

**2013**

# KISÉR

**JANUÁR****A JÁSZKISÉRI POLGÁROK LAPJA 150 Ft**

## Honosítás Jászkiséren



Az országgyűlés 2011. január 2-től tette lehetővé, hogy a határon túli magyarok egyszerűsített honosítási eljárással a magyar állampolgárságot is

megszerezhessék. Az egyszerűsített honosítási eljárás lényege az, hogy nem kell Magyarországon letelepedni a magyar állampolgárság megszerzéséhez, nem kell állampolgársági vizsgát tenni és nem kell a magyarországi lakhatást és megélhetést igazolniuk a határon túli magyaroknak.

Településünkön az elmúlt években három alkalommal került sor az egyszerűsített állampolgársági eskü tételére, ahol 5 fő tette le esküjét.

Szűk körben 2012. december 22-én Horváth Zelma Elena tette le ünnepélyes állampolgársági esküjét Hajdú László polgármester előtt, aki ezek után átadta neki a Magyar Köztársaság Elnöke által aláírt honosítási okiratot.

A hagyomány és az anyanyelv után immár végre a jog eszközei is összeköti őt velünk.

Őszintén gratulálunk, további szép és tartalmas életet kívánunk neki.

TM

## Szauna szolgálja az egészséges életmód fenntartását településünkön

Örömmel számolunk be róla, hogy a Csete Balázs Általános Iskola Petőfi úti épületében az eddig is rendelkezésre álló tanuszoda és fitnessgépek mellett ezután már szauna is rendelkezésre áll az egészséges életmód kialakításához, fenntartásához.

Sokak előtt ismert a szaunázás jótékony hatása, mely napjainkban egyre népszerűbb. Fontos szerepet tölt be a méregtelenítésben, segít átvészelni a megfázásos időszakot, erősíti az immunrendszert. Emellett nagy segítség lehet a fogyókúrázásban, alakformálásban és bőrünk fitten tartásában egyaránt.

Míndez ösztönözte azokat a tenni akaró jászkisérieket, akik anyagi segítségüket vagy munkájukat ajánlották fel ahhoz, hogy a szauna kialakításra kerülhessen az uszoda melletti, használaton kívüli helyiségből. A tervet tett követte, így mára üzemképesé és használhatóvá vált újabb büszkeségünk

Ezúton köszönjük meg a segítséget Bodnár Péternek, Kiss Ernőnek, Papp Andrásnak, Podmaniczky Bélának, Gulyás Ferencnek, Szentpéteri Józsefnek és Simonyi Tibornak.

Mivel az iskola üzemeltetése 2013. január 01-től az

önkormányzat hatásköre, így a használati díjról, nyitva tartásról a későbbiekben tájékoztatjuk az érdeklődőket.

*További információk a szauna használatáról:*  
<http://www.szauna.org/>

*Kiss Lajos  
iskola igazgató*



A lap havonta 450 példányban jelenik meg, a Jászkisér Gyermekéiért Alapítvány – Teleház kiadásában  
XIX. évfolyam 1. szám  
ISSN 2060-4750

Főszerkesztő: Gál András  
Munkatársak:  
Balázné Rácz Tünde  
Fazekas Lajos  
Gál Andrásné  
Hajagos Katalin  
Kiss Jánosné  
Nagypál Sándorné  
Torma Márta

A tipográfiai munkák a Teleházban készülnek.

A szerkesztőség címe:  
5137 Jászkisér, Fő út 4.  
Telefon/Fax:  
(57) 550-170

Internet cím:  
<http://alapitvany.civilkiser.hu/telehaz>

e-mail:  
[jaszkiser@telehaz.hu](mailto:jaszkiser@telehaz.hu)

A KISÉR megjelenését az újságban megjelenő hirdetések támogatják.

A lap ára 150 Ft

A Kisér nyomdai munkáit Juhász László a TelePrint Nyomdában készítette, Jászkisér, Fő út 4.  
Telefon/Fax: (57) 550-170

A lapban közölt olvasói levelek nem szerkesztőségi vélemények, ezekért felelősséget nem vállalunk!

Megjelentetni kívánt írásait, cikkeiket minden hónap 10-ig a szerkesztőségbe eljuttatni szíveskedjenek!

### III. Csángó Karácsony

Gyönyörű havazással indult a december 5-ei nap, igazi Mikulás nap volt, amikor Gyimesfelsőlok várta a testvértelepüléstől, Jászberényből és Jászkisérről érkező Mikulást.

A rossz útviszonyok ellenére szerencsésen megérkeztek a kedves vendégek, azzal a céllal, hogy másnap december 6-án, Szent Miklós püspök ünnepén, újra örömet szerezzenek a Domokos Pál Péter Általános Iskola tanulói számára. A legenda szerint *Szent Miklós püspök december 6-án halt meg, a lelkét az angyalok vitték végső nyughelyére, ahol egy tiszta forrás ered. Úgy tartják ebből a tiszta forrásból árad a szeretet, amivel utódját, a Mikulást küldi minden év decemberében a gyerekekhez.* Szerencsésük van a gyimesfelsőloki gyerekeknek, hiszen nekik a jászberényi Mikulást küldte Szent Miklós püspök és ők a jászság szeretetét hozták Gyimesfelsőlokra.

December 6-án a kultúrotthon ismét megtelt gyerekekkel és már nagyon várták azt a pillanatot, hogy mikor jelenik meg a piros ruhás Mikulás telezsákjával. De várták azt is, hogy a bajszos bácsi fogja elsőként köszönteni őket, sajnos Mucsi Gyula barátunk a Csángó Karácsony ötletgazdája nem tudott idén kiutazni hozzánk, ugyanúgy, mint Baranyi Béla barátunk, a Lehel mozi üzemeltetője sem, akinek a tavaly óriási sikere volt a gyerekek körében, hiszen nagyon sok idő után ismét mozit varázsolt a kultúrotthonba a gyerekek nagy-nagy öröme, őt úgy ismerik Gyimesfelsőlokon, hogy Mozi Úr.

A gyerekek sajnálattal vették tudomásul, hogy nincsenek jelen, de egy nagy tapssal fejezték ki köszönetüket.

Szeretném megköszönni az idei III. Csángó Karácsonyra érkező delegációnak, hogy ismét vállalták a nem könnyű utat Jászberényből Gyimesfelsőlokra és újból örömet varázsoltak a felsőloki gyerekek szívébe. Úgy gondolom, megérdemlik, hogy név szerint említsem meg őket: Kocsán László, Keresztesi János, Szarvas Attila, Rédei Anna, Kormos László, Tóth József, Simon Miklós, Czinege Károly, Czinege Dániel, Farkas Ferenc, és Jászkisérről: Lukácsi György, aki a Mikulás szerepét is felvállalta, Holló Zoltán, Hajnal Benjamin voltak Szent Miklós püspök küldöttei. Köszönjük szépen nekik.

Külön köszönet Megyeri Ildikónak, aki három számítógépet adományozott településünknek, valamint Andó Darázs Editnek, aki lisztet adományozott.

Ugyanakkor szeretném megköszönni Jászberény város intézményeinek, vállalkozóinak, magánszemélyeknek, a Jász Trió tévének a szervezésért és köszönjük minden jóhiszemű, tehetős és szerény embernek, aki adakozott, hogy szívesen adta ajándékát és ezzel segítette a gyimesfelsőloki gyerekeket, intézményeket, valamint külön köszönet azoknak, akik vállalták, hogy Gyimesfelsőlokra el is jussanak az adományok.

Cserébe fogadják, egyszerű **Isten fizesse**, köszönetünket és kívánunk Békességes, Áldott Karácsonyt és boldog Új Évet minden kedves jászberényi és jászkiséri lakosnak!

Timár Zsombor – László  
Gyimesfelsőlok  
polgármestere

### Felhívás!

Felhívjuk mozgáskorlátozott tagjaink figyelmét, hogy

**2013 január 31-ig**

**lehet a tagdíjat (1200.- Ft) fizetni.**

Kérünk mindenkit, legyenek szívesek befizetni a Teleházban Balázné Rácz Tündénél.

