



Nézsai Hírmondó

I. évfolyam 1. szám

2012 Május, az Ígéret és
Pünkösöd Hava

A Nézsaiak közéleti lapja

„A különbség a között, amit megteszünk és amire képesek lennénk, megváltoztathatná a világot!”

Üdvözlöm Önt kedves Olvasó, aki a Nézsai Hírmondó első lapszámát tartja a kezében!

Május a legszebb tavaszi hónap. Minden csupa zöld és csupa virág, az erdők a madarak énekétől hangosak. Talán nem véletlen, hogy pont ebben a hónapban van az anyák és a gyermekek napja.

Szeretettel köszöntjük az Édesanyákat és Nagymamákat!

Hálaadás

Köszönöm Istenem az édesanyámat!
Amíg ő véd engem, nem ér semmi bánat.
Körülvesz virrasztó áldó szeretettel,
Értem éjjel-nappal dolgozni nem restell.
Áldott teste, lelke csak érettem fárad,
Köszönöm Istenem az édesanyámat!

Köszönöm a lelkét, melyből reggel, este
Imádság száll Hozzád, gyermekéért esdve.
Köszönöm a szívét, mely csak értem dobban
Itt e földön senki sem szerethet jobban!
Köszönöm a szemét, melyből jószág árad,
Istenem köszönöm az édesanyámat!

Te tudod, Istenem – milyen sok az árva,

Aki oltalmadat, vigaszodat várja.
Leborulva kérlek: gondod legyen rájuk,
Hiszen szegényeknek nincsen édesanyjuk!
Vigasztald meg őket áldó kegyelmeddel,
Nagy-nagy bánatukat takard el, temesd el!

Áldd meg édesanyám járását-kelését,
Áldd meg könnyhullatását, áldd meg
szenvedését!
Áldd meg imádságát, melyben el nem fárad,
Áldd meg két kezeddél az édesanyámat!

Halld meg jó Istenem, legbuzgóbb imámat:
Köszönöm, köszönöm az édesanyámat!

Dsida Jenő

Jaszinhy Klub (Őszirózsák) bemutatkozása

Mottójuk: A múltat tiszteld a jelenben, s tartsd meg a jövőnek!

A klub 5 éve aktívan működik. Összejöveteleiket minden kedden tartják az Önkormányzat épületében üzemelő klubhelyiségben. Éves programot készítenek, s ennek tükrében feldolgozzák községünk régi hagyományait, népszokásait. Az iskola tanulóival szorosan együttműködnek (karácsony, farsang, húsvét, falunap, szüret, stb.)

A klubnapokon változatos foglalkozásokkal ütök el az időt, miközben régmúlt dolgokról beszélgetnek, énekelnek. Termék palletájukon szerepel szőnyegszövés, goblenezés, horgolás, hímzés, kötés, koszorúkészítés, gyertyaöntés, stb.) Részt vesznek a vanyarci sztrapaicska és az acsai ganca fesztiválon. Kirándulásokat szerveznek. A község fejlődésének aktív segítői. A klub működéséhez szükséges pénzhez pályázatok útján jutnak, a tagdíj havi 100 ft.

Baba-Mama klub

A baba-mama klub minden szerdán 10.00 és 12.00 óra között tartja összejöveteleit, ahol a babák a mamákkal együtt énekelgetnek, játszanak. Egy hely, ahol a mamák beszélgethetnek, tanácsot adhatnak és kérhetnek egymástól gyermekneveléssel kapcsolatban. Az összejövetelek kezdete és vége is rugalmas. A részvétel ingyenes. Helyszín az Önkormányzat épületében, a Könyvtár melletti helyiségben. Szeretettel várnak minden kedves anyukát és gyermeket kisebbtől a nagyobbig.

Hírek

Önkormányzati

Petőfi utca felújítása: „Településrekonstrukció az árvíz sújtotta Nézsa településen” című pályázaton 36.184.193,-Ft összegű támogatást nyertünk, ennek köszönhetően a Petőfi utca felújítása május közepén elkezdődik és előreláthatólag június 30-ig fog tartani. A felújítás alatt közlekedési nehézségek várhatók, de az utca szebbé tétele érdekében kérjük a lakosság türelmét.

Sportöltöző felújítása: Az Önkormányzat 2011. áprilisában pályázatot nyújtott be a **Sportöltöző felújítására** az **"ISKOLAI ÉS UTÁNPÓTLÁS SPORT INFRASTRUKTÚRA- FEJLESZTÉSE, FELÚJÍTÁSA"** témakörben a melyet Dr. Pintér Sándor belügyminiszter 2011. augusztus 9-i döntése szerint támogatásban részesített. A támogatás mértéke 11 033 000 Ft, amihez 20% önerő társul. Az öltöző kivitelezési munkái jelenleg zajlanak, és június végére teljesen megújul az öltöző.

