben találkozunk, vannak, élnek. Igaz. Ami porból lett, porrá válik. De a lélek, melynek a test eszköze volt, mely az Istenhez való hasonlóságunkat igazolja, nem porból való, nem pusztulhat el. Hallom a fel-

emelő, megnyugtató krisztusi üzenetet: "Aki bennem hisz, még ha meghalt is, élni fog! Én feltámasztom Őt az utolsó napon. Hiszed-e ezt? Boldogan válaszolom: Hiszem! Hiszem, hogy Krisztus Te vagy, a feltámadás és az élet, aki húsvéti győzedelmet megosztod velünk."

Megnyugodva állok fel. Nem vagyok sötétségben, mert hiszek és remélek. Sötétség ott van, ahol céltalanság ijeszt. Bizakodva idézem a hívő tudós, Franklin Benjamin saját maga szerkesztett sírfeliratát:

*Itt nyugszik a földnek tápja,  
Franklin Benjamin földi maradványa,  
Mint a könyvnek borítékja,  
Melyből a könyv kiszakítva,  
De a könyv, amint reméli,  
nem fog örökre elveszni,  
és átnézve, kijavítva  
ismét meg fog jelenni.*

### MINDENSZENTEK

Ezen a szépséges nagy ünnepen felvonul egy diadalmas sereg. Szent János evangélista a Jelenések könyvének tanulsága szerint ihletett látomásában szemléli és hallja, amint ujjongó szívvel alleluját zengenek. Ha megkérdezzük, kik ezek és honnan jönnek, a válasz így szól: Ezek azok, akik az élet nagy megpróbáltatásait kiállották. Ők azok, akik a rosszat jóval, a hamisságot az igazság szolgálatával, a gyűlölséget a szeretet erényével győzték le. Ők azok, akik a hegyi beszéd magasra törő tanítását megélték. Amilyen művészettel megalkotta Isten a legegyszerűbb mezei virágot vagy az alkotó ember a szobrot vagy festményt, ugyanúgy alakították, formálták személyiségüket, egyéniségüket az evangélium szellemében felelősséggel, áldozattal.

Jelen világunkban, amikor az emberi méltóság annyi veszedelemnek, kísértésnek van kitéve, jó nekünk a Mindenszentekre feltekinteni. Ők a mi legjobb barátaink, mintaképeink. Ha riasztanak bennünket az erkölcsi léhaságnak, züllésnek szomorú áldozatait, a szentek

nagyszerű példája lelkesít, bátorít nemes emberi jellem kialakítására. Ha megtehették ők, miért ne mi is?! "Légy hű mindhalálig az igazhoz, széphez és jóhoz, és neked adom az élet koronáját!" Csak így szabad, csak így érdemes embernek lenni!

Nagy Árpád  
prépost-plébános



# ÖNKORMÁNYZATI KALEIDOSZKÓP

A községünk önkormányzatának képviselő-testülete legutóbbi ülését 1997. szeptember 30-án, este 19 órai kezdettel tartotta a Községháza tanácskozó termében.

A képviselők 1. napirendi pontban Dolányi Mihály úrnak, a GA-TU Vízüzem Társulat Elszámoló Bizottsága elnökének tájékoztatóját hallgatták meg a végelszámolás előzetes eredményéről és a társulat helyzetéről. Dolányi úr a beszámolóját a társulat 1997. október 31-én este tartandó küldött közgyűlése elé fogja terjeszteni.

A 2. napirendi pontban Dr. Basa Antal polgármester számolt be a testület részére a lejárt határidejű határozatok végrehajtásáról, valamint az előző ülés óta történt fontosabb eseményekről.

A 3. napirendi pontban a testület módosította a díszpolgári cím alapításáról és adományozásáról szóló helyi önkormányzati rendeletét.

A 4. napirendi pontban Hajdú Vendel alpolgármester előterjesztésében úgy döntöttek, hogy testvértelepülésünk, a németországi Rahden polgármestere, Wilhelm Möhring úr részére a Német Egység Napja alkalmából – a két település kapcsolatának létrehozásában és fejlesztésében kifejtett hét éves tevékenységéért – Galgahévíz község díszpolgára kitüntető címet adományozza.

Az 5. napirendi pontban a testület módosította az Önkormányzat és intézményei 1997. évi költségvetéséről szóló helyi önkormányzati rendeletét.

A 6. napirendi pontban a képviselők a Pest Megyei Víz- és Csatornamű Társulat végelszámolója vagyonfelosztási javaslatát fogadták el.

A 7. napirendi pontban a testület úgy dön-

tött, hogy nem csatlakozik a turai székhelyű Építéshatósági Igazgatási Társuláshoz, mivel a turai önkormányzat által kért összeget nem tudja vállalni. Hasonlóan döntött még a hévízgyörki, zsámboki és a vácszentlászlói önkormányzat is.

Egyéb ügyek, bejelentések között a képviselők állást foglaltak abban, hogy az önkormányzat nem járul hozzá ahhoz, hogy hévízgyörki lakosok – akár díjfizetés ellenében is – a községünk által fenntartott szeméttelre hordják a települési szilárd hulladékokat, mivel a szeméttelre már majdnem betelt, s az új turai hulladéklerakó megnyitására itt kell gondoskodnunk a községben keletkező lakossági, valamint mezőgazdasági hulladék elhelyezéséről.

Nagyhaju Béla  
jegyző



## Galgamenti képeskönyv



Az Alsó-Galgamente falvainak sorában elsősorban dolgos lakóiról és lakóinak jómódjáról nevezetes község: Galgahévíz. Maga a falu a Galga-patak jobb partján épült, határa azonban a bal parti dombokra is átterjed, egészen a 30-as főútvonalig.

A múlt emlékeit a határ több részén feltárták a régészek. Az újkőkori, bronzkori, a vaskori leletek, a kelták, a szarmaták emlékei mind azt bizonyítják, hogy a feltételek minden időben kiválóak voltak az emberi lét számára.

A középkorban a határ a tekintélyes Ákos nemzetség Micsk ágának a birtokában volt. Első okleveles említése 1212-ből való. Ezekben az évszázadokban két falu is létezett a határban: Hévíz, a jelenlegi Galgahévíz, nevét a felszínre bukkanó melegvízforrásból (hővíz-hévíz), míg Monostor a mellette elterülő Szentandrás-hegyen létesített bencés monostorról kapta.

Galgahévíz a török megszállás másfél évszázadában végig lakott hely volt, csupán a tizenöt éves- és az 1686-os felszabadító háború idején szaladt szét a lakosság. A XVIII. század elejére már a legnépesebb falu az egész Galgamentén. Nem véletlen, hogy a vesztes romhányi csata után a nagyságos fejedelem, II. Rákóczi Ferenc is több napon át időzött a Galgamenti Hévízen.

A falu közel három évszázadon át az Eszterházyak birtoka volt. Az 1863-as úrbérendezés után jutottak csak földbirtokhoz az egykori jobbágyok.

A parasztfalu szorgalmas, folytonosan gyarapodó népessége csak úgy tudott megélni örökül hagyott földjein, hogy a határ minden szegletét megművelte, és már a XVIII. századtól kezdve zöldséget is termeltek. Az uradalmat a Schossbergerek vásárolták meg és birtokolták 1944-ig.

Szervezkedő, a kultúrát mindig kedvelő község volt Galgahévíz. E század első felében különféle egyleteket, sportegyesületeket, fúvószenekart, Gazdakört, Iparoskört hoztak létre. A Bokréta Szövetség kereté-

ben megalakult Galgahévízi Gyöngyösbokréta országosan ismert volt. Napjainkban is jelentős hagyományörző – ápoló és kulturális tevékenység folyik a faluban.

A termelőszövetkezetekben is magas színvonalú volt a termelő munka. A rendszerváltás után megmaradt szövetkezet mellett ismét megindult az egyéni gazdálkodás. A galgahévízi biofarm a falu új- és többet akaró törekvéseit, megújulási képességét mutatja.

Galgahévíz vallásos népe mindmáig megmaradt ősi, római katolikus hitében. A község központjában emelkedik az 1722-ben épített, az elmúlt évtizedekben kívül-belül szépen felújított Szent Miklós templom. A helyi önkormányzat néhány éve a régi temető gaztengerét megszüntette a Fő úton, és helyébe az ősök emléke előtt tisztelgő, szépen és stílusosan kialakított kegyeleti emlékparkot létesített.

Galgahévíz hivatalosan község, falu, ám külső megjelenése, a helyi igényeket kielégítő közintézményei, jómódot sugárzó emeletes házai, korszerű útjai, víz-, gáz-, telefon- és csatornahálózata, Bika-tó melletti üdülőközpontja révén inkább kertvárosi jellegű település.

A kiváló, tevékenységben a jövőt formáló és falujáért mindent megtevő önkormányzat igyekszik olyan körülményeket teremteni Galgahévíz szorgalmas népének, ahol a lakosság már most jóval az országos átlag fölötti életszínvonalon élhet és munkálkodhat.