Köszönettel  
a vezetőség

## Állami fenntartásban, de önkormányzati üzemeltetésben az iskola

Az állami fenntartásba vétel elsődleges célja, az iskolarendszer igazságosabbá tétele. A nagyobb állami szerepvállalás biztosítja az egyenlő hozzáférés lehetőségét, kiszámíthatóbbá, biztonságosabbá teszi az iskolák világát, és az egyes intézmények helyzetét. Az önkormányzatok és az újonnan felállított Klebelsberg Intézményfenntartó Központ (KIK) között olyan tanügyigazgatási, gazdasági megállapodás kötött, aminek az iskolai munkához közvetlenül nincs köze. A pedagógusokat érintő egyetlen érzékelhető változás, hogy január elseje után máshogyan, máshonnan kapják fizetésüket, de a jogviszonyuk és az illetményeik nem változnak.

Az iskolák 2013. január 1-jétől a Klebelsberg Intézményfenntartó Központ fennhatósága alatt működnek, a központ végzi a szakmai irányítást. A január elsejével életbe lépő szabályozás értelmében a 3000 lélekszám alatti települések önkormányzataitól a KIK a szakmai irányítás mellett a működtetéssel járó feladatokat és ezek költségét is átvállalja. Az ennél nagyobb lélekszámú településeknél pedig az önkormányzat hatáskörében maradnak. A Képviselő-testület is nehéz döntéshelyzetbe kényszerült. Az iskola szakmai irányítása mellett a működtetéssel járó feladatokat és azok költségét is át akarta adni a testület a KIK-nek. Azonban éves szinten 58 millió Ft-ot kellett volna az önkormányzatnak hozzájárulás címen utalni, amit a jelen

ismert tények és a 2013-ra vonatkozó mutatók alapján a testület szintén nem tudott felvállalni. Végül az iskola működtetéssel járó feladatai és költségei maradtak az önkormányzat fenntartásában illetve a Jászkiséri Településüzemeltetési Intézmény feladatköre bővült ezekkel a feladatokkal. A várható üzemeltetési költség az egyébként befizetendő 58 millió Ft lesz, melyet az önkormányzatnak kell kigazdálkodnia, mivel ezen üzemeltetési költségre állami finanszírozás nincs. A Csete Balázs Általános Iskolánál foglalkoztatott, funkcionális feladatokat ellátó 10 közalkalmazotti (6 fő technikai, 4 fő ügyviteli alkalmazott) álláshelyet és az azon foglalkoztatott dolgozókat, a közalkalmazotti jogviszony és járandóságok változatlanul hagyása mellett 2013. január 1-től a Jászkiséri Településüzemeltetési Intézmény (JÁTI) vette át. Majd 3 fő ügyviteli alkalmazott a járási tankerülethez került át dolgozni. Továbbra is a jászkiséri iskolához tartozik a pélyi intézmény és közösen folytatják tovább szakmai működésüket.

Tehát a JÁTI látja el az üzemeltetéssel, működtetéssel járó feladatokat (pl. medenceüzemeltetés, uszodabérlés, tornatermek bérlése, takarítási feladatok, karbantartási munkák stb.), szintén ugyanitt kell a gyermekek után járó étkezési díjakat is befizetni.

TM

### Ebtulajdonosok figyelem!

**2013. január elsején lépett életbe a rendelet, miszerint minden négy hónaposnál idősebb kutyát kötelező mikrochippel ellátni.** A már megjelölt, de még nem regisztrált ebek adatait pedig rögzíteni kell az állami adatbázisban.

Jászkiséren, **Dr. Batki István** állatorvos végzi a chip beültetést és regisztrációt.

A beültetés ára:

állatorvosnál:	3.500 Ft
háznál:	4.500 Ft



A chip egy rizsszem nagyságú üvegkapszulában van elhelyezve, sterilén csomagolva, hogy hozzá se kelljen érni. Injekcióhoz hasonlóan juttatják a kutya nyakának bal oldalán a bőr alá. A lapkához egy tizenöt karakteres számsor tartozik, amely alapján beazonosítható, hogy ki a kutya gazdája (név, lakcím, telefonszám). Emellett tárolja a kutya alapvető adatait, mint például fajtája, neme, színe, és ami fontos: mikor kapott legutóbb veszettség elleni oltást.

#### A törvényi rendelkezés szerint :

*“2013 .januártól minden állatorvosnak ellenőriznie kell azt, hogy a hozzá bekerülő kutyák rendelkeznek-e transzponderrel /chippel/, amennyiben nem, ezt fel kell ajánlania az állat tulajdonosának. Ha ehhez az állat gazdája nem járul hozzá, úgy az állatorvosnak ezt jelentenie kell.*

*A hivatal felszólítja az állattartót, hogy tegyen eleget kötelezettségének, amennyiben ez nem történik meg, úgy felelősségre vonható, és akár 40 ezer forintig terjedő bírsággal sújtható”.*

-juhi-

## 50 éves az Ózdi Lajos Árpád Honismereti Kör

Örömmel olvastuk a meghívót, mely az Ózdi Művelődési Intézmények Lajos Árpád Honismereti Köre fennállásának 50. évfordulója alkalmából tartandó jubileumi emlékülésre hívta Egyesületünk tagjait az Ózdi Művelődési Intézmények „Olvasó” Tánctermebe, mely 2012. november 29.-én (csütörtökön) volt.

Tagságunk 15 fővel indul útra, egy rövid pihnőt tartva Szarvaskőn 9 órára értünk Ózdra a Gyári Temetőhöz. Sok régi kedves ismerőssel találkoztunk, köztük a Jászfákóalmi Horváth Péter Honismereti Szakkör tagjaival, bánrévei, miskolci, ózdi ismerősökkel.

A rendezvény 10 óra 30 perckor kezdődött. A Temető ravatalozó épülete előtt megemlékező beszédet mondott Balogh Lászlóné a Kör titkára, melyet az alábbiakban idézünk:

„Tisztelt Hölgyeim és Uraim! Kedves vendégeink!

„Szép csillag a honszeretet, gyönyörűségesen ragyog.”

- mondja Petőfi 1845 őszén, amikor a magyar dicsőség témakörét járja körül gondolatban.

Ezt a tündöklő ragyogást érzékelhetjük Ózdnak, ennek a múlt időkbé veszően szellemi központnak az egén is, mely már az Arvisurák (igazmondás) lejegyzése idején is szellemi központ, a hun törzsszövetség szellemi központja volt.

A szellemi központ sajátos és egyedi fogalom, művelődési értékekkel és leletekkel tároló központi gyűjtőhely. Ismert elnevezés volt már az ókori Távol-Keleten is, ahol- főleg a kolostorokban- az Élet Templomának nevezték.

Most amikor az Ózdi Művelődési Intézmények Lajos Árpád Honismereti Köre – fennállásának 50. évfordulóját ünnepli, mindenekelőtt emlékeznünk kell.

Tisztelgő emlékezésünkkel keressük az 50 évvel ezelőtti dátumot: 1962. novemberét.

November 9.-én az Ózdi Városi Tanács tanácstermében alakuló ülést tartottak 21 – a múlt emlékeit gyűjtő ember részvételével, ahol kimondták a Borsod megyei Múzeumok Baráti Köre Ózdi alcsoportjának megalakulását. Céljuk volt a múlt emlékeinek gyűjtése és a gyűjtemény számára múzeum létesítése.

Ehhez az elhatározáshoz – már korábban – felkereste a miskolci Herman Ottó Múzeumot Veszeloovszky Viktor és Dr. Faggyas István, hogy tanácsot és támogatást kérjenek.

A megalakult múzeumbaráti kör elnöke Dobosy László, titkára Veszeloovszky Viktor lett.

1964. január 1-től a Liszt Ferenc Művelődési Ház, majd az Ózdi Népművelődési Intézmények létrejötte után „Honismereti Kör” néven annak szakköre lett.

Körünk tevékenységét megalakulásától 1967. január 1-ig Kemenczeyné Végh Katalin, 1967 január 1-től Dr. Bodó Sándor, majd egri múzeum igazgatói kinevezése után Dr. Szabadfalvi József megyei múzeum-igazgató segítette.

Körünk titkárai voltak:

1962-69-ig: Veszeloovszky Viktor

1969-79-ig: Czako Gyula

1979-2000-ig: Nagy Károly

A kör létezésének első időszakától kezdődően rendkívül intenzíven, lankadatlan szorgalommal gyűjtötte Ózd és környékének történelmi, néprajzi és ipartörténeti emlékeit-régészeti tárgyak és szellemi értékek vonatkozásában egyaránt.