Fogászat: a gyermek és felnőtt fogászati rendelő május hónapban megkezdi működését. A pontos időpontról és a rendelési időről később tájékoztatjuk a lakosságot.

Szlovák Nemzetiségi Önkormányzat

Április 28-án megrendezésre került a Nemzetiségi Majális, és jótekonysági bál, melyet a Szlovák Nemzetiségi Önkormányzat a Mikszáth Kálmán Általános Iskolával karöltve szervezett meg.

Egyházközségi hírek

2012. június 3-án Szentháromság vasárnapjára a tiszakécskei Jávorka Lajos atya meghívta a Nézsa egyházközség híveit a néhai Gyurkó Gábor plébános tiszteletére szervezett emléktábla avatásra, amely a Tiszakécskei templomban lesz. Programban szerepel szentmise, a két egyházközség bemutatkozása, bográcsos ebéd és Kécske nevezetességeinek megtekintése. Az utazás külön busszal történik. Részvételi díj **2000.- ft/fő**, amely az oda-vissza utat tartalmazza. Jelentkezni lehet május 13-ig a **Plébánián, Petyerák Istvánnál, és Tóth Károlynál.**

Általános iskolai hírek

Május 7-én, hétfőn 17.00 órától Anyák napi ünnepség a Kultúrházban! Minden kedves anyukát és nagymamát szeretettel várunk.

Május 11-én, pénteken 14.00 órától területi Szlovák vers-, mesemondó- és énekverseny.

Május 15-én, kedden délelőtt fényképész érkezik az iskolába

Május 18-án, pénteken megrendezésre kerül a II. Mikszáth-nap, kulturális- és sportprogramokkal.

Május 23-án, szerdán 14.00 órától területi természetismereti verseny

Május 25-én, pénteken 10.40-től papírgyűjtés!

Május 30-án, szerdán 8.00 órától Országos kompetenciamérés a 4. 6. 8. évfolyamos tanulóknak.

Az **egész hónap folyamán** folyamatosan történik a tanulók fizikai felmérése a testnevelés órákon és folynak a házi tanulmányi versenyek.

Júniusi előzetes:

Június 1-én, pénteken Trianoni emlékműsor lesz a Nemzeti összetartozás napja alkalmából

Június 4-6. között a 8. osztály kirándulni megy

Június 5-én, kedden az alsó- és felső tagozatosok osztálykirándulása

Június 14-én, csütörtökön Bankett

Június 16-án, szombaton évzáró ünnepség és ballagás

Óvodai hírek

2012. május 2-án az óvodások, szüleik és pedagógusaik kíséretében kirándulást tettek a Naszály északi lábánál található Gyadai tanösvényen, amely a Lósi-patak mentén fekvő erdők és rétek természeti és kultúrtörténeti értékeit és érdekességeit mutatja be.

2012. május 3-án az ovisok Anyák napi ünnepsége lesz. Szeretettel várjuk az Édesanyákat és a Nagymamákat!

2012. május 25-én 16 órakor búcsúzik az óvoda a nagycsoportosoktól! Szeretettel várjuk az óvodások műsorára a kedves rokonokat, barátokat, ismerősöket!

Közérdekű információk

Nézsa község Polgármesteri Hivatala

Tel: 06-35-380101 e-mail: hivatal@phnezsa.hu

Ügyfélfogadási idő:

Hétfő: 8.00-16.30

Kedd: nincs ügyfélfogadás

Szerda: 8.00-17.00

Csütörtök: 7.45-14.45

Péntek: 7.45-14.00

Félfogadási idők:

Polgármester:

Minden csütörtök 9.00-15.00

Alpolgármester:

Minden hónap első szerdáján 16.00-17.00

Jegyző:

Általános ügyfélfogadási idő szerint

Építésügyi főmunkatárs:

Minden héten pénteken 7.30-14.00

Minden hónap utolsó csütörtökén 8.00-12.00

Turul Teleház és Könyvtár

A könyvtári tagság díjmentes!

Nyitva tartása

Hétfő: 8.00 - 12.00

Kedd: 14.00 - 18.00

Szerda: 8.00 - 13.00

Csütörtök: 12.00 - 16.00

Péntek: 8.00 - 12.00

Egészségház

Sanatio EÜ BT

Dr. Széll Anikó 35/380-805

Rendelési idő:

Hétfő: 7.30 - 11.00

Kedd: 7.30 - 11.00

Szerda: 12.00 - 16.00

Csütörtök: 7.30 - 11.00

Péntek: 12.00 - 15.00

Központi ügyelet

Délután 16.00 órától másnap reggel 8.00 óráig

Bercel, Kossuth tér 10.