A. I.

Megjelent az Új Pest Megyei Hírlapban

## ÜLTESS FÁT!

Örömmel tudatom a község lakosaival, hogy október közepén 44 db facsemetét ültettünk el a község területén.

A korábbi évek parkosítási és faültetési tevékenységét bemutatva a Faluszépítő Egyesület pályázatát készítette a Független Ökológiai Központ kiírása alapján. Az elmúlt időszakban elvégzett munka elismeréséül pályázatunkat elfogadták. A pályázati díjból 44 db facsemetét tudtunk vásárolni.

Ezekből 17 db aprólevelű hársfát a Nagyköz melletti üres közterület körül, 5 db fehérnyírfát a Fő út páros oldalán a templomtól a Tószögig, a vele szembeni útszakaszon 2 db berkenyét, az ABC elé 6 db berkenyét, míg a Fő út Turá felé eső szolgálati lakások előtti szakaszára 10 db szilfát és 4 db berkenyét ültettünk el a Polgármesteri Hivatal közterületen dolgozó alkalmazottjaival.

Az ültetődörökből szerves trágya is került. A csemeték védelmére fakarakó lették elhelyezve.

Az ott lakók és az iskola tanulóit a fák gondozására védnökséget vállaltak.

Tiszteletteljes kéresem:

"Ne bántsd a fát, hisz ő is érez  
Gyengéden nyúl levelelhez!  
Nem mások ők, nézz csak rájuk  
Égigérő óriások!"

Pintér Mihály  
Faluszépítő Egyesület elnöke

# NÉMET BARÁTAINK GALGAHÉVÍZEN

## WILHELM MÖHRING A FALU ÚJ DÍSZPOLGÁRA

Szép meghívót hozott szerkesztőségünknek a posta. Galgahévíz polgármestere arra az ünnepi eseményre hívott bennünket, amelyet a falu művelődési házában a "Német egység napja" megteremtésének évfordulóján rendeztek, s amely ünnepségen második alkalommal adták át a "Galgahévíz díszpolgára" kitüntető címet.

Amikor Galgahévízre indultam, azon töprengtem, hogy a magyar lakosságára mindig nagyon büszke község miért rendez emlékező ünnepséget a német egység megteremtésének évfordulóján? Dr. Basa Antal polgármester elmondta, és ezt Hajdú Vendel alpolgármester az ünnepi köszöntőjében is megerősítette, hogy a németországi Rahden és Galgahévíz községek között a kapcsolat 1989-ben kezdődött, amikor a Kelet és Nyugat közé mesterségesen emelt kőfalon repedések keletkeztek.

Csodálatos hangulata volt az első rahdeni látogatásunknak – emlékezett *Pintér Ferenc* galgahévízi polgár is –, és ez a hangulat csak fokozódott, amikor német barátaink ellátogattak hozzánk. Sajnos, a távolság nem teszi lehetővé a gyakoribb találkozásokat – állítják a galgahévízieket, s egyidejűleg azt is elmondják, hogy ha a hivatalos küldöttségek, nagy létszámú delegációk

jövése-menése csökkent is, a családok kapcsolata felerősödött, a látogatások száma nőtt. Különösen örvendetes, hogy a fiatalok és a gyerekek barátkozása mélyül. Dicsérendő, hogy az önkormányzat az iskolában biztosítani tudta a német nyelv oktatását, amelynek eredményességéről az ünnepség népes közönsége is meggyőződhetett, amikor végignézték, meghallgatták az általános iskola német gyerekjátékokat bemutató *Guten Tag* című verses-énekes műsorát.

Rahdeni barátaink határozott kívánsága volt, hogy a német történelem jeles napjának évfordulóját – az egyesítést – testvértelepülésükkel együtt szeretnék megünnepelni – mondta Basa Antal. – Örömmel fogadtuk ezt a szándékot, szeretettel és barátsággal fogadtuk a 48 fős delegációt.

A kölcsönös üdvözlések, megemlékezések után bemutatkozott a rahdeniek férfikórusa, a galgahévízieket népi együttese, a helyi nyugdíjasklub népdalköre. Fellépett a műsorban *Fercsik Szilvia*, *Rásonyi Miklós*. Hallhatta a közönség az aszódí zeneiskola növendékeinek zenekarát is.

Dr. Basa Antal ismertette a galgahévízi önkormányzat képviselő-testületének döntését, amely szerint Wilhelm Möhringet



Galgahévíz díszpolgára címmel tüntetik ki. Rahden polgármestere meghatottan vette át a díszpolgári címet igazoló díszes okiratot. – A két település barátságáért sok rahdeni polgár sokat tett, ezért a kitüntetés valamennyiünket megillet – mondta a kitüntetett. – Minden alkalommal azzal az érzéssel lépek át Magyarország határát, hogy tudom, adósak vagyunk. A magyar nép egészének nem törleszhetünk mi, rahdeniek, de tudunk az adósságunkból valamit leróni Galgahévíznek és a galgahévízieknek. Ezért tartjuk fontosnak a barátságot, a testvéri kapcsolatot, ezért vesszük át büszkén a díszpolgári címet.

F. M.

## A rahdeniek Galgahévízen ünnepelték a német egységet

Wilhelm Möhring, a németországi Rahden városka polgármestere Galgahévíz új díszpolgára. A kitüntetés adományozásáról második alkalommal döntött a község képviselő-testülete. Két évvel ezelőtt Nagy Árpád címzetes prépost, a faluban negyven éve szolgáló atya kapta az elismerést. A testvértelepülés küldöttsége hazánkban ünnepelte a német egység napját.



A két település közötti együttműködés 1989-re nyílik vissza. Az észak-rajnai Rahden kereste leendő magyar partnerét, s az akkor formálódó hazai falusi turizmuson keresztül találtak a Galga-mentiekre. Baráti kapcsolatok alakultak ki a családok, illetve a faluszépitő és városvédő egyesület között. 1992-ben harminc hévízi fiatal tanulhatott két hétfő németül Rahdenben. Két éve született meg a két

önkormányzat közötti együttműködési szerződés, amikor is a németek egy tűzoltóautót adományoztak a magyar településnek. A kocsi azóta Galgahévíz tulajdonként a gödöllői tűzoltóságban szolgál.

A rahdeniek Magyarországon kívánták megünnepelni a német egység napját. Látogatásuk szolgált alkalmul a díszpolgári cím adományozására is. Köszöntőjében Hajdú Vendel

alpolgármester kifejezte reményét, hogy az egyesítést követően a német, a rendszerváltás után pedig a magyar nép áldozatvállalása a gyermekek boldogabb életét szolgálja.

A kitüntetést Dr. Basa Antal polgármester adta át Wilhelm Möhringnek, aki maga is közreműködött a műsorban a rahdeni férfikórus tagjaként. Mindnyájukat meglepetésként érte a pillanat, s nem tudták leplezni meghatottságukat: könnyeztek. A ceremónia alatt a házigazdák a Galga vize szép csendesen kanyarog című népdalt énekeltek, amely az elmúlt évek során szinte e kis táj himnuszává vált.

A német vendégek pénteken a Parlamentbe látogattak, szombaton Ikladon, Gödöllőn és Sósúton jártak. Az utóbbi községben a helyi fúvószenekarral közösen lépett fel a kórus.

B. G.

### Galgahévíz község díszpolgára



#### GALGAHÉVÍZ KÖZSÉG KÉPVISELŐ-TESTÜLETÉNEK HATÁROZATA:

A képviselő-testület Galgahévíz község érdekében kifejtett kiemelkedő jelentőségű tevékenységéért

*Wilhelm Möhring*

Úrnak, Rahden város polgármesterének

#### GALGAHÉVÍZ DÍSZPOLGÁRA

kitüntető címet adományozza.

Wilhelm Möhring polgármester úr 1989-ben járt először Galgahévízen, és attól kezdve rendszeressé váltak a két település - Galgahévíz és Rahden (Tonnenheide) - önkormányzati vezetőinek, a két Faluszépitő és Városvédő Egyesület tagjainak és polgárainak találkozásai. Közreműködése, segítőkészsége és kiváló szervezőkészsége által sok galgahévízi család talált igaz német barátára. Neki köszönhető, hogy a galgahévízi fiatalok anyanyelvi közegeben ismerkedhettek a német nyelvvel, a német kultúrával. Elévülhetetlen szerepe volt abban, hogy Galgahévíz és Rahden testvérvárosi kapcsolatra lépett, és ezt a jó kapcsolatot igyekszik kölcsönös látogatásokkal, tapasztalatcsereikkel, vendégszerelésekkel még előbbé tenni.

Amikor ismétellen kifejezzük köszönetünket és elismerésünket községünk nevében, kérjük a Mindenható további bőséges áldását Polgármester Úrnak, településére és annak minden polgárára.

Galgahévíz, 1997. október 4.