A kör megalakulása után rendszeresek voltak a kiemelkedő rendezvények: pl.: 1964-ben Veszeloovszky Viktor szerző munkáját dicsérte a palóc néprajzi és népművészeti kiállítás, 1970-ben a 125 éves az Ózdi Gyár című kiállítás nyitotta meg kapuit. Ez utóbbit 8000 látogató tekintette meg. A

gyártörténeti szakcsoportok munkája jó hírét öregbítette ez a siker, s a legszebb eredmény is az övék volt, mert 1971-ben az Ózdi Kohászati Üzemek vezérigazgatója biztosított egy 300 m<sup>2</sup> alapterületű épületet állandó gyártörténeti bemutató céljára, mely később Gyártörténeti Múzeummá nőtte ki magát. E munkában elvülhetetlen érdemei vannak Vass Tibornak, körünk egyik tekintélyes alapító tagjának. Ő lett említett múzeum vezetője is.

Vass Tiborról még föltétlen meg kell említenünk, hogy több évtizedes kutatásai révén 7 könyve jelent meg. Könyvei az Ózdi Kohászati Üzemek dolgozóinak élet- és munkakörülményeit mutatják be.

A „700 éves Ózd” nevű kiállításra 1972-ben került sor. A jubileumi évforduló jegyében Ózd fejlődésének bemutatása képezte köri feladatunk gerincét.

Településtörténeti szakcsoportunk munkáját illetve a dicséret az elért eredményekért. A kiállítás anyagának egyik gyűjtője és fáradhatatlan szervezője: Dobosy László köri elnök volt. Iskolaigazgatóként intézménye folyosóin néprajzi gyűjtött tárgyak sokasága volt látható. (Hozzá hasonló munkákat végzett a helyi József Attila gimnáziumban Soltész József igazgató és felesége: Soltész Józsefné.) Dobosy László mint nyugdíjas iskolaigazgató egész Ózd és környéke szakrális épületeit, malmait, borospincéit, helyneveit gyűjtötte. A honismereti körben működő gyűjtő és kutató munka megismertetésére vállalkozott a „Lakóhelyünk Ózd” című évkönyvünk, melynek első száma 1970-ben látott napvilágot.

A gyűjtőmunka egyik érdekessége volt, hogy az OKÜ iratait selejtező Veszeloovszky Viktor sok értékes helytörténeti anyagot talált a selejtezendő iratok között, melyekkel gazdagabb lett a Városi Múzeum iratanyaga. Veszeloovszky Viktorról még meg kell említeni, hogy értékes numizmatikai gyűjteményét nagy sikerű előadásokon népszerűsítette. Továbbá, hogy sikeres pályamunka volt hadifogsága története.

Második köri titkárunk Czako Gyula volt. Halála után Vass Tibor így emlékezett rá:

„Sajószentkirályon született 1922-ben, földműves családban. Iskoláit nagy nehézségek között Sajószentkirályon, Tormalján, Miskolcon végezte – testvérbátyai segítségével. Katonai szolgálatból és hadifogságból hazatérve – szlovákiai területen élő édesapjának segített a földművelésben, mert mint magyar, hivatali munkát nem kapott. 1946 decemberében az áttelepítés elől Magyarországra menekült. Hamarosan elhelyezkedett a közigazgatásban: előbb Sajókazán, majd Nagybarczán dolgozott. Ezt követően a Sajómenti Vegyiműveknél, majd a Miskolci Vasipari Szövetségnél.

1953 szeptemberétől az Ózdi Kohászati Üzemeknél dolgozott élete végéig.

Hivatali teendői mellett a honismereti munka során állandó kapcsolatban maradt a faluval, a falu életével. A honismeret volt a szenvedélye, erre áldozta szabadságát is. A paraszti munkát fiatalon megismerte, szokásainak, hagyományainak gyűjtését fáradhatatlanul szervezte.

Tagja volt a Magyar Néprajzi Társaságnak és a Borsod Megyei Hazafias Népfront Honismereti Bizottságának elnökhelyettese. Az Ózdi népművelési Intézmények által fenntartott honismereti körben megalakulásától fogva tevékenyen részt vett.

1969-től haláláig a kör titkára volt.

Váratlan halála nagy veszteség a hazai honismereti mozgalomnak is.”

Következő titkárunk az a Nagy Károly, aki a szívéhez-lelkéhez oly közel álló honismereti munkával 1962 óta foglalkozott behatóan – az akkor alakult Múzeumbarát Körben, valamint a



belőle kinőtt Lajos Árpád Honismereti Körben, melynek haláláig meghatározó vezető személyisége volt.

Átgondolt vezetése, irányítása által körünk tagjai sok szép sikert értek meg. (Tanulmányi kirándulások, értékes előadások, hagyományörző ünnepségek.)

1980 óta évente nagy sikerrel hirdették meg az Ózdi Honismereti pályázatot. Ezáltal eredményesen ösztönözték a helytörténeti, néprajzi kutatást. Jelen voltunk az országos és regionális konferenciákon, dolgozataink elismeréseként pedig a miskolci Herman Ottó Múzeum 1985-ben körünknek ítélte a megyei Istvánffy díjat. Úgy értékelhetjük ezt, mint nagyon komoly eredményt, amint azt Nagy Károly 1992-ben, a kör fennállásának 30. évfordulója alkalmából megfogalmazta: „Honismereti körünk komoly közművelődési missziót teljesít. A tájban valóságos kis Sziget, s e sziget közössége nagy és szép feladatokat vállalt és végzett. Körünk tagjai megragadtak minden alkalmat, hogy ápolják a tájhoz, a szülőföldünkhöz, a városhoz, a faluhoz való igazi tiszta kötődést, mellyel erősíteni kívánták a nemzethez való tartozás tudatát.”

Szorgos, kiválóan felkészült önkéntes gyűjtők és kutatók sora nőtt ki e körből.

Közülük Nagy Károly mellett Dobosy László, Faggyas István, Veszeloovszky Viktor, Vass Tibor, Németh Gyula, É. Kovács László, Saffarik Gyula, Molnár Mihály, Mikola Béla, Kurucz János, Pál Zoltán és mások nevét országosan is megismerték, hiszen együtt több, mint 30 önálló kötetrel jelentkeztek. (Fontosnak tartom megjegyezni, hogy később megjelent Arvisura című könyv írója Pál Zoltán volt. Akinek az emlékére állították azt a sziklatömböt, mely az Önkormányzat épületei ölelésében látható.)

A szervező munkában Nagy Károlyé volt a főszerep, de mindig talált időt arra, hogy kutatással és rendszere publikációval segítse társait.

Összeállította a Beszélnek a régi kövek..., valamint a Régi História című honismereti olvasókönyvet, feldolgozta az Ózdi környéki bányászat történetét, Almási Balogh Pál életútját, az ózdi kórház történetét, szülőfaluja krónikáját, könyvben örökítette meg Bakonyi Béla abaújszántói pedagógus tevékenységét, leírta a szentsimoni műemléktemplom értékeit. Több tucatnyi hosszabb-rövidebb tanulmánya jelent meg.

1990 októberében alakult újjá a Borsod-Abaúj-Zemplén Megyei Honismereti Bizottság, amely a mai megyei egyesület elődje, s amelynek elnöki tisztét 1996-ig Nagy Károly töltötte be nagy lelkesedéssel.

Amikor gyengülő egészségi állapota miatt e tisztségtől megvált, az egyesület tiszteletbeli elnökévé választották.

A betegség baljós jelei sem tudták letéríteni a tevékeny és alkotói útról, fáradhatatlanul szervezett tovább.

Emlékhelyek kialakítását, emlékjelek állítását köszönhetjük neki.

Kazinczy Gábor, Tompa Mihály, Almási Balogh Pál helyi kultuszának egyik fő irányítója volt.

Kapcsolatot teremtett több honismereti körrel, testvérkörök jöttek létre, pl: Jászkisérrel, Jászjákóhalmával, Balassagyarmattal, Rimaszombattal, Tornaújfalval, valamint Ónoddal és Kelemér-Gömörszöllőssel.

S hogy ez a teljesség igénye nélkül ismertett életmű mennyire maradandó, azt nem csupán közismert írásbeli alkotásai, tanulmányai, könyvei bizonyítják – ékes tanulság, hogy az imént említett testvérkörök nagy százaléka jelen van, részt vesz itt, ezen a megemlékezésen. Eljöttek, mert így is szeretnénk kifejezni Nagy Károly iránti tiszteletünket, megbecsülésünket.