35/384-605

Mentők 104

Váci mentők 27/314-862

Védőnők 35/380-912

I. körzet – Parádi Ágnes

06-20/9503-393

Csütörtök

9.30 - 10.30 várandós és nővédelmi tanácsadás

10.30 - 12.00 csecsemő és ifjúsági tanácsadás

II. körzet – Kovács Ilona

06-30/3147-019

Hétfő

8.00 - 10.00 várandós és nővédelmi tanácsadás

10.00 - 12.00 csecsemő és ifjúsági tanácsadás

Kérjük a várandós édesanyákat, hogy terhességük

12. hetéig keressék fel védőnőjüket!

Dr. Kővári Zita gyermekorvos minden hónap

harmadik csütörtökén rendel 13.00 - 14.00

Arany Gyógyszertár

Hétfő, szerda: 7.30 - 16.00

Kedd, csütörtök: 7.30 - 14.00

Péntek: 7.30 - 13.00

Legközelebbi ügyeletes gyógyszertár

Rókus Gyógyszertár

2600, Vác, Zrínyi út 9.

27/504385

Programajánló

Állandó programok a Nézsai Művelődési Házban

Hétfőn 18.00 órától Szarka Péter tart 3-1-2 meridián tornát, melyen a részvétel ingyenes, de előzetes jelentkezés szükséges: 06-30-259-1391

Kedden 18 órától Röplabda, a részvétel ingyenes, jelenleg szünetel

Pénteken: Ruha, függöny és bútor vásár 8.00-14.00 között a Művelődési Ház előtti téren

Szombaton Zumba táncfoglalkozás, részvételi díj 600 Ft/óra / fő

Állandó programok a Klubhelyiségben az Önkormányzat épületében a könyvtár mellett.

Baba-Mama Klub: szerdán 10.00 – 12.00 óra között várja a babákat és mamákat

Jaszienhy Klub (Őszirózsák Idősek klubja): kedden 16.00 – 18.00 óra között (nyáron 17.00 órás kezdéssel)

Aktuális programok májusban

Április 28-án a Klubhelyiségben kiállítás nyílt a klubtagok az év folyamán elkészített műveiből, megtekinthető a kiírt időpontokban. Az iskola étkezőjében békéscsabai csipke kiállítás nyílt. Megtekinthető 2 héten keresztül.

Május 4-én 17.00 órakor a Művelődési Házba érkezik a Kicsi bohóc, a Fővárosi Bohóc cirkusszal. Részletek a plakátokon!

Május 7-én 14.00 – 16.00 Fortuna kereskedőház vegyes vásárt tart a Művelődési Házban.

17.00 órától Anyák napi műsor a Mikszáth Kálmán Általános Iskola tanulóinak részvételével

Május 11-én 14.00 órától területi Szlovák vers-, próza- és énekverseny.

Május 13-án I. Nézsai termelői piac és vásár

Egyre többen gondoljuk ugyanazt, hogy a helyi termékek vásárlásával nem csak minőségi magyar terméket vihetünk otthonunkba, hanem hozzájárulunk saját településünk, kistérségünk vagy a régió gazdasági fejlődéséhez is.

Fogjunk össze, és ne csak „várjuk”, hanem „csináljuk” a jövőnket! Legyen ott Ön is! Várjuk árusként, vásárlóként vagy csak nézelődőként az **I. Nézsai termelői piac és vásáron** a Művelődési Házban és előtte **május 13-án 9-12 óra között!**

Május 16-án 14.00 – 16.00 Oázis vegyes vásár a Művelődési Házban.

Május 19-én FALUNAP

Gyerek műsorok, táncház, néptáncos csoportok bemutatója, Táncház, és Zumba bemutató, Sportversenyek, Élő csocsó bajnokság trambulín és kézműves foglalkozások és kirakodó vásár. A Nemzetiségi Önkormányzat a Jaszienhy Klubbal karöltve Csík- és kalácsfesztivált tart.

Minden kedves látogatónkat vendégül látjuk egy tál meleg ételle!

Részletes program a kihelyezett plakátokon!

Tanfolyamok

Szereted a gitár hangját? Szeretnél szerenádokat énekelni, gitár kísérettel szíved választottjának? Gyere és tanulj meg gitározni! További információ és jelentkezés Styevóné Pintér Bernadettnél a 30/836-0616 telefonszámon lehet!

OKJ-s végzettségű MÉHÉSZ képzés indul Nézsán a Mikszáth Kálmán Általános Iskolában. További információ és jelentkezés a 06/35/380-209 vagy a 06/20/77-00-285-ös számokon Koncz Istvánnál.

