



Pilisborosjenői

# Hírmondó



**4.** **Portré**  
Kis Judit  
"A mozgás sok  
gyógyszert  
pótol..."

**7.** **Napirenden**  
Paksi Imre:  
Közügyeink

**16.** **Otthonunk  
a falu**  
Iskolás lesz  
a gyermekem

**20.** **Egészség**  
Nagy melegben

Berkiné Fehér Éva  
okl. **gyógytornász, fizioterapeuta**

- **Mágnesterápia** (allergia, műtét elő-, utókezelés, mozgásszervi problémák)
  - **Fizioterápia** (fájdalomcsillapítás, izomstimulálás)
  - **Masszás** (izomlazítás, nyújtási technikák)
  - **Egyéni torna** (agyvérzés, sérülés, műtét utáni rehabilitáció, tartásjavítás, Schroth terápia)
  - **Prána terápia**
  - **Csoportos foglalkozások** (gyerek, felnőtt torna)
- **Kismamatorna:** A helyes légzés, relaxálás alapjait megtanulva, az izmok megerősödésével aktívabban részt tudnak venni a szülésben (izomerősítés, relaxálás, pilates és gyógytorna gyakorlatokkal)  
**Hétfőn és csütörtökön** 17.45-18.45-ig
- **Kondicionáló gerinctorna:** A helyes tartás megtanulása, tartóizmok erejének növelése, gerinc rugalmasságának megtartása az egyéni panaszok figyelembevételével (pilates, jóga, gyógytorna gyakorlatokkal)  
**Szerdán és pénteken** 9.00-10.00-ig,  
**Hétfőn és csütörtökön** 19.00-20.00-ig

Helyszín: **Pbj. Málna köz 1/a**  
napforgo-gyogytorna.hupont.hu  
**SZÜKSÉG ESETÉN HÁZHOZ IS MEGYEK!**  
Mobil: **06 20 228 5560**

Pilisborosjenő Önkormányzatának tulajdonában álló

## Falugondnok Kft.

az alábbi szolgáltatásokat nyújtja a lakosság részére:

**Fűnyírás, fűkaszalás**  
**Tereprendezés, földmunka**  
**Ház körüli karbantartási munkák**  
**Fakivágás, gallyazás**  
**Kertrendezés, kerttelepítés**  
**Lakatos munkák**  
**Térkövezés**



**Szakszerű munka garanciával.**  
**Hívjon minket bizalommal!**

Gergely György 06 30 332 7405

## Pihen a család



Rekkenő hőség, a hőmérő higanyszála negyven fok fölé kúszik. Nincs kedve az embernek kimenni az utcára, hiszen szinte perzsel a nap. Ebben a tikasztó melegben amúgy sincs kedve senkinek semmihez... Válság van hallhatjuk nap, mint nap, válság az országban, a családokban és a pénztárcákban is. Mindenki a saját bőrén érzi, sok családban már nyaralásra sem telik. A vakáció helyett otthonunkba bújunk és bámuljuk a tévét „szabadidő-töltésként”. Hivatalos kutatási eredmények alapján napi 5,2 órát nézzük a TV-t (AGB, 2012, első négy hónap átlaga, 4 éves kor felett). Némán, passzívan hallgatunk. Kesergünk, haragszunk, mintha a világ összeesküdött volna, pedig semmi nem fog változni, hacsak mi nem teszünk ellene. Igen, nehezebb a helyzet, de egy kis leleménnyel a gyermekeink jó nyara lehet. És legyen is! Irány egy hatalmas túra a szabadban, szalonnasütés, társas játék, horgászás vagy hűsölés a felfújható medencében. Igazából arra vágyunk, hogy figyeljünk rájuk, hogy együtt legyünk. És már nem is hiányzik a szuper apartman külhonban vagy a jégbehűtött Cola. Mostanában az utcában lakó gyereket együtt láttam focizni, jókedvűek voltak, csupa móka és kacagás. Semmi sem hiányzott nekik, a víz kitűnő szomjoltónak bizonyult. Talán mi felnőttek vagyunk görcsben, mert kevesebb kutyut tudunk venni? Talán mi ragaszkodunk a kényelemhez, az autóhoz, a nyaraláshoz? Az egyik legjobb barátom tapasztalatát idézném, aki korábban autóval hordta a gyerekeket az iskolába és áttért a HÉV-re. „Tudod eddig némám ültek a gyerekeim a hátsó ülésen. Állandó dugó, idegesség. Most a HÉV-en az ölembe kucorodnak, olvasunk, beszélgetünk, átölelnek. Minden nap kétszer 40 percem csak az övéké...” Igen, nem útitársak, hanem sofőrök vagyunk.

Válság vagy váltás? Válság vagy esély? Ezt a kérdést kell eldöntenünk. Tegyük le az ólom súlyokat. Itt a nyár, váltsunk.

DK



**Impresszum:** Pilisborosjenői Hírmondó. **Megjelenik:** havonta 1300 példányban. **Felelős kiadó:** Pilisborosjenő Község Önkormányzata. **Hirdetésfelvétel:** hirmondoo@pilisborosjeno.hu. **Engedélyszám:** 3.4.1/463/2/1ü. A szerkesztőséghez küldött írásokat nincs lehetőségünk megőrizni vagy visszaküldeni. Várjuk véleményét, javaslatát. Csak a névvel, címmel ellátott, aláírt leveleket, írásokat dolgozza fel a szerkesztőségünk.

## ORVOSI RENDELÉSEK

### Felnőtt háziorvosi rendelés

Hétfő: 13-17 óra  
Kedd: 8-12 óra  
Szerda: 16-19 óra  
Csütörtök: 8-11 óra  
Péntek: 7-11 óra

Dr. Kovács Levente  
Bejelentkezés rendelési időben:  
0626-336-308

### Felnőtt ügyelet

Hétköznap:  
7-17 óráig  
Dr. Kovács Levente  
Tel: 0626-336-308  
0620-773-53-65

Hétfő: 7-12  
Kedd: 7-17  
Szerda: 7-17  
Csütörtök: 7-17  
Péntek: 14,30-17  
Úrömi ügyelet  
Tel: 0626-350-224

### Gyermek háziorvosi rendelés

Betegrendelés  
Hétfő: 8-11 óra Üröm  
Kedd: 15-18 óra Pilisborosjenő  
Szerda: 8-11 óra Üröm  
Csütörtök: 15-18 óra Pilisborosjenő  
Péntek: 8-11 óra Üröm  
Egészséges rendelés:  
Szerda: 14-16 óra Pilisborosjenő  
Kedd: 11,30-14 óra Üröm

Dr. Kerekes Ildikó  
Bejelentkezés rendelési időben:  
Tel: 0626-536-033

### Gyermek háziorvosi ügyelet

Hétfő: 7-12 óra  
Kedd: 12-17 óra  
Szerda: 7-12 óra  
Csütörtök: 12-17 óra  
Péntek: 7-12 óra  
Dr. Kerekes Ildikó  
Tel: 0670-292-22-69

Hétfő: 12-17 óra  
Kedd: 7-12 óra  
Szerda: 12-17 óra  
Csütörtök: 7-12 óra  
Péntek: 12-17 óra  
Dr. Gaál Gabriella  
Tel: 0620-438-18-07

### Felnőtt és gyermek ügyelet hétvége és éjszaka

Este 18-tól reggel 8-ig  
Tel: 0630-992-92-57

### Védőnői rendelés I. körzet

Csecsemő tanácsadás  
Szerda: 14-16 óra  
Várandós tanácsadás  
Szerda: 16-18 óra  
Szűrővizsgálatok  
Hétfő: 14-16 óra  
Család, nővédelmi és iskolavédőnői fogadóóra  
Kedd: 8-10 óra

Baba-mama klub  
Szerda: 10-12 óra  
Tasi Zsanett  
Bejelentkezés rendelési időben:  
Tel: 0626-536-033  
0630-332-76-15

### Védőnői rendelés II. körzet

Csecsemő tanácsadás  
Szerda: 14-16 óra  
Várandós tanácsadás  
Szerda: 16-18 óra  
Baba-mama klub  
Szerda: 10-12 óra  
Szűrővizsgálat  
bejelentkezés alapján  
Szecsányi Bertalanné  
0630-950-76-57  
Bejelentkezés rendelési időben:  
Tel: 0626-536-033

### Magán laborvizsgálatok

Szerda: 8-9 óra  
Előzetes bejelentkezés alapján igény szerint  
Tel: 0670-528-81-28

### Fül-Orr-Gégészet Magánrendelés

Hétfő: 8,30-10,30 óra  
Kedd: 16-18 óra  
Szerda: 8-9 óra  
Csütörtök: 16-18 óra  
Péntek: 13-14 óra (csak megbeszélés)  
Dr. Csányi Márta  
Tel: 0620-322-67-76

# Portré: Kis Judit



**„A MOZGÁS SOK GYÓGYSZERT PÓTOL...”**

Kis Judit, 53 éves, a tánc, a művészi torna, az esztétikus testképzés szerelmese, értője és tanítója. Óvónőként diplomázott először, majd a Testnevelési Főiskolai edzői diplomáját szerezte meg. Tanulmányait a Modern Táncoktatói Mesterfokú diplomával fejezte be.

30 éve kötődik élete a nagymúltú Budai Táncklubhoz, ahol 1989-től már tanárként dolgozik. Művészi tornát oktatott gyermekeknek, kondicionáló tornát hölgyeknek. Példaképe a Budai Táncklub egyik alapító tanára Berczik Sára mozgulatművész, a „Berczik-technika” megalkotója. Másik meghatározó tanára, mestere Dévény Anna volt, akitől az egészséges és helyes, gyógyító-esztétikus mozgásról tanulta a legtöbbet.

Ezeket a technikákat kombinálva kidolgozott egy saját gerinctorna programot, melyet sikerrel alkalmaz egészséges tanítványoknál és műtét utáni rehabilitációként is.

2008-ban költözött ki családjával Pilisbrosjenőre, ahol egy régi svábház hangulatos felújításával és restaurálásával teremtett igazi egyéni hangulatú otthon magának.



A fotók a Kerekes Majálison készültek.

**A művészi tornáról már sokan hallottak, de a Berczik-technika, a Berczik-torna fogalma még sokak számára ismeretlen. Össze tudná foglalni ennek lényegét olvasóink számára?**

A Berczik-torna a nő harmóniája, mely egyben a női életforma egyik fontos meghatározója. Ahhoz, hogy tudatosan foglalkozunk alkatunk és tartásunk javításával, először is meg kell ismernünk azt. Általában keveset tudunk testünkről, de mozgásunkról sem rendelkezünk megfelelő ismerettel. Mozgásunk összhangban van mindennapi életünkkel. Ha mozdulatunkat tökéletesíteni tudjuk, akkor rajtuk keresztül önmagunkat is tökéletesíteni tudjuk, létrehozuk testi és mentális harmóniánkat.

**A mozdulatok tökéletesítése nem jelent rengeteg fásztó gyakorlást, kemény munkát?**

A Berczik-technika művelése nemcsak munkát jelent, hanem esztétikus élményt is, amit a test kidolgozására szán az ember. Meglepődve tapasztalhatjuk, hogy a rendszeres gimnasztika során testünk és lelkünk milyen átalakuláson megy keresztül, és rövid idő elteltével már igényli a szervezet a rendszeres mozgást.

**Milyen korosztály számára tartasz foglalkozásokat?**

Ha művészi tornáról beszélünk, általában a fiatal korosztály jut eszünkbe. A versenyeket is nekik rendezik. Én úgy gondoltam, miért ne mozoghatnának ezekkel a módszerekkel az idősebb emberek is. Beneveztem egy versenyre egy csapattal, ahol 50 év volt az átlag életkor. Nagy sikerünk volt. Jelenleg a csoportjaimban a 25 évestől a 82 évesig megtalálhatóak emberek.

**Hogyan segíthet ez a mozgásmódszer az embereken? Mit várhatnak ha hozzád járnak tornázni?**

Csodákat nem tudok ígérni. Nem az a cél, hogy Marcsi kétszer akkora terpeszt tudjon csinálni, mint Kati. A cél az, hogy Marcsi kétszer akkora terpeszt csináljon mint egy évvel ezelőtt. És ez nagyon fontos. Fontos, hogy az emberek megtanuljanak mozogni, megtanulják testüket használni. Megtanulják mikor jó a testtartásuk, visszaszerezzék mozgékonyágukat. Ne jelentsen gondot egy lépcsőzés, egy nagyobb séta a hegyekben, vagy az ülőmunkát végzők ne rokkannak bele a mindennapi rossz testtartásukba.

**...DE OLYAN ORVOSSÁG NINCS, AMELLYEL A MOZGÁST PÓTOLNI LEHET.”**

Ókori görög mondás



**Sok ember nem sportol, és esetleg gyerekkorában is csak a tornaórákon mozgott. Ők is jelentkezhetnek hozzád?**

Természetesen mindenki jelentkezhet. Soha sem késő! Egyénilig vizsgálunk mindenkit, kinek milyen gyakorlatok a legjobbak. Sokszor egy haladó csoport alkalmazkodik egy kezdőhöz, akár egy egész foglalkozás tud egy kezdőhöz igazodni. Ha valaki beteg, műtete volt, akkor az orvosi szakvélemények figyelembe vételével alakítjuk ki a neki legmegfelelőbb mozgásgyakorlatokat.

**Tudnál egy konkrét példát is mondani egy esetről?**

Jelentkezett hozzám egy 60 éves hölgy a faluból. Soha nem sportolt az általános iskolai tornaórákon kívül. Heti 2-3 alkalommal 1 órát tornáztunk vele. Azért jött, hogy jobban érezze magát, de az étkezési szokásain nem akart változtatni. Az eredmény így is fantasztikus volt. Egy év alatt 15 kg-ot fogyott, és sokkal jobban érzi magát a bőrében.

És ez a lényeg: fel kell vállalni az alkatunkat. Magunkhoz képest kell változunk, nekünk kell jobban éreznünk magunkat a bőrünkben. Nem kell másokhoz viszonyítanunk magunkat, főleg nem a médiában látható fiatal, sovány modellekhez. A mozgás élménye, testünk megismerése, izmaink használatának érzete, élménye mindenkié. Mindenki meg tudja tanulni tudatosan használni a testét, a mozgások kombinációja végtelen lehetőséget kínál testünk formálására.

A legnagyobb problémának érzem, hogy az idősebbekkel már nem nagyon foglalkozik senki. A média már csak gyógyszereket, gyógyhatású készítményeket javasol minden

problémájukra. A mozgásról senki nem beszél. Pedig a rendszeres mozgás jó hatással van a vérkeringésre, segíti a vitaminok beépülését, serkenti a szervek működését. Beolajozódnak az ízületek, kinyújtóznak az izmok. A rendszeres mozgás, a jó vérkeringés fenntartása a szellemi képességekre is kihat, javítja a látást, a memóriát.

**De egy idősebb ember könnyebben megsérül. Hogyan tudtok ez ellen védekezni?**

A gyakorlatokat minden esetben egyéni elbírálás alapján jelöljük ki, figyelembe vesszük a betegségeket, operációkat, testsúlyt, állóképességet. Van olyan tanítványom, akivel sok éve együtt dolgozunk minden sérülés nélkül.

A csoportos foglalkozások mellett egyéni edzéseket is vállalok, ha ezt valaki igényli.

Hangsúlyozom: nem egy idea megvalósítása a célunk, nem egy modellalkat létrehozása, hanem mindenkit visszavezetni a mozgás öröméhez, a testformálás szépségéhez. Tisztában kell legyen mindenki, hogy egy kerek popsi, csak rengeteg munkával, akár napi 4-5 óra izzasztó gyakorlatozás eredményeként alakul ki. Sok embernek erre egyszerűen nincs ideje a munka és a család mellett. Heti három alkalommal 1 óra edzést azonban mindenki megengedhet magának.

TZ



**Soha nem késő!**

Próbálja ki Kis Judit művészi torna és gyógytorna óráit!

06 30 572 8870

## FELHÍVÁSOK

**Pilisborosjenő Község Önkormányzata Német Nemzetiségi Kétnyelvű Óvodája**  
a „Közalkalmazottak jogállásáról szóló” 1992. évi XXXIII. törvény 20/A. § alapján pályázatot hirdet  
Pilisborosjenő Község Önkormányzata Német Nemzetiségi Kétnyelvű Óvodája  
**óvodapedagógus munkakör** betöltésére.

A közalkalmazotti jogviszony időtartama: határozatlan idejű közalkalmazotti jogviszony

**Foglalkoztatás jellege:** Teljes munkaidő

**A munkavégzés helye:** Pest megye, 2097 Pilisborosjenő, Fő út 41.

**A munkakörbe tartozó, illetve a vezetői megbízással járó lényeges feladatok:** vegyes életkorú csoportban óvodapedagógusi feladatok ellátása.

**Illetmény és juttatások:** Az illetmény megállapítására és a juttatásokra a "Közalkalmazottak jogállásáról szóló" 1992. évi XXXIII. törvény rendelkezései az irányadók.

**Pályázati feltételek:** Főiskola, óvodapedagógus.

**A pályázat részeként benyújtandó iratok, igazolások:** végzettséget igazoló okirat másolata, erkölcsi bizonyítvány, vagy a kérését igazoló szelvény, fényképes szakmai önéletrajz, nyilatkozat az iratokba való betekintésre.

**A munkakör betölthetőségének időpontja:** A munkakör a pályázatok elbírálását követően azonnal betölthető.

**A pályázat benyújtásának határideje:** 2012. augusztus 8.

A pályázati kiírással kapcsolatosan további információt Metzlerné Kutvölgyi Eszter nyújt, a 06-26-336-028/128m-os telefonszámon.

**A pályázatok benyújtásának módja:** Postai úton, a pályázatnak a Pilisborosjenő Község Önkormányzata Német Nemzetiségi Kétnyelvű Óvodája címére történő megküldésével (2097 Pilisborosjenő, Fő út 41.). Kérjük a borítékon feltüntetni a pályázati adatbázisban szereplő azonosító számot: 84/2012, valamint a munkakör megnevezését: óvodapedagógus. [MB1]

**A pályázat elbírálásának módja, rendje:** A pályázat elbírálásáról az intézményvezető dönt.

**A pályázat elbírálásának határideje:** 2012. augusztus 10.

**A pályázati kiírás további közzétételének helye, ideje:** www.pilisborosjeno.hu - 2012. július 6.

**A KÖZIGÁLLÁS publikálási időpontja:** 2012. július 9.

A pályázati kiírás közzétevője a Nemzeti Közigazgatási Intézet (NKI). A pályázati kiírás a munkáltató által az NKI részére megküldött adatokat tartalmazza, így annak tartalmáért a pályázatot kiíró szerv felel.

**Pilisborosjenő Község Önkormányzata Német Nemzetiségi Kétnyelvű Óvodája**  
a "Közalkalmazottak jogállásáról szóló" 1992. évi XXXIII. törvény 20/A. § alapján pályázatot hirdet  
Pilisborosjenő Község Önkormányzata Német Nemzetiségi Kétnyelvű Óvodája  
**német nemzetiségi óvodapedagógus munkakör** betöltésére.

A közalkalmazotti jogviszony időtartama: határozatlan idejű közalkalmazotti jogviszony

**Foglalkoztatás jellege:** Teljes munkaidő.

**A munkavégzés helye:** Pest megye, 2097 Pilisborosjenő, Fő út 41.

**A munkakörbe tartozó, illetve a vezetői megbízással járó lényeges feladatok:** vegyes életkorú csoportokban német nemzetiségi óvodapedagógusi feladatok ellátása.

**Illetmény és juttatások:** Az illetmény megállapítására és a juttatásokra a "Közalkalmazottak jogállásáról szóló" 1992. évi XXXIII. törvény rendelkezései az irányadók.

**Pályázati feltételek:** Főiskola, német nemzetiségi szakirány.

**A pályázat részeként benyújtandó iratok, igazolások:** végzettséget igazoló okiratok másolata, erkölcsi bizonyítvány, vagy a kérését igazoló szelvény, fényképes szakmai önéletrajz, nyilatkozat a személyes iratok betekintettségére.

**A munkakör betölthetőségének időpontja:** A munkakör a pályázatok elbírálását követően azonnal betölthető.

**A pályázat benyújtásának határideje:** 2012. augusztus 8.

A pályázati kiírással kapcsolatosan további információt Metzlerné Kutvölgyi Eszter nyújt, a 06-26-336-028/128m-os telefonszámon.

**A pályázatok benyújtásának módja:** Postai úton, a pályázatnak a Pilisborosjenő Község Önkormányzata Német Nemzetiségi Kétnyelvű Óvodája címére történő megküldésével (2097 Pilisborosjenő, Fő út 41.). Kérjük a borítékon feltüntetni a pályázati adatbázisban szereplő azonosító számot: 84/2012, valamint a munkakör megnevezését: német nemzetiségi óvodapedagógus. [MB2]

**A pályázat elbírálásának módja, rendje:** A pályázat elbírálásáról az intézményvezető dönt.

**A pályázat elbírálásának határideje:** 2012. augusztus 10.

**A pályázati kiírás további közzétételének helye, ideje:** www.pilisborosjeno.hu - 2012. július 6.

**A KÖZIGÁLLÁS publikálási időpontja:** 2012. július 9.

A pályázati kiírás közzétevője a Nemzeti Közigazgatási Intézet (NKI). A pályázati kiírás a munkáltató által az NKI részére megküldött adatokat tartalmazza, így annak tartalmáért a pályázatot kiíró szerv felel.



## KÖZÜGYEINK

### Tisztelt Pilisborosjenői Olvasók!

Közügyeink egy részének aktuális állását a következő tájékoztatással szeretném összefoglalni:

**Gazdálkodásunk:** az idei költségvetésünk – mint tudjuk- az 525 mFt-os főösszegével csak szigorú és takarékos gazdálkodásra ad lehetőséget, ezért az I. félévben a kiadásainkat az időarányos költség felhasználás alatti szinten teljesítettük. Az új építmény- és telekadó rendeletünk szerinti kivetések megállapításához a nyilvántartási adatbázist meg kell újítani. Emiatt a kivetésekkel a tervezettnél lassabban haladunk. A lemaradás pótlására egy fő munkatársat alkalmazunk határozott időtartamra. Az új adózási rend beállásával biztosítani tudjuk, hogy a folyó kiadásainkat a folyó bevételeinkből finanszírozzuk.

**Területfejlesztés:** Végéhez közeledik a 2010-ben a Pestterv Kft. tervezésével a Településszerkezeti Terv, Szabályozási Terv és Helyi Építési Szabályzat módosítására indított eljárás. A változás figyelembe veszi a Fő út- Budai út közötti és a Tücsök u. fölötti területekre vonatkozó fejlesztési elképzeléseket többek között a Budapesti Agglomerációs v.mint a Gyorsforgalmi utakra vonatkozó törvények előírásainak betartásával. A Budai Téglá Zrt. területére gazdasági- kereskedelmi és lakó övezeteket tervezünk a 2002-ben elfogadott szabályozási terv hiányosságainak pótlására. A Malomdűlő területére a 2004-es bíróság előtti egyezség szerinti paramétereket szándékozunk biztosítani. A további módosítások az időközben felmerült kis kiterjedésű változtatási igényeket rögzítik. Terv szerint az egyeztetési eljárás a nyári hónapokban lezajlik, és ősszel sor kerülhet a vonatkozó rendelet megalkotására.

**Szennyvízcsatorna rákötési hozzájárulás:** Településünkön a szennyvízcsatorna hálózatot 2001 óta használhatjuk. A hálózatra történő csatlakozás díja 1993-ban 80 eFt-ról indult, és jelenleg 210 eFt+ÁFA lakosoknak. A jelenérték-számítás és a Viziterv Alba Kft. által készített döntés-előkészítő tanulmány alapján indokoltnak tartottuk a díj összegének felülvizsgálatát, és rendeletünkben **349.641 Ft+ÁFA** értéket állapítottunk meg a lakosság számára **0,6 m<sup>3</sup>/nap** fogyasztással számolva, és **582.735 Ft+ÁFA/m<sup>3</sup>** összeget a vállalkozások részére. A rendelet a jövő év január 01.-én lép hatályba, addig a jelenlegi áron lehet a befizetést teljesíteni. Ez a türelmi idő lehetőséget ad a fejlesztési területen építkezők számára is az önkormányzat elkülönített alszámlájára történő díjbefizetésre (Pilisborosjenő Csatorna és Vízgazdálkodás számlaszám: **11742001-15441276-08110000**). Az alszámlán gyűjtött befizetéseket a szennyvíztisztító kapacitásának megőrzésére ill. bővítésére kell fordítani.

**Szennyvíztisztító kapacitásbővítés és minőségjavítás:** Az üzemeltető DMRV Zrt. a mennyiségi, a Vízügyi Felügyelet (KDVT) a kibocsátott szennyvíz minőségi paramétereinek miatt korlátoz, ill. kötelez bennünket fejlesztésre. Részben a megrendelt döntéselőkészítő tanulmány adatai alapján, részben a település hosszútávú fejlődési lehetőségeinek biztosítására területünk a települési szennyvízhálózat kettéosztása mellett döntött. A belső településrészt továbbra is a saját szennyvíztelep fogja kiszolgálni, míg a külső településrészt Ürömon keresztül csatlakozik majd a Fővárosi Csatornázási Művek hálózatára. A szomszéd település polgármesterével és az FCsM képviselőivel folytatott előkészítő tárgyalások alapján a csatlakozás elviekben lehetséges, műszakilag kivitelezhető, a költségeket a pontos műszaki tartalom ismeretében fogjuk kimunkálni. A 101/2012 (VII.25.) KT határozatunk alapján a tervezéshez és kivitelezéshez pályázati forrást tervezünk igénybe venni. A külső településrészen kiépítendő gerincvezeték fogadni tudja a távolabbi fejlesztési területek majdani szennyvizét is.

**Fejlesztési területek:** A Lazaréten megkezdődnek az építkezések és közben készülnek a közművek. A kiépített ivóvíz hálózatot a DMRV Zrt. üzemeltetésre átvette, a szennyvíz csatorna műszaki átvételi folyamata megkezdődött. Az átadás-átvételre az üzemeltető felelősséget tanúsító nyilatkozata alapján kerül majd sor. A beruházás során az önkormányzat csak az érvényben lévő jogszabályokat betartva tudja feladatait teljesíteni, felvállalva ezzel néhány konfliktus helyzetet is. Meggyőződésünk, hogy ez egyúttal a tulajdonosok érdekét is szolgálja. A Malomdűlő Kft-vel a jogvitánk szélesedik immár három ügyet is tárgyalva. Jelenleg az álláspontok ismertetése zajlik, részünkről tényyszerű, dokumentumokkal alátámasztott beadványokkal, a másik oldalról az általánosság szintjén mozgó sérelem-felsorolásokkal. A nyári itélkezési szünet után összefolytatódnak a bírósági tárgyalások.

**Iskola-udvar:** Aki mostanában arra jár, nagy változások tapasztalhat az iskola udvarán. Az ősztől kötelezően naponta megtartandó testnevelési órákhoz biztosítunk helyszínt egy aszfalt borítású kosárlabda és egy műfüves röplabda pálya kialakításával, amelyeket természetesen egyéb célokra, pl. gimnasztika, játék stb. is lehet majd használni. Mivel a feladat év közben és terven felül jelentkezett, a költségek fedezésére adományokat gyűjtünk, hasonlóan, mint a játszótér kialakítása idején történt.

Folytatása következik...

Paksi Imre  
polgármester

**Pilisborosjenő Község Önkormányzata  
Képviselő-testületének 18/2012. (VII.4.)  
(hatályos 2013.01.01.) önkormányzati rendelete  
az építészeti örökség helyi védelméről**

Pilisborosjenő Község Önkormányzatának Képviselő-testület a helyi önkormányzatokról szóló 1990. évi LXV. törvény 16. § (1) bekezdésében, valamint az épített környezet alakításáról és védelméről szóló 1997. évi LXXVIII. törvény 57. § (3) bekezdésében kapott felhatalmazás alapján, figyelemmel az építészeti örökség helyi védelmének szakmai szabályairól szóló 66/1999. (VIII. 13.) FVM rendelet előírásaira, az építészeti örökség helyi védelméről az alábbi rendeletet alkotja:

**A rendelet hatálya, a helyi építészeti örökségi érték fogalma és a védelem célja**

**1.§**

- (1) E rendelet célja Pilisborosjenő Község meghatározó - a hatályos műemlékvédelmi jogszabályok alapján nem védett - épített értékeinek védelme, a település építészeti örökségének, arculatának a jövő nemzedékek számára való megtartása, a védett értékek fenntartása és helyreállítása.
- (2) A Község épített értékei - tulajdonformára való tekintet nélkül - a település közös kulturális értékei, ezért fenntartásuk, jelentőségükhöz méltó használatuk és megfelelő bemutatásuk közzérdek.
- (3) Az (1)-(2) bekezdésben megfogalmazott célok érvényesítése és az ezzel kapcsolatos feladatok ellátása érdekében Pilisborosjenő Község Önkormányzatának Képviselő-testülete (továbbiakban: Képviselő-testület) a település épített értékeit települési (a továbbiakban: helyi) védettség alá helyezheti.

**2.§**

- (1) A rendelet hatálya Pilisborosjenő Község közigazgatási területén lévő és védetté nyilvánított helyi értékekre terjed ki.
- (2) Nem terjed ki a rendelet hatálya a műemléki védettség alatt álló (egyedileg védett műemlék, műemléki jelentőségű terület, műemléki környezet) értékekre.
- (3) E rendelet rendelkezéseit a Község közigazgatási területén, a helyi védelem alá helyezéssel, valamint annak megszüntetésével kapcsolatos eljárások, továbbá az egyes építésügyi hatósági eljárások során és az e rendeletben szabályozott - a települési érdekvérvényesítést szolgáló - kérdésekkel kapcsolatban kell alkalmazni.
- (4) A helyi védelem hatálya alá tartozó védett értékeket jelen rendelet melléklete tartalmazza.

**3.§**

- (1) Helyi építészeti örökségi érték minden, az épített környezettel összefüggő táji-természeti, építészeti, történeti, régészeti, képzőművészeti, iparművészeti, néprajzi szempontból jelentős-együttes, egyedi emlék és annak tartozéka, ami nem minősül műemléknek, illetőleg magasabb rendű jogszabályok alapján nem áll védelem alatt - de a jövő nemzedékek számára történő megóvása fontos települési érdek.
- (2) A helyi értékvédelem feladata különösen:
  - a különleges oltalmat igénylő, építészeti, építészettörténeti, településtörténeti szempontból védelemre érdemes épületek,

- épületegyüttesek, épített környezetek (továbbiakban együtt: védett érték) körének számbavétele és meghatározása, nyilvántartása, dokumentálása és a közvéleménnyel történő megismertetése,
- a védett értékek károsodásának megelőzése, elhárítása, illetve a bekövetkezett károsodás csökkentése vagy megszüntetése, helyreállítása, újjáépítése.

**4.§**

- (1) E rendelet alkalmazásába:
  - Védett épületek, építmények: azok az épületek, épületrészek, műtárgyak, síremlékek, emlékművek, területek, amelyek történelmi, régészeti, művészeti, tudományos, társadalmi vagy műszaki-ipari, mérnöki szempontból a hagyományos településkép megőrzése szempontjából kiemelt jelentőséggel bírnak, és amelyeket a Képviselő-testület rendeletében védetté nyilvánított.
  - Védett érték károsodása: minden olyan beavatkozás, ami a védett érték teljes vagy részleges megsemmisülését, építészeti, történeti karakterének részleges vagy teljes előnytelen megváltoztatását, általános értékcsökkenését eredményezi.

**A helyi építészeti értékvédelem elemei, azok kiterjedése**

**5.§**

- (1) A helyi építészeti értékvédelem elemei:
  - Helyi egyedi védelem
  - Helyi területi védelem

**6.§**

- (1) A helyi egyedi védelem kiterjed az épületre, az építmény egészére és annak földrészletére. A helyi egyedi védelem elemeit a melléklet a) pontja tartalmazza.
- (2) A Helyi Területi Védelem az épített környezet olyan összefüggő részére terjed ki, amely a jellegzetes településszerkezet történelmi folyamatosságát dokumentálja, az olyan területre, ahol a település és a környék szempontjából meghatározó építmények, alkotások együttest alkotnak.

**Védetté nyilvánítás és megszüntetés**

**7.§**

- (1) A védetté nyilvánítást és megszüntetést bármely jogi vagy természetes személy kezdeményezheti a település képviselő-testületénél.
- (2) A védetté nyilvánításról és a védettség megszüntetéséről a Képviselő-testület rendelettel dönt, a védetté nyilvánításra és megszüntetésre vonatkozó, a település főépítésze által készített előterjesztés alapján. Az ülésre az érintett ingatlan tulajdonosát a napirendről szóló értesítéssel meg kell hívni.
- (3) A helyi védelem alá helyezésről és annak megszüntetéséről szóló döntést meg kell küldeni az alábbiaknak:
  - az ingatlan tulajdonosának,
  - a védelem alá helyezést, vagy az elrendelt védelem megszüntetését kezdeményezőnek,
  - a területileg illetékes Örökségvédelmi Hatóságnak és
  - a területileg illetékes elsőfokú építési hatóságnak.

- (4) A védetté nyilvánítást és megszüntetést az alábbi tartalommal kell ellátni:
  - a helyi érték megnevezése, helye és
  - a helyi értékvédelmet vagy a helyi értékvédelem megszüntetését megalapozó leírás.
- (5) A helyi értékek nyilvántartását Pilisborosjenő Község Polgármesteri Hivatala vezeti. Az érték nyilvántartásban legalább az alábbi adatoknak kell szerepelni:
  - a helyi építészeti érték megnevezése, helye (utca, házszám és a helyrajzi szám),
  - a védetté nyilvánítás vagy megszüntetés Önkormányzati Rendeletének száma,
  - a helyi érték leírása, a védelem szakszerű, rövid indoklása, fotódokumentáció,
  - folyamatosan gyűjtött további adatok, fotók, térképek és tervanyagok,
  - abban az esetben, ha védett helyi érték önkormányzati támogatásban részesült a támogatásra vonatkozó adatok és
  - helyszínrajzot, a védett érték rendeltetését, használatának módját.

**A védett érték használata**

**8.§**

- (1) A tulajdonos köteles a helyi védelem alatt álló érték fenntartásáról és karbantartásáról gondoskodni, állapotát időszakonként felülvizsgáltatni. A helyi védelem alatt álló érték esetében törekedni kell az eredeti, vagy ahhoz közel álló rendeltetés és megjelenés, anyaghasználat biztosítására.
- (2) A helyi védelem alatt álló érték fenntartásának költségei a tulajdonost terhelik. A helyi védelem alatt álló érték és ingatlan a telek és építményadó fizetési kötelezettség alól mentesül.

**9.§**

A védett érték megóvása érdekében a tulajdonos kérelmére pályázat útján – a vonatkozó önkormányzati rendeletben meghatározottak alapján – kölcsön nyújtható.

**Védett értékekkel kapcsolatos építési követelmények**

**10.§**

- (1) Helyi védelem alatt álló épület illetve építmény, terület esetében a 37/2007. (XII. 13.) ÖTM rendelet 1. melléklete szerint kell eljárni a következő kiegészítésekkel:
- (2) Helyi védelem alatt álló épület illetve építmény, terület építési hatósági engedélyhez vagy bejelentéshez kötött építési tevékenységek kérelméhez, a vonatkozó rendeletben rögzítettek túl, az alábbiakat kell csatolni:
  - színes fotók,
  - állapotrögzítő felmérési dokumentáció és
  - építéstörténeti adatok, az értékek leírása.
- (3) Helyi védelem alatt álló építményt, építményrészt csak a helyi védettség megszüntetését követően lehet lebontani.
- (4) Helyi védelem alatt álló épület illetve építmény, terület esetében építési hatósági eljárás megindítása előtt be kell szerezni Pilisborosjenő Község települési főépítészének támogató, egyetértő állásfoglalását.

**11.§**

- (1) Az építési hatóság a Főépítész javaslatának figyelembe vételével az építési engedély kiadását megtagadhatja, ha a tervezett kialakítás:
  - a védett települési szerkezet, az utcaszerkezet, a telekosztás, az építési vonal, tér és tömegarányok előnytelen megváltozását eredményezné, a környezettől idegen építéstechnológiával valósulna meg, a védett értékek jellegét változtatná meg, megőrzését veszélyeztetné,
  - a tartozékok és belsőépítészeti elemek, stukkók, díszítőfestés, burkolatok, rácsok, vasalatok, világítótestek stb. megőrzését nem biztosítaná,

**12.§**

- (1) Ez a rendelet 2013. 01. 01. napján lép hatályba.
- (2) A rendelet kihirdetéséről a jegyző gondoskodik.

*Paksi Imre  
polgármester*

*Hegedűsné dr. Hovánszki Tímea  
jegyző*

**Pilisborosjenő Község Önkormányzat  
Képviselő-testületének 17/2012. (hatályos:  
2012.09.05. napjától) önk. számú rendelete a  
Pilisborosjenő Község Helyi Építési Szabályzatáról  
és Szabályozási Tervéről szóló 4/2002. (IV. 15.)  
Kt. számú rendelet módosításáról**

Pilisborosjenő Község Önkormányzat Képviselő-testülete az Alaptörvény 32. cikk (1) bekezdésében meghatározott eredeti jogalkotói hatáskörében, a helyi önkormányzatokról szóló 1990. évi LXV. törvény (a továbbiakban: Ötv.) 16. § (1) bekezdésében, az épített környezet alakításáról és védelméről szóló 1997. évi LXXVIII. törvény (a továbbiakban: Étv.) 7. § (3) bekezdés c.) pontjában, az Ötv. 8. § (1) bekezdésében, az Étv. 13. § (1) bekezdésében, valamint az Országos Településrendezési és Építési Követelményekről szóló 253/1997.(XII.20.) Kormányrendelet (a továbbiakban: OTÉK) 2. § (1) bekezdésében meghatározott feladatkörében eljárva és az Étv. 9. § paragrafusában biztosított véleményezési jogkörében eljáró az OTÉK 3. számú mellékletében meghatározott, a véleményezési eljárásban érdekelt államigazgatási szervek véleményének kikérésével, a következőket rendeli el:

**1. Módosító rendelkezések**

**1.§**

Pilisborosjenő Község Helyi Építési Szabályzatáról és Szabályozási tervéről szóló 4/2002.(IV. 15.) Kt. számú rendelet (továbbiakban: HÉSZ) 1. § (2) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:  
„(2) Jelen rendelet, kötelezően alkalmazandó mellékleteit a következő felsorolás tartalmazza:

| melléklet száma: | tervlapok címe:  | tervlapok jele: | méretarány: |
|------------------|--|-----------------|-------------|
| 1. melléklet     | Szabályozási terv – Belterület   | B               | M 1:2 000   |
| 2. melléklet     | Szabályozási terv – Kültérület   | 1-9             | M 1:2 880   |
| 3. melléklet     | 013 hrsz-ú ingatlanok Szabályozási Terv  |                 | M 1:2 000   |
| 4. melléklet     | Lazarét és környéke Szabályozási Terv  |                 | M 1:3 000   |
| 5. melléklet     | Szabályozási tervi módosítás a Budai út menti 013/24hrs, 013/26hrs, 013/32-35hrs-ú földrészletre | SzTm-1          | M 1:1 000   |

A rendelet előírásait és a fenti melléleteket együtt kell alkalmazni."

## 2.§

(1) A HÉSZ 6. § (4) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:  
„(4) A település beépítésre szánt területein a telkek beépítésénél teljes közműellátás biztosítandó, a beépítésre nem szánt területein az ingatlanok beépítésénél részleges közműellátás biztosítandó.”

(2) A HÉSZ 6. § (5) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:  
„A település területén, a régészeti lelőhellyel érintett telkeken, földmunkával járó építésről az illetékes régészeti hatóságot értesíteni kell.”

(3) A HÉSZ 6. § (8) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:  
„/8/ A beépítésre szánt területeken a hirdetés és reklámcélú építményrész, ilyen szerkezet, reklám-, cég-, vagy címtábla az épületek homlokzatán, vagy kerítésén létesíthető, legfeljebb 3,0 m<sup>2</sup> felülettel, úgy, hogy kisebb oldalmérete az 1,0 m-t nem haladhatja meg. Saroktelkek kerítéseinek nem helyezhetők el reklámcélú szerkezetek a közlekedésbiztonsági belátási-háromszögbe eső szakaszokon.”

(4) A HÉSZ 6. § (9) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:  
„A település területein az ingatlanok határvonalán létesíthető kerítések legfeljebb két méter magasak lehetnek, a lábazat magassága sehol sem haladhatja meg a közterület terepszint-jétől, vagy – ha az építkezés előtt kialakult terepszint-különbségek indokolják, kivételesen – a magasabb terepszinttől mért 1,0 m-t, e fölött az átlátást gátló szerkezetek aránya legfeljebb a felület 80 %-át teheti ki. Saroktelkek kerítésének lábazata a magasabb terepcsatlakozásnál is legfeljebb 0,6m lehet a teleksaroktól számított 5m-5m-es sávban, a lábazat fenti rész átláthatósága legalább 80%-ban biztosítandó.”

## 3.§

A HÉSZ 8. § (1) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

- „(1) A lakóterületek
- KEL1 = lke1 kertvárosias lakóterület
  - KEL2 = lke2 kertvárosias lakóterület
  - KEL3 = lke3 kertvárosias lakóterület
  - KEL4 = lke4 kertvárosias lakóterület
  - KEL4-T = lke4-T kertvárosias lakóterület
  - KEL5 = lke5 kertvárosias lakóterület
  - lke6 kertvárosias lakóterület
  - FL falusias lakóterület
- építési övezetekbe tartoznak.”

## 4.§

A HÉSZ 9. § (2) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:  
„/2/ A kertvárosias lakóterületeket a szabályozási terven felüntetett KEL és lke felirat jelzi.”

## 5.§

A HÉSZ a 15/A. § rendelkezéseivel egészül ki:

### „15/A. §

- (1) Az lke-6 jelű kertvárosias lakó építési övezetben:  
a) legfeljebb 1db épületben, legfeljebb 2 rendeltetési egységet magában foglaló csak lakó funkciójú épület helyezhető el.  
b) Az övezetben állattartó épületrész nem létesíthető.  
c) Telken belül lakásonként 2 gépkocsi elhelyezését kell biztosítani, a főépület részeként kialakított gépkocsi tárolóban, vagy a kert részeként kialakított parkoló felületen.

- (2) A lke-6 építési övezet paraméterei a következők:
- Az övezet beépítési módja szabadon álló
  - Legnagyobb beépítettség terepszint felett 25 %;
  - Legnagyobb beépítettség terepszint alatt 0%
  - Legnagyobb építménymagasság 6,5 m
  - Legkisebb kialakítható telekterület 720 m<sup>2</sup>;
  - Legkisebb kialakítható telekszélesség 16 m;
  - Legkisebb zöldfelületi arány a telek 50 %-a,
  - Építhető szