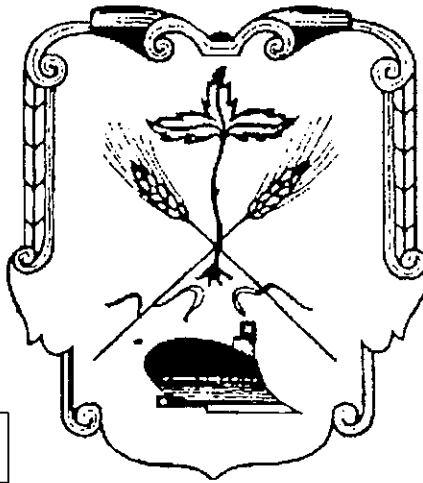


GALGA



HÉVÍZ

Havonta megjelenő olvasnivaló

## FARSANGOLJUNK...!

... ha nem is pontosan úgy, mint nagyanyáink és nagyapáink tették, de a farsang jelentsen számunkra is egyfajta készülődést, vidámságot és tavaszvárást.

*"Farsang van, mulassunk nagyon,  
Hogy a jókedvünk el ne haggyon!"*

Egész évben készültek a farsangra a lányok, ha közelgett, vagy "a kertből kacsingatott hozzájuk." Már hetekkel előbb mosták a sok fehér szoknyát, blúzokat, zsebkendőket. Vasalták, keményre ráncolták őket éjfélékig. Úgy készültek hozzá, mint egy lakodalomhoz. Sok ott került össze a párjával. Volt, aki ott vesztette el. Régen nem voltak annyira szabadok az együttlétükkel a fiatalok, mint ma. Várták is a bálokat és a jeles napokat! A szülők is minden igyekezettel segítettek gyermekeik multságát és a párválasztást.

Vasárnap délután kezdődött a háromnapos multság. Litányiáról már bementek a lányok az első nótát járni. Az asszonyok is figyelték, ki az első táncos a farsangon. A közkedvelt lányok, jó táncosok, azok járták is!

A kilencszázas idők előtt 10-20 évvel hajnalt húztak a kocsmában. Az volt a világi lány, aki az első nótát eljáarta. Voltak ám olyak is, hogy onnan mentek hétfőn reggel a templomba, mert azokon a reggeleken az emberek templomba mentek. Az volt a híres lány, aki egész nap mulatott, éjfél után két óráig, és reggel a templomban is ott volt. Erre felemelt fejjel néztek. Megnyilvánult a vélemény: "az ilyenből lesz igazi menyecske, feleség és édesanya!"

Hétfőn a templomból hazamentek, de hazafelé, akinek útba esett a mulatóhely, bement egy nótára. Már a legények ott voltak, várták a lányokat. Reggeli után visszajöttek a kocsmába. A reggeli tánc általában a nőké volt, a 40 év körülieké. Elfogta őket az emlék, a farsangi hangulat. Úgy félig mámorosan, köznaplósan, csak érdeklődésből elment körülnézni a középkorú asszony és ember, majd az áradat besodorta a többi közé. Azok vertek csak igazi régi farsangi verbungózt! Mi csak csodáltuk. Még a föld is rengett! Nagyon szerettem táncolni, de hát még egy ilyen partival! Nem mondom, ez egész évi beszédtema volt!

Legyen ebben az évben is hasonlóban részünk!

D. J.



# ÖNKORMÁNYZATI KALEIDOSZKÓP

## TÁJÉKOZTATÓ

Galgahévíz Község Önkormányzatához 1999. évben fizetendő adók és díjak fizetési módja és határideje:

1. **A hivatalban személyesen fizetendő szemétdíj** minden lakos után, két részletben (március 15-ig, illetve szeptember 15-ig) **504,- Ft/fő/év**
2. **Kiküldött víziközmű csekkre évente:** (december 31-ig – csatorna részlet) **6.000,- Ft**
3. **Kommunális adó ingatlanonként:** **9.000,- Ft** víziközmű tagoknak **3.900,- Ft** (kiküldött csekken két részletben március 15-ig, illetve szeptember 15-ig)
4. **Gépjárművek súlyadója** **900,- Ft/q** kiküldött határozat alapján (csekken évi két

egyenlő részletben március 15-ig, illetve szeptember 15-ig)

### 5. Iparüzési adó bevallási határideje:

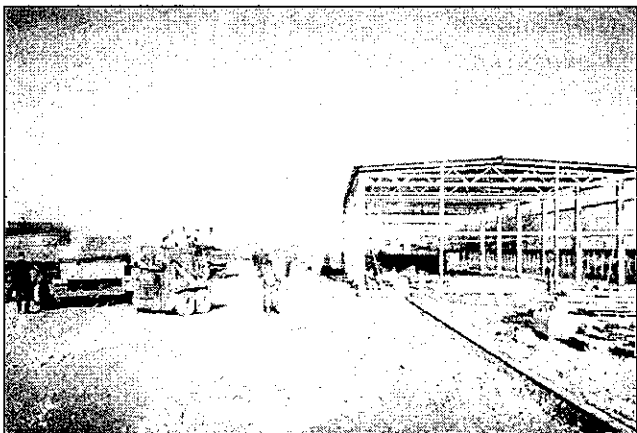
1999. május 31.

Fizetési határidő a kiküldött fizetési meghagyások alapján: csekken, illetve átutalással az OTP gödöllői fiókjánál vezetett 11742049-15391494-03540000 – számú iparüzési adó számlára fizethető.

Mértéke 1999. évben az anyagköltség 66%-ával csökkentett nettó árbevétel 1,4%-a.

*Dr. Basa Jánosné  
Csincsi Károlyné*

## Regionális hulladéklerakó építésének jelenlegi helyzete



Tura, Galgahévíz, Vácszentlászló és Zsámbok települések önkormányzatai elhatározták, hogy közös együttműködéssel a korszerű hulladékkezelés érdekében egy (a környezetvédelmi és közegészségügyi követelményeknek megfelelő – térségi-települési) rendezett, szilárdhulladéklerakót létesítenek. E célra előzetesen két területet jelöltek ki az önkormányzatok Tura nagyközség külterületén.

1. Tura - Vácszentlászló közötti út mellett, annak észak-nyugati oldalán, a község határától mintegy 2 km-re.

2. Tura - Zsámbok közötti közút nyugati oldalán, Tura határától kb. 1,7 km-re.

A megfelelő telepítési hely kiválasztása érdekében elvégzett valamennyi vizsgálat és felmérés (természetvédelem, tájvédelem és tájrendezés, környezetföldtani és hidrogeológiai adottság, vízbázisok használata és védelme stb.) az 1. sz. terület prioritását támasztotta alá. Az engedélyezési és kiviteli tervdokumentáció erre a területre készült (6 ha). A regionális hulladéklerakó a szelektív hulladékgyűjtés és válogatás bevezetése mellett 50 évre biztosítja a hulladékelhelyezést - 15 méter magas domb építésével. Így a befogadható hulladék mennyisége 350.000 köbméter.

A kivitelező kiválasztására kiírt pályázaton a székesfehérvári Magyar Aszfalt Kft.-t hirdették ki nyertesként. Az építés megkezdése 1997. december első hetében történt. Az elmúlt 1 év alatt mintegy 70%-os készültéssel munkák kerültek elvégzésre, így a depóniater kialakítása és szigetelése, szivárgóvíztelep, szennyvízelvezetés és egyéb technológiai létesítmények, felszíni vízelvezetés, vízellátás, útépítés, üzemviteli épület, hídmérleg, elektromos ellátás, üzemanyagöltő-állomás, tüzipvíztároló medence,

hulladékudvar, válogató csarnok, gépszín-, kerítés, kapuk, véderdősáv, növénytelepítés, külső energiaellátás trafoval és figyelőkutak építése.

A lerakón kialakításra került a DOPPSTADT-rendszer technológia, mely a hazai realitásokhoz jól alkalmazkodó. Az üzemelés során a lerakás előtti kezelési műveleteket (aprítás, rostálás), növényi maradékok és részben ún. biohulladékok prizmás rendszerű komposztálást, valamint az előreapított hulladékok kompaktoros tömörítéssel végezhető rendezett lerakását kívánjuk elérni.

Emellett a lerakó elkülönített részén kialakított ún. hulladékudvar módot ad arra, hogy az elkülönítetten beszállított és értékesíthető hulladékoknak ideiglenes tárolását már a kezdeti időszakban is tudjuk biztosítani.



Jelenleg az önkormányzatok már az üzemeltetés megszervezésével foglalkoznak, és ennek érdekében pályázatot készítenek a hulladékszállítás gépeinek és eszközeinek beszerzésére.

A hulladékgyűjtést szervezett formában az önkormányzatok közösen alapított üzemeltető kft.-vel kívánják végeztetni a négy településen. A hulladék begyűjtése során fokozatosan valósítja meg a gyűjtőkör településeinek a hagyományos gyűjtési módszer szelektív gyűjtéssé való átalakítását. Ezzel egyidőben folyamatosan tájékoztatja a lakosságot a szelektív gyűjtés módjáról és rendszeréről, az ezzel kapcsolatos előnyökről.

*Benke Sándor  
Tura PH. műszaki ea.*







# Az óvodában történtek



## A LOGOPÉDUS GONDOLATAI

A beszéd jelentőségét még a mai, számítógépes világban sem vitathatja senki. Mindannyian ismerünk embereket, akik szép hangjukkal, pontos, szabatos beszédükkel jutottak előnyös helyzetbe, és sajnos, arra is vannak példák, hogy dadogó vagy pösze emberek milyen kudarcokon keresztül vergődtek életük során beszédhibájuk miatt.

A tiszta, érthető beszédet óvodás korban kell megalapozni. Ez a kor a tanulás kora, a gyermek könnyen alkalmazkodik új helyzetekhez. Minél később jut szakemberhez a beszédhibás, annál kisebb a valószínűsége az eredményességnek. Az iskolai érettségnek is egyik kritériuma a tiszta beszéd, hiszen az olvasás, írás elsajátításának ez az alapja. Ezért is kötelező a nagycsoportban a logopédia mindazoknak, akiknél indokolt. A szülők ezeknek a gyerekeknek sokat tudnak segíteni, hiszen rendszeres gyakorlással alaposan lerövidíthető az erre szánt idő. Sajnos, ahol nem történik meg a gyermek segítése, ott az eredményesség is kérdésessé válhat.

A beszédhibások számának növekedése elgondolkodtató. Vajon beszélgetnek-e eleget a szülők óvodás korú gyermekekkel? Mennyit ül egy kisgyerek a tv, videó előtt, ahol csak passzívan szemléli a látványt, nem kell a beszédet használnia? Az agresszív rajzfilmek világából, ahol leütnek, felrobbantanak, feldarabolnak, felgyújtanak, levágnak stb., mennyit ért meg az óvodás, hiszen az ő világában még nincs éles határ



„...Hangoztasd az „r”-et, pörgesd a kis nyelved!”

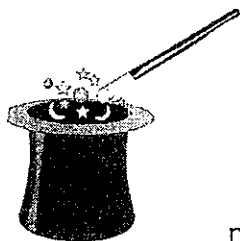
mese és valóság között. A beszéd a gondolatok visszatükröződése és egyben a kommunikáció eszköze. Valahogy az utóbbi kezd elsikkadni ebben az információ-áradatban, ami nap mint nap éri gyerekeinket. Sajnos, az esti, meghitt beszélgetésekre egyre kevesebb az idő. Pedig a gyermeknek elsődleges minta a szülő, ill. a közvetlen környezete. Olyan szülővel is találkoztam már, akinek kifejezetten tetszett gyermeke beszédhibája, ezért nem akarta, hogy korrigáljam. Szerencsére ez ritka. A szülők többsége tisztában van gyermeke érdekeivel és megfogadja a hasznos tanácsokat. Nagyon fontos, hogy a kicsi gyerekekkel is mindig tisztán, érthetően beszéljünk! Pontosan fogalmazzunk, kerüljük a bonyolult kifejezéseket, az iróniát! Ne ismételjük vissza neki a hibásan ejtett szavakat, ne gügyögjünk hozzá!

Sokat beszélnek mostanában a dyslexiáról, az olvasászavarról. Sokszor vezetik vissza a szakemberek a beszédhibákra. Tény, hogy a makacsul megmaradó pöszeség is lehet jelzés arra, hogy a gyermeknél nyelvi kommunikációs zavar, ill. beszédészlelési zavar van. Ilyenkor már óvodás korban lehet előre dolgozni az olvasászavar megelőzéséért. Meg kell figyelni, hogy mely területen tapasztalható az elmaradás, és azt a területet kell fejleszteni.

Előfordul, hogy irányítévesztési zavarok gátolják a betűk felismerését, esetleg a zöngés, zöngétlen hangok között nem képes differenciálni. Lehet az is, hogy az erőszakosan kialakított jobbkezeség felelős a gyermek iskolai kudarcaiért. Mindenesetre a dyslexia sok kisgyermek iskolai pályafutását keseríti meg. Szerencsére javítható, korrigálható ez a zavar is, de sok türelemre, rendszerességre, kitartásra van szükség, nemcsak a gyermek, hanem a szülő részéről is.

A galgahévízi óvoda gyermekcentrikussága a környéken elismert. Szívesen jövök én is ide dolgozni. Remélem, még sokáig lesz alkalmam segíteni azoknak a kisgyermeknek, akik erre rászorultak.

Diligensné Takács Judit  
logopéda



## MEGHÍVÓ

Szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt

### OVI – FARSANGUNKRA,

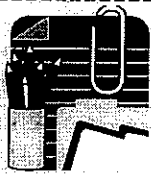
melyet 1999. február 7-én 15 órakor tartunk a művelődési házban.

**Program:** – jelmezesek felvonulása – tombola  
– zene, tánc – büfé

Vigadjunk együtt!

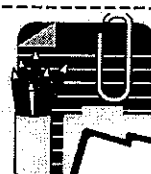
Ovisok és nevelők





# SULI-HÍREK

## FEBRUÁR



### "A FARSANGI NAPOKBA, LESZÜNK MI IS VÍGABBAN..."

Ez lehetne a mottója a farsangi bál előkészületének időszakára iskolánkban. Január egyik hétfőjének reggelén maskarába öltözött diákok hirdették, hogy elérkezett a farsangi időszak. Felszólítottak kicsiket és nagyokat az ötletes jelmezek készítésére, mivel február 5-ére terveztük hagyományos jelmezbálunkat.

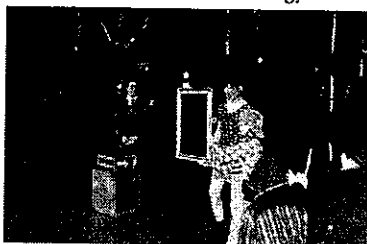
A diákönkormányzat összedugta fejét, hogy milyen szórakoztató műsor fogadja a bálon résztvevőket. Azok a felsős lányok, akik tavaly modern táncot tanultak, elvállalták, hogy újabb táncprodukcióval készüljenek. A nyolcadikos lányok egy csoportja vidám fejtörő játékot eszelt ki "ZENÉSZ" címmel. A játék résztvevői és a nézők egyaránt jól szórakoztak.

Meglepetés is várta a közönséget, ezzel emelni akartuk a jelmezbál hangulatát.

Örömminkre szolgált, hogy Darnyik Ági elvállalta a műsorvezető szerepét, és így újra az Ő ötletes felkonferálására jelenhettek meg a színpadon a mesealakok, történelmi szereplők és bohókás figurák. A disco és a büfé sem maradhatott el, amit a nyolcadikos és hetedikos tanulók szerveztek, persze szülői segítséggel. A tombolán különféle tárgyakat lehetett nyerni a diákok nagy örömeire.

Reméljük, kellemes pén-  
tek délutánt töltöttünk  
együtt a művelődési házban  
február 5-én.

Gódnorné Gergely Éva  
diákönkormányzat-vezető  
tanár



### 1999. január hónapban az iskola helyesírási versenyt rendezett Kölcsey mondása jegyében.

A verseny mottója:

"Meleg szeretettel függj a hon nyelvén!"  
(Kölcsey)

A helyesírási verseny eredménye:

- |            |                     |
|------------|---------------------|
| 5. osztály | I. Labáth Melinda   |
|            | II. Kovács Mónika   |
|            | III. Bibók Barbara  |
| 6. osztály | I. Szécsi Ákos      |
|            | II. Raffai Zsolt    |
|            | III. Kui Balázs     |
| 7. osztály | I. Gódor Júlia      |
|            | II. Száraz Szilvia  |
|            | III. Ambrus Mónika  |
| 8. osztály | I. Kaszala Zsanett  |
|            | II. Kolesza Tünde   |
|            | III. Darnyik Aranka |

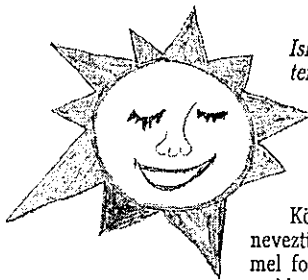
Tanulóink februárban a Kazinczy-prózamondó versenyre készülnek.

A verseny első helyezettjei a területi döntőn is szerepelhetnek, melynek helye Tura lesz.

Rásonyi Miklósné

### TAKARÉKOSKODJ!

Iskolai energiaprogram: Hogyan bánjunk a természeti erőforrásokkal és az energiával?



Iskolánk ebben a tanévben is folytatja a környezetvédelmi neveléssel kapcsolatos teendőket, ami a norvég SPARE-programhoz kapcsolódik. A Környezetgazdálkodási Intézet felhívására neveztünk be a 7. osztályos tanulókkal. Örömmel fogadta az intézet iskolánk jelentkezését, majd tájékoztattak minket:

"A norvég központú SPARE nemzetközi programhoz eddig 9 európai ország 50000 iskolása csatlakozott. Ebben a tanévben a magyarországi részvétele teljesen párhuzamos a nemzetközi programmal. Reméljük, e program új ismeretek megszerzését segíti elő az energiával kapcsolatban, és bepillantást enged önmaga és környezete energia-felhasználásába is".

Mit is takar valójában ez a program? Feladatul kaptuk, hogy a diákok ismerkedjenek meg az energia formáival és törvényeivel. A fizikaoktatással együtt képet alkothatnak az ehhez kapcsolódó fogalmakról, mértékegységekről, és gyakorlati tapasztalatokat szerezhettek az elfogyasztott energia kiszámításának eszközeiről. Feladataink megvalósítását februárban tervezzük:

Az 1. héten minden nap megmérjük iskolánk villamosenergia- és gázfogyasztását. Egy táblázatban feljegyezzük az értékeket, és ezeket grafikonon ábrázoljuk.

A 2. héten csökkentjük az osztályterem hőmérsékletét 1°C-kal. A villanyhasználatot minimálisra csökkentjük. Leolvassuk a mérőóra állásokat, kiszámítjuk, mennyivel csökkent az áram- és gázfogyasztás. Pénzre is átszámítjuk, így kézzel fogható lesz a változás.

A 3. héten energia-megtakarítási megoldásokat keresünk. A diákoknak kell ötleteket adni arra vonatkozóan, hogy milyen úton kerülhetnénk el az áram és gáz pazarlását. Szülők segítségét is várjuk ehhez a feladathoz, lehet magyarázat és rajz is.

A 4. héten végre kell hajtani több takarékosági intézkedést. Leolvassuk a mérőórákat, és összehasonlítjuk a kapott eredményt az 1. hetivel. Kiszámítjuk, hogy összesen mennyi energiát takarítottunk meg.

Mit várnak a programban résztvevőktől a szakemberek? Az ENSZ hangsúlyozza, hogy mozgósítani kell a világ gyermekeit, hogy gondját viseljék a környezetnek. Arra kell ösztönözni őket, hogy környezetbarát energiafelhasználáson alapuló társadalmat építsenek fel. A program segítségével az iskolások megtanulhatják, hogyan lehet ésszerűen felhasználni az energiát, és hatással lehetnek a környezetünkben élő emberekre, hogy azok is így tegyenek. Nemzetközi kapcsolatokat teremthetünk az iskolák között.

A felelősséggel gondolkodni tudó szülők segítségét kérjük a program sikerességéhez. Hiszen nem mindegy, hogy gyermekeink pazarló vagy takarékos életmódot folytatnak a jövőben.

Ne végy el mindent magadnak,  
de amit elvettél, azt használd is fel,  
csak annyit végy el,  
amennyire szükséged lesz.

(Régi lapp mondás)



Gódnorné Gergely Éva  
tanárnő





# NÉPFŐISKOLAI HÍRADÓ



## JANUÁRBAN TÖRTÉNT

A Bedekovich Lőrinc Népfőiskolai Társaság meghívására Jászfényszaru Közoktatási Fórumon vehettünk részt január 14-én. A népfőiskola és a jászok bemutatkozása után késve, de megérkezett Dr. Szemkeő Judit államtitkár asszony, aki gyors tájékoztatót adott, majd a kérdésekre válaszolt. Érintette a NAT és a helyi tantervek ügyét, szóba került a felnőttképzés, az egyetem és főiskolák területi integrációja, még az erkölcs és hitoktatás is. Igen parázs és élénk eszmecsere folyt. Miksztai Pál iskolaigazgató segítségével utazhattunk, ezúton is köszönjük a segítségét.

Transzformáció játékra jelentkeztek nyolcan, és Gombosné Csákány Ibolya, valamint Gyulavári Béla segítő közreműködésével játszhattak január 25-én és 26-án. Akik szeretnének ebben az önismereti játékban részt venni, azoknak igény szerint szervezünk további alkalmakat.

S. Nagy Andrea

## Népfőiskolai programok februárban

A hosszú téli esték, a kevéske napsütés hajlamossá tesznek a melankóliára, a depresszióra, sokkal többet betegeskedünk.

Szerdánként 18-20 óráig "Egészség-kör"-re hívjuk az egészségesebb életre vágyókat. Az életmóddal és környezetvédelemmel foglalkozó klub helye a művelődési ház emeleti előadója. Belépődíj: 100 Ft.

- Program: február 3. Egészségünk kulcsa a mi kezünkben van!  
február 10. Betegnek érzem magam, de nem tudom, mi bajom?  
Candida, az ezerarcú gomba  
február 17. A szépség belőlünk fakad – természetes kozmetikumok  
február 24. Mit eszünk valójában?  
március 3. Zöldköznapok – hulladék-helyzetkép

Továbbá: február 16. (kedd) Kuratóriumi ülés 14-16-ig  
Tervezett napirendi pontok:

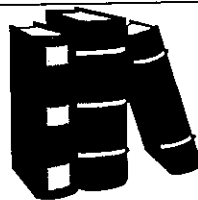
- 1998. évi kiadások és bevételek
- 1999. évi tervezet
- Mentálhigiénés szaktanácsadás elindulása
- Szja 1 százalékának felhasználása
- Egyebek

Az ülés nyilvános. Szívesen látjuk az érdeklődőket!

Egyeztetés alatt áll még: Feng shui – harmóniában a természettel (belsőépítészeti tanácsok az ősi kínai tudomány alkalmazásával)

Rendszeres programok továbbra is zajlanak:

- keddenként 17-20-ig autogén tréning
- csütörtökönként 18-20-ig jóga
- péntekenként 18.30-20-ig német nyelvvóra



## KÖNYVAJÁNLÓ

Borszékiné Rétháti Ágnes:  
Az én reformkonyhám  
Borszékiné Rétháti Ágnes:  
Kerti finomságok

A szakíró hölgy előadónk volt novemberben, két könyves új receptötletet ad, hogyan készíthetünk kímélő ételeket magyaros ízekkel.

David Pearson: Természetes Ház

Környezetbarát és energiatakarékos építési módok átfogó ismertetése hazai szakemberek és vállalkozások címeivel.

## KITEKINTÓ

Hatvani Környezetvédő Egyesület óvodások, iskolások részére pályázatot hirdet

"Környezetünk védett növényei" címmel.

Feladat: színes vízfestmény, temperatechnikával bemutatni a Nyugat-Mátraalja és Zagyva-völgy környezetében található valamely védett növényünket.

Méret: A/4 (géppapír), illetve A/5 (írólap)

Beküldési határidő: április 30.

Cím: Hatvan, Pázsit út 39.

A Heves Megyei Életreform Népfőiskola I. Életreform Napot szervez február 13-án, szombaton 9-16 óráig Egerben, a Lila iskolában (Rákóczi u. 48.). Kedves meghívót kaptunk, részvételünket kérjük.



Adventi készülődés Borszékiné Rétháti Ágnes előadóval és a finomságok: búzacsira és pástétomok

Köszönjük a személyi jövedelemadó 1 százalékának felajánlását. Így 28.244 Ft-ot kapott a népfőiskola. Kérjük, ez évben is támogassák munkánkat! Adószámunk: 19180492-1-13.

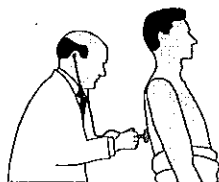


## Hasznos egészségügyi tanácsok gyermekeknek

# Influenzajárványok, influenzavírusok, influenza elleni védőoltások

Az influenza az egyik legjelentősebb légúti vírusfertőzés. Súlyát igen gyors, esetenként robbanásszerű, világszerte történő elterjedése és a magas halálozás adja.

Járványos előfordulásáról az első feljegyzés 1510-ből származik. 1580-ban újabb járvány tört ki, erről már részletes adatok szólnak: júniusban indult Szcíliából, és néhány hónap alatt egész Európát elárasztotta. A XIX. században legalább 4 vilájjárvány zajlott le. A XX. sz. első nagy járványa a "spanyol nátha" volt, amely az I. világháborút követően tört ki. 21 millióan estek áldozatul, messze megelőzve ezzel a háborús emberveszteségeket. Nagy járvány alakult ki még 1947-ben, 1957-ben (ázsiai influenza), 1968-ban (Hong-Kong) és 1977-78-ban. A nagy vilájjárványok rendszerint 10 évenként lépnek fel, az egész földet elárasztják, de különösen a mérsékelt égöv területeit sújtják.



Gyakoribb a másodlagos tüdőgyulladás. Ez a kezdeti heveny szak lezajlás után 2-3 nappal, a láz ismételt felléptével jelentkezik. Az idősebb korosztályokban gyakori influenzás halálozás jórészt ebből származik.

### VÉDŐOLTÁS, OLTÓANYAGOK

A védőoltást elölt vakcinával végzik. A vakcinák összetétele világszerte egységes. Az Egészségügyi Világszervezet évente vizsgálja, hogy a következő járványban feltehetőleg mely vírustörzsek szerepelnek majd kórokozóként. Ezek kerülnek majd az új oltóanyagba. Az előállítás technológiájának megfelelően teljes vírust tartalmazó, valamint hasított vírustól és a vírus felszíni antigénjeiből készített vakcinák vannak forgalomban.

Teljes vírust tartalmaz a FLUVAL nevű hazai készítmény. A hasított vakcinák közül hazánkban a FLUARIX, a VAXIGRIP és a BEGRIVAC R, valamint egy felszíni vakcina, az INFLUVAC van gyógyszerári forgalomban. Az oltással legfeljebb 80-85%-os immunitást lehet kialakítani.

### OLTANDÓK:

Az oltandók körét úgy kell kiválasztani, hogy a különösen veszélyeztetettek védelme legyen biztosított. (60 év feletti, idült szív-, tüdő-, vesebetegségben, cukorbetegségben szenvedők, kollégiumok lakói.) Emellett célszerű immunizálni azokat, akik a közösség szempontjából különösen fontos munkát végeznek, és megbetegedésük a mindennapi élet zavartalanságát veszélyeztetné. Javasolt a gyermekek oltása is, különösen, ha légúti (asztma) vagy idült anyagcsere-betegségben szenvednek, továbbá tartós szalicilát kezelésben részesülnek. Teljes vírust tartalmazó készítmények 3 éven aluliaknak nem adhatók, őket csak hasított vagy felszíni típusú oltóanyagokkal szabad oltani.

**OLTÁSI REAKCIÓ**-ként a beadás helyén átmeneti nyomásérzékenység, lobosság alakulhat ki, mely borogtással hamarosan elmúlik. Láz, fejfájás ritka, 6-12 órán belül kezdődik és 1-2 napig tart. Gyermekekben általában gyakoribb és súlyosabb.

**NEM SZABAD OLTANI** a heveny betegségben szenvedőket, valamint a tojásra allergiás személyeket. Terhesek oltását illetően nincs egységes álláspont. Az általános nézet szerint az oltás ilyen esetekben csak különlegesen veszélyes helyzetben indokolt.

*Dr. Majoros Valéria  
gyermekorvos*

## TAVASZI VÉRADÁS

Február 21-én 8-tól 13 óráig véradás lesz a Polgármesteri Hivatalban.

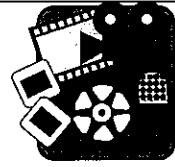
Szeretettel várjuk a véradókat!

Vöröskereszt





# Kultúra, művelődés, szórakozás



## Ünnep volt a II. Rákóczi Ferenc Nyugdíjas Klubban

A nyugdíjas klub vezetősége minden év januárjában számot ad a tagságnak az elmúlt év eseményeiről.

Ez évben is összehívtuk a közgyűlést 1999. január 10-re. Vasárnap lévén, már délután 4 órakor megtelt a művelődési ház nagyterme. Az ünnepi közgyűlést a magyar himnusszal kezdtük. Ezután következett az elnöki beszámoló. Előljáróban ismerttem a közgyűlés résztvevőivel egy-két statisztikai adatot a klubról:

Jelenleg 147 tagunk van. A klub vezetőségének a létszáma 9 fő. A klub népdalköre 18 főből áll. A klub tagja a Nyugdíjas Klubok Országos Szövetségének, melynek székhelye Budapest.

Hasonlóan a korábbi évekhez, most is a szomorú hírekkel kezdtem.

Az 1998-as évben a klubnak 8 halottja volt.

|                |                             |
|----------------|-----------------------------|
| január 1.      | Katona János                |
| június 25.     | Kiss Lászlóné (Széles Anna) |
| augusztus 4.   | Százaz Ferenc               |
| szeptember 17. | Izrael Mihály               |
| szeptember 18. | Kolesza István              |
| november 2.    | Kiss Mihály                 |
| november 12.   | Darázs István               |
| november 29.   | id. Szűcs János             |

Súlyos veszteség érte a Nyugdíjas Klubok Országos Szövetségét is. Elhunyt Knoll István, a szövetség elnöke. Sokat küzdött, harcolt a nyugdíjasok érdekvédelméért. Temetése 1998. szeptember 16-án volt Budapesten, a Farkasréti temetőben. Természetesen a klub vezetősége képviseltette magát a temetésen.

Még egy szomorú hír. Elhunyt Nagy László főesperes urunk. Felsőgödön helyezték örök nyugalomra. A klub tagsága 50 fővel vett részt a temetésen. Mindenki ismerte Nagy Árpád prépost urunk edestestvérét, hisz sokáig itt volt Galgahévízen.

Valamennyien nyugodjanak békében. Emléküket megőrizzük.

A beszámoló további részében ismerttem az 1998. évi kirándulásokat, zárandoklatokat:

|               |  |
|---------------|--|
| május 3-4-5.  | 3 napos kirándulás Erdélyben                             |
| június 21.    | Zárandoklat Mezőkövesdre                                 |
| augusztus 20. | Budapesten többen részt vettünk a Szent Jobb körmeneten. |



- augusztus 23. Mátraverebély – Szentkútra zarándokoltunk.
- szeptember 13. Váci búcsúban voltunk.
- október 3-4. Kétnapos kirándulás helyszínei: Pécs, Mária-gyűd, Harkányfürdő.

A népdalkör 1998. évi szereplései, fellépései:

- február 15. A helyi műv. házban a galgahévízi néptáncscsoport 20 éves jubileuma alkalmából.
- március 15. A nemzeti ünnepen.
- május 9. Tápiószelén a Pest Megyei Nyugdíjas Klubok találkozóján.
- május 30. Csömörrre kaptunk meghívást egy nagyszabású folklórműsorra.
- június 28. Délelőtt: Gödöllőn szerepeltünk a mezőgazdasági kiállításon.  
Délután: Galgamácsán a Dudás Juli ünnepségen léptünk fel, ahol a galgahévízi PÁVAKÖR nyerte el a "Dudás Juli" díjat.
- augusztus 8. Berekfürdőre mentünk a Nyugdíjas Klubok Találkozójára, ahol szintén nagy sikerünk volt.
- augusztus 28. A budapesti városházán a jubiláló házaspárok ünnepén lakodalmas dalokat énekeltünk.
- szeptember 20. Galgahévízen, a műv. házban szerepeltünk a népdalkörök találkozóján.
- december 27. Az év utolsó szereplése a Falukarácsonyon volt, ahol régi szép karácsonyi énekeket énekeltünk.

Ez volt az 1998-as évben a nyugdíjas klub mozgalma, élete, tevékenysége. A beszámoló végén megköszöntem mindazon szervezetnek és magánszemélynek a segítségét, akik valamilyen formában erkölcsi vagy anyagi segítséggel hozzájárultak ahhoz, hogy a klub élete, mozgalma sikeres legyen.

Hozzászólások is voltak: Dr. Basa Antal polgármester úr, Nagy Árpád prépost úr, Bankó László a műv. ház részéről, s végül Erősvári Pál ny. tanár úr.

Valamennyi hozzászóló elismerően nyilatkozott a klub munkájáról. Én a klub vezetősége nevében megköszönöm az elismerő szavakat. Ígéretet tettem arra, hogy az 1999-es évben igyekezzünk úgy munkálkodni, hogy egy év múlva, 2000 januárjában ismét érdemeket szerezzünk az elismerő szavakra. Ezzel a közgyűlés hivatalos része lezárult. Kezdődött az ünnepi vacsora, ami olyan izletes és kiadós volt, hogy minden dicséretet megérdemelnek az óvoda szakácsnői, asszonyai.

A vacsorával az est még nem ért véget, ezután következett a "DÁRIDÓ".

Péli Tomi és zenekara azzal a közismert slágerrel kezdte a talpalávalót, hogy "Nem csak a húszéveseké a világ". A mulatság, a tánc, a jókedv késő éjszaka ért véget.

Hajdú József

II. Rákóczi Nyugdíjas Klub elnöke







# GASZTRONÓMIAI PALETTA



## Francia hagymaleves

Hozzávalók 4 személyre:

- 1 l húsleves
- 180 g vöröshagyma
- 80 g póréhagyma
- 2 dl száraz fehérbor
- 20 g cukor
- 50 g olaj
- bors, szerecsendió, só
- 4 szelet fehér kenyér
- 80 g reszelt trappista sajt

Egy lábasba kevés olajat öntünk, felhevítjük, hozzá tesszük a cukrot, majd megkaramellizáljuk. Ekkor hozzáadjuk a szeletekre vágott hagymát, póréhagymát, enyhén lepírtjük, felöntjük fehérborral és a hús-

levesel. Fűszerezzük a szerecsendióval, borssal, vígyáza ízesítjük sóval.

Pár percig főzzük, majd szétosztjuk 4 cserépedénybe. Mindegyik tetejére egy szelet pirított kenyeret teszünk, megszórjuk reszelt sajttal, amit szalamanderben rápirítunk.



## Borjúszűz rizstésztával, gombával, paprikával

Hozzávalók 4 személyre:

- 600 g borjúszűz
- 5 dl olaj
- 150 g rizstészta
- 1 db kisebb kínai káposzta
- 200 g laskagomba
- 2 db pirospaprika
- 3 evőkanál szójamártás
- 2 gerezd fokhagyma
- 1 evőkanál chiliolaj

- 1 db tojásfehérje
- 1 evőkanál burgonyakeményítő

A borjúhúst vékony lapokra vágjuk, rátesszük a szójamártást, burgonyakeményítőt, majd a lazára felvert tojásfehérjével összekeverjük. Forró olajon, gyors mozdulatokkal kevergetve készre sütjük, majd kivesszük az edényből a húst, és a visszamaradt forró olajban megfuttatjuk az összetört fokhagymát, csikokra vágott gombát, kínai káposztát, paprikát, megáztatott rizstésztát. Visszatesszük a húst és összekeverjük. Ízesítjük sóval, szójamártással, chiliolajjal.

## Crepes Susette

Hozzávalók a palacsintához:

- 12 dkg teljes kiőrlésű liszt
- 3 dkg cukor
- 2 tojás
- körülbelül 2,5 dl tej
- 5 dkg margarin
- 5 dkg vaj
- 2 nagyobb narancs
- 3-4 evőkanál méz
- 2 evőkanál citromlé
- 1,5 dl frissen kicsavart narancslé
- 3-4 evőkanál Grand Marnier likőr

A lisztet elkeverjük a cukorral, a tojással és annyi tejjel, hogy kellő sűrűségű palacsintatésztát kapjunk. Hozzáadjunk egy evőkanál olvasztott margarint is. A többi margarinon vékony palacsintákat sütünk. Flambírozó serpenyőben 5 dkg vajat olvasztunk, hozzáadjuk a mézet, a citrom- és narancslét, átforraljuk, majd a palacsintákat egyenként megfürdetjük a mártásban, háromszögformára hajtjuk. Ha mind elkészült, meglocsoljuk a merőkanálban megmelegített Grand Marnies likőrrel, majd meggyújtva flambírozzuk. Tálaláskor meghintjük reszelt narancshéjjal. Adhatunk hozzá előre elkészített narancsos-mézes vajkrémet is. Narancsfilédarabokkal és citromfűvel díszítjük.

Jó étvágyat!

Fekete Antonió  
szakács





## I. GAIA KUPA LOVASTUSA VERSENY 1998. SZEPTEMBER 20.

A lovastusa szakág új, izgalmas, a sportág versenyeihez ideális adottságokkal (talaj és domborzati) rendelkező versenyszínhellyel gyarapodott Galgahévízen. A verseny házigazdája és egyben fő támogatója a GAIA Alapítvány, közelebről Varga Géza úr, aki az alapítvány elnöke.

Lovastusa verseny megrendezésének elképzelései már az 1997. év végén körvonalazódnak látszódtak, amikor is egy - az alapítvány területén megrendezett - vadászlovaglást követően az alapítvány tagjai úgy gondolták, hogy amennyiben a terület alkalmas, úgy szívesen ajánlanák fel a területet lovastusa versenyek megrendezésére. A verseny igazgatója, Balla Zoltán úr felkérésére a terület megtekintése és versenyre alkalmasnak nyilvánítását követően elvállaltam a tereppálya megtervezését és az előkészületekben való segítségnyújtást a GATE lovarda dolgozóival együtt.

A domborzat alakulása nagyban segítette a pálya nyomvonalának és akadályainak kialakítását. Idén két pálya készült el, egy az - 1998-

ban beindított - AO kategória számára 13 akadályal és egy a nyitott kategória számára 16 akadályal. Az AO kategória akadályai a szakág tömegbázisának szélesítését szem előtt tartva, az indulók számára kedvesítő szándékkal készültek. Számukra a pálya 2250 méterén a szakág versenyein szereplő típusakadályok leképzett másai szerepeltek, magukba foglalva oreket, felugrást, mélybeugrást és árkokat. Az akadályok magassága sehol sem haladta meg a 90 cm-t.

A nyitott kategória magasabb (100cm), technikásabb és több akadály, hosszabb - 3000 m-es - pályája már egy minőségi váltást feltételez ló és lovas számára egyaránt. Sajnálatosan a nyitott kategória pályája még vár a felavatásra, ugyanis a kevés számú induló miatt ez a kategória nem került megrendezésre. A lovak és lovasok megérkezését a tereppálya bemutatása követte. A verseny lebonyolítása a klasszikus egynapos lovastusa elveinek megfelelően történt. A nevezési idő lejártá után hét lelkes lovas, kilenc még lelkesebb lóval kezdett neki az előtűk álló feladatok leküzdéséhez 10 órakor.

Az AO-ás díjlovagló program lelovaglását követően (mintegy ezzel a feladattal a lovat bemelegítve) szerelékigazítás és néhány bemelegítő ugrás után 15 percen belül fegyelmzetten jelentkezett minden lovas díjugrató feladatára. A díjugrató pálya - szabálynak megfelelően a B/2-es díjugrató kategóriának volt megfelelő - a mi esetünkben csak tíz akadályal. A díjlovagló szám befejezését követően a jó idővel még két lovas érkezett, akiknek a nevezését a vezető bíró, Nagy Lajos úr elfogadta, amelyet egy a számukra megtartott pót-

vizsgáztatás követett.

A két versenyszámot egy kis ebédszünet követett 14 óráig. A terepverseny a lovasok meglegedésével zajlott le. Az akadályok jól meglovagolhatóak voltak, a vonalvezetésből és kellemes talajadottságból kifolyólag (fűvel borított homok) az alapidő könnyen elérhetőnek tűnt - holott ebben a kategóriában ez nem az elsődleges cél. A terepversenyre a napsütés mellett 50-70 fő néző sereglett össze a pálya betekintése szempontjából legjobb helyen. Itt 10 méter megtételével betekínthető volt a pálya (és elérhető a büfé).

Az utolsó lovas beérkezését követően 5 percen belül rendelkezésünkre állt a végső eredmény. Az eredményhirdetést 16 órakor tartottuk, amelynek részeként Varga Géza úr, az alapítvány elnöke köszöntötte a lovasokat, és szóbeli ígéretében az elkövetkezendő 10 évre otthont biztosít a lovastusa sport versenyeinek. A pálya mindenféleképpen kibővül a szakág többi kategóriája számára is, feltétlenül megtartva az AO kategória pályáját.

Érzésem szerint a jó hangulatban lezajlott verseny elérte célját, miszerint egy új pálya létesült, valamint a szakágba eddig ismeretlen, új árkokat üdvözölhetünk. Nekik annyit üzennék, hogy érezték jól magukat a szakágban, és találkozzunk elkövetkező versenyeinken.

A tereppálya a Galgahévízen élő fiatalok szabadidejének karitatív, energiát és időt nem sajnáló terméke, a mai világban sokszor hiányzó közös célért való összefogás jegyében. Gratulálok, és a lovastusa szakág nevében köszönöm.

Mészáros Gyula  
terep-pálya-tervező



## A LOVASTUSA SZAKÁG 1999-es versenykiírása:

| Időpont    | Versenyszínpont  | VII. 9-12.          | Landliche EB, Kézdivásárhely CCI*                         |
|------------|--|---------------------|---|
| IV. 3.     | Galgahévíz gyakorlóverseny                               | VII. 16-18.         | IV. Országos min. Lábod                                   |
| IV. 10.    | Galgahévíz GAIA Kupa I. forduló (Pest megyei bajnokság)  | VII. 31. - VIII. 1. | Barbacs   |
| IV. 16-18. | I. Országos min. Létavértes                              | VIII. 8.            | Cserhátsurány (Pest megyei bajnokság)                     |
| V. 1.      | Galgahévíz GAIA Kupa II. forduló (Pest megyei bajnokság) | VIII. 18-20.        | Somogysárd OB döntő CCI*                                  |
| V. 8-9.    | Somogysárd   | IX. 3-5.            | Military Ifj. EB, Győrújbarát                             |
| V. 14-16.  | II. Országos min. Nagykanizsa                            | IX. 9-12.           | Necarne Castle Junior EB (IRL)                            |
| VI. 5-6.   | Pirtó  | IX. 11.             | Sóskút (Pest megyei bajnokság)                            |
| VI. 18-20. | III. Országos min. Pápa                                  | IX. 16-19.          | Felnőtt EB Luhmüllen                                      |
| VII. 3.    | Gödöllő - Agri - Univ (Pest megyei bajnokság)            | IX. 25.             | Fót (Pest megyei bajnokság)                               |
|            |  | X. 2.               | Galgahévíz GAIA Kupa III. forduló (Pest megyei bajnokság) |

A galgahévízi pálya nagyszerű rajtját mutatja az 1999-ben itt megrendezendő versenyek száma is.

Amennyiben sikerül a már meglévő A"O" és A "nyitott" kategóriájú ugrások mellé a B és C kategóriát is megépíteni, a szakág még az idén országos fordulókat is szívesen rendezne nálunk.

Balla Zoltán





# TÁVBESZÉLŐ ALAPDÍJAK



Tarifatáblázat és havi díjak  
(ÁFA-t nem tartalmaznak)

## Belépési díjak:

|                                 |             |
|---------------------------------|-------------|
| egyéni előfizetőknek            | 30.000 Ft   |
| üzleti/intézményi előfizetőknek | 45.000 Ft * |

\*1998. január 1-jétől kedvezményes belépési díj!

## Előfizetési díjak:

|           |          |                   |
|-----------|----------|-------------------|
|           | egyéni   | üzleti/intézményi |
| fővonal   | 1.220 Ft | 2.000 Ft          |
| ikervonal | 468 Ft   | 530 Ft            |

Az előfizetési díj automata (gépi) kapcsolású központhoz tartozó egyéni előfizetők esetében – helyi beszélgetésre vonatkozó – 20 impulzus díját is tartalmazza.

## 1 impulzus díja:

|                                       |          |
|---------------------------------------|----------|
| előfizetőknél                         | 12,00 Ft |
| telefonkártyás nyilvános állomásoknál | 16,00 Ft |
| érmés nyilvános állomásoknál          | 16,00 Ft |

## Belföldi beszélgetési díjak előfizetői állomásokról a közcélú távbeszélő hálózaton belül

| díjzónák          | csúcs<br>munkanap 9-15 óráig |            | nappali<br>munkanap 7-9 óráig és 15-18 óráig |            |
|-------------------|------------------------------|------------|--|------------|
|                   | Ft/perc                      | 1 impulzus | Ft/perc                                      | 1 impulzus |
| Helyi beszélgetés | 8,00                         | 90,00 mp   | 6,00   | 120,00 mp  |
| I. díjzóna        | 20,57                        | 35,00 mp   | 20,00  | 36,00 mp   |
| II. díjzóna       | 23,22                        | 31,00 mp   | 22,50  | 32,00 mp   |
| III. díjzóna      | 30,60                        | 23,53 mp   | 30,60  | 23,53 mp   |

| díjzónák          | munkanap 5-7 ó. 18-22 ó.<br>ünnap, hétvége 5-22 ó. |            | éjjel 22-24 ó.<br>0-5 ó. |            |
|-------------------|--|------------|--------------------------|------------|
|                   | Ft/perc  | 1 impulzus | Ft/perc                  | 1 impulzus |
| Helyi beszélgetés | 3,53   | 2,15 mp    | 2,06                     | 350,00     |
| I. díjzóna        | 11,08  | 65,00      | 6,10                     | 118,00     |
| II. díjzóna       | 13,09  | 55,00      | 7,20                     | 100,00     |
| III. díjzóna      | 15,00  | 48,00      | 11,40                    | 63,16      |

Helyi beszélgetés: településen belül

I. díjzóna: azonos körzetszámú települések között

II. díjzóna: Budapest és Budapest vonzáskörzetébe tartozó egyes települések között

**Mobiltelefon:** csúcsidőben munkanapokon 7-18 óráig: 60.- Ft  
egyéb más időpontokban: 40.-Ft





## SPORTNAPOK A MŰVELŐDÉSI HÁZBAN

Szeretettel várunk sportolni szerető ifjakat és idősebbeket a művelődési házban megrendezendő bajnokságokra.

**Asztalitenisz-bajnokság:**  
1999. február 20-án (szombat)  
du. 14 óra

**Biliárdbajnokság:**  
1999. február 27-én (szombat)  
du. 14 óra

**Ultibajnokság**  
1999. február 28-án (vasárnap)  
du. 14 óra

**Sakkbajnokság:**  
1999. március 7-én (vasárnap)  
du. 14 óra

**Edzési lehetőségek:**  
hétfő, csütörtök, szombat: 18 órától a  
művelődési házban.

Helyezettek:  
I. II. III. díjazásban részesülnek.

Nevezési díj: 200 Ft/fő a helyszínen, ill. előnevezéseket jelezni lehet a polgármesteri hivatalban vagy a kultúrház büféjében. Kérjük az érdeklődőket, hogy lehetőleg a versenyek előtt 1 órával jelenjenek meg a bemelegítés, ill. sorsolás elkészítése végett.

Szervezők

## A MŰVELŐDÉSI HÁZ PROGRAMJAI

(február-március)

1999. február 4-én  
Műanyagvásár 9-12-ig  
február 5-én  
Iskolai farsang 16-20 óráig  
február 7-én  
Óvodások farsangi bulija  
15 óraker  
február 10-én  
Függöny- és méterárúvásár  
8-16-ig  
február 11-én  
Új ruha-, cipő-, vegyi áru- és  
műanyagvásár 9-15-ig  
február 14-én  
Fortuna bál 20 órától  
február 15-én  
Új ruha- és cipővásár 8-12-ig  
február 21-én  
Sportközgyűlés 16 óraker

1999. március 12-én  
Új ruha- és cipővásár 8-12-ig  
március 15-én  
Ünnepi megemlékezés  
március 17-én  
Függöny- és méterárúvásár  
8-16-ig

Darnyik Antalné

*Kiadja*  
*a Galgahévízi Önkormányzat Polgármesteri Hivatala*  
*Felelős kiadó: Dr. Basa Antal polgármester*  
*Felelős szerkesztő: Basa Barbara*  
*Nyomdai előkészítés: Gradus Stúdió – Aszód*  
*Készült az ArtWind Kft. nyomdájában*