Felhívás

Kedves Szülők! Kedves Nagyszülők!

Május 5-én, szombaton a Gesztenyesori játszótér kerítését szeretnénk társadalmi összefogásban befejezni. Amíg a bográcásban fő az étel, a játszótér is megszépítjük, virágokat ültetünk, rendet rakunk! Aki szeretné, hogy gyermeke egy szebb és biztonságosabb játszótéren töltsen szabadidejét, aki csak úgy szeretne egy jó hangulatú csapattal egy kicsit mozogni a friss levegőn, majd egy finom ebédet elfogyasztani, azokat várjuk sok-sok szeretettel!

Védőnői közlemény!

Tisztelt Hölgyek!

Megkérjük Önöket, hogy aki méhnyakrák szűrésre meghívó levelet kapott, időpont egyeztetés céljából hívja fel Kovács Ilona védőnőt a 06-30/3147019 telefonszámon. A szűrés az Egészségházban lesz.

Kérjük, rendelkezzen adója 1%-áról!

Május 21-éig el kell készíteni az adóbevallásokat.

Nézsza SE

Adószám: 19162166-1-12

„Gyermekeinkért - Pre naše deti” Közalapítvány

Adószám: 18640443-1-12

A felajánlásokat előre is köszönjük!

Programok a környéken

Vác

Május 1-én a Március 15. téren Európa Fesztivál. Szórakoztató rendezvények, koncertek, gyermekműsorok várják az érdeklődőket az egész nap folyamán. Szervező: Madách Imre Művelődési Központ 2600 Vác, Dr. Csányi L. krt. 63., Tel.: 316-411, www.mimk.vac.hu

Május 12-én 16 órai kezdettel Csizmás a kandúr 90 perces, magyarul beszélő mesemozi tekinthető meg a Madách Imre Művelődési Házban. A belépés díjtalan!

Május 27-én Városi Gyereknapi, aszfaltrajz verseny, játékok, foglalkozások, előadások, koncertek



Budapest

Rábukkantam és nem bírtam megállni, hogy ne osszam meg Veletek/ Önökkel is, annyira jól néznek ki.

Május 20-án kerül megrendezésre a III. Grillázs Majális és Vásár *Budapesten* a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban a III. kerület Korona tér 1 szám alatt. Részletes információ: <http://www.rimoczi-art.hu/>

Jeles napok a hónapban

Május 1: A munka ünnepe

Május 6: Anyák napja

Május 10: Madarak és fák napja

Május 12. Pongrác, **13.** Szervác, **14.** Bonifác: Fagyosságok

Május 18: Múzeumi világnap, melynek keretében a hét végén megrendezésre kerül a Múzeumok Majálisa a Múzeumkertben és a Magyar Nemzeti Múzeum épületében Budapesten. Részletes program: www.majalis.hu

Május 27: Gyermeknap

Május 27-28 Pünkösöd

Május 30: Kihívás Napja

Forrás: <http://jelesnapok.oszk.hu/prod/nyito>

Népi jóslatok

Május 1: ha hideg ez a nap, szűkös lesz a termés, ha meleg bőséges.

Május 12, 13, 14: „hogya a szőlő el ne fagyjon, füstöljenek kendők!” „Sok bort hoz a három ác, ha felhőt egyikén se látsz.”

Május 25: ha ezen a napon esik, jó termés lesz.

Májusi meleg eső nagy termés, hideg eső rossz vendég.

Forrás: <http://www.idokep.hu/hirek/mit-josol-a-nepi-meteorologia-majus>

Májusi tennivalók a kertben

A hónap elején már elültethetjük a dália és kardvirág gumóit valamint a kannatöveket. A kardvirágot ne ültessük oda, ahol előző évben volt, mert a kártevők könnyebben elszaporodnak. A kannatövek napos helyen érzik jól magukat és az öntözést meghálálják.

Lehet kiültetni az egynyári virágpalántákat. Nem hiányozhat kertünkben a bársonyvirág, körömvirág és a kerti sarkantyúka. Azon kívül, hogy ezek a virágok csodálatosan szépek, rengeteg gyógy- és védő tulajdonságuk is van.

A bársonyvirág (büdöske):

- gyökere olyan anyagot választ ki, amely elpusztítja a fonalférgeket, a káros baktériumokat, gombákat, egyéb talajlakó kártevőket és a gyümölcsfákat is védi levéltetű-invázió esetén.

- főleg paradicsommal és uborkával összeültetve ajánlott, de díszítheti a spenót és saláta és krumpli sorokat is.

- virága nem csupán kertünket díszítheti, virágszirmait gyógyteák, saláták, köreték ízesítésére használhatjuk. A sáfrányt helyettesíti. Létezik citrom zamatú változat is. Összevágott szirmait ajánlják rizshez, liszthez keverve, levesekbe.

- kitűnő festőnövény.

A kerti sarkantyúka:

- a fák alá vetve távol tartja a fától a vértetveket.

- sűrűn ültetve a tarackkal is felveszi a harcot.

- Levele, virága is ehető, csípős, a retekre emlékeztető ízű. A legjobb nyersen fogyasztani sajtokkal vagy díszítsük salátánkat szirmaival.

- a mag olyan antibiotikumot tartalmaz, amely a bélflóra károsítása nélkül pusztítja el a légzőszervet megtámadó baktériumokat. Főzetével köhögést, megfűlést, húgyúti betegségeket gyógyítanak.

A körömvirág:

- rovarűző hatását a málna alá ültetve is kifejti, és kölcsönösen szeretik egymást.

- a fák alá vetve szintén távol tartja a fától a tetveket

- ha virágai reggel 7 óra után még csukva vannak, aznap eső lesz.

- kiemelkedő helyet foglal el a gyógynövények között. Vértisztító hatását, javítja a keringést, elősegíti a sebek gyógyulását. Kiváló szer köhögés, megfűlés, vírusos megbetegedések, így influenza ellen.

Gombabetegségek ellen, így a lisztharmat és a penészgombák ellen is véd a fokhagyma és metélőhagyma, melyeket ültethetünk az eper közé és a gyümölcsfák törzskorongjára is.

Lehet ültetni az uborkát, mind szabadföldbe, mind palántaként, de ültessünk mellé bazsalikomot, mely a korai lisztharmattól védi és kaprot, mellyel kölcsönösen segítik egymás növekedését.

Ültessünk levélzsellert a káposztafélék kiültetése előtt, véd a hernyó, földibolha és a káposztalepke ellen.

Levéltetvek ellen:

- Készítsünk csalán trágyalevet: 1 kg friss csalánlevél 10 liter esővízbe, két hétig letakarva érlelni, majd tízszeres hígításban permetezni. Lombtrágyának is tökéletes a növények tövéhez öntözve gyorsabban fejlődnek, különösen a tápanyagigényes káposztafélék hálálják meg.

- Ha tetves a rózsánk öntözzük meg krumpli főző vizével.

- Május közepe táján vessük a babot, a sorok közé ültetett borsfű véd a levéltetvektől. A babot érdemes előtte 1 napra beáztatni, esetleg kamillateába. A zöldborsót is beáztathatjuk, amellett, hogy gyorsabban kel ki, a kamillának köszönhetően ellenállóbb lesz a fertőzésekkel szemben.

Vegyszerek, permetszerek helyett védekezzen természetesen!

A hónap gyümölcse: az eper

A szép idővel együtt hamarosan megjelenik az eper is, és átveszi C-vitamin forrásunk helyét a déligyümölcsöktől. 100 gramm eper 60 mg C-vitamint tartalmaz, emellett E, B1, B2, az A vitamin elővitaminja valamint vas, kalcium, magnézium, foszfor valamint természetes fájdalomcsillapító is található még benne. Önmagában is nagyon tápláló, de ennek ellenére nagyon alacsony energia tartalmú gyümölcs 100 grammban mindössze 35 kalória található. Mindamellét, hogy íze fantasztikusan finom, édes, gyógyhatásai is jelentősek: antibakteriális, gyulladásgátló, serkenti a vérkeringést, fokozza a méregtelenítő folyamatokat, csökkenti a szívbetegségek, a kötőszöveti gyulladások, az érlelmeszesedés és a rák kialakulásának esélyét. Kitűnő vértisztító hatásának köszönhetően hozzájárul a salakanyagok és a felesleges zsír távozásához. Vérszegénység ellen is javasolt. A benne található vegyületeknek kifejezetten fiatalító hatása van. Pépesítve az arcra kenve is kifejti jótékony hatását. Az apró magvak az érzékeny gyomrúakból allergiát válthatnak ki: ez a gyümölcshús szitán való átnyomásával megelőzhető.

Mivel a primőr gyümölcsök közül az epret terhelik meg a leginkább vegyszerekkel, érdemes megbízható helyről vásárolni. Az epret sokan cukrozzák: ez erjedési folyamatokat indít el. A helyzet sajnos a mézzel is fennáll; tehát vagy válasszunk édesebb epret, vagy adagoljunk erjedést gátló fűszereket is (vanília, fahéj) az eperhez.

Az eper könnyen fagyasztható, érdemes télire eltenni akár gurulósan, akár krumplinyomóval többé-kevésbé összepréselt állapotban is.