Pintér Mihály  
Faluszépitő Egyesület  
elnöke



Dr. Basa Antal  
Galgahévíz  
polgármestere

# ADVENTTŐL - ADVENTIG

## Jeles ünnepek – Szent András hava (november)

### November 1. – MINDENSZENTEK NAPJA

Egyházi ünnep, azon szentekről emlékeznek meg, akiknek nincs külön emléknapjuk az egyházi naptárban. Az ünnep eredete a VII. századra nyúlik vissza. Az ünnepet az egész katolikus egyház számára IV. Sixtus pápa terjesztette ki és tette kötelezővé. Ma is szokás, hogy erre a napra a temetőben rendbe hozzák a sírokat, virágokat, koszorúkat helyeznek rá. Az est közeledtével gyertyákat, mécseseket gyújtanak, hogy az "örök világosság fényeskedjék" az elhunytak lelkének. (lásd: erre részletesen e számunkban megjelent Péliné Száraz Rozália cikkét!)

E napon a diadalmas Egyházzról emlékezik meg az ünnepi liturgia!

### November 2. – HALOTTAK NAPJA

Mindenszentek délutánján és ezen a napon sokszor betérünk templomainkba, a temetőbe, hogy elhunyt hozzátartozóink lelkéért imádkozunk. Halottak napjának gyászünnepe különös alkalom és ösztönzés lehet számunkra, hogy könyörgéssel és jótételekkel a kedves halottak iránt érzett részvétünket valóban kimutassuk.

A fenti két napra azok a hévíziek is hazaérkeznek, akiknek szeretteik a kis falu sírkertjében nyugszanak. Ilyenkor szentelik fel azokat a síremlékeket, amelyeket az utódok nemcsak az elköltözöttek emlékére, de még inkább élő, saját maguknak állítottak. Pedig mindannyiunk előtt ismert az ének:

*"Méltó imát nem tud ajkam,  
Te könyörülj, Jóság, rajtam,  
Ne veszi el örök jajban."*

### November 5. – SZENT IMRE HERCEG

Emberi tervezés szerint első királyunkat követte volna a trónon és népünket vezette volna egynehány esztendőig a földön. Isten végzése azonban az égi trónra emelte 1031-ben, hogy mindörökké vezesse a magyar ifjúságot, mint dicső példaképe és hatalmas közbenjárója.

A mai ifjúságnak is szólnak azok a sorok, amelyeket édesatyja, Szent István király fiának fogalmazott meg az Intelmekben. "...uralkodj... harag, gőg, gyűlölség nélkül, békésen, alázatosan, szelíden: tartsd mindig eszedben, hogy minden ember azonos állapotban születik, hogy semmi sem emel fel, csakis az alázat, semmi sem taszít le, csakis a gőg és a gyűlölség". (Olvasták-e ezeket az örök érvényű sorokat azok a mai "nagyok", akik nem mindig emlékeznek arra, hogy ők is velünk "azonos állapotban születtek"???)

A Régi Magyar Költők Tára így idézi az ifjú emlékéit:

*"1. Aigyunk Szent Jmrét, szüzességének virágiát,  
Szent István Királynak edgyetlen egy Fiát:  
Ejjel, nappal imádkozván,  
Szentté lett, rossz Világtól magát el-vonván."*

*2. Világi Mátkáit hagyá-el Jézusért,  
Szent Imre tisztán marada, Bóldog Szüzért:  
Oh Nemzetünk drága fénye,  
szükségben Isten után, Földünk reménye."*

(Forrás: CCK = Cantus catholici. Kassa 1674. 656. o.)

### November 11. – SZENT MÁRTON

Szent Mártonnak – a püspöknek – Magyarországon is jelentős kultusza alakult ki, mivel Pannóniában: Györszentmártonban vagy Szombathelyen született.

Szombathely szülőltjének tekinti. A város régi őrtornyát az ő képe díszítette, a torony gombjában pedig ez a régi verszet maradt fenn:

*" Szent Márton, ki voltál ennek szülött fénye,  
Igazgatsd, vezérelj minden dolgaiban,  
Mert tisztelni kíván minden napjaiban  
Téged, kinek képét tette is tornyában,  
Hogy szent patrónusa légy minden órában."*

Márton napja az ős és a tél határmegyéjén áll. Pogány ősünk minden nagy változás kezdetén áldozatokat mutattak be. Ezek az áldozati szokások elsősorban Márton napjához kapcsolódtak. Az emberek hizott libát ajánlottak fel a pogány időisten számára.

A legenda szerint Szent Márton alázatából ki akart térni püspökké választása elől, ezért a ludak óljába rejtőzött, azok viszont gágogásukkal elárulták. E legendával hozható kapcsolatba a "Márton lúdja" kifejezés, és az, hogy ilyenkor országSZerte lakomákat, bálokat rendeztek. Ekkor vágták le a tömött libát, mert azt vallották, hogy "aki Márton napon libát nem eszik, egész éven át éheznek."

A Márton-napi libához új bort őrítettek, mert azt tartották: Az új bornak Szent Márton a bírása!"

Az ivás előtt különböző alkalmakkor áldomást, köszöntőt is mondtak:

*"Isten áldja a magyart,  
Tartson neve, míg a föld tart.  
Paradicsom hazában,  
Éljen, mint hal a Dunában*

...

*Jó bort ide, hát, és nem mást,  
Köszöntsük el az áldomást:  
Isten tartsa országunkat,  
Szép hazánkat, mindnyájunkat!"*

### November 19. – ÁRPÁDHÁZI SZENT ERZSÉBET

II. Endre magyar király leánya, Thüringiai Lajos felesége. Meghalt 1231-ben. Legendája szerint a szegényeknek szánt alamizsna – a kérdező és felelősségre vonó szavak előtt – rózsává változott. "Tizenhárom évvel már hitves, tizenkilencel özvegy, huszonnégy évvel halott lett Erzsébet, a kereszténység öröme és dicsősége, a keresztény asszony-ideál." (Prohászka) Áhítattal énekelhetjük névnapján: Szent Erzsébetből hős szeretet árad.

(Egy kellemetlen emléket is idézünk: 1944. november 19-én, Szent Erzsébet napján, vasárnap hajnalban érték el községünket a "felszabadítók"... Mária, segíts')

### November 23. – KRISZTUS KIRÁLY ÜNNEPE

E liturgikus ünnep tárgya Krisztus legfőbb uralma minden teremtmény felett. A korunkban az emberiségre különös súllyal nehezedő nyomorúságnak oka voltaképpen a népek elpártolása Krisztustól. Krisztus uralmát ismét be kell vezetni a társadalom életébe. Pilátus kérdésére, ugye, mi tudunk válaszolni: Te Krisztus vagy, az élő Isten fia! Az ő hatalma örök-kévaló hatalom, mely el nem vétetik, és országa, mely el nem enyészik!

### November 25. – SZENT KATALIN

A középkor híres és tisztelt szentje, akit keresztény hitéért vetettek börtönbe, megkínózták, kerékbetörték, majd pedig lefejezték. Szent Katalin emléknapja időjáróló napként is ismert: ha Katalin kopog, karácsony locsog. A Katalin-bálok után megérkezik az adventi időszak: ezután nem illik már sem lakodalmat, sem táncmulatságot rendezni. Nagy jelentősége van a vízbe helyezett gyümölcságnak, a "Katalin-ágnak", amely ha karácsonyra kizöldül, a lányok számára közel férjhezmenetelt jelent.

TISZTELT OLVASÓM! Elérkezett november 30-a, András napja, s e napon kezdődik az ADVENT, az egyházi év szokott ünneprendje.

Egy éven át követtük azokat a JELES ÜNNEPEKET, vértanúkat, szenteket, hősokeket, akiknek életével is igyekeztünk megismerkedni. Abba a reménybe ringatom magam, hogy a történeteket olvasva nemcsak a múlt jeleit meg előttünk, hanem mi is iparkodtunk olyan kincseket gyűjteni, amelyek kedvesebb tehetnek bennünket "Isten és ember előtt".

Abban is reménykedem, hogy újságunk lapjait már csak azért is megőrizték, hogy az elkövetkezendő év jeles napjait a cikkek segítségével újra és újra felidézhessek, magukéva tehessék. Ha valami örömet szerezne a szerzőnek: éppen ez lenne működéséért az igazi köszönet!

Köszönöm mindannyiuk figyelmét, és Isten áldásával kívánok – reményeink szerint is! – boldogabb hónapokat, éveket: nem feledve Szent Pál tanítását: "Ha szeretetem nincs, semmi sem vagyok!"

Galgahévíz, 1997. november 1-én, Mindenszentek napján.

Tisztelettel:

Erősvári Pál

Utószó gyanánt:

### WEÖRES SÁNDOR: ALKONYI FELHŐK

*Szállnak az alkonyi felhők,  
mint halovány-hajú lányok,  
tűz-színű csillag az ékük,  
libben a fátyol utánok.*

*Mennyei özre vadásznak,  
nincs nyoma égi vadaknak.  
Lassan a hegyre hanyatló  
hold poharába zokognak.*



# Az óvodában történtek

## SZÜRETI BÁL AZ ÓVODÁBAN



Mint tudjuk, az óvodáskorú gyermek alapvető tevékenységi formája az utánzás, melyben a környezetnek meghatározó szerepe van. Legfontosabb a család, majd az óvoda és a község.