Végig tekintve az elmúlt fél évszázadon nem mondhatunk mást, mint hogy drága Nagy Károly, s Ti is mind kedves „nagy öregek”, akik sorainkból távoztatok el, fogadjátok tisztelgő

főhajtásunkat fáradozó munkálkodásotokért!

Ózd szellemi központ volt, természetes, hogy ide az átlagnál jóval több jutott a gyűjtő-kutatóemberekből is. De mind értékes egyéniség volt, aki a nemes cél, a honszeretet megvalósításáért dolgozott. Mindannyian, drága eltávozott társaink!

Szépen ragyog általatok Ózd fölött a honszeretet csillaga, 50 év után emlékhelyet szeretnénk kialakítani a tiszteletetekre pl: emlékoszlopot a temetőben, vagy emléktáblát a múzeum falára közös tisztelgés céljából.

Igyekszünk majd megvalósítani ha körülményeink megengedik. Annál is inkább, mert a felejtés ellentéte az igazmondás (arvisura) és azért is, mert mások is ezt várják tőlünk. Gondoljunk csak arra, hogy már híres költőnk Szabó Lőrinc is így beszélt hozzánk a Tücsökzenében:

„Segítettetek, vigasztaltatok Ózd, Igal Patak, hazám szívei”

Segítsünk és vigasztaljunk hát továbbra is partnerséggel, a testvér körökkel és érdeklődőkkel! Ti pedig példaképeink maradtok mindannyian amíg csak élünk! Úgy legyen!

E gondolatok jegyében folytassuk eljövendő munkálkodásunkat!

Köszönjük megtisztelő figyelmüket!

Ózd, 2012. november 29.

Balogh Lászlóné  
Az Ózdi Lajos Árpád Honismereti  
Köt titkára”

A megemlékező beszéd után elhelyeztük koszorúinkat Nagy Károly sírjánál.

Autóbuszra szállva rövid időn belül megérkeztünk az ÓMI Váosi Múzeumba, ahol megtekintettük Lajos Árpád, - a Kör névadójának – Emlékkiállítását, és a Múzeum kiállításait.

Ezt követően Az „Olvasóba” mentünk, ahol a regisztráció után kezdődött az emlékülés, melynek levezetője Pappné Szarka Magdolna az Intézmény igazgatója volt.

Az emlékülést Riz Gábor országgyűlési képviselő a B.-A.-Z. Megyei Közgyűlés alenöke és Fürjes Pál Ózd Város polgármestere köszöntötte.

Nagy László A Bolyai Farkas Szakképző Iskola tanulójától hallhattuk Juhász Gyula: Himnusz az emberhez című versét.

Alabán Péter szociológus tanár értékes előadása után - mely a Honismereti Kör 50 éves munkáját taglalta - Döbör Istvánné a Kör vezetője 50 év története címmel foglalta össze a Kör fél évszázados tevékenységét nagyon részletesen, mindenre kiterjedően, vetítéssel szemléltetve előadását.

Az előadások után a meghívottak, köztük Egyesületünk is köszöntötték a jubiláló Kört és átadtuk szerény jelképes ajándékainkat.

Az emlékülést követően ebéd következett a Holdfény étteremben, ami a kora délutánig tartott. Egyesületünk ebéd után elbúcsúzott vendéglátóinktól és ismerőseinktől es indultunk haza.

A rendezvény még folytatódott az alábbi programmal:

Comitatus Önkormányzati Szemle

A rendezvénynek az esti órákban lett vége.

A Lajos Árpád Honismereti Kör és Egyesületünk kapcsolata több évtizedes múltra tekint vissza. Ez a jó kapcsolat elődeinknek köszönhető, amit mi is szeretnénk tovább folytatni, ápolni. A Kör által végzett fél évszázados munka példa értékű és követendő mindenki számára. Az elért eredményeikhez gratulálunk, terveik megvalósításához kívánunk erőt, jó egészséget, kitartást.

Benedek József  
elnök

## Mikulás kupa

2012. december 5-én ismét megrendezésre került a Mikulás Kupa, a nagycsoportos óvodások nagy öröme. Izgalommal telt ez a hét és különösen ez a nap. Ezúton szeretnénk köszönetet mondani, hogy a Csete Balázs Általános Iskola Bem úti tornatermét használhattuk. Bemelegítés után izgalmas sorversenyek követték egymást, amiben kis és nagy testvérek, szülők és óvó nénik is részt vettek. Mivel a nevében is benne van „Mikulás Kupa”, csupa rá jellemző feladatok voltak.

Rénszarvasfuttatás, puttonyvívés, különböző sorversenyek, váltófutások. Mindenki nagyon ügyes volt. Különböző sorversenyek Rénszarvasfuttatás, puttonyvívés, ,váltófutások.

Legjobban a Bocskai úti óvoda szerepelt, hozzájuk került a legnagyobb kupa, a Kossuth téri óvoda lett a 2., az Attila úti óvoda a 3. helyezett lett. Minden óvoda egyenlő jutalmat kapott.

A verseny végén a sportegyesület nevében Gócza Zoltán frissítővel, gyümölcscsel és szaloncukorral örvendeztette a kis megfáradt versenyzőket.

Örömmel és izgalommal tért haza minden kis óvodás mert nagy gondal tisztította a kis cipőcskéket az éjjel arra járó Mikulásnak.

*Szülők*



## Visszatekintés 2012. decemberére

### Adventi készülődés a Kossuth téri óvodában

Minden év decemberében kerül megrendezésre az adventi készülődés. A Kossuth téri óvodában erre 2012. december 19.-én délelőtt került sor. Már hagyománnyá vált, hogy mindig meghívunk az általános iskolából egy elsős osztályt. Ezen alkalommal Iván Viktória tanár nénit és osztályát fogadtuk nagy szeretettel a Kossuth téri óvoda tornatermébe. Nagy volt a nyüzsgés, forgás. Sokat munkálkodtak a kis szorgos kezek. Minden asztalnál más és más technikákkal ismerkedhettek meg a gyerekek. Készíthettek: cukorból szórt karácsonyi képeket, fenyőfát díszíthettek, csipkézhettek, hajtogatott karácsonyfát készíthettek hurkapálcika ráfűzésével. A gyerekek minden asztalhoz odamehettek és minden technikát kipróbálhattak. Gyorsan elrepült az idő, de nagyon jól éreztük magunkat. A készülődést és a részvételt köszönjük a Kossuth téri óvoda nagycsoportos gyermekeinek, dolgozóinak, és a rajz, mintázás, kézimunka munkaközösség tagjainak, valamint Iván Viktória tanár néninek és osztályának.

*Köntés Judit*

## Énekverseny

Hagyományainkhoz híven, 2012. december 4-én iskolánkban megrendezésre került az Énekverseny, amin osztályonként három jóhangú, felfésült alsós tanuló vett részt.

Versenyünket támogatta Gál András és Gál Andrásné nyugalmazott pedagógus, és Hajdú László polgármester úr. A zsűri tagjainak, Gál András, Molnárné Zana Ágota és Budainé Balogh Gabriella nehéz dolguk volt, hiszen a csengő hangú kisiskolásaink csodálatos énekeikkel kápráztattak el minden érdeklődő szülőt, nevelőt.

### Köszönet a tartalmas délutánért.

#### Eredmények:

##### 1. osztály

1. Burai Nóra
  2. Holló Csenge
  3. Bodnár Erzsébet
- Különdíj: Stuklik Gergő

##### 2. osztály

1. Kövesdi Izabella
  2. Berente Fanni
  3. Bessenyei Orsolya
- Különdíj: Makai Erika

##### 3. osztály

1. Gál István
  2. Duka Melissza
  3. Nagy Zóra
- Különdíj: Farkas Máté

##### 4. osztály

1. Szűcs Györgyi
  2. Bódi Éva
  3. Ördög Dominik
- Különdíjasok: Burai Csenge,  
Besenyei Fanni, Duka Róbert,  
Molnár Réka,  
Bagi Tamás

*Göröcsné Simonyi Edit*  
és

*Hajdú Lászlóné*  
szervezők



# Életjel

## Születések

Sárközi Róbert István  
december 5-én

Duka László Martin  
december 5-én

Bartos Gyula  
december 11-én

Balogh József Leó  
december 12-én

Dankó Heléna Kamilla  
december 13-án

Dankó Vanessa Gizella  
december 18-án

Csillik Nóra  
december 19-én

Kalmár Gergő Alexander  
december 28-án

Demeter János Zsolt  
december 31-én

Gratulálunk!

### Az orvosi rendelő telefonszámai:

Dr.Katona Róza 451-936  
Dr.Mike Miklós 451-937  
Dr.Kolláth Bálint 450-893  
Védőnők 450-205

## Orvosi ügyelet

Jászapáti, Kossuth L. út 10.

Tel.: 06-57/443-421

Jászapáti, Jászivány, Jászkisér,  
Jászszentandrás, Jászdózsa, Jászfákóhalma,  
Jásztelek

**Délután 16 órától  
másnap reggel 8 óráig  
Vasárnap és ünnepnap  
egész nap**

## HÁZASSÁG KÖTÉS

Sóti Anikó és Nagy László  
december 8-án

Demeter Mária és Kiss József Zoltán  
december 21-én

GRATULÁLUNK AZ IFJÚ PÁROKNAK!

## FLORA - Virág-Ajándék

- Virágkosarak, csokrok készítése
- Temetési koszorúk, sírcsokrok készítése

Továbbra is várja kedves  
vásárlóit:

Tóthné Magdika

Elérhetőségünk:

06/20-21-88-464

5137, Jászkisér, Fő út 9/A.

## Halálozás

Kalmár Lajos  
59 éves korában december 5-én

Major Pál  
68 éves korában december 9-én

ö. Jónás Jánosné Jakab Ráchel  
71 éves korában december 10-én

Nagy Jánosné Nagy Erzsébet  
71 éves korában december 12-én

Nagy Jánosné Agócs Erzsébet  
62 éves korában december 16-án

Balogh Sándor  
71 éves korában december 17-én

Rab Istvánné Vakhai Mária  
73 éves korában december 20-án

Tóth István  
79 éves korában december 25-én

Németh Enikő Rebeka  
40 napos korában december 29-én

Tönköly Sándor  
83 éves korában december 29-én

## Jászkisér 2012. évi demográfiai statisztikája

Születések					
Hó	Össz.		Fiú		Leány
1	1	=	1	+	-
2	4	=	1	+	3
3	6	=	3	+	3
4	5	=	3	+	2
5	3	=	3	+	-
6	5	=	-	+	5
7	11	=	6	+	5
8	4	=	3	+	1
9	5	=	2	+	3
10	6	=	4	+	2
11	6	=	4	+	2
12	8	=	6	+	2
Össz.	64	=	36	+	28

Házasság	
Hó	
1	1
2	1
3	-
4	1
5	4
6	2
7	1
8	2
9	-
10	1
11	-
12	2
Össz.	15

Keresztelő				
	Össz.	Fiú	Leány	Felnőtt
Katolikus	26	13	13	-
Református	22	7	9	6
Össz.	48	20	22	6

Esküvő	
Katolikus	4
Református	-
Polgári	11
Összes	15

F= Férfi  
N= Nő  
K= Katolikus  
R= Református  
P= Polgári  
E=  
Elszármazott

### Halálozás havibontásban

		Férfi							
Hó	Össz.	E	F	E	K	E	R	E	E
1	5	2	2	-	=	1	-	+	1
2	6	-	3	-	=	2	-	+	1
3	8	2	5	1	=	3	-	+	2
4	7	3	4	3	=	1	1	+	3
5	5	3	5	3	=	2	2	+	3
6	4	-	2	-	=	2	-	+	-
7	7	3	1	-	=	-	-	+	1
8	6	-	2	-	=	1	-	+	1
9	5	1	4	1	=	3	1	+	1
10	6	-	1	-	=	-	-	+	1
11	7	1	5	1	=	3	1	+	2
12	10	-	5	-	=	2	-	+	3
Össz.	76	15	39	9	=	20	5	+	19
Helyi	61	-	30	-	=	15	-	+	15
Elsz.	-	15	-	9	=	-	5	+	-

### Neme-vallása szerint

		Nő					
N	E	K	E	R	E	Ö	E
3	2	=	2	2	+	1	-
3	-	=	2	-	+	1	-
3	1	=	1	1	+	2	-
3	-	=	3	-	+	-	-
-	-	=	-	-	+	-	-
2	-	=	-	-	+	2	-
6	3	=	3	3	+	3	-
4	-	=	1	-	+	3	-
1	-	=	1	-	+	-	-
5	-	=	2	-	+	3	-
2	-	=	1	-	+	1	-
5	-	=	4	-	+	1	-
37	6	=	20	6	+	17	-
31	-	=	14	-	+	17	-
-	6	=	-	6	+	-	-

### Elszármazott

		Vallás szerint					
K	E	K	E	Ö	E	Ö	E
3	2	+	2	-	=	5	2
4	-	+	2	-	=	6	-
4	1	+	4	1	=	8	2
4	1	+	3	2	=	7	3
2	2	+	3	1	=	5	3
2	-	+	2	-	=	4	-
3	3	+	4	-	=	7	3
2	-	+	4	-	=	6	-
4	1	+	1	-	=	5	1
2	-	+	4	-	=	6	-
4	1	+	3	-	=	7	1
6	-	+	4	-	=	10	-
40	11	+	36	4	=	76	15
29	-	+	32	-	=	61	-
-	11	+	-	4	=	-	15

### Halálozás = Életkora - Neme - Vallása - Elszármazott

		Férfi								
	F	E	K	E	R	E	Ö	E	E	
0-30	-	-	=	-	-	+	-	-	=	-
31-40	-	-	=	-	-	+	-	-	=	-
41-50	3	-	=	2	-	+	1	-	=	3
51-60	7	3	=	3	1	+	4	2	=	7
61-70	9	1	=	3	-	+	6	1	=	9
71-80	14	1	=	7	-	+	7	1	=	14
81-90	4	-	=	2	-	+	2	-	=	4
91-100	2	1	=	1	1	+	1	-	=	2
Össz	39	6	=	18	2	+	21	4	=	39
Helybeli	33	-	=	16	-	+	17	-	=	33
Elszárm.	-	6	=	-	2	+	-	4	=	6

		Nő						
N	E	K	E	R	E	Ö	E	
1	-	=	1	-	+	-	=	1
-	-	=	-	-	+	-	=	-
1	-	=	-	-	+	1	=	1
0	-	=	-	-	+	-	=	-
8	-	=	3	-	+	5	=	8
14	4	=	7	4	+	7	=	14
10	4	=	6	4	+	4	=	10
3	1	=	3	1	+	-	=	3
37	9	=	20	9	+	17	=	37
28	-	=	11	-	+	17	=	28
-	9	=	-	9	+	-	=	9

		Vallás szerint					
K	E	R	E	Ö	E	Ö	E
1	-	+	-	-	=	1	-
-	-	+	-	-	=	-	-
2	-	+	2	-	=	-	-
3	1	+	4	2	=	4	3
6	-	+	11	1	=	7	1
14	4	+	14	1	=	17	5
8	4	+	6	-	=	28	4
4	2	+	1	-	=	14	2
38	11	+	38	4	=	5	15
27	-	+	34	-	=	76	-
-	11	+	-	4	=	61	15

Legfiatalabb férfi K= 42 év R= 43 év, Születések száma: 4-gyel nőtt, Fiú 10-zel nőtt Leány 6- tal csök.

Nő K= 40 nap R= 49 év, Esküvő szám: 5-tel nőtt, KAT 3-mal nőtt, REH 4-csök, POLG 6-tal nőtt.

Legidősebb férfi K= 95 év R= 93 év, Keresztelő szám:20-szal csökkent KAT 23- csökk, REF 3-nőtt.

Nő K= 97 év R= 89 év, HALÁLOZÁS SZÁM: 2-vel csökk → 2 helybeli, elszármazott nem volt



## Pályázati felhívás a 2013. évi Jászsági Civil Vándordíjra

"A Jászságért" Alapítvány Kuratóriuma 2010-ben vándordíjat alapított. E díjat minden évben olyan szervezet, intézmény nyerheti el, mely a nemzeti (jász) kulturális örökség megőrzéséért tevékenykedik, legalább öt éve a Jászok Egyesülete nyilvántartott, tagdíjat fizető tagszervezete, s folyamatosan működik. Három éven belül ugyanannak a szervezetnek nem ítélt oda a vándordíj.

**"A Jászságért" Alapítvány kuratóriuma ezúton közzéteszi a Jászsági Civil Vándordíj negyedik alkalommal történő kiírását.**

A Jászsági Civil Vándordíj egy vándorserlegből és egy díszoklevélből áll, a díjjal járó juttatás összege 200.000 forint.

**A pályázatok benyújtásának határideje: 2013. március 31.**

A pályázó szervezet részletesen ismertesse éves munkatervét, és az elnyert összeg felhasználásával kapcsolatos elképzelését.

A pályázatokat az alábbi címre kérjük eljuttatni:

"A Jászságért" Alapítvány kuratóriuma 1537 Budapest 114 Pf. 367.  
[alapitvany@jaszokegyesulete.hu](mailto:alapitvany@jaszokegyesulete.hu)

Budapest, 2013. január

## Főzzük süssünk MÁS-ként...

### Vak csirke

Kb. 1-1 szelet/ fő kenyeret vízbe beáztatunk. Szalonnát apró kockákra vágva kisütjük, tepertőket kiszedjük. Fejenként 1-1 csokor petrezselyem zöldet összevágjuk. A zsíron megdinszteljük. Kenyeret, zöldséget, 3 tojást, fehérborsot, pirospaprikát, sót összedolgozzuk.

Kis gombócokat formázunk, forró zsiradékban kisütjük.

### Kapusnyik

1 kg lisztből, 20 dkg zsír, só, élesztő, 2 tojás, hozzáadásával kelt tésztát készítünk. Káposztát lereszeljük, só, bors ízesítésével megdinszteljük. A megkelt tésztát kinyújtjuk, megfordítjuk. Beletöltjük a dinsztelt káposztát. Összehajtjuk, mint a bejglit szoktuk. Tepsibe helyezük, tetejét tojással megkenjük. Szép pirosra sütjük.

### Ötlet

Almás lepény készítésekor sütőpor ill. élesztő helyett szódadikarbónával kelesszünk, a tésztába tejfölt és vaját is dolgozzunk bele, finomabb lesz.



## Jászkisér a Fans TV-n

Jászkisér Város Önkormányzatának Képviselő-testülete szerződést kötött a Fans Tv internetes televízióval, melynek értelmében havi 180 perc adás lesz elérhető a Fans Tv weboldalán Jászkisérről.

Weboldalunkról közvetlenül elérhetők a Jászkisérrel kapcsolatos videók ([www.jaszkiser.hu](http://www.jaszkiser.hu)), valamint a Fans Tv weboldalán ([www.fanstv.hu](http://www.fanstv.hu)).

A jövőben folyamatos tájékoztatást adunk az elérhető videókról.

### Jelenleg elérhető videók:

- Villáminterjú Hajdú László polgármesterrel
- A Jászkiséri Pedagógus Női Kar karácsonyi koncertje (2012.12.22)
- Sportbál és riport a sportvezetőkkel (2013.01.12.)



**Boldog Új évet kívánok!**

Fazekas Lajos

## Téli madáretetés a kertekben

Az előző hónapban leírtam, hogy miért fontos, hogy etessük a madarakat. Most pedig leírom, hogy melyik madárnak melyik a legjobb eledel télen, amit adhatunk nekik. **Nagyon fontos hogy semmilyen eleségből ne adjunk nekik szózzatot!** Itt egy táblázat, amiben a gyakran előforduló madarak vannak, és hogy mit adjunk nekik télen

Madár	Téli elesége	A madáretetőn
<b>Nagy fakopáncs</b> <b>Közép fakopáncs</b>	A kéreg alatt megbújó rovarok, lárvák és főként fenyőmag.	Időnként előfordul, napraforgómaggal, szózzatlan szalonnával és faggyúgolyóval csalogathatjuk a kertbe.
<b>Vörösbegy</b> <b>Fekete rigó</b>	Bogyókat, gyümölcsöket eszik.	Ritkán fordul elő, inkább a földre szórt konyhai hulladék, maradék között keresgél. Valamint natúr főtt rizst és tojást tehetünk ki nekik.
<b>Barátcinege</b>	A kéreg alatt megbújó rovarok, lárvák, peték, levéltetvek.	Időnként előfordul, napraforgómaggal, szózzatlan szalonnával csalogathatjuk a kertbe.
<b>Kék cinege</b> <b>Szécinege</b>	A kéreg alatt megbújó rovarok, lárvák, peték, levéltetvek.	Rendszeresen megjelenik, az olajos magvakat (napraforgó, dió, mogyoró) és a faggyúgolyót kedveli. Esetleg töpörtőt is köthetünk ki hálóba nekik. A kék cinege kedvence a dió és a mogyoró.
<b>Csuszka</b>	A kéreg alatt megbújó rovarok és lárvák.	Rendszeresen megjelenik, napraforgómag a kedvence.
<b>Szajkó</b>	Elsősorban termések, gyümölcsök és magok.	Időnként előfordul, főleg a diót, a mogyorót, a napraforgómagot szereti, de rájár a konyhai hulladéokra is.
<b>Házi veréb</b> <b>Mezei veréb</b>	Növényi termések és városi hulladék.	Rendszeresen megjelenik, főleg napraforgómagot, gabonát fogyaszt, de konyhai hulladékot sem veti meg.
<b>Erdei pinty</b>	Gyom- és gabona magvakkal táplálkozik.	Időnként előfordul, többnyire az etetőből lehullott napraforgómagot csipegeti a földön.
<b>Zöldike</b> <b>Tengelic</b>	Különböző gyommagvak, gabonafélék magjai és napraforgó.	Rendszeresen megjelenik, a napraforgómag a kedvence, de más magvakat is kedvel.
<b>Csíz</b>	Főleg az éger és a nyír termése, de fenyőmagokat is fogyaszt.	Ritkán fordul elő, napraforgómaggal, pinyeleséggel várhatjuk.
<b>Süvöltő</b>	Nyugati ostorfa, fagyal, madárberkenye, japánakác termése.	Ritkán fordul elő, napraforgómaggal, pinyeleséggel várhatjuk.
<b>Meggyvágó</b>	Termések, magvak, különösen szereti az ostorfa termését.	Ritkán fordul elő, napraforgómaggal kínálhatjuk.

Folytatás következik!

## Ideje a gyógyulásnak 2.

### Derékszába

#### Kezelése

A véráramlást fokozó masszáz, meleg pakolások, meleg vagy forró fürdők általában jó hatásúak. A lábak felemelésével a gerincoszlop idegekre gyakorolt nyomást mérsékelhetjük, és így csökkenthetjük a fájdalmat. Bizonyos gyümölcsök és zöldségek fogyasztása ugyancsak gyógyító hatású. Kerüljük a hideget, a nedvességet, a huzatos helyeket. Ruházatunk különösen az ágyék táján legyen elég meleg. Derékszabánál általában jobb mozogni mint feküdni, mert az érintett terület felmelegszik, és javul a vérrellátás. Ilyenkor hordjunk meleg alsóruhát, védőkötést (gyógyászati segédeszközöket árusító boltokban kapható).

#### Gyógyítás gyümölcscsel, zöldséggel

A magnézium (a káliummal együtt) elengedhetetlen a háti izomzat ellazulásához, ezt pótolja a spenót, brokkoli és más sötétzöld színű főzeléke. Jó a fejes saláta, a banán, a hüvelyesek, a káposztafélék, a szójakeszítmenyek, a burgonya és a paradicsom fogyasztása is. Az olívabogyóban, szójababban, avokádóban, babban, kukoricában, különféle magvakban, csirákban, diókban és mogyorókban, továbbá a hidegen sajtolt növényi olajokban lévő többszörösen telítetlen zsírsavak gyulladásgátló és fájdalomcsillapító hatásúak, ezért is ajánlhatjuk. Derékszabában főként 40 éves kor alatti emberek szenvednek. A kellemetlen keresztcsonttáji fájdalom megelőzésére ajánlhatjuk: csökkenteni a testsúlyt, kerülni a hosszú ideig tartó ülő testhelyzetet, rendszeresen sportolni (legjobb a hátúszás vagy kerékpározás).

### Égési sérülés

#### Kezelése

Enyhe égési sérülést merítsünk 10 percre hideg vízbe, ez mérsékli a fájdalmat, és csökkenti a keletkező duzzanatot mértékét. A sebet tisztán kell tartani, fedjük be steril fedőkötéssel. A kisebb égési sérülések többnyire egyháró hét alatt begyógyulnak. Magyar társalmány és hatásos szer kis kiterjedésű égésnél a Naksol, a Rosa centifóliából készült aeroszol.