Kiváló díszítőértéke is: süteményekben, torták tetején, feldobja a gyümölcssalátákat. Remek lekvár és szörp készíthető belőle.

A gondozás a virágzást követő öntözésből és a talaj szerves anyaggal való takarásából áll. A talajtakarás egyrészt tápanyagot juttat a tövekhez, másrészt (szalma vagy kaszált fű használata esetén) tisztán tarthatja a gyümölcsöket.

A termés betakarítása után távolítsuk el az indákat, amelyekből akár fel is újíthatjuk az állományt egy másik helyen. A maradé tövekre a következő évi termés reményében kevés komposztot vagy trágyát juttathatunk.

A szamóca 4-5 évig is ugyanazon a helyen maradhat.

A tövek közé ültetett bársonyvirág (büdöske) és körömvirág hatásosan űzheti el a fonalférgeket. A cserebogár lárvája ellen hatásos lehet a tövek közé ültetett hagyma, fokhagyma, amely elriasztja ezeket a kártevőket. A szürkepenész ellen a fertőzött részek eltávolítása, ellenálló fajták választása, valamint a mulcsozás segíthet, de meg is előzhetjük, ha az érési fázisban kevesebb nedvességet kap.

Forrás: <http://tudatosvasarlo.hu>

Receptek

Van kedvenc receptje, amely idény zöldségből, gyümölcsből készül? Megosztaná másokkal is? Jutassa el hozzánk és mi megjelentetjük.

Hideg eperleves

Hozzávalók: 2 dl tejszín, 50 dkg eper, 5 dl tej, méz

Elkészítés: az epret mosd meg és szeleteld fel. Az egyik feléhez add hozzá a tejet és turmixold össze, adj hozzá annyi tejszínt, hogy sűrű legyen, majd tedd bele a maradék epret és jól hűtsd le. Ha szükséges mézzel édesítheted.

Jó étvágyat!

Forrás: <http://www.mindmegette.hu>

Egészség 5 perc

Beindult a kullancsszezon

A kullancsok ma már szinte bárhol veszélyt jelentenek. Nemcsak az erdei kirándulások során jobb az óvatosság, de a parkban, a játszótereken, sőt saját kertünkben is. Hogyan próbáljuk megelőzni a súlyos betegségeket terjesztő kullancsok csípését? Miként távolítsuk el bőrünkől az állatot? Mikor forduljunk orvoshoz? Összeállításunkban ehhez talál néhány jó tanácsot.

Megelőzés

Az egyik legjobb módszer a kullancsok élőhelyének, vagyis a bozótos területeknek az elkerülése. Az is fontos, hogy mielőtt füves területen leülünk pihenni, terítsünk magunk alá mindig pokrócot.

A megfelelő öltözék és a teljesen takart bőrfelület is csökkenti a kullancscsípés esélyét. Lehetőleg csak zokniba tűrt nadrágban, nadrágba tűrt trikóban menjünk kerteszkedni, kirándulni. Ha hosszú a hajunk, fogjuk össze, viseljük sapka alá tűzve.

Rovarriasztók csak viszonylag rövid ideig (néhány óra), s nem százszázalékosan hatásosak. A bőr gondos átvizsgálásáról tehát akkor se feledkezzünk meg, ha használtunk kullancsriasztó szert.

Eltávolítás

Mivel a kórokozók a kullancs gyomrából kerülhetnek a szervezetünkbe, az eltávolításnál arra kell törekednünk, hogy ne nyomjuk össze az állat potrohát, ne tekergessük, s különféle krémekkel, zsírokkal, kölnivel, egyéb „házi szerekkel” ne készítsük öklendezésre. A patikákban kapható kullancscsípéssel például, ha a bőrhöz közel megfogjuk a kullancsot, majd körülbelül egy fél perc múlva lassan húzni kezdjük, jó eséllyel úgy el tudjuk távolítani, hogy még a szájszerve sem szakad le, s nem marad a bőrünkben.

A másik módszer egy régi őrségi kullancs eltávolítási technika, melyet (hál' Isten) még nem próbáltam

A testbe fúródott kullancsot minden erőszak nélkül egy szál gyufával könnyedén eltávolíthatjuk! Nyálazzuk meg a gyufa fejét, majd közvetlenül a kullancs teste mellett lassan körözzünk, mintha kenetnének. A kullancs pár másodperc múlva átmászik a gyufára, mert nagyon szereti a foszforos illatot, és emiatt képes elhagyni a testünket.

Ezt követően az eltávolított kullancsot tegyük el kis fiolában a mélyhűtőbe, írjuk fel a csípés dátumát és helyét, ha felmerül később a fertőzés gyanúja, így magunkkal tudjuk majd vinni a vizsgálatra.

