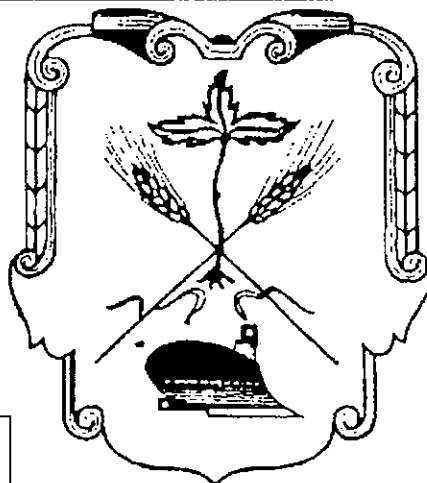


GALGA



9. szám 1999. SZEPTEMBER

HÉVÍZ

Havonta megjelenő olvasnivaló

SZÜRETI FELVONULÁS ÉS BÁL GALGAHÉVÍZEN

Ez évben szeptember 26-án (vasárnap) rendezik a falubeli fiatalok a hagyományos
"SZÜRETIT".

Ott lesz a tekintélyes bíró és bíróné, a bort kínáló kocsmáros és kocsmárosné.
Lóra ülnek az idén is a betyárok, és feldíszített hintón, szekereken, lovaskoesikon
a szokásos állomásokat végigjárja a falu apraja-nagyja.

Délután és este is a Galgahévízi zenekar muzsikál.

Indulás a művelődési ház elől 12 órakor.

Szeretettel várunk mindenkit, akár nézni, akár mulatni akar.

Aki a felvonuláson is szívesen részt venne, a "Műv. Ház" büfében,

Fábián Ildinél adjon hírt magáról, örömmel látjuk.

Szervezők



Fehér szőlő, kadarka,
Enyém leszel, te, barna,
Szüret után, azután,
Csütörtökön délután.

Félre tőlem búbánat, búbánat,
Kancsót vágok utánad, utánad,
Széles világ csúfjára, csúfjára,
Megfojtlak egy pohárba, pohárba.

Egészségünkre!



ÖNKORMÁNYZATI KALEIDOSZKÓP

A képviselő-testület az 1999. augusztus 10-én tartott ülésén elfogadta a II. Rákóczi Ferenc Általános Iskola tevékenységéről szóló előterjesztést. *Miksztai Pál* igazgató úr által készített beszámoló részletesen, de lényegretörően tartalmazta a tantestület munkáját. Megállapították a képviselők, hogy az intézmény rendezett, a társintézményekkel való kapcsolata jó.

Külön említést érdemel, hogy az egész településre kiterjedően vesznek részt a községi rendezvényeken.

II. napirendként a képviselő-testület megalkotta az 5/1999. (VIII. 11.) sz. rendeletét az önkormányzat 1999. évi költségvetése módosításáról. Mind a bevételi előirányzatot, mind a kiadási előirányzatot 149.254 e. Ft-ra emelték. Megállapítást nyert, hogy a polgármesteri hiva-

tal és az intézmények is megfelelően gazdálkodtak az I. félévben.

Egyebek napirendi pont keretében Dr. Basa Antal polgármester úr beszámolt a két ülés között a települést érintő fontosabb eseményekről. Véglegesítésre került az óvodai nevelési program a szakértői vélemény alapján.

A képviselők hozzájárultak ahhoz, hogy a DIGITEL 2002. Rt. a telefonközpont köré kerítést építsen.

A képviselő-testület, a polgármesteri hivatal munkáját érintő kérdésekben ügyfélfogadási időben szívesen állók a lakosság rendelkezésére.

Dr. Král László
mb. jegyző



FELHÍVÁS ÉS KÉRÉS - Gondolatok a csapadékvíz-elvezetés fontosságáról -



Tisztelt Polgártársak!

Az 1999-es esztendő a sok pozitív történés mellett sorozatos elemi csapásaival is be fogja írni a nevét Magyarország, Európa és a világ történelmébe is.

Az a hatalmas mennyiségű csapadék, ami sokszorosa már eddig a legmagasabb évi átlagoknak, és amely főleg zivatar és felhőszakadás formájában végzett hatalmas pusztításokat, tragikus helyzeteket idézett elő.

Községünkben eddig valami különös szerencse folytán emberéletben, házaikban, az önkormányzat tulajdonában, útjainkban nem okozott jelentős kárt, de a mezőgazdasági kultúrákban a Galga kiáradása és a jelentős talajvíz miatt felbecsülhetetlen anyagi kár érte a termelőket.

Talán azért is volt nagy a baj, mert az előző évtizedben inkább aszályos, száraz esztendők voltak, mint csapadékosak, így mivel nem volt észrevehető gond a víz, nem fordítottunk kellő figyelmet a csapadékvíz elvezetésére.

Véleményem szerint, a helyi gondoknak két alapvető fő oka van: az egyik, hogy a községben a 90-es évek eleje óta zajló beruházások és infrastruktúra teljessé tétele miatt (gáz, telefon, szennyvíz, regionális hulladéktelep) kevesebb pénzt tudott az önkormányzat a csapadékvíz-elvezetésre fordítani, a másik, és legalább ilyen volumenű ok az a tény, hogy a lakosok jelentős része a háza, telke előtt található árkot, hidakat nem tartotta rendben, ami a vízfolyást jelentősen akadályozta. Így fordulhatott elő, hogy több alkalommal útjainkon fél méteres magasságban hömpölygött a víz.

A sopánkodás, búnbakkeresés, egymásra mutogatás helyett a megoldáson kellene gondolkodni, hogy az ilyen égszakadásokat a legkevesebb károsodással éljük túl. Ehhez azonban a község minden érintett polgárának, az önkormányzatnak együttes gon-

dolkodására és együttes munkájára van szükség. Önkormányzati rendeletünk 12/1997. (XII. 10.) 2.§. (2) bekezdése kimondja, hogy az ingatlan tulajdonos köteles a járda és az úttest közötti vízelvezető árkot állandóan tisztán tartani, köteles az áttereszek karbantartásáról és a csapadékvíz zavartalan lefolyását akadályozó anyagok és más hulladékok eltávolításáról gondoskodni.

Jól emlékszem még gyermek- és fiatal koromra, hogy szüleink, nagyszüleink előtt nem volt kérdés: kinek a kötelessége a ház előtti járda, vízelvezető rendben tartása!!! Láttuk a gyakorlatban azt is, hogy még rendezett település esetén is milyen óriási tragédiák keletkeznek ilyen áradások után.

Amikor a megoldás kerül szóba, természetesen az önkormányzat szorító terhei függvényében mindent megtesz annak érdekében, hogy a munkálatokat irányítsa, és tevékeny részese legyen.

Tisztelettel és nyomatékosan kérek minden felelősen gondolkodó polgárt, akinek fontos a szomszédja, az utcabelije, fontos szülőfaluja, fontos a jó közérzete, és tiszteletben tartja saját és mások anyagi értékeit, boldogulását, gondoskodjon a hozzátartozó ház, telek előtti és melletti csapadékvíz-elvezetésről.

Ez mindannyiunk jól felfogott érdeke, és igen kedvezőtlen és le-sújtó képet adna rólunk, ha felszólításokkal és büntetések kilátásba helyezésével kellene érvényt szerezni az önkormányzat rendelkezésének.

A megértés és a megoldás reményében köszönti Önöket

Dr. Basa Antal
polgármester

Ui.: Az ősszel szokásos növényi anyagok égetésével kapcsolatban szeretném kérni Önöket, hogy ezt az időjárás függvényében tegyék, és vigyázzanak égetéskor a levegő védelmére és a környékön lakók egészségi állapotára.





NE A PLETYKA ADJA HÍRÜL!

Orémus Pro In Viccen!
Imádkozunk egymásért!

Tisztelt Galgahévíziei!
Kedves Olvasók!

Több mint 2 hónapja nagyon sok rágalom, alaptalan kijelentések, vádaskodások hangzanak el községünkben. Egyes embereket szemtől-szembe, de inkább hátuk mögött vádolnak, gyanúsítgatnak, köztük engem és másokat is.

Elküldtük főtisztelendő Nagy Árpád képviselő urat – mondják, elviszik a pénzt, szétverik a plébániát, a plébánia felújítását a falu pénzből végzik – hangzanak a jól értesültek vádjai.

Aki kicsit figyelmes az egyházközség élete iránt, az előtt ismert, hogy Nagy Árpád fő-

tisztelendő úr nyugállományba helyezését kérte, meggyengült egészségi állapota miatt. A Püspök atya elfogadta kérését, és tanítványaához Vácra ment, ahol azóta sokan meglátogatjuk.

A pénzt számolatlanul nem viszik és nem is vitték Turára, oda, ahol átmeneti időben Galgahévíz egyházi ügyeit könyvelik és vezetik.

A plébániát nem verik szét, hanem felújítják, elsősorban megújul, és többek között egy másik fürdőszoba is helyet kap.

Köszönet illeti MINDAZOKAT, akik meghallgatták kérésünket, és a két lengyel Salvator atyát idehelyezték, hogy katolikus községünk ne maradjon lelki gondozás nélkül. Ezzel az ajándékkal azonban – azt gondolom –, nem visszaélni, hanem élni kellene. Imádkozunk mindeztért, fogadjuk őket

nagyon nagy szeretettel és tisztelettel.

A teljesség igénye nélkül lelkiismeretvizsgálathoz csak ezt a néhány gondolatot szerettem volna a kedves Olvasóknak leírni.

Végül 2 szentírási idézettel szeretnék elköszönni, várva véleményüket és esetleges kiegészítéseket:

“Kérjétek az aratás Urát, hogy küldjön munkásokat aratásba, mert a munkás kevés, az aratnivaló sok.” (Máté 10 37-38.)

“A szeretet türelmes, a szeretet jóságos, a szeretet nem féltékeny, nem kérkedik, nem is kevély. Mindent eltűr, mindent elhisz, mindent remél, minden elvisel. A szeretet nem szűnik meg soha.”

(1 Korintus 10 4-7.)

v-l.

FELHÍVÁS!

HELYREÁLLÍTÁSI ÉS ÚJJÁÉPÍTÉSI KORMÁNYBIZOTTSÁG

Hazánkat a téli időjárási viszonyok, a tavaszi ár- és belvíz után a nyári rendkívüli esőzések újabb erőpróba elé állították.

Azok az emberek, akik és azok a szervezetek, amelyek részt vettek a védekezésben, már megmutatták, hogy összefogással a legnagyobb baj is elviharozható, kezelhetőbb, a károk csökkenthetőek.

Most, amikor elmúlt a közvetlen veszélyeztetés, a természet kitombolta magát, összefogásra szólítunk fel mindent tetre- és segítő áldozatot hozni kész honfitársunkat az önzönviszertű esőzések áldozatai és károsultjai megsegítésére.

A segítséget készpénzben, építőanyagban, festékben, ruhaneműben, tartós élelmiszerekben, tervező és kivitelező munkában kinek-kinek tehetség, tehetősége és lehetősége szerint várjuk.

Felhívással fordulunk magyarországi gazdálkodó szervezetekhez, vállalatokhoz pénzádományok, szállítási kapacitás, bármely más hasznosítható kapacitás, elhelyezési üdültetési lehetőségek ügyében, az újjáépítést segítő részvételre.

Felhívással fordulunk települési önkormányzatokhoz, hogy önállóan

vagy más településekkel összefogva válasszanak testvértelepülést a katasztrófa sújtotta települések közül, és vállalják fel részben vagy egészben a település újjáépítését.

Felhívással fordulunk magyarországi társadalmi szervezetekhez, egyesületekhez, hogy adományok gyűjtésével segítsék a katasztrófa sújtotta települések helyreállítását, a lakosainak megsegítését.

Végül felhívással fordulunk valamennyi állampolgárhoz, hogy egyéni adományaival, felajánlásaival segítsék a bajba jutott települések lakóit, illetve az összedőlt házaik újjáépítését.

Felajánlásaival keresse az Újjáépítési és Helyreállítási Kormánybizottság Operatív Törzsét a 06-80-43-33-43-as ingyenes zöld számon, hogy a károk ismeretében a rászorultakon tudjunk segíteni.

Az Operatív Törzs levélcíme: 1903 Budapest, Pf. 314.,
telefonszámai: 06-1/363-46-42; 06-1/222-55-73.

Felajánlásaikkal a Pest Megyei Operatív Törzset is felkereshetik a Megyei Közgyűlés székhelyén, a következő címen:
1364 Budapest, Pf. 112.

Telefon/fax: 06-1/267-68-48 és 06-1/317-65-74

Telefax: 06-1/318-08-38

Összefogás a rongálók ellen



Városi, Nagyközségi, Községi
Polgármesteri Hivatal
Polgármester Asszony / Úr részére

Tisztelt Hölgyem / Uram!

Az Együtt a Vasúti Rongálók Ellen Alapítvány az 1996-ban Gyömrőn alapított, Együtt a Rongálók Ellen Mozgalom bíróság által 1999. áprilisában bejegyzett, hivatalosan is közhasznúnak minősített szervezet.

Célunk: a környezetbarát kötőtpályás közönségi közlekedés fejlődése.

Tudjuk, hogy ez elképzelhetetlen olyan társadalmi összefogás nélkül, mely visszaszorítja a vandál rongálást – állományon, településen, vonaton egyaránt. Amíg ilyen összefogás nincs, felesleges egy-egy épület felújítása, kor-

szerű járművek üzembe állítása, és ez mindenkinek kárára van. Kár a polgárnak, mert lerobbant, összefestékezett (graffiti) szerelvényeken kell utaznia. Kár a közlekedési vállalatnak, mert hiába fordít nagy összegeket a felújításra, rövid idő alatt vandál kezek tönkretesznek szinte minden szépet és jót. Kár a településnek, az országnak és a nemzetgazdaságnak, mert a szétrombolt és tönkretett állomások, középület, jármű nemcsak az ország lakóinak a közérzetét rontja, de az ide látogató vendég számára is szűzítő. Alapítványunk szerződést kíván kötni a rendőrséggel – a fokozott rendőri jelenlétben látjuk az egyik lehetőséget a vandalizmus visszaszorítására. Elsőként a Pest Megyei Rendőrfőkapitánysággal kötendő megállapodást készítettük elő, de az ország minden főka-

pitanyságát megkeressük.

Újra beindítjuk – alapítványi pénzből – a vasúti rendőrséget!

Ne feledjük, hogy az állomás a település előszobája, a vonat, a HÉV, a metró és villamos (az autóbusz stb.) nemzeti vagyonunk része. Óvjuk meg együtt!

Tiszta, rendes – graffiti mentes – Magyarországot szeretnénk!

Kérjük, hogy akár kisebb összeggel is, de támogassák alapítványunkat. Adják tovább levelünket a helyi iparosoknak, vállalkozóknak! A befizetésről hivatalos igazolást küldünk. Számlaszámunk: OTP Gyömrő 11742197-20027973.

Gyömrő, 1999. augusztus

Tisztelettel:

Garádi István, a kuratórium elnöke



„Elballagott a szép nyár...”

Júniusban 26 nagycsoportos gyermek köszönt el az óvodai élettől. A vakáció után most izgalommal készülnek az iskolába. Helyük azonban nem marad üresen, hiszen 22 új kisgyermek lépi át folyamatosan az óvoda küszöbét. Családi, meghitt légkörben ismerkedhetnek a csöppségek új környezetükkel, óvo és dajka nénijükkel, valamint a többi csoporttal.

A minicsoport a nyár folyamán teljesen átalakult. Köszönetünket fejezzük ki Vaigel Zsolt vállalkozónak, aki a parketta javítását, felújítását oldotta meg. A csoportszobát új, esztétikus bútor is színesíti, mely a gyermekek igényeinek, életkorának megfelelő. Szeretnénk köszönetet mondani Sági Miklós nagypapának, aki a hazaszállításban segített, valamint Pintér Richárdnak, aki a szekrényt összeállította.

Ebben a csoportban már megtörtént a szülői értekezlet, ahol Uhljárné Kati óvo néni elmondta a beövodázással kapcsolatos teendőket. Rózsika nénivel együtt várják a gyermekeket, és mindent elkövetnek, hogy az új környezetben is otthon érezzék magukat.

Pintérné Kati óvo néni két csoport részére pályázaton nyert Tini-kondit, mely a gyermekek nagymozgását jelentősen fejleszti.

A kiscsoportosok új csoportba kerültek Erzszi és Éva óvo nénivel, akiknek Marika néni segíti munkáját.

A középsősökről továbbra is Tünde óvo néni és Panni néni gondoskodik.

A nagycsoportosok számára eljött az utolsó óvodás év. Anca és Judit óvo néni – Erzszi néni segítségével – készíti fel őket az iskolai életre.

A volt nagycsoportosokkal Pannu óvo néni is elbúcsúzott egy kis időre, hiszen anyai örömök elé néz. Jó egészséget kívánunk neki!

A nyári szünet után augusztus utolsó hetében nyitva állt óvodánk kapuja. Mindent elkövettünk, hogy szép, családi környezetbe érkezzenek gyermekeink. A nyári nagytakarítás, a csoportszobák rendbe tétele mellett az udvari játékok felújítása is megtörtént, amelyben szülők is részt vettek.

Nagyon köszönjük a segítséget Sukaj István és családja, Simkó Rudolfné, Szilágyi Mónika, Benedek Sándorné, Megyesné Kazi Erzsébet, S. Nagy Andrea szülőknek!

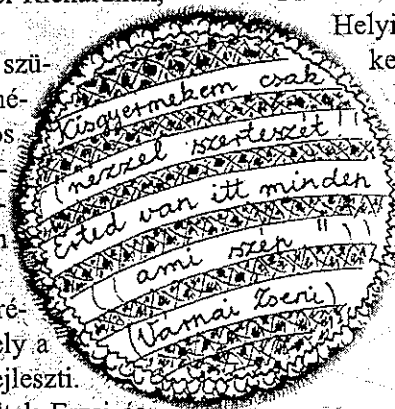
Játékkészletünk is bővült, hiszen a Falunap alkalmából itt vendégeskedő német barátaink labdákat ajándékoztak nekünk. Köszönjük szépen kedvességüket!

Pintérné Kató óvo néni irányításával megírtuk

Helyi Nevelési Programunkat, mely a Tevékenységközpontú Óvodai Nevelési Program adaptálásával készült. Tartalmát a tanévnyitói szülői értekezleten ismertettük.

Gyermekeinknek élményekben gazdag évet, a szülőknek jó együttműködést, kollégáimnak pedig eredményes munkát kívánok!

Bagóné Darnyik Anikó



**TANÉVNYITÓ SZÜLŐI
ÉRTEKEZLETÜNKET
1999. szeptember 15-én
tartottuk óvodánkban**

Óvoda vezetősége



A ballagó nagycsoportosok



Hasznos egészségügyi tanácsok gyermekeknek

SZÜKSÉGE VAN-E MINDEN CSECSEMŐNEK D-VITAMIN PÓTLÁSÁRA?

(II. RÉSZ)

Fokozott kockázatnak kitett csoportok

1. A koraszülött méhen kívüli életének első hónapjaiban szédületes sebességgel gyarapszik. Nem csoda, hogy D-vitamin iránti szükséglete jóval meghaladja az időre született csecsemőét. Külön figyelmet kell szentelni kalcium- és foszforbevitelének is, különben még jó D-vitamin-ellátottság mellett is kialakulhat nála angolkór.

2. Az erősen festenyezett bőrű csecsemők, kiált, ha a mérsékelt égövön élnek és nem részesülnek helyes táplálásban, úgyszintén veszélyeztetettnek tekinthetők.

3. Súlyos betegség vagy éhezés nyomán beálló pótló növekedés idején is könnyen alakul ki a hiányállapot.

4. Bizonyos idült betegségeken, pl. krónikus vese- és májelégtelenség, felszívódási zavarok, gyógyszeresen kezelt epilepszia, egyes ritka, veleszületett anyagcserezavarok kapcsán is megváltozik a D-vitamin-igény nagysága és minősége, ezért folyamatos szakfelügyeletet és ellátást igényelnek az ilyen betegek.

Magyarországi sajátosságok

- Magyarországon dúsíttják a kereskedelemben kapható tejet D-vitaminnal. Vannak adatok arra nézve, hogy a várandós anyák egy részében a tél végére a vitaminszint a megengedett alá csökken, ezzel saját és magzatuk egészsége kerül veszélybe. Új jelenség hazánkban a csecsemőtápszerek D-vitamin-dúsítása, a gyermekegészségügyben dolgozó szakembereknek ismerniük kell e változásokat.
- Másik hazai sajátosság, hogy az ország gyorsan városiasodik, ami a felszínt érintő UV-sugárzás hatásait csökkenti, és ezzel egyidejűleg a bőrben képződő D-vitamin termelődését is.
- Az Országos Csecsemő- és Gyermekegészségügyi Intézet irányelveket adott ki az angolkór megelőzésére. Ezeket valamennyi védőnőnek és egészséges gyermeket ellátó orvosnak köteles ismernie és betartania. A védőnői hálózat elvileg tökéletes, a rachitis megelőzése elvileg az ő feladatuk.

Túl lehet-e adagolni a D-vitamint?

• Igen, lehet. De a korábbi évtizedekben észlelt elszomorító eseteket a ma ajánlott adagok sokszorososa okozta, kellő ismeretek hiánya vagy gondatlanság révén. Mai környezetünk hemzseg a nagy hatóanyagot tartalmazó multivitamin-készítményektől, az egészségügyi személyzetnek tehát kellő éberséggel kell tanúsítania a burkolt vagy nyílt túladagolás iránt.

• Leszögezhetjük azonban, hogy az országos megelőző programok toxicitásával kapcsolatos aggodalmak teljesen alaptalanok. Az emberi szervezet az ajánlott adagok enyhe túllépését kiválóan kivédi, ez természetesen nem jelenti azt, hogy akár az enyhe túladagolás is kívánatos volna.

Szükség van-e minden csecsemőnek D-vitamin-pótlásra?

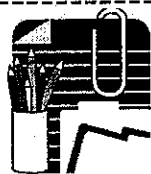
Bár az egészséges, időre született csecsemők, ha édesanyjuk D-vitaminnal való ellátottsága a terhesség és a szoptatás ideje alatt jó, maga a csecsemő pedig egészséges életmódot folytat, sokat van szabad levegőn, helyesen táplálkozik, nem igényelnének külön D-vitamin-kiegészítést sem tápszerben, sem egyéb gyógyszeres formában. Ma azonban nem ez a szokás.

Mivel a szükségletet, enyhén meghaladó D-vitamin bevétel a szervezet kiválóan kivédi, viszont még az igen kismértékű gyermekkori hiány is maradandó, a felnőtt kort érintő elváltozásokat okozhat (pl. csont-deformitásokat eredményezhet, vagy siettetheti a csontritkulás kialakulását). Kimondhatjuk, hogy minden gyermeknek az élet első néhány évében D-vitamint kell adni.

Leghelyesebb az országos irányelvek gondos betartása.

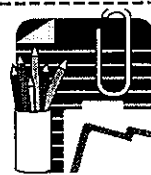
Dr. Majoros Valéria
gyermekorvos





SULI-HÍREK

SZEPTEMBER



Kontakt

1998 őszén egy delegáció tagjaként igazgató úr látogatást tett Rahdenben. Az itteni megbeszélések alapján kezdődött a levelezés a két település fiataljai között.

Ez év augusztusában 13 gyerekkel nekivágtunk a hosszú útnak. Egy hetet töltöttünk el Rahdenben.

Mi volt utazásunk célja?

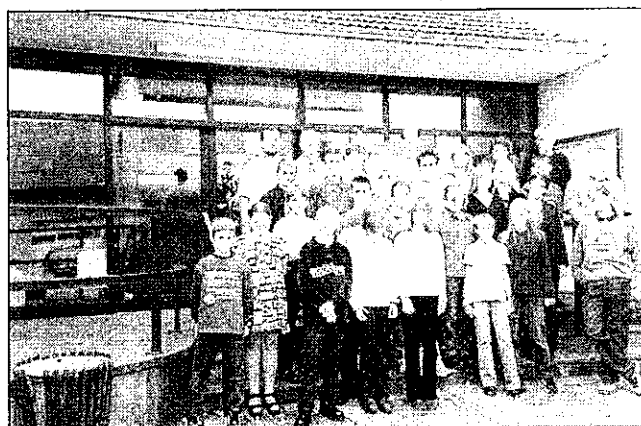
1. Megismerkedni egy másfajta környezettel, vidékkel.
2. Bepillantani német barátaink mindennapi életébe.
3. Meglévő nyelvi ismereteink bővítése, nyelvgyakorlás.

A vendéglátó családok nagy-nagy szeretettel fogadtak bennünket. Délelőttönként Wolfgang Büscher tanár úr foglalkozott a gyerekekkel három órában. Olvastak mesét, ismerkedtek a várossal, rejtvényt fejtettek, szituációs játékokat játszottak, zenét hallgattak, verset értelmeztek, kötetlen beszélgetéseket folytattak. A következő 3 órát minden tanuló levelezőtársa osztályában töltötte. A kötetlen hangulatú tanítási órák, az emlékezetes délutáni és hétfégi programok sokáig felejthetetlenek maradnak számunkra. Köszönjük a vendéglátó családoknak, Benno Schomaker tanár úrnak, Wilhelm Möhring polgármester úrnak ezeket a szép napokat. Előzetes tervek

alapján, jövő év augusztusában találkozunk barátainkkal Galgahévízen.

A tanulók és szülei nevében szeretnék köszönetet mondani a képviselő-testületnek és a Faluszépítő Egyesületnek, akik 50.000, illetve 15.000 Ft-tal járultak hozzá az utazás költségeihez.

*Kuti Páerné
csoportvezető tanár*



Vakáció Németországban

1999. augusztus 14-én vonattal indulunk Jutka néniel és férjével Galgahévíz testvérvárosába, Rahdenbe.

A több mint fél napos utazás alatt kétszer szálltunk át, Bécsben és Hannoverben. A minden pályaudvaron már vártak minket a befogadó családok. A program igazán színes és érdekes volt.

Hétköznap délelőtt a rahdeni gimnáziumban tanultunk. A délutáni programok: fogadás a városházán, a múzeumudvar (skanzen)



megtekintése, grillezés, uszoda-látogatás, szabadidős tevékenységek a vendéglátó családok szervezésében.

Eleinte nehéz volt megszólalni, kommunikálni, de a végére belejöttünk a beszélgetésbe.

Mindenki fájó szívvel búcsúzott el "csa-

ládjától".

Nagyon jól éreztük magunkat!

Várjuk a legközelebbi találkozást!

*Dudás Petra
Mészáros Nikolett*





NÉPFŐISKOLAI HÍRADÓ

1999. SZEPTEMBER



ÖSSZEGRZÉS A ZÖLD TELEFON MUNKÁJÁRÓL

1998. július 1. – 1999. augusztus 31. között az Ökotárs Alapítvány és a Milieukontakt Oost Europa DOEN Alap támogatásával folyt a környezeti tanácsadás a népfőiskolán. Telefonos, illetve személyes kérdések alapján 76 esetben segítettünk.

33 százalékban környezeti neveléssel kapcsolatos kérdéssel fordultak hozzánk, 17 százalékban életmóddal kapcsolatosan, 14 százalékban különböző szervezetekről kértek információkat, 13 százalékban egészségügygel kapcsolatosan, 9 százalékban a hulladékkal kapcsolatosan kerestek minket. Ezentúl a finanszírozás, az energia, a természetvédelem, a települési környezet és a közlekedés témák merültek fel.

Hívóink 28 százaléka intézmény, 25-25 százaléka, tehát egynegyede helyi lakos, valamint vidéki lakos volt, ezen túlmenően 13 százalékban kerestek civil szervezetek és 9 százalékban vállalkozások.

Néhány érdekes esetet is említenék. Felhívtak vidékről, hogy hol vannak ökofalvak Magyarországon, s épül-e itt, Galgahévízen? Volt böldogi pedagógus, akinek egy cikk tetszett meg helyi újságunkból, s abból kért másolatot. Sokan kérték az allergiateszt-vizsgálat telefonszámát. Könyvet, társasjátékot vagy kiadványokat is kerestek, illetve kértek tőlünk a környezetvédelemmel, egészségvédelemmel kapcsolatban. Nagyon szívesen segítünk a továbbiakban, forduljanak hozzánk bizalommal!

Telefonunk: 28/460-276

FALUNAPI SZÁMVETŐ – Beszélgető Kör volt augusztus végén

A jelenlévők kis száma ellenére egészen sokáig beszélgettünk, összegeztünk, illetve tervezgettünk.

A Falunap alapjában véve egész jól sikerült. A következő pontokon van mit tennünk:

A sport zsúfoltsága miatt lehetne esetleg két délutánra tenni a programokat.

Máskor semmi esetre se essen egybe a németek látogatása, mert elvon erőket, no meg meg is osztja a falut. Nagy tanulság az eső, hogy arra fel kell előre készíteni a gyerekeket és szülőket is, ha esik, akkor hol lesz a rendezvény. Egymással való kapcsolattartást is ki kell találni. Felmerült, hogy a Gálaműsoron újítani kellene, a néptánc túlnyomó többségben van.

Hiányzik a vidám jelenet, kabaré, amolyan felhőtlen nyári szórakozás.

Szeretnénk a játszótérépítést cikkel és ké-

pekkel is megörökíteni.

Felmerült továbbá, hogy közeleg az őszi faültetési időny, a Fő út mentén folytassuk a fatelepfítést.

A 2000. évi Faluünnep tervei is készülnek, mert pályázni kell a kiadások egy részére a Millenniumi Bizottsághoz. A tervek a következők:

1. A település ősi magjának megjelölése (kőoszlop a Szentandrás dombon).
2. Rákóczi-emlékpark millenniumi kapuval való kiegészítése.
3. Galgahévíz állandó történelmi és hagyomány-kiállítás (helykeresés és forma kiállítás még folyamatban). Sokakban felmerült egy falumúzeum elkészítése is. Ezúton is kérjük, aki tud e témában segíteni, jelentkezzen, szóljon, akár a népfőiskolán is.

Indul az élet a népfőiskolán

Ebben a tanévben is indul jóga tanfolyam Kovács Zsuzsa mozgásterapeuta vezetésével, valamint német nyelvtanfolyam Boda Helga tanárnő segítségével.

✱

Készülünk a népfőiskola 10 éves jubileumára, hisz 1989. október 23-án alakult meg a népfőiskola. Akik még emlékeznek rá, milyen sorsfordító idők voltak azok, biztosan szívesen felelevenítik élményeiket. Ki gondolta volna akkor, hogy a nemzeti ünnepé lesz e nap. Nagyon várunk és szívesen fogadunk ötleteket, javaslatokat az ünnepséghez.

✱

E tanévben is sor került a Komposzt-nap, a Föld-napja regionális szervezésére, ahogy a pályázati források lehetővé teszik. Egyre nehezebben lehet ezen keretekhez hozzáférni, idén csak most, ősszel írtak ki számunkra is elérhető pályázatokat.

✱

Továbbra is szeretnénk a mentálhigiénés szaktanácsadási lehetőséget fenntartani, reméljük, e tanévben nagyobb igény mutatkozik majd rá. Tóth S. Anna mentálhigiénés szakember várja fiatalok, felnőttek jelentkezését, akik stresszel, életvezetési, nevelési, párkapcsolati problémákkal küzdenek. Gyesen lévő kismamákkal is szívesen foglalkozik Anna klubszerű keretek közt. Érdeklődni a fenti telefonon, a népfőiskolán lehet.





GASZTRONÓMIAI PALETTA



LUXUS ZÖLDSÉGSALÁTA

Hozzávalók 4 személyre:

- 2 db főtt, kockákra vágott burgonya
- 2 db főtt, kockákra vágott sárgarépa
- 250 g főtt, kockákra vágott zöldbab
- 1/4 főtt, kockákra vágott fehérrépa
- 1/2 kockákra vágott zöldhúsú paprika
- 1/2 kockákra vágott piros húsú paprika
- 1 evőkanál finomra vágott snidling
- 1/3 pohár majonéz
- 3 evőkanál zellermag
- só, bors, citromlé

Válamennyi felvágott zöldséget egy nagy salátatálban összekeverjük. Ízesítjük, hozzáadjuk a snidlinget, megkeverjük és félretesszük. Összekeverjük a majonézt a chiliszósszal, zellermaggal, citromlével, sóval és borssal. A zöldségeket leöntjük majonézzal, jól összekeverjük, ízlés szerint ízesítjük és tálaljuk.

Jércemell Soubise-mártásban

Hozzávalók 4 személyre:

- 2 db leborzított és félbevágott jércemell
- 2 evőkanál vaj
- 2 db közepes, vékony karikára vágott és 3 percen át párolt vöröshagyma
- 1 evőkanál finomra vágott petrezselyem
- 1 vékonyan felszeletelt zöldhúsú paprika
- 1 vékonyan felszeletelt piros húsú paprika
- 2 pohár meleg csirkehúslé
- 1 evőkanál kukoricaliszt
- 3 evőkanál hideg víz
- só és bors
- Worcester-szós

A jércemellet befűszerezzük és félrerakjuk. A vajat nagy lábasban, közepes lángon felforrósítjuk. Hozzáadjuk a jól lecsorgatott, párolt vöröshagymát, majd 5-6 percig, közepes lángon sütjük. Hozzáadjuk a jércemellet, fűszerezzük, 6-7 percig sütjük.

Beletesszük a petrezselymet és a paprikát. Fűszerezzük és további 6 percig, közepes lángon sütjük. A megsült jércét kivesszük és előmelegített tála rakjuk. A csirkehúslét a lábasba öntjük és felforraltjuk.

A kukoricalisztet hideg vízben feloldjuk és a szószhoz keverjük. 1 percig, kis lángon főzzük.

Ízlés szerint fűszerezzük és hozzáadjuk a Worcester-szószt. A jércemell húst leöntjük a szósszal és tálaljuk. Köretként főtt tésztát vagy kapros daragaluskát is adhatunk.

GYÜMÖLCSÖS KRÉMEDESSZERT

Hozzávalók 4 személyre:

- 4 tojássárgája
- 1/4 pohár cukor
- 1/3 félszáraz fehérbor
- 1/2 pohár tejszínhab
- friss gyümölcs

A tojássárgáját rozsdamentes fémtálba tesszük. Hozzáadjuk a cukrot, és mixerrel egészen a besűrűsödésig verjük.

Egy forró vízzel félig telt lábast kis lángra állítunk. Ráhelyezzük a fémtálat. Hozzáöntjük a bort és 8 percig, illetve besűrűsödésig mixeljük.

A tálat levesszük a gőzről, és mixerrel lehűlésig tovább verjük.

Habverővel, lágy mozdulatokkal hozzákeverjük a tejszínhabot. Magas poharakban tálaljuk, friss gyümölccsel és csokoládéforgáccsal díszítjük.

Jó étvágyat

kívánok!

*Fekete Antonió
szakács*



Fejezetek egy viszontagságos életből

I. rész

1948. január 28-án születtem Nyíregyházán. Szüleim a Felvidékről menekültek ide a háború utáni nyomorúság, inség idején. Szegény parasztemberek lévén cselédként dolgoztak. Heten voltunk testvérek, én a legidősebb. Nyíregyházán jártam általános iskolába. Ekkor édesapám tsz-dolgozó volt, majd Budapesten a rendőrségen dolgozott. '56-ban majdnem kivégezték, amikor a Magyar Rádió védelmére volt beosztva.

Nagyon szegényen éltünk, így nyaranta mindig szolgálni mentem állatok mellé, s havi 100 Ft volt a bérem. Ennek köszönhetem, hogy megismertem és nagyom megszerettem az állatokat, növényeket. Néha szinte "értek az állatok nyelvén".

A villámok és viharok nagyon megedzettek kis-koromban. Egyszer kinn a határban láttam, hogy vihar közeledik, gyorsan indultunk haza a tehenekkel. Csattogtak körülöttünk a villámok, és én a tehén farkába kapaszkodtam félelmemben, úgy rohantam utána. Mellettünk egy nagy diófába csapott bele a villám, és a nagy légnyomás, vagy mi a csuda, feldobta a tehenet is, vele engem is, majd földet érve hazakecmeregtünk. A gazda fogadott: - Megvagy még, fiam? Hát én megvoltam, de a tehén a jászolnál összeesett és meghalt. Én meg zokogtam, reszkettem, és áldottam az Urat, hogy túl-

éltem a villámcsapást. Egy másik alkalommal hatalmas nagy zivatar szakadt rám, s már felértem a dombunkra, tetején mondtam is magamban: – "Most már döröghet, én itthon vagyok!" – és erre akkorát csattant mellettem a villám, hogy szinte bependerültem a magas kerítésen, máig sem tudom, hogy jutottam a házunk tornácának menedékébe.

Vallásos nevelést kaptunk, katolikus nagynénék foglalkozott velünk, majd egy idős pap vett pártfogásába. Az volt az álmom, hogy én is pap leszek. Az idős atya meg is kezdte a tanításomat. A körülmények úgy hozták, hogy nem volt pénzünk a tanítatásomra, így hiába adtam be teológiára továbbtanulási kérelmemet. Ekkor elhatároztam, hogy bányásznak, vájárnak tanulok. Komlón 1962-ben bányaipari gépszerező iskolába jelentkeztem. Amikor megláttak engem, a 36 kilós kisgyereket az iskolában, megütközve kérdezték, hogy jutottam el egyáltalán Komlóra. Elmeséltem, hogy két napon át utaztam oda. Azért is választottam ezt az iskolát, mert kollégium is volt, így fedél és étel is jutott a tanulónak. No, emellett nagyon szigorú nevelésben is részesítettek bennünket.

(folyt. köv.)

F. Gy. elbeszélését lejegyezte S. N. A.

“UNIVERZÁLIS ÉVES RECEPT”

Végy 12 hónapot, tisztítsd meg őket mindenféle rosszindulattól, kapzsiságtól, gyűlölettől. Minden hónapot szelj fel 30 vagy 31 részre (persze a február kivételével), így a készlet kitart majd az év folyamán.

Utána minden napunk úgy készül, hogy veszünk egy adag bizalmat, egy adag becsületes munkát, két adag jókedvet, adunk hozzá három púpozott evőkanálnyit optimizmust, egy teáskanálnyit béketúrést, csöpp türelmet és egy csipet tapintatot. Mindezt bőségesen leöntjük szeretettel. Így elkészítve, kedves mosoly és barátságos szavak közepette tálaljuk.

Ezt az ételt mindig örömmel fogyasszuk, és engedjük, hogy napunk az élet szakácsművészetének e tökéletes és eleven koronájával együtt teljen.



HOGYAN VISELKEDJÜNK IDEGEN KUTYÁKKAL?

Hamarosan megjelennek az utcákon és tereken az őszi alomból származó kiskutyák, akiket először visznek sétálni. Szinte minden gyerek visongva üdvözlí őket, hiszen ezek a bájos teremtsékek koordinálatlan, idéltlen mozgásukkal különösen kedvesek.

A gyerekek persze azonnal szeretnék megsimogatni őket, és játszani velük. A játékos kutyabébi általában örül ennek, nem biztos abban, hogy egy felnőtt kutya ugyanilyen "tárt karokkal" fogadja egy idegen gyerek közeledését. Sőt, a gazdik többsége sem veszi szívesen, ha valaki nekiáll simogatni a kutyáját, anélkül, hogy erre engedélyt kérne.

Napjainkban sajnos igen sok olyan esetről hallani, amikor az ember és a kutya találkozása balesettel – sőt, néha tragédiával végződik.

Ezeknek a baleseteknek egy része biztosan elkerülhető volna, ha mindenki – elsősorban a gyerekek – megtanulnának a négylábúakkal való helyes bánásmódot.

A legtöbb szülő – igen helyesen – megtanítja gyermekét arra, hogy idegen emberrel találkozáskor mit tegyenek és mit ne. Kevesen gondolnak azonban arra, hogy az idegen kutyákkal való bánásmódra, a velük és gazdáikkal való konfliktusok elkerülésének módozataira ugyanígy kioktassák gyermekeiket.

Az alábbiakban néhány ötlettel szeretnénk a kisgyermekes szülőket segíteni abban, hogy mire hívják fel gyermekeik figyelmét.

Mindig bánj úgy egy kutyával, ahogy Te is szeretnéd, ha Veled bánának!

Ha feldühítesz egy kutyát, vagy fájdalmat okozol neki, nem tud Rád szólni, hogy azonnal hagyj abba. Mivel nem tud beszélni, fájdalmát vagy dühét morgással jelzi, vagy a fogaival védekezik. Ezt persze nagyon egyszerűen elkerülheted: játssz vele úgy, hogy az neki is ugyanannyi örömet okozzon, mint Neked.

Ne menj idegen kutya közelébe anélkül, hogy erre a gazdájától engedélyt kértél volna!

A legtöbb kutya nagyon szeret gyerekekkel játszani. Néhányan azonban félnak az idegenektől, mert egyszer pörül jártak. Ezért mindig kérdezd meg a gazdit, hogy szereti-e a kutyája, ha odamész hozzá.

Ne próbálj kutyával farkasszemmet nézni!

Ha mereven nézel egy kutya szemébe, az számára kihívást jelent: "Lássuk csak, hogy melyikünk az erősebb!". Mivel azonban a kutya általában erősebb Nálad, jobb, ha nem provokálsz.

Ne húzd meg a kutya farkát!

A kutya a farkával beszél. Ha például csóválja a farkát, azt szeretné mondani, hogy nagyon-nagyon örül. A kutyának ugyanolyan érzés, ha a farkánál fogva cibálják, mintha Téged a nyelvednél fogva ráncigálnának.

Ne zavard a kutyát evés közben, és ne próbáld meg elvenni az ennivalóját!

A kutya számára az evés szinte a legfontosabb dolog a világon. Ezért ha valaki megpróbálja elvenni az ennivalóját, joggal lesz mérges. Ez igazán érthető: Te sem örülsz annak, ha valaki szó nélkül a vacsorád után nyúl.

Ne mérgeítsd fel a bezárt kutyát, hiszen holnap találkozhatasz vele az utcán!

A kutya ugatással jelzi, hogy védi a saját területét az idegenekkel szemben. Ne bosszantsd semmiféle módon a kerítés mögött ugató blökit. Rá se hederíts, hanem menj tovább.

Ne próbáld szétválasztani az egymással harcoló kutyákat!

Ha két kutya harcol egymással, gyakran nem olyan veszélyes a helyzet, mint amilyennek látszik. Általában csak azt akarják kipróbálni, hogy melyikük az erősebb. Azonban előfordulhat, hogy a harcukba beleavatkozó embert megharapják. Bízd a kutyák gazdá-



jára a dolgot, ő majd rendet teremt közöttük!

A legfontosabb szabály: akkor se fuss el a kutya elől, ha félsz!

A kutya alapjában véve vadászatra termelt állat. Ha elfutsz előle, ösztönösen vadászni akar, és megpróbál utolérni és megfogni. Márpedig a kutya mindig gyorsabban fut, mint Te. Ha megijedsz, tégy úgy, mintha figyelemre se méltatnád. Ne mozdulj, és ne is nézz rá, így ő sem fog Téged figyelemre méltatni.

Lehetőleg ne mozdulj, ha egy kutya elkap a fogaival!

Mivel a kutyának nincs keze, a fogait kénytelen használni arra, hogy Téged megfogjon. Ha kicsit erősebben tart, azt csak azért teszi, mert fél Tőled, vagy egyszerűen csak nem szeretné, ha otthagynád. A legjobb, ha csendben maradsz, és megvárod, hogy elengedje a kezéd.

Soha ne játssz kutyával, ha nincs a közelben felnőtt!

A kutyák remek játszótársak, de nem mindig tudják, hogy mikor elég a játékból. Ezért jó, ha mindig van a közelben egy felnőtt, aki nagyobb és erősebb a kutyánál – nem úgy mint Te.

Szabó Ágnes
Kutyaszövetség

(A cikket Darnyik Ervin, egy „kutyabarát” gazdi bocsátotta rendelkezésünkre.)





Hétköznapjaink házipatikája



NEM IS TUDTAM, HOGY...

"Hasonlatos a mennyek országa a mustármaghoz, amelyet vévén az ember, elvete az ő mezejébe. Amely kisebb ugyan minden magnál, de amikor felnő, nagyobb a veteményeknél, és fészket raknak ágain."

(Biblia (Mt 13,31-32))

E cikk megjelenésekor már szeptembert írunk. Ahogy észrevétlenül ellillant a tavasz, úgy hagy lassan itt minket a jó idő, a nyár, annak minden csodájával, melegével, virágaival, gyümölcseivel, ragyogásával. Lassan átveszi helyét a következő évszak, az őszi. De a természet gondoskodott róla, hogy ebben az évszakban is legyenek nyíló virágaink, most éré a gyümölcseink. A zöldségfélék zömét is most kell betakarítani. Ezek közé tartozik a káposzta, a vöröshagyma és még sok más. Mindkét növény elég hétköznapi, de ha az alábbiakat elolvassák, lehet, hogy nemcsak hétköznapi dolgokat tudnak meg róla.

A KÁPOSZTA → A szegény ember gyógyszeres szekrénye.

A népi gyógyászatban a káposzta az egyik leg többre értékelt növény. Az ókori Egyiptomban még templomot is emeltek a tiszteletére, Rómában pedig minden betegségre hatásosnak tartották. Cato Marior szerint a káposztának köszönhetően vészelték át a rómaiak hat évszázadot orvos nélkül. A káposzta nyersen, savanyítva vagy megfőzve rendkívül értékes táplálék. Tartalmaz A-, B-, C- és E-vitamint, továbbá ásványi anyagokat. Vasban és klorofillban gazdag, ezért kitűnő orvosság vérszegénységre.

A káposzta elmélyült tudományos vizsgálódás tárgya. E szerint serkenti az immunrendszert és az ellenanyag-termelést. Savanyítva télen is nagyszerű védelmet nyújt a különféle fertőzések ellen. Kéntartalma magyarázhatja a légzőrendszerre kifejtett fertőtlenítő hatását. Rendszeres fogyasztása megelőzi a székrekedést, csökkenti a rák veszélyét, jótékony hatású a májra. A káposztalevél nyugtató, fertőtlenítő és hámosító tulajdonságokkal bír. A mellkasra helyezve köhögéscsillapító. A káposztalé alkalmas égési sebek, pattanás kezelésére.

Régi idők receptjei:

- Pühtagorasz az idegrendszeri zavarok leküzdésére naponta nyers káposztát ajánlott.
- A tengerészek savanyú káposztával védekeztek a skorbut ellen.
- A régiek a káposztát alkalmasnak vélték a vér és a bőr megtisztítására, az ízületi gyulladás kiküszöbölésére.

A VÖRÖSHAGYMA → Segítő társunk a fertőzések elleni harcban. Napjaink népi gyógyászata világszerte hihetetlen változatossággal alkalmazza a vöröshagymát. E fűszernövény erélyes fertőtlenítő, sikerrel veszi fel a küzdelmet számos kórokozó baktériummal szemben. A vöröshagymát hagyományosan vértisztító, a szív- és érrendszer működését serkentő hatásúnak tartják. A nyers vagy főtt hagyma csökkenti a vérnyomást, hígítja a vért és eloszlatja a vérrögöket. E növény - különösen nyersen - hatékony erősítő szer puffadásra és idült székrekedésre. Csupossága vérbőséget okoz, s mivel izasztató hatású, alkalmazható meghűlés esetén. A hagyma kiváló szer torok-, garat- és orrnyálkahártya-gyulladás felszámolására. A darázs- vagy méhcsipésre nyomkodjunk félbevágott nyers hagymát, majd kössünk rá egy szeletet a csipésre. Bármilyen légúti fertőzés ellen készítsünk hagymakivonatot! Finomra vágott nyers vöröshagymára csorgassunk mézet, és egy éjszakán át hagyjuk állni. Kétóránként vegyünk be belőle egy kiskanálnyit.

Régi idők receptjei:

- Az ógyiptomiak mindentudó csodagyógyszerként, az életerő jelképeként magasztalták. Már i. előtt 4000 körül használták a gyógyításnál.
- A második világháborúban a sérülések hatásos fertőtlenítésére használták.
- Régi szokás félbevágott vöröshagymát tenni a betegszobába, hogy csírázó kipárolgásával tisztítsa a légeret.

(margaréta)

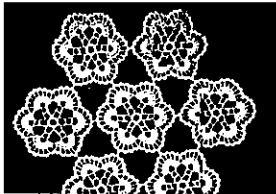
KIS KEZEK - NAGYMESTEREK - ÖTLETEK

KEDVES OLVASÓINK!

Szeretnénk színesebb, tartalmasabbá tenni kis lapunkat. Ezért úgy gondoltuk, hogy kedves Hölgyolvasóinknak kedveskedünk, ha pár ötlettel, kézmunkával, háztartási tanáccsal bővítjük újságunkat. Mivel az utóbbi időben újra divat a horgolt terítő, közlünk egy mutatós, csillagokból álló terítőt, mely kis hatszirmú virágokból áll.

Anyaga: 60-as fehér vagy ekrü horgolócérna, 12-es tűvel készül.

Rövidítések: lsz = láncszem, rp = rövidpálca, p = egyráhajtásos pálca, krp = kétráhajtásos pálca, hrp = háromráhajtásos pálca.



1. sor: 16 lsz-ből gyűrű

2. sor: a gyűrűbe 30 rp

3. sor: 19 lsz után krp-val visszaöltünk a 12. lsz-be, utána 3 lsz és 1 krp a 4. láncszembe, végül 3 lsz és 1 rp a gyűrű 5. rp-jába.

A minta még ötször ismétlődik.

4. sor: A két kockába 4-4 rp, a két pálcára 1-1 rp. Mikor rp-val elérjük a 3. kockát, 19 hrp-t horgolunk. (Az

első 6 lsz helyettesíti.)

A továbbiakban minden harmadik kockába 19 hrp.

5. sor: Hamis rp-val elérjük a 3. p-t, utána 4 lsz-ből és krp-ból kockákat készítünk minden második pálca tetejére öltve. (Az első kockát 8 lsz helyettesíti.) 1-1 ívnél 7 kockát kapunk, a kezdésnél és befejezésnél 2-2 p-t kihagyunk.

6. sor: A kockákra 1 rp, 3 p, 1 rp körben ismételve.

MI MINDENRE JÓ A SÓ?

1. A vízkövet erős sós oldattal vagy 10%-os ecetes oldattal tüntethetjük el.
2. Az avas vaj ismét használható, ha egy csipet sóval és kevés langyos tejjel keverjük el.
3. Nem esik ki a velő a csontból, ha főzés előtt mindkét végét besózzuk.
4. Egy csipet sóval könnyebb felverni a tojásfehérjét.
5. Nem keményedik meg a máj főzés közben, ha a még nyersen összevágott májszeleteket besózzuk. Fél órára hűtőszekrénybe tesszük.
6. Egy késhegynyi só tisztítja a leégett lábost, el-tünteti a friss zsírfoltot, a vörösbort foltját, és tisztíthatjuk vele a teáskannát is.
7. Megtudhatjuk, hogy friss-e a tojás, ha sós vízbe tesszük. A friss tojás lemerül az edény aljára.
8. Kezünkrol a hal és a hagyma szagát nedves sóval tüntethetjük el.
9. Friss sörpécsett sós vízzel mossuk ki.

10. Nem lesz csomós a rántás, ha egy csipet sót teszünk bele.
11. A politúros bútor legjobb házi tisztítószere a só és étolaj keveréke.
12. Vizes sóval a csokoládéfoltt eltávolítható.
13. Sós vízzel tisztíthatjuk, frissíthetjük fel fonott tárgyainkat. Egy liter vízbe 3 evőkanál sót tegyünk, és ezzel az oldattal keféjük át a fonott szatyrot, tálkát, lábtörölt.
14. Réztárgyak kitűnő házi tisztítószere a só és ecet keveréke.
15. Ha télen szabadban szárítjuk a ruhát, tegyünk az utolsó öblítővízbe egy marék sót. Így fagyásveszély nélkül száríthatjuk.
16. Nagyobb hidegben sem képződik jégvirág az ablakon, ha a téli tisztítás befejező műveleteként sós vízzel dörzsöljük át.
17. Friss tintafoltot sóval hintsük be, így könnyen kimosható.
18. Ha az üdítőitalt, bort, pezsgőt gyorsabban akarjuk lehűteni, akkor a jégkockákat hűtődobba öntve sózzuk meg, és ebbe állítsuk az italtos üvegeket.
19. A meghűlés gyógyítására is alkalmas a só. Délután húzzunk fel egy sós vízben áztatott és kiszart pótlót.

Jáger Lászlóné Helén néni



FELHÍVJUK A LAKOSSÁG FIGYELMÉT,

hogy **GALGAHÉVIZ** községben
1999. szeptember 29-től 1999. október 11-ig

TÜDŐSZŪRÉST TARTUNK!

A vizsgálat ideje naponta:

szept. 29-én, okt. 6-án (szerdán)	12-18 óráig
szept. 30-án, okt. 7-én (csütörtökön)	8-14 óráig
okt. 1-én, okt. 8-án (pénteken)	8-14 óráig
október 5-én (kedden)	8-14 óráig
október 11-én (hétfőn)	12-18 óráig



A tüdőszűrés helye:
POLGÁRMESTERI HIVATAL

A TÜDŐSZŪRÉS KÖTELEZŐ!

PANASZ NÉLKÜL IS LEHET BETEG.

MINDEN 30. ÉLETÉVÉT BETÖLTÖTT LAKOS RÉSZÉRE A TÜDŐSZŪRÉS KÖTELEZŐ!

A VIZSGÁLAT ALKALMAS A TÜDŐBETEGSÉGEK IDŐBENI FELISMERÉSÉRE.

Kodály Zoltán Művelődési Ház előzetes programja

szeptember - október

ÁLLANDÓ PROGRAMOK:

hétfő:
Pávakör, nyugdíjas népdalkör próbája
kedd, péntek, szombat:
ifjúsági néptáncgyűttes próbája
csütörtök:
gyermek néptáncsoport próbája
péntek:
színjátsszók próbája

szeptember 22. (sze.): Műanyagvásár
szeptember 26. (vas.): Szüreti felvonulás és multság
(zene: Galgahévízi zenekar)
október 3. (vas.): Fortuna bál
október 4. (hétfő): Fügőnyvásár
október 5. (kedd): Ruha-, cipő-, vegyi áru és műanyagvásár
október 19. (kedd): Vegyes áruk vására
október 27. (sze.): Ruha-, cipő- és vegyi áru vásár

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