Községünkben már volt szeptemberben szüreti bál, melyen a falu apraja-nagyja részt vehetett.

Óvodánkban október 15-én mi is rendeztünk szüreti mulatságot utánozva a nagyok játékát. Ezt már harmadik éve, mintegy hagyományként a nagycsoportosok szervezik. Az egész mulatságot lázas készülődés előzte meg. Már az előző héttől kezdve olyan foglalkozások voltak, amik szervesen kapcsolódtak a "nagy naphoz". (Szőlőskertben szüret megfigyelése. Történetek, versek a szüretéről. Szőlőfűrt festése, nyírása, elrendezése a folyosói táblán. Lufikból egy nagy szőlőfűrt készítése a csoportszoba dekorálásaként. A lányok nyakláncot fűztek a sétáink során gyűjtött gesztenyéből. Színes szalagokkal is díszítettük csoportunkat. Átismételtük az ideillő dalos játékokat, és újként tanultuk az "A kállói szőlőbe..." kezdetű táncos dalt. (Itt a már elsajátított tánc lépéseket alkalmaztuk.)

A várva várt napon minden kislány szoknyában volt. Akinek van – vagy kértek kölcsön –, az a gyermek galgahévízi népviseletbe öltözött. Így indultunk csoportról csoportra hívogatni ovis pajtásainkat a bálba, és közben az "Ősszel érik babám a fekete szőlő..." kezdetű népdalt énekeltük. A bíró és a bíróné ment elől (Mészáros Zoltán és Szabó Nikolett), majd a kocsmáros és kocsmárosné (Mészáros Sebestyén és Rácz Andrea), akik finom pogácsával kínáltak meg mindenkit. Őket követte az egész nagycsoport.

A kisbíró (Kátai Dávid) e szavakkal hívott mindenkit a mulatságba:

*"Megérett a szőlő aranyos gerezdje,  
Minden vendégnek jut kóstoló belőle.  
Jöjjen el mindenki 10 órára  
a nagycsoportba a szüreti mulatságba!  
A viszontlátásra!"*

Így az óvoda apraja-nagyja eljött a szüreti bálba, ahol mindenki nagyon jól érezte magát. A nagycsoportosok kis műsora után következett az igazi mulatozás. Az egész mulatság hangulatát emelte a szülők által hozott sokféle gyümölcs, amivel a többi csoportbeli gyereket, valamint vendégeinket is megkínáltuk. Jutott mindenkinek bőven, amit minden kedves nagycsoportos szülőnek köszönök!

Feljethetetlen emlék marad számunkra ez a nap. Remélem, ha felnőnek ezek a gyerekek, akkor is továbbviszik ezt a szép hagyományt, és örömmel vállalják ugyanúgy, mint a jelenleg működő hagyományörző csoportok.

Szeretnék én is egyszer velük mulatni a községi szüreti bálon!

Farkas Györgyné  
Éva óvó néni



## Csináld velem! – Lábtorna

A folyamatos és rendszeres lábtorna hatékony megelőzési módja a lúdtalp kialakulásának. Az óvodában a gyerekek megtanulják a játékos gyakorlatokat, de ezek csak az otthoni gyakorlással érik el céljukat. Jobb a napi 10-15 perces torna, mint a heti 2 x 20 perc!

Most csak az alapgyakorlatokról és az előkészítő-lazító gyakorlatokról írok, hisz az egész rendszer erre épül! A variációkat bárki kitalálhatja, illetve kérheti az óvónők segítségét. Természetesen torna hiányában már akkor is sokat teszünk gyermekünk érdekében, ha az időjárási viszonyok megengedik, sokat járattuk mezítláb, egyenetlen talajon, fűvön, kavicsoson.

Az **alapgyakorlatok** a lábstatikai rendellenesség megelőzését leginkább szolgáló mozdulatok. A lábboltozatok kialakításában, megtartásában elsődlegesen résztvevő izmokat dolgoztatják, erősítik.

1. Ülő helyzetben, mezítláb, nyújtott vagy behajlított térdrel a lábujjak hajlítása:

- "karmolás"
- a talp ökölbe szorítása

(Húzd be, bújtasd el a lábujjaidat!)



2. Ülő helyzetben, hajlított térdrel, hajlított lábujjakkal a talp, illetve a láb beforgatása, a talp megnézegetése.

(Nézd meg, milyen gyűrött lett a talpad!)



3. Ülő helyzetben, nyújtott vagy hajlított térdrel a lábujjak legyezőszerű terpesztése. (süít szalonna, a törpikék összevesztek)



Az **előkészítő, lazító gyakorlatok** az alapgyakorlatok elvégzését segítik elő. Az izommerevség lazítása a kisizületek passzív kimozgatására szolgálnak. Mindig alkalmazni kell ezeket, ha begörcsöl a talp!

Ülő helyzetben, nyújtott vagy hajlított térdrel a lábat kezünkbe véve, az ujjaktól a sarok felé haladva lassan dörzsöljük, masszírozzuk a talpat. (Gyúrjuk úgy, mint édesanya a tésztát!)

Ülő helyzetben, nyújtott vagy hajlított térdrel, a lábujjakat kézzel minden irányba erőteljesen átmozgatjuk! (Sodorjuk a nudlit!)

A talpat ülő helyzetben, hajlított térdrel a talpához ütögetjük. ("Doboljunk!") Közelednek, távolodnak a lovacskák!

Szerekkel is lazíthatunk. Erre alkalmas a babzsák, a kislabda, melyeket ülő helyzetben, hajlított térdrel a talp alatt gurítgatunk, gyúrogtatunk.

Ugye, tényleg nem ördögösség? Arról, hogy milyen módon lehet színesíteni a gyakorlást, a jövő hónapban írok. Addig is jó próbálgatást!

Vanóné Varga Judit  
óvónő

# SULI-HÍREK

## Október



## DÖK-hírek

Október elején megkezdte munkáját az iskola diákönkormányzata.

Mint minden évben, idén is eleget tettek az osztályok képviselői szokásos kötelezettségüknek, miszerint megválasztották a DIK vezetőségét. A szavazás alapján a DIK titkára a 97/98-as tanévben Dudás Petra (7. a) lett, míg a DIK vezetője címet én nyertem el, melyet ezúton is szeretnék megköszönni.

A választás után hozzáfogtunk éves munkatervünk kidolgozásához. Sokakban felmerülhet a kérdés, hogy mi is az a diákönkormányzat, mi a feladata?

A diákönkormányzat valójában egy érdekképviseleti szervezet, melynek tevékenysége a tanulókat érintő valamennyi kérdésre kiterjed. A tanulói érdekképviseleten túl részt vesz az iskolai élet alábbi területeinek szervezésében is:

- tanulmányi munka,
- sportélet, színházlátogatás,
- kulturális programok szervezése.

## OKTÓBER

Hullanak a levelek a fáról,  
A sok kisgyermek már nem  
viháncol,  
Köd borul az erdőre,  
Eső esik az erdőre.

Fúj a szél, de sebesen,  
Öltözködnöd kell melegen.  
Öltözzél is, meg ne fázzál,  
S az iskolából kimaradjál!

(Kis Boglárka 7. b.)

Ezek alapján megpróbáljuk az iskolai életet színesebbé varázsolni. Ennek érdekében havonta klubdelutánokat szervezünk, segítünk az iskolai programok lebonyolításában. Új kezdeményezésünk, hogy kiírtunk egy egész évre szóló versenyt "Melyik lesz az év osztálya" elnevezéssel. Reméljük, hogy ezáltal nagyobb kedvvel vágnak bele a diákok az iskolai vetélkedőkbe, versenyekbe. Az osztályok eddig a hulladékgyűjtésből, ill. a lépcsőnél lévő falújságok készítéséből gyűjthettek pontokat. A jelenlegi állás a következő:

- I. 5.b, 6.b, 7.a
- II. 6.a
- III. 2.a, 7.b

A diákönkormányzat további munkájáról és a verseny állásáról folyamatosan olvashatnak majd a SULI-HÍREK-ben.

Darnyik Aranka  
7.a.

## ISKOLAI SZAKKÖRÖK, DÉLUTÁNI TEVÉKENYSÉGEK

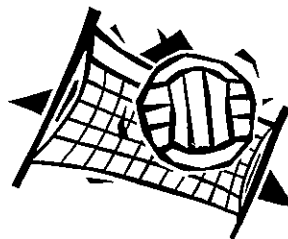
Hétfő:	7-7.45 13-13.45	Gyógytestnevelés Néptánc (1-3. oszt.)
Kedd:	10-10.45 16-17.30 13.45-14.30 17-18	Szolfézs Szinjászó kör Alsós tömegsport Kézilabda
Szerda:	14-15, 15-16 15-17 15-15.45 15.45-16.30	Angol szakkör Barkács szakkör Fiú kézilabda Felső tömegsport
Csütörtök:	16-17 16.30-19 17-18	Néptánc (4-6 oszt.) Úszás Kézilabda
Péntek:	7-7.45 12-12.45 13-13.45 15-17 17-18	Gyógytestnevelés Alsós matematika Szolfézs Kosárlabda Kézilabda

Indul még számítástechnika, csecsemőgondozás, elsősegélynyújtás – időpont még nincs.

### PROGRAMJAINK NOVEMBER FOLYAMÁN:

- \* Sportnap, egészségvédelmi nap
- \* Klubdelután az 5.a rendezésében
- \* Erkel Ferenc Zenei Verseny (Gödöllő)
- \* Ének-zenei verseny (Kistarcsa)

## Beszélgetés LAJKÓ EDINÁVAL, a 8. osztály legeredményesebb sportolójával



- Mióta kézilabdázol a Ferencváros csapatában?
- 1996 novemberétől járok rendszeresen kézilabdázni.
- Milyen napokon jársz edzésre?
- Mivel két csapathoz tartozom (ifi, serdülő), így a hét minden napján fel kell

mennem Budapestre.

- Milyen eredményeket értetek el?
- Terembajnokságon másodikok lettünk, viszont a mostani kupán nem vagyunk valami eredményesek.
- Mennyi időd jut a tanulásra?
- Sajnos nem sok, így általában a buszon vagy este tanulok.
- Mi a különbség az ifi és a serdülő csapat között?
- Az ifiben sokkal felkészültebbek, összeszokottabbak a játékosok, a csapat légköre sokkal jobb, vidámabb. A serdülők a fent említetteknek épp az ellenkezője.
- Szeretné-e továbbfolytatni a sportot, és ha igen, akkor milyen iskolában szeretné tovább tanulni?
- Ha nem nyerek felvételt a közgazdasági iskolába, akkor a Fradi iskolájában tanulok tovább és folytatom a sportot.
- Köszönjük a riportot!

Csoma Csilla  
és Kovács Otília (8. oszt.)

## NOVEMBERI NÉPFŐISKOLAI PROGRAMOK

Helye: Kodály Zoltán Művelődési Ház, emeleti terem

november 4. kedd	14-16.30	Pályázatfrási ismeretek pedagógusoknak és klubok vezetőinek I. A csoport céljainak megfogalmazása Barabás Katalin, Ókotárs Alapítvány
	16.30	Autogén tréning felsőfok, 3. évfolyam vezeti: Orosz Katalin
november 5. szerda	14-16.30	Esethangsúlyú mentálhigiénés konzultáció, Dick Zsuzsa, Gödöllői Nevelési Tanácsadó részvételi díj: 250 Ft/fő
november 6. csütörtök	18-20.00	Jóga, vezeti: Kovács Zsuzsanna részvételi díj: 250 Ft/fő
november 11. kedd	16.30	Autogén tréning felső, 3. évf. vezeti: Orosz Katalin
november 12. szerda	14-16.30	Óvodások, iskolások fejlesztése mozgással, videovetítéssel egybekötött előadás, Nagy Zsuzsanna, Gödöllői Nevelési Tanácsadó részvételi díj: 250 Ft/fő
november 13. csütörtök	18.00-20.00	Jóga, vezeti: Kovács Zsuzsanna részvételi díj: 200 Ft/fő
november 18. kedd	14-18.00	Jóga, vezeti: Kovács Zsuzsanna Barabás Katalin, Ókotárs Alapítvány
	16.30	Autogén tréning felsőfok, 3. évf. vezeti: Orosz Katalin

november 19. szerda	14-16.30	Iskolapedagógusoknak esetmegbeszélés Dick Zsuzsa, Gödöllői Nev. Tan. részvételi díj: 250 Ft/fő
november 20. csütörtök	18-20	Jóga vezeti: Kovács Zsuzsanna részvételi díj: 250 Ft/fő
november 24. hétfő	10-16	Gyermek és Ifjúságvédelmi törvény ismertetése hivatalokban és oktatási intézményekben dolgozó gyermekvédelmi felelősöknek előadó: Herczog Mária törvényelőkészítő részvételi díj: 200 Ft/fő
november 25. kedd	16.30	Autogén tréning, 3. évf. vezeti: Orosz Katalin
november 27. csütörtök	18-20	Jóga, vezeti: Kovács Zsuzsanna részvételi díj: 200 Ft/fő

A nyelvtanfolyamok is folytatódnak a hónapban a következők szerint:  
Keddenként 18.30-20-ig a német haladó csoport Boda Helgával  
Szerdánként 18-19.30-ig az angol újrakezdő csoport Bárdossy Tímeával  
Péntekenként 17.30-19-ig a német kezdő csoport Boda Helgával.  
További részletekért, információért forduljanak bizalommal hozzám:

S. Nagy Andrea  
Tel.: 28/460-276



### Rendhagyó riport

### Vizi Györggyel

Ismerem Györgyit egy ideje, ám most az "Őszi nyitóbuli" kapcsán megtapasztalhattam közel 3 hetes intenzív munkában, milyen roppant energikus asszony. Pompás ötletei vannak, és a kivitelezésben is maximálisan követel önmagától, de legalább annyira a vele dolgozóktól is. Egyszóval nélküle nem sikerülhetett volna a rendezvény.

Megragadom az alkalmat, hogy Györgyit kérdezzem egy kicsit a buliról, az életéről.

– *Hogy tetszett a "Transzformáció játéka"?*  
– Keveset hallottam belőle, állandóan szaladgáltam az emberek után, hogy a jelenléti lapot töltsék ki. Talán mikrofon is kellett volna Jóó Katinak, hogy jobban halljuk. No meg, legközelebb a háziasszonyainkat is időben és jól fel kell készíteni a teendőkre. Feltétlenül szeretnék a társasjátékkal játszani, ennek megszervezésére jó lenne egy családos összejövetelt rendezni. Kialakítanánk egy játszósarkot, hogy a gyerekek is jól érezzék magukat. Mi, felnőttek pedig ki is próbálhatnánk a játékokat, ismerkedhetnénk vele.

– *Már bele is vágtunk a rendezvény szervezésének értékelésébe, mi az, ami jó volt?*

– Nagy kört, közel négyszáz embert hívtunk meg, ez jó volt. Közülük hatvanan jöttek el, s egy hétköznapi ez igen szép szám. Rajtuk felül azonban csak huszan jelezték, hogy köszönik, de nem jöhetnek. Úgy szeretném, ha megtanulnánk megbecsülni és tisztelni egymás munkáját, ha csak annyival is, hogyha nem alkalmas az időpont, akkor azért, ha pedig ígert mondunk, akkor azért jelezzünk vissza a meghívó félnek.

– *Györgyi, mégis mi volt, ami tetszett a bulin?*  
– Tudod, én nagyon kritikus vagyok, mindig azt nézem, min lehetne még javítani, pedig tudom, mindenben van jó és rossz is. Azt írtam fel magamnak ott este, mi nem volt jó. Például: 2 óránál tovább nem szabad tartani egy előadás jellegű rendezvényt.

– *Akkor én hadd említsek egy pár jó dolgot: a bábos gyerekeket, az éneklő és táncoló leányokat, a jó hangulatot. Orosz Kati előadásában a véletlenekről volt szó, beszélt a sorsszerűségről, azt mondta, hogy egy ember olyan feladatokkal, kihívásokkal, megérzésekkel, emberekkel találkozik, amely fejlődési pontnál tart, amire éppen akkor és ott megérett. Majd Jóó Kati a játék bemutatásakor mindig felvett egy játékkártyalapot, és egyiken például ez állt: pompa. Tényleg nagyon szépen sikerült a terem berendezése.*

– *Több pénzzel és több segítő kézzel még szebb lehetett volna*  
– *A pénz azért mégsem meghatározó mindig, hisz a díszeket, a forgókat újságpapírokból hajtogattad.*

– *Ehhez hozzászóltam életem során, hogy mindig kevésből kellett kijönnöm. Gyermekemektől egyedül neveltem fel, minden fillért be kellett osztanom. Olyan vagyok, hogy panaszokdás helyett inkább nekállók és megcsinálom, mint ahogy az iskolai tantermet is kifésültük.*

– *A forgó mit jelent számodra mint szimbólum?*  
– *Végigkíséri életemet. Mikor üzletvezetőként egy szilveszterre – szintén pénz nélkül – fel kellett díszíteni egy termet, akkor két éjjelen át gyártottuk lányommal a forgókat, és azokkal díszítettem. Móni osztályteremben is forgókból álló füzérrel díszítettük az ablakokat talaly is, idén is.*

– *Ha megengeded, személyesebb vizekre evezve szeretném megkérdezni, hogy lettél galgahévízi?*

– Egy kolleganóm esküvőjén ismerkedtem meg Miklóssal. Közel tíz hónapja volt már akkor egyedül két gyermekkel. S valahogy itt ragadtam, megfogtak Móni szemei, Attila szemei, s tisztán tudtam, hogy itt kell maradnom. Persze jöttek a kudarcok, sikertelenségek is. Ekkor kerültem Orosz Katival kapcsolatba, s sokat segített túllennem ezeken. Annyira azért mégsem volt kudarc, hogy összezsomogoljak és elmenjek. Csak egyszer indultam el, de Budapest határában már nem is tudtam, min bántódtam meg. Kati segítségével sokat jelentett számomra, és annak nagyon örülök, hogy Miklós is jár autogén tréningre. Úgy érzem, minden egyes embernek szüksége lenne erre. Sőt, az iskolai tantervben kéne helyet kapnia, hogy már a gyerekek megtanuljanak testükkel és egyúttal érzelmeikkel bánni. Ha ezért tehetek valamit az életben, nagyon szívesen teszem. Im már hetedik éve élek itt, sokan ismernek. Jólesett, hogy tavalyelőtt be akartak választani az Iskolaszékbe, egy ponttal maradtam le.