Mikor forduljunk orvoshoz?

Várandós kismamák minden esetben forduljanak kullancsfertőzésekben jártas szakorvoshoz, ha kullancsot találtak a bőrükben.

Egyéb esetekben akkor menjünk orvoshoz, ha bármilyen, mással nem magyarázható panasz lép fel, ami egy hétnél tovább tart, vagy visszatér, illetve ha az alábbi tünetek valamelyikét tapasztaljuk:

- a csípést követő két héten belül láz, szédülés, fejfájás, izomfájdalom mutatkozik,
- a csípés körül növekvő, legalább 5 cm-es pír jelentkezik, arcidegbénulás lép fel,
- a fülcimpa vagy az emlőbimbó megduzzad, lilás piros lesz, de nem fáj, és a duzzanat egy hétnél tovább tart,
- szívritmuszavar jelentkezik,
- ízületi, izomfájdalom vagy komoly fáradékonyság lép fel.

Forrás: www.blikk.hu

Hírharang

Kedves Olvasó!

Nagyon megörültem, amikor az újság szerkesztőnöje arra kért, hogy írjam le mi is a Reiki. Sajnos azt tapasztaltam, hogy az emberek többsége még nem is hallott róla. Aztán van egy réteg, akiknek már nem volt idegen a szó, de szomorúan tapasztaltam, hogy merőben mást értettek a szó jelentése és igaz értelme alatt. Aztán még kevesebben vagyunk, akik tudják (mestereinknek köszönhetően), hogy mit jelent a Reiki, és most szeretném nagyon röviden megosztani azon kedves olvasókkal a Reiki nemes szándékait, akik veszik a fáradságot és végig olvassák eme rovatot.

Először is írok a Reiki történetéről, hogy tudjuk honnan is ered: Dr. Mikao Usui japán keresztény teológus professzort tiszteljük a Reiki alapító nagymestereként. Az 1880-as években kezdte el kutatni Jézus és az apostolok csodás gyógyításait (ezen kutatásáért megkapta a Chicago-i Egyetem díszdoktori címét). A megtalált módszert nem tudta működtetni, így Usui a hiányzó tudást meditatív állapot útján kívánta megszerezni. Egy 21 napos böjt és meditáció végén misztikus megvilágosodás-élményben volt része, amelyben megkapta a keresett erőt, a módszer "használati utasításait" és azt a rituálét is, amellyel másokat is képessé lehet tenni ezen erő felvételére és továbbítására. Usui művelt, kimagasló szellemiségű, jóságos ember volt, ezért lehetet méltó erre a "beavatásra". Munkásságát vallási tolerancia, nyitottság jellemezte és innen ered, hogy a Reiki vallástól független.

Ezek után rátérhetünk, mit is jelent maga a szó és mi is valójában **A Reiki**.

Japán eredetű szó és két részből tevődik össze:

REI szó jelentése: *egyetemes, univerzális*

KI szó jelentése: *erő, életerő, energia*

tehát a **REIKI**: *univerzális életenergia*

Egy olyan intelligens, isteni energia, amely kizárólag az élőlények, azaz emberek, állatok és növények gyógyítását szolgálja.

Alapvetően nem csak a betegségek, hanem a mögöttük álló okok (lelki problémák) megszüntetésére szolgál. Az életünkben egyre inkább hiányzó egységet, harmóniát hivatott helyre állítani:

- az emberben /testi-lelki egység, pozitív gondolkodásmód/
- az emberi kapcsolatokban /magán illetve társadalmi szinten egyaránt/
- az ember és a természet között /természetes életmód, állat és környezetvédelem/.

A Reiki filozófiája szerint nem kívülről kell várunk a segítséget gyógyszerek illetve technikai újdonságok által, hanem nekünk magunknak kell megtanulni változtatni önmagunkon, kapcsolatainkon és környezetünkön. Ez a Reiki igazi CÉLJA.

Régi időkben az egyéb gyógyításra szolgáló beavatások csak a kiválasztott személyek számára voltak elérhetőek, kolostorokban voltak megtalálhatók és tagjaik számára tökéletes elkötelezettséget, minden világi tevékenységről való lemondást írtak elő.

A Reiki elsajátításához nem szükséges született képesség, speciális tudás vagy előképzettség. Csak gondoljunk bele amióta az emberi faj létezik, azóta használja gyógyításra azt a két "eszközt" amelynek ember - létét köszönheti: a FEJÉT és a KEZÉT.

A kezét egyszerűen ODA teszi, ahol FÁJ...