#### Gyógyítás gyümölcscsel és zöldséggel

Az égési seb gyógyulását elősegítő tápanyagok a cink (nyomelem), a C-vitamin és a többszörösen telítetlen zsírsavak. Ezért adott esetben

táplálkozásunkat meg kell változtatni! Cinket a következő zöldségek tartalmaznak bőségesen : káposztafélék, spárga, hagyma, articsóka, kukorica, répa, spenót, burgonya, hüvelyesek és szójakeszítmenyek. C-vitaminban gazdag friss gyümölcsök és zöldségek: alma, bogyós, gyümölcsök, déli gyümölcsök, kivi, burgonya, paradicsom, zöld színű főzeléke (spenót, brokkoli, mangó). a cink és a C vitamin bizonyos aminosavak ( a fehérjék alkotórészei) segítségével elősegítik a kötőszövet újraképződését. A bőr újonnan képződő sejtjeibe a koleszterin épül be, amelyről elsősorban a többszörösen telítetlen zsírsavak gondoskodnak, ezek bőven megtalálhatók a fokhagymában, a hüvelyesekben (mindenekelőtt a szójababban) a kukoricában, az avokádóban és a fügében.

Ideális, gyorsan elfogyasztható enivalók erre a célra a szójaból készült ropogtatnivalók, magvak, dió, mogyoró. A súlyos égési sérülést steril kötéssel fedjük be. A lábakat támasszuk fel az esetleges sokk megakadályozására. Haladéktalanul hívjunk orvost, illetve a beteget vigyük kórházba. Ha az égést nem követi a seb gyógyulása megmarad a duzzanat és a fájdalom, láz vagy hidegrázás jelentkezik, a beteg szintén orvosi ellátásra szorul. Ugyanaz vonatkozik csecsemőkre és kisgyerekekre, akiket már enyhe égési sérülés, vagy forrázás miatt is azonnal mutassuk meg orvosnak. A megégett vagy leforrázott végtagot nyújtjuk ki, és néhány napig pihentessük, utána azonban már el lehet kezdeni a mozgásgyakorlatokat.

### Ekcéma

#### Kezelése

Kerülni kell az ekcémát keltő anyagokkal való találkozást. Használjunk inkább orvosi szappanokat és sampókat. Az érintett bőrfelületet ne dörzsöljük szárazra a törülközővel inkább csak itassuk fel a nedvességet.

#### Gyógyítás gyümölcscsel és zöldséggel

Olajtartalmú növényis élelmiszerek: avokádó, szójatermékek, a hüvelyesek, olívabogyó vagy a kukorica jelentős mennyiségű többszörösen telítetlen zsírsavakat tartalmaznak, amelyek elősegítik bizonyos prosztataglandinok (szöveti hormonok) képződését, ezzel gátolva meg a gyulladásokat, illetve az ekcéma keletkezését. A proteázokat (fehérjebontó enzimek) bőven tartalmazó gyümölcsök, mint az

ananász vagy a papaja, megakadályozzák az emésztetlen fehérjék okozta ekcémák kialakulását.

Főzzük kamillateát és ittasuk fel egy tiszta pamut vagy anyagra. A beteg bőrfelületre melegen tegyük rá a kamillás borogatást. A kezelést naponta ismételjük meg addig, amíg az ekcéma nem múlik el.

### Elhízottság

#### Kezelése

A diétapárákkal (pld újságírók) és sok titkos recept tudójával ellentétben a fogyás három tartóoszlopa a következő: a zsírt ki kell szabadítani a zsírsejtekből. Ez csak és kizárólag a stressz hormon segítségével történhet, amely fehérjehormon. A vérben keringő zsírmolekuláknak be kell jutniuk a szervezet 70 milliárd sejtjének mitokon-driumaiba (ezek a sejtreszecskek alkotják a sejtek tüzelőkamráját.). ez a folyamat a karnitin segítségével történik, amelyik egy fehérjevegyület.

A zsírmolekuláknak fűteniük kell a sejtek energiakályháiban, ez pedig elsősorban a pajzsmirigyhormon irányítása alatt áll.

Nem a zsír tesz kövérré, hanem a fehérje tesz karcsúvá, így hangzik a táplálkozástudomány mai tudósainak az ajánlása. Ezért van az, hogy a testsúlyprobléma csak a fehérje felhasználás javításával oldható meg.

Segítenek a különféle természetes lecitinek is, amelyek bőségesen találhatóak a szójababban, illetve a szójakeszítmenyekben pl. a tofuban. A különböző magok és csirák is bőven tartalmaznak lecitint, ezek kiválóan alkalmasak gyors étkezés céljára vagy enyhe éhség csillapítására (pl. napraforgómag). A bennük lévő foszfátidil-kolin (egyfajta B-vitamin) jelentősen fokozza a gyomorsav elválasztást, ezáltal javítja a fehérjék előemésztését, továbbá serkenti a zsírokat szállító karnitin működését, tehát kétféle módon is segíti a testsúly csökkenését. A C-vitamin (minden friss gyümölcsben megtalálható) a pajzsmirigyhormon aktivitását fokozza.

Mindenekelőtt a fehérlist készítmények (metélt, galuska, pizza, fehér kenyér (a zsíros ételek (tipikusan a sült kolbász, olajban sült krumplival) és az édességek, édes italok azok, amelyek már a rágás közben serkentik a zsírsejtépítő enzimek aktivitását a zsírpárnákban futó erek ki a belek és a zsírsejtek (adipociták) között.

Fazekas Lajos

**Tisztelt adományozók!**

Köszönjük a 2012-ben tett felajánlásait (ruhaneműk, cipők, játékok).

Adományozók névsora:

Bendő Éva, Juhász László, Tóth Gyuláné (Sarki bolt), Zelei Józsefné, Nagy Lajosné, Szabó Aladárné, Farkas Istvánné, Nótin Györgyné, Antal Sándorné, Tóth Zsigmondné (virágbolt), Kissné Oláh Pannika, Szakálné Torma Eszter (könyvtár), Kiss János, Németh Gerzsonné, Héjáné Kalmár Ildikó, Csillik Ferencné

Köszönjük, hogy segítettek, és ez által mi tovább segíthettünk.

*Ráczné Ajtai Terézia*

**Köszönet nyilvánítás!**

2012-ben nem tudtunk mikulásnap rendezvényt tartani, a problémával megkerestem a polgármester urat és a Bomba jó családi üzlet vezetőjét is. Mindkét helyről kaptam segítséget, és ennek köszönhetően tudtunk a nagy családok részére Mikulás csomagot küldeni a gyermekeknek. A kiszállítást a képviselő testületünk tagjai oldották meg, viszont az irodában is át lehetett venni a csomagokat. Köszönjük még Molnár Jánosnak az önként felajánlott közreműködését a szállításban.

Köszönettel:

*Ráczné Ajtai Terézia*  
Roma Nemzetiségi Önkormányzat Elnöke

**Megemlékezés**

**Rácz András**

halálának 11. évfordulójára.

”Isten véled, a mennyország, a szebb világ ott vár ott a megnyugvás, itt a bánat, körbe-körbe jár...

Vigyázz magadra a végtelen határtalanba mert az út hosszú és már nem nézhetsz hátra!

Emléked, míg csak élünk, szívünkben marad s nem felejtünk Téged ki már odafent vagy.

E gyertya lángja is most érted lobog s fénylik, mint csillagod az égen melyben lelked rejlik.

Ne menj, kérlek maradj még itt egy kicsit velünk s nevéssünk, örüljünk, legyen még egy percünk!

Hisz tegnap láttalak mosolyogni, ma sírok, hogy nem vagy s már nem látom mosolyod!

Hiányzol, hogy nem vagy itt ki mosolyog velünk, elvesztettünk s nem vagy már meg nekünk...

Legalább elbúcsúzhattam volna tőled, ne menj! Ne menj, ne menj, ne menj! De vár Téged a menny...

Miért ilyen az élet? Miért teszi ezt? Miért Téged? Valaki válaszoljon, ne legyen gyáva, csak érted!”

*A gyászoló család*

**KÖZÉRDEKŰ TELFONSZÁMOK,  
ELÉRHETŐSÉGEK**

<b>MENTŐ</b>	<b>104</b>
<b>TŰZOLTÓSÁG</b>	<b>105</b>
<b>RENDŐRSÉG</b>	<b>107</b>

**Jászkisér Város Polgármesteri Hivatala**  
(5137 Jászkisér, Fő út 7.)

**57/550-130**

**Közterület-felügyelet:**

**57/550-130/122 mellék**

**Hívható: munkaidőben 8.00 h – 16.00 h,  
szerdán 17 h-ig, pénteken 13 h-ig.**

**JÁSZKISÉR Körzeti megbízotti iroda:**

**57/450-069**

**JÁSZKISÉR Körzeti megbízott szolgálati telefon:**

**30/696-6354**

**JÁSZKISÉR Tűzoltóság:**

**57/550-025**

**JÁSZKISÉR Mentőállomás:**

**57/451-752**

**Polgárőr ügyelet: 06-20-253-7456**

**Háziorvosok:**

**Dr. Katona Róza 57/451-936**

**Dr. Mike Miklós 57/451-937**

**Dr. Kolláth Bálint 57/450-893**

**ORVOSI ÜGYELET**

(5130 Jászapáti, Kossuth L. út 10.):

**57/443-421**

**JÁSZAPÁTI Rendőrőrs**

(éjjel – nappal hívható):

**57/441-009**

**Új év**

Boldog új évet kívántak: köszönöm szépen!  
Vajon mit fog hozni? – nem tudhatom kérem.  
Gyakori a változás, semmi nem biztos,  
Elöttem állnak még a látni fogott titkok.

Elfogyott a bejgli új fenyőfa nincsen,  
Nem tudom még mi várható, mi lesz majd a kincsem.

Mi lesz majd a pofon, ami némán csattan,  
Fájdalmától elbújok, sírni fogok halkán.

Tizenkét hónap, szeretettel várlak,  
Benned rejlenek álmok és a vágyak.  
Emberből vagyok, nem tudok mást tenni,  
Szívből, igazán, vakon reménykedni.

*Nagypál Sándorné*

## A MetLife Biztosító Zrt. munkatársakat keres

### Amit kínálunk:

- stabil nemzetközi háttér,
- tudás alapú képzés,
- integrált rendszerben történő csapatmunka
- folyamatos karrierépítés

A pályázatokat a következő címre várjuk:  
e.mail: [simonkaroly@citromail.hu](mailto:simonkaroly@citromail.hu)

**tel. 06-70-614-0970**

## Gumis Műhely nyílt!

### Gumiabroncs javítás szerelés.

Ugyanitt forgalmazok, új és használt  
autó és motor gumiabroncsokat.

**Jászkisér, Szőlő út 14.**

Tel:

**06-20-376-1612**

Nyitva tartás:

**Hétköznap: 14-18**

**Szombat: 8-12**

## ERIKA VIRÁG-VARÁZS

Jászkisér, Fő út 13.

Nyitva tartás:

Tel.: 06-20/545-2353  
06-57/655-500

Hétfő 8-12, 14-17

Kedd 8-12, 14-17

Szerda 8-12, 14-17

Csütörtök 8-12 -

Péntek 8-12, 14-17

A Pr-Telecom Zrt. hálózatán belül

Szombat 8-12 -

ingyenesen hívható!

Vasárnap 8-10 -

Cserepes és szálas virágok,  
Kreatív csokrok,  
Koszorúk és sírcsokrok megrendelhetők,  
Ajándéktárgyak,  
Ékszerek, illatszerek,  
Lakásdekoráció,  
Rendezvény- és esküvői dekoráció

Szeretettel várjuk leendő kedves  
vásárlóinkat:

Fazekas Erika

Fazekasné Erika

2 szoba összkomfortos családi ház  
Eladó /áron alul, jó környezetben/

**Tel: 06-70-268-7719**

**Kodak EXPRESS** **VARGA FOTÓ**  
Jászapáti

*Analóg és digitális fotókidolgozás!  
Ajándékkészítés  
saját fotó és ötlet felhasználásával!*

**tel: 30/312-0526  
57/443-162**

**Jászapáti Árvai u. 2/a  
[www.vargafoto.hu](http://www.vargafoto.hu)**

**Akar elegáns  
lenni?**

**A SARKIBA  
kell menni!**



**SARKI Bolt**

Kossuth Lajos út 30.  
Telefon: 06-30-282-7641



## A EGON

Lakás,- vagyon.- élet.- utas –és balesetbiztosítás.  
GFB megtakarítás, hitel. Lakáskassza.  
Lakossági ügyfélszolgálat, előzetes egyeztetés után,  
az ügyfélnél.

Egyszerű, gyors, kényelmes.

Vegye igénybe a szolgáltatásaimat.

Kárbejelentés, díjbefizetés, biztosításkötés,  
átdolgozás, online adatmódosítás.

Gondoskodjon Ön a nyugdíjas éveiről!

Más nem fog. A biztos és nyugodt háttér mindennél  
fontosabb. Hívjon, hogy tájékozódjon lehetőségeiről!

**Sebestyén Zoltán** az Ön Területi képviselője.

**Tel: 06-30-515-1814**

### Vírusfutár!

Helyszíni gyors szerviz. Karbantartás,  
vírusirtás, telepítés.

Új és használt számítógép adás-vétele  
0-24-ig.

**Tel.: 06-30-515-1814**



## CERTUS TEAM

Távfelügyeleti rendszer  
és kivonuló járőrszolgálat

Jászapáti, Velemi E. út 4-6.

Tel: 06-70/375-3323

Elektronikus vagyonvédelmi rendszerek, lakásriasztók,  
videós megfigyelőrendszerek, tervezése telepítése.

Ingyenes helyszíni felmérés!

Telefonos vagy GPRS átjelzés távfelügyeleti központunkra.

### Kiemelt AKCIÓ

**kivonuló JÁRŐRSZOLGÁLATTAL!**

Kiépített, már meglévő biztonsági rendszerről rendkívüli  
rácsatlakozási lehetőség:

Egy teljes éven át  
hűségnyilatkozat nélkül!

**akár 125.-Ft havidíj**

Ingyenes rendszerátvizsgálás és programozás!  
(Egy év után bruttó 2.000.-Ft-os havidíj.)

**Egyedül élő nyugdíjasoknak akár 50 %-os kedvezmény!**

Céges ügyfelek részére egyedi kedvezmények!

24 órás járőr és diszpécser szolgálat az Ön nyugalmaért!

Hívjon bennünket bizalommal!

Információ:

**Certus Team Kft.**

Tel.: 06-70/375-3323

E-mail: marketing@certusteam.hu

www.certusteam.hu



**Megbízhatóság,  
felelősség,  
biztonság.**

PARADOX

## Ebéd rendelés a napközi konyhán

napi menü rendelhető

**550 Ft/adag áron!**

Vállaljuk, rendezvények, ebédek, vacsorák,  
esküvők rendezését is

Érd: *Stoszek Istvánnénál* lehet

Telefonon: 57-450-503



**VÁSÁROLJA FRISS  
TEJTERMÉKEINKET  
A HELYI**

**ÉLELMISZERBOLTOKBAN  
TELEFON:540-200 FAX:540-201**

### Hasznos internetes linkek civileknek

[www.jaszker.hu](http://www.jaszker.hu)

[www.nca.hu](http://www.nca.hu)

[www.nonprofit.hu](http://www.nonprofit.hu)

[www.civilmagyarorszag.hu](http://www.civilmagyarorszag.hu)

[www.civil.info.hu](http://www.civil.info.hu)

[www.onkentes.hu](http://www.onkentes.hu)

[www.pafi.hu](http://www.pafi.hu)

[www.magyarorszag.hu](http://www.magyarorszag.hu)



**VAGYONTÁRGYAK BIZTONSÁGÁT SZOLGÁLJA**

**SCORPIO**

**Biztonsági Szolgálat**

**NINCS MÉG BETÖRÉSJELZŐ RENDSZERE?**

Ha a SCORPIO Biztonsági Szolgálattal távfelügyeleti  
szerződést köt,

**AZ ALAPCSOMAGOT MI INGYEN FELSZERELJÜK!**

*Ajánlatunk csak lakossági ügyfeleknek szól.*

Bovebb információ az alábbi telefonszámokon:

**(57) 406-987, (20) 474-8188, (20) 599-6149**

**PARADOX HUNGARY KFT. SCORPIO BIZTONSÁGI SZOLGÁLAT**