– *Mi a foglalkozásod, hogy élsz most?*

– *Eredetileg középfokú vendéglátóipari végzettségem van. Szeretek emberekkel foglalkozni, volt, hogy kilencven ember dolgozott a kezem alatt. Most rokkantnyugdíjasként otthon dolgozom. Munkahelyem a szolárium, a pedikűr, a manikűr, és gyógy-masszázs is kaphatnak a vendégek. (Ez itt a reklám helye.) Nagy örömem, hogy most három gyermek vesz körül. Attila, Móni és kisunokám, Balázska. Az unokám 4 és fél éves. Ő keresztelt el minket, Miklós a papija, én a mamija vagyok. Amikor tanulta, hogy édesanyja, akkor önmagát "édebajá"-nak nevezte. Állandóan mesélt, milyen volt, amikor kicsi volt. Mostanában pedig az foglalkoztatja: "de, ki vagyok én?"*

– *Azt hiszem, akik Katihoz tréningre jártak, azokat mind foglalkoztatja ez a kérdés újra. Mit jelent számodra ez a szlogen, amit a rendezvényünkör kiírni javasoltál? "Szeress és jobb lesz a világ".*

– *Mindazt, amit eddig elmondtam.*  
– *Közös ötletelésinkor beszélgettünk arról, ne keseredjünk el, ha nem akarnak a meghívottak a Baráti Körrel beszélgetni. A buli végére azonban mégis maradtunk 15-20-an, akik folytattuk a már egy héttel ezelőtti közös együttgondolkodást. Sokan alá is írták, hogy tagjai kívánnak lenni a Baráti Körnek. Te hogy látod, megalakult-e a Népfőiskola Baráti Köre?*

– *Nem tudom. Nem is ezen múlik, hány papírt írtak alá, ez a Kör nekem arról szól, hogy együtt tanulunk, együtt dolgozunk és együtt érezzük jól magunkat. Mindenki annyi pluszt tegyen az asztalra, amennyire igénye van. S, ha nincsenek véletlenek, akkor ennek össze kell jönnie.*

– *Én úgy érzem, megalakult a Baráti Kör.*  
– *Jó volna hallani, hogy ne csak ötletek legyenek, de az ötletgazda felelősséget is vállaljon, így például Tóth Kriszti gombászt hoz, és együtt mehetnénk gombászni tanulni. Sándor kozmetikum-készítést, fogporkészítést tanítana. Jancsy doktor úr meleg szavakkal köszöntötte levélben a Baráti Kör, s egy kis időre el is tudott jönni. Mi minden merült még fel? A faültetés lezajlott, védőnőket keresünk a kis fűcskáknak. Ani nővér javasolta, hogy havonta, két havonta találkozzunk. Erre jó alkalom lesz novemberben egy Transzformáció játékon, valamint a már hagyományos, bensőséges karácsonyozásokról, decemberben. Találkozzunk akkor is, ott is – Veled, Veletek.*  
– *Köszönöm a beszélgetést és a közös munkát!*

– *En is köszönöm, hogy engem kértél meg, és remélem, nem okoztam csalódást!*

S. Nagy Andrea  
1997. 10. 24.

# Hasznos orvosi tanácsok gyermekeknek

## LÁZ, LÁZCSILLAPÍTÁS GYERMEKKORBAN

1.) Láznak neveznek minden testhőmérséklet-emelkedést, amely nem meleg környezet vagy izommunka következménye.

36-37 °C között normális testhőmérsékletről

37-38 °C között hőemelkedésről

38-39 °C között mérsékelt lázról

39-40 °C között magas lázról beszélünk.



A láz többnyire a szervezet fertőzésekre adott reakciója és egyben védekező eszköze is. Már a testhőmérséklet kisfokú emelkedése is káros a betegségeket okozó mikroorganizmusokra.

A láz ritkán ér el olyan mértéket, hogy a szervezetet közvetlenül károsítsa. Kísérő tünetei azonban – így a szopora szívverés, kábultság, fejfájás, görcs – károsak és veszélyesek.

2.) Hónaljban a perifériás hőmérsékletet mérjük. A végbélben történő mérés kapcsán kapott érték közelebb áll a centrális hőmérséklethez, mely 0,5-0,8 °C-kal magasabb a hónaljnál.

### 3.) Lázcsillapítás

Bár a magas láz sem feltétlenül azonos az ártalmas lázzal, csillapítása bizonyos esetekben, pl. lázgörcsre hajlamos kisgyermeknél, elsősegélyt jelent.

A lázcsillapító eljárások célja: a tartósan magas testhőmérséklet megszüntetése, a kísérő kedvezőtlen tünetek enyhítése. A lázcsillapítás javallatával és alkalmazásával kapcsolatban sok a tudatanságból eredő félelem és hibás gyakorlat, ezért az eredményes kezelés érdekében fontos, hogy a szülőket megtanítsuk arra, mikor, meddig és hogyan kell ezeket a módszereket a gyakorlatban alkalmazni. Hőemelkedés esetén a testhőmérséklet mérséklése nem szükséges, viszont a lázat, függetlenül annak kiváltó okától, csillapítani kell.

– **Fizikális lázcsillapítás:** - hűtőfürdő, tusoltatás, borogatás. Ezek az eljárások nemcsak hatásosak, hanem egyben megkímélik a fertőzés miatt amúgy is megterhelt szervezetet a feleslegesen adott gyógyszerek toxikus ártalmaitól. A gyermek számára talán a hűtőfürdő jelenti a legkevesebb szubjektív kellemetlenséget. A testhőmérsékletű fürdővizet fokozatosan hűtjük le 29-31 °C-ig. Hatásosabb a hűtés, ha csak mellig ér a víz, és a szabadon maradó testfelületet az összekevert vízzel folyamatosan locsolgatjuk, mintha nyakig érő vízbe ültetnénk be a gyermeket. Ne folytassuk a hűtést, ha a testhőmérséklet már 38 °C-ra csökkent! Borogatásnál ügyelni kell arra, hogy az ehhez használt ruha állott vizes (szobahőmérsékletű) legyen. Törzs vagy teljes testborogatást kell alkalmazni! Ügyelni kell a vizes ruha helyes felhelyezésére és gyakori cseréjére! Lázas gyermeket soha ne takarjunk be paplannal, takaróval, mert hőpangás jöhet létre.

### – Gyógyszeres lázcsillapítás:

A lázcsillapító hatású gyógyszerek helyreállítják a hősza-

bályozó központok normális működését. Hatásukra a bőrerek tágulnak, a verejték-elválasztás fokozódik.

Ez a meleg fizikális leadásához, leláztalanodáshoz vezet. Lázcsillapító gyógyszer – jelenleg a legáltalánosabban használt, legkevesebb mellékhatással bíró lázcsillapító szer – a PARACETAMOL. A gyomor jól tűri, a bélből való felszívódás gyors és teljes, allergiás bőrelváltozás igen ritka.

Várandós és szoptató anyák is szedhetik. Átlagos adagja: 10 mg/testsúlykg 6 óránként, magasabb láz esetén: 15 mg/kg.

AMIDASOPHEN, GERMICID, ALGOPYRIN használata 40 °C feletti lázas állapotokban, illetve akkor indokolt, ha a korábban említett gyógyszer alkalmazásával a láz 24 órán belül nem csillapítható. Lázgörcsös kórelőzmény esetén lázcsillapítás már 37,5 °C fölött indokolt.

### – Lázdiéta, vízháztartás

Lázás betegek táplálásakor kerülni kell a nagy kalóriatartalmú és nehezebben emészthető zsiradékokat, ugyanakkor emelni kell a szénhidrátok arányát. Tejes ételeket ne szorgalmazzunk!

### – Lázgörcs

A lázhoz társuló leggyakoribb szövődmény a lázgörcs, mely általában 9 hó – 5 év között lép fel, előfordulási gyakorisága 3-4%. Ha a lázas állapot eleve lázgörcsrel indult, ajánlatos a rendszeres lázcsillapítást a betegség egész tartamára folytatni, és az aktuális hőmérséklettől függetlenül 4-6 óránként adagolni.

Paracetamol tartalmú gyógyszerek	Hatóanyagtartalom
- Mexalon tabletta	500 mg
- Mexalon végbélkúp	125, 250, 500 mg
- Mexavit pezsgőtabletta	500 mg
- Panadol baby és Infant szuszpenzió	120 mg/5 ml
- Panadol Junior por	240 mg/tasak
- Panadol tabletta	500 mg
- Rubophen tabletta	100 mg, 500 mg
- Rubophen végbélkúp	125 mg

Dr. Majoros Valéria  
házi gyermekorvos







# PÉLI FERENCNÉ SZÁRAZ ROZÁLIA TÖRTÉNETE



Október végén készültünk a hidegre: meszeltünk kívül-belül. Készültünk Mindenszentekre meg Halottak napjára. Előtte való héten kitakarítottuk a sírokat a temetőben. Korábban kettő temető volt. A templomtól Tura felé, a tabáni temetőbe temetkeztek, a Győr felé pedig a falusi temetőbe. A falusi temetőt megszüntették, és csak a tabáni temető maradt meg. (Itt megfelelő halottas házat építettek, amelyeket a kornak megfelelően szereltek fel. A ravatalozó alkalmas arra, hogy az elhunytat halála után oda kiszállítsák, s temetése onnan történhet. – a szerk.)

A tabáni temető jó helyen van, nincs nagyon távol a község központjától. A húszas években nagyon kevés márványkereszt volt a sírokon, inkább faragott fakeresztet voltak. A temető nem volt elkerítve, nem lehetett rendszeren gondozni. Bejártak oda a csirkésztűk, malacok, amelyek a csordásról eltévedtek. Mindenszentek napján így két helyen kellett ünnepegni. Edesanyám tízenkettő koszorút kötött, mindig annyi keresztre vittünk. A hősök szobrához is mindig vittünk, hiszen edesanyám két bátyja esett el a tízennégyes háborúban. Fűzfavesszőre kötötte edesanyám, olyan szívalakú, hosszúka volt a koszorú. Mikor letörtük a krizantémost, edesanyám szétrakta, hogy egyformán jusson mindig virág. Igyekezett mindenki koszorút kötni, hogy vigyen a halottjára, és vitt gyertyát is. Este egy órát szoltak a harangok a hősök szobránál, ott is és itthon is gyűjtöttek gyertyát, és imádkoztunk halottaikért.

November másodikán, Halottak napján három szentmisét mutatott be a pap. Nagyon sokan voltak. Mindenki fekete ruhában jött a misére.

Halottak napján alamizsnagyűjtés volt a harangok alatt, úgy hívtuk: "szegénykegyháza", ide tettük le adományainkat. Bort, babot, lisztet, tojást, szalonát – ki mit tudott vinni. Ezt a bíró és az egyházközség osztoztatta szét a rászorulóknak.

Nagymamámnak testvére volt az öreg harangozó, Nagy Jóska bácsi. Kislányok voltunk, megkérdeztük tőle: mért mondják szegények egyházának, ahol a harangot húzzák? Tudjátok, gyerekek azért nevezték el szegények egyházának, mert itt maradt az a szegény – ti. a mise alatt! –, akinek foltos volt a ruhája, vagy nem volt csizmája, és nem akart bemeni a többi közé, de itt akart azért lenni a templomban.

Nyáron a gyerekek sokan elmentek mezőfűz a templomba. Nyugodjon, Aczél plébános úr azt mondta, nemcsak tisztelenség ez, de a kővön

meg lehet fázni. Akármilyen foltos, mindenki lábbeliben jöjjen! Ez a harmincas években volt... Az erdő felé vezető úton, a homokos előtti parton volt egy kis kápolna. Többször tartottak ott szentmisét, amikor a templomot tatarozták. Május 3-án és szeptember 14-én is odamentünk a misére. Kálvária is volt ott. Nagyböjtből ott végeztük a stációt, Jézus szenvedésének állomásait. A kápolnának volt egy kis harangja. A szőlőnek a gazdája Győri Jani volt. A háború elől hazahozta, és otthon rejtgette. Néhány éve fölállították a tabáni temetőben. Megható volt, amikor a ravatalozó előtt vállukra vették a halottvivők a koporsót, megszólalt a kis harang, és kísérte a sírig. De sajnos 1993. április 21-én ellopták, de az egyház új harangot készíttetett, ez megszólalt 1994. április 12-én.

Hála

Köszönöm Istenem, hogy olyan szülők gyermeke lettem, akik minket neveltek az életre, szorgalomra, becsületre, türelemre, hűségre, Isten szerető vallásos életre. Én is törekedtem az én jó szüleim példáját követni. Köszönöm, hogy fölnevelhettem három gyermekemet: Ferit, Rozikát, Lacit. Megérthetem: szép hat unokám van és aranyos hat dédunoka. Megértük házasságunk arany évfordulóját, akkor szólította el mellőlem férjemet a Jóisten.

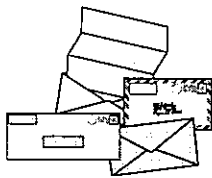
Arra kérem a jó Isten: családom minden tagja érje meg erőben, egészségben a dédipapa, dédimama kort.

Szépén megőregedtünk. Ha a jó Isten számon kéri tőlem, amit tőle kaptam, úgy érzem, érett gyümölcsre vagyok. Én is gyarló asszony vagyok: én vétkem, én vétkem, én Istenem, bocsáss meg! Órangyalom, szívűből kérlek, légy vezérem, amíg élek, büntől, bajtól órizz engem, halálomkor állj mellettem. Amen.

(1994. március 10-én Péli Ferencné Száraz Rozália: a harangozó Piri Miklósné, Sóti Magda temetésén.) \*\*\*

(Tisztelt Olvasóim! A lelki magasság megértéséhez nem kell kommentár. Inkább egy kérdés illik ide: Hol tartunk lelki életünk magaslatain? Tanulhatunk, tanulunk az "egyszerű" lélek imájából? – Isten adjon erőt ehhez!)

Sorozatszerkesztő: Erősvári Pál



## Olvasóink levelei

### Nyílt levél Fercsik Mihályhoz a galgahévízi I. Musical Fesztivál kapcsán.

Tisztelt Fercsik Mihály!

Érdeklődéssel olvastam ezen újság októberi számában cikkét az augusztusi Musical Fesztiválról, erről a mindenképpen folytatandó kezdeményezésről, ami valóban nagy vállalkozás, ahogy Ön is írja.

A lényegben tehát egyetértünk. Azonban engedje meg, hogy cikkének néhány pontjával vitába szálljak.

A végén kezdeném. Ön azt írja: "egy kis falu fiataljai tettek bizonyosságot arról, hogy a nagy települések és a kis községek kulturális lehetőségei közötti szakadékot le lehet győzni." Úgy vélem, itt összekeverednek a kultúra "élsportja" és "tömegsportja" fogalmak. Egy nagy városban van közsínház, állandó, hivatásos társulat, a ma mindenhol szorító anyagi nehézségek ellenére lényegesen több pénz jut arra is, hogy egy-egy művészeti ágban a legjobbakat meghívják előadások, kiállítások, egyéb bemutatások tartására. De annak a produkciónak nem részese valamilyen fokon szinte minden lakosa annak a településnek! Míg itt ezt maga a falu vitte végbe! A nagymamák, akik kivásalták a gyermek fellépő ruháját, a szülők, akik a késő éjszakába nyúló próbákra hozták-vitték gyermekeiket, aki a színpadot ácsolta, a székelt hordta, aki már hetek óta izgult a rokon vagy szomszéd fiúért, lányért, aki rekedt torokkal énekelte végig a profiktól is komoly edzettséget kívánó estét. Ebben ez a szép. A nagyvárosokban lakók, ha látják ezt a szépséget, összeszoruló szívvel irigykednek ránk, hogy olyan faluban lakunk, ahol még emberi mércével mérhető a világ.

Az előbbiekre hivatkozva megkérdőjelezem az Ön által állított követelményszintet, illetve azt, hogy akkor bárki alulmaradt volna.

Nagyon jól tudja mindenki, aki végigdolgozta a felkészülés másfél hónapját és magát az előadást, hogy mi az, ami "nem jött be". Akik közvetlenül benne voltak, tudjuk, voltak hibák, és sportnyelven szólva a "formaidőztítés" nem sikerült a legjobban. Valóban voltak fáradtabb szereplők, mert az utolsó percekben is gyakoroltak, mert az előadás előtti izgalomban nem tudtak aludni – és az énekhang kényes dolog.

De mindenki rettenetesen akart valami jót csinálni. És Bankó László

kezdeményezésében az a legjobb, hogy olyan élményhez juthattak a galgahévíziek – a színpadon szereplők és a háttér munkát végzők, akik a nézőtér nagy részét benépesítették – , amit csak résztvevőként kaphat meg az ember.

A cikkre visszatérve: Nem hiszem, hogy a szereplőkkel kapcsolatban a "néha-néha alulmaradó, képességeit meghaladó, csöpögt fáradt" stb. kifejezések túltengése helyénvaló. A konkrét, szigorú bírálat a fejlődés érdekében a szakmai értékelés dolga, de összességében ezt a produkciót és a szereplőket sokkal pozitívabban kell nézni.

Ráadásul voltak egészen kiváló teljesítmények is. A Valahol Európában egyik dalát énekelte Darnyik Ági nem egyszerűen csak hibátlanul. Az István, a királyban a kemény, határozott Saroltát játszó Hajdú Ági és a dráma idején még egyáltalán nem vesztes, vívódó, élszánt Koppányt alakító Basa Bálint egy pártatlan kritikában említést érdemelt volna.

Még egy mondat van, ami tüskét hagyott bennem. Ön a rendező szándékában véli felfedezni, hogy a "folklor célból eszközzé vált"... és "a hagyomány, legyen bármilyen eleven, egymagában nem tud olyan magasabb műformát teremteni, amely képes a ma emberéről fontosat, érvényesét mondani...".

Nem tudom, hogy jön ez ide, hiszen a Valahol Európában és az Isten pénze daraboknak nem sok köze van a folklorhoz, és az István, a király – bár kétségtelenül népszerű ihletésű Szörényi Levente zenéje, és a Novák Ferenc-féle rendezés nyomán a kísérő mozgások is stílizált néptánclemből épülnek fel, - nos mindezek ellenére ez határozottan rock-opera.

A hagyománynak pedig – aminek különböző összetevői bármilyen igaz üggyhöz felhasználhatók – nincs szüksége "magasabb műformára", hogy a ma emberéről szóljon. Hisz épp a lényege az, hogy nekünk – a ma emberéhez – szól: őseink üzenetét hordozza.

Tisztelettel:

Balla Zoltán

\*\*\*

### Összefogásban az erő...

A Rózsa utca lakói 1987-ben az akkori önkormányzattal összefogva szilárd burkolatú utcát teremtettek – zömmel saját beruházásban. Azóta a beton felfogyott, a víz elmosta, s a rajta való közlekedés balesetveszélyessé vált. Újra szükségessé vált az összefogás, e veszély elhárítására. Az utca lakói 10-10 ezer forintot felajánlást tettek a munka elvégzéséhez, s a többletkiadás fedezéséhez a Községi Önkormányzat segítségét kérték, amit el is nyertek. Így közös összefogással újra veszély nélkül járható a Rózsa utca. Köszönet a segítségért és dicséret a lakók hozzájárulásáért, tenniakarássáért. Szébbé vált a falu egy része, s ez sem semmi.

B.J. lakó





## DIGITEL 2002 RT.

### ELŐFIZETÉSI DÍJAK (Ft/hó)



	egyéni előfizető	üzleti/intézményi előfizető
főállomás	990	1.325
ikerállomás	440	530

(A közölt árak az ÁFÁ-t nem tartalmazzák!)

### BELFÖLDI BESZÉLGETÉSI DÍJAK

(előfizetői állomásokról 1 impulzus díja 9 Ft + ÁFÁ)

Díjzónák		csúcs (munkanap 9-15 óráig)	nappali munkanap 7-9 óráig és 15-18 óráig	kedvezményes munkanap 5-7 óráig és 18-22 óráig, hétvégén és munkaszüneti nap 5-22 óráig	éjszakai minden nap 22-24 óráig és 0-5 óráig
Helyi beszélgetés	Ft/perc	6,00	4,50	2,25	1,35
	ÁFÁ-val	7,50	5,63	2,81	1,69
	1 impulzus	90 mp	120 mp	240 mp	400 mp
I. díjzóna és agglomerációs övezet	Ft/perc	15,00	11,74	6,00	3,00
	ÁFÁ-val	18,75	14,67	7,50	3,75
	1 impulzus	36 mp	46 mp	90 mp	180 mp
II. és III. díjzóna	Ft/perc	31,76	25,71	12,27	6,75
	ÁFÁ-val	39,71	32,14	15,34	8,44
	1 impulzus	17 mp	21 mp	44 mp	80 mp

### Mobil szolgáltatások hálózatába kezdeményezett hívások díjai (Ft/perc)

	Pannon GSM	Westel 900	Westel 450
nappali (munkanap 7 és 18 óra között)	49,00	49,00	49,00
kedvezményes (egyéb időben)	31,70	31,70	31,70

(A közölt árak az ÁFÁ-t nem tartalmazzák!)

### Személyhívó szolgáltatók hálózatba kezdeményezett hívások díjai (Ft/perc)

napszaktól függetlenül (előfizetői állomásról)	impulzus hossza	Ft/perc
	39,70 másodperc	31,70

(A közölt árak az ÁFÁ-t nem tartalmazzák!)

Kézi kapcsolás: 150 Ft + ÁFÁ/hívás + tényleges beszélgetés díja + \*budapesti beszélgetés díja

Tudakozó: 20 Ft + ÁFÁ/hívás + \*budapesti beszélgetés díja

\*csak később kerül bevezetésre

## SZERKESZTŐSÉGI KÖZLEMÉNY

Sajnálattal konstatáljuk, hogy a Művelődési Ház novemberi programját nem tudjuk közölni, ugyanis Bankó László igazgató úr többszöri kérésre sem volt hajlandó azt megadni, mondván: ebben az újságban szerinte hazugságok jelennek meg, és ő ehhez a nevének nem adja. (Mellesleg nem értjük, hogy a programnak és véleményének milyen kapcsolódásai vannak.) Egyébként november 15-én hagyományos "Polgármesteri bál" lesz jótékonyági célra, ahol a zenét a "Galgahévízi zenekar" szolgáltatja. A bevételt a helyi általános iskola céljainak megvalósítására ajánljuk fel.

- szerk. -

## GASZTRONÓMIAI PALETTA GYÜMÖLCSÖS TÚRÓROLÁD

Hozzávalók: piskótalap

4 tojás, 10 dkg porcukor, 10 dkg sima liszt, 1/2 cs. van. cukor, kevés reszelt citromhéj, egy csipetnyi só.

Hozzávalók: töltelék

25 dkg sovány túró, 10 dkg porcukor, 2 tojássárgája, 5 cl rum, 1 cs. van. cukor, 2 dl tejszín, 1 ek. zselatinpor, 3 db kiví, 3 db érett sárgabarack, 3 cl rum, porcukor hintéshez.

A tisztított, kockára darabolt kiví és barackot 3 cl rummal összekeverjük. A piskótához habosra keverjük a tojássárgáját a szitált cukor felvételével, a vaníliás cukorral, a sóval és a citromhéjjal. A tojásfehérjét a maradék cukorral kemény habba verjük, és a szitált liszttel együtt belekeverjük a tojássárgájából készült krémbe. A masszát sütőpapírral kibélelt tepsibe tesszük, a tetejét elsimítjuk és előmelegített sütőben 220 °C-on kb. 20 percig sütjük. A piskótalapról eltávolítjuk a sütőpapírt. A zselatint kevés hideg vízbe áztatjuk, kinyomkodjuk, majd kevés forró vízben feloldjuk. A finomszítán áttört túró simára keverjük a szitált porcukorral, a tojássárgájával, valamint a rummal és a vaníliás cukorral. A tejszínből kemény habot verünk, majd a zselatinnal együtt a túrókrémhez keverjük. A piskótalapot a krémmel bekenjük, és rászórjuk a darabolt gyümölcsöket. Egy konyharuha segítségével feltekerjük, és két órára a hűtőszekrénybe tesszük. Mielőtt felszeletelnénk, porcukorral meghintjük.

Fekete Antonió  
szakács

## KÉZILABDA MÉRKŐZÉSEK EREDMÉNYEI

- Galgahévíz - Tura	23:36
Legjobb góllövők: Such 9, Darnyik 6	
- Galgahévíz - Piliscsaba	21:34
Legjobb góllövők: Darnyik 8	
- GEAC - Galgahévíz	29:20
Legjobb góllövők: Darnyik 8, Gyetvan 5	
- Galgahévíz - Kocsér	17:37
Legjobb góllövők: Such 5, Darnyik 3	
- Galgahévíz - Domony	22:31
Legjobb góllövők: Such 12, Darnyik 4	

## LABDARÚGÓ MÉRKŐZÉSEK EREDMÉNYEI

- Galgahévíz - Galgamácsa	0:3
Jók: Molnár Tamás	
- Galgahévíz - Zsámbok	7:4
Jók: Bolbás Mihály, Bratkovics Attila, Molnár Csaba	
- Mogyoród - Galgahévíz	0:2
Jók: Bolbás Mihály, Bratkovics: Attila	

Kiadja a Galgahévízi Önkormányzat  
Polgármesteri Hivatala  
Felelős kiadó: Dr. Basa Antal polgármester  
Felelős szerkesztő: Basa Barbara  
Készült a Pergamen-Text Bt. nyomdájában