Varázslók, sámánok, pap-királyok, vallásalapítók, csodatevők, szentek és eretnek boszorkánymesterek hivatásszerűen gyakorolták évezredek óta a kézzelvezető gyógyítás művészetét. Azóta energiaközvetítő módszerek, technikák, iskolák alakultak, melyek szeretettel várnak minden kedves érdeklődőt. Lehet ez Reiki, Pránanadi, AROLO, szellemgyógyászat és még folytathatnám a sort...

Remélem mindenkinek segítségére lesz ez a pár sor, amelynek egy részét a Reiki I. fokozat tanfolyamán kapott anyagomból, a másik részét eddigi tapasztalataim alapján állítottam össze.

Mélyszéges tisztelettel:

Fehérené Lasztóczy Beáta

Kreatív oldal

Készítsünk papír tulipánt anyák napjára!

Hozzávalók: hurkapálca, krepp papír, zöld színű papír a levélhez

Szükséges eszközök: olló, ragasztó, cérna vagy raffia

A színes krepp papírból levágunk egy 8x15 cm-es darabot. 6 részbe hajtjuk (először félbe, majd háromba), majd körülbelül az egy harmadáig, kivágjuk a szirmok íves formáját. A papír két szélét (rövidebbik) összeragasztjuk. A hurkapálca egyik végére ráhúzzuk a krepp papírt, úgy, hogy a vágott rész legyen lefelé, majd a pálca végétől kb 1,5 cm-re a krepp papírt kissé ráncolva szorosan rákötjük. A virág fejét nagyon óvatosan kifordítjuk, vagyis felfelé felhajtjuk, vigyázva, hogy közben ne csússzon le a hurkapálcáról (egy csöpp ragasztót tehetünk a pálca csúcsára), kissé eligazgatjuk. Színes papírból kivágjuk a levelet és ráragasztjuk a szárra. Kész a tulipánunk!

Jó munkát és sok sikert!

Hirdetések, Érdekességek, Információk és Közlemények
Szerkesszük együtt ezt az oldalt!

Írja meg nekünk:

- Ha van bármilyen ötlete, javaslata, véleménye, amit szeretne megosztani másokkal
- Örömhíre van? Bővült a család? Örüljünk együtt egy új kis lélek születésének!
- Szomorúság érte? Osztozunk bánatában is!
- Terméket, szolgáltatást kínál?
- Valamit nagyon keres, de nem találja?

Nefelejcs Esküvő- és Rendezvényszervező Iroda

Célunk, hogy szolgáltatásainkkal még szebbé és emlékezetesebbé
tegyük az ünnepi pillanatokat.

Vállaljuk leány- és legénybúcsúkat, születésnapokat, gyerekzsúrokat, házassági évfordulókat, ballagásokat, osztálytalálkozókat, céges rendezvényeket, konferenciákat, kiállítások szervezését és lebonyolítását.

Tel.: **06/70/5057-707** és **06/30/6083-627**

info@nefelejcseskuvo.hu

<http://www.nefelejcseskuvo.hu/>

2600. Vác, Dr. Csányi L. krt 19/A

Kövesdi Krisztina népi játszóházvezető

európai üzleti menedzsment

Vállalom rendezvények, születésnapok kézműves foglalkozásainak lebonyolítását.

Nemez, szöttes, kosár és gyöngy kézműves termékek gyártása és forgalmazása

Elérhetőségek: **06/20/515-5582** e-mail: **kriszti.kovesdi@gmail.com**

**Az Ön hirdetésének
a helye**

A **Bölcs-F BT** vállal asztalos munkákat, matematika, és társastáncoktatást, valamint pelenkák, babaápolási termékek, játékok és női higiéniai termékek házhoz szállítását. A termékeket (árakkal együtt) megtalálják a Gesztenye sor 2. sz. alatt a garázkapura kifüggesztve, illetve a BT honlapján (www.bolcsf.uw.hu).

Elérhetőségek: tel.: **+36 30/8580259**, e-mail: **bolcsf@uw.hu**

**Az Ön
hirdetésének a
helye**

Termelői méz kapható!

Nézsza

Nagy Kati néni

06-30-2643538

nagykati6644@freemail.hu

Fehér Imre

Burkoló, térkő készítő

Vállal mindenféle burkolási megbízásokat,
referenciákkal

06/30/3300747

Szép, csendes környezetben várjuk a
kikapcsolódásra, pihenésre, horgászásra vágyó
kedves vendégeinket a Korándi vendégházban
Nézsán.

www.korandi-vendeghaz.com
info@korandi-vendeghaz.com

REHAU Műanyag nyílászárók egyedi méretre gyártva
rendelhetők egyenesen a gyártótól!

Kruzslík Tibor
30/760-7050

Az Ön hirdetésének a helye

Az Ön hirdetésének a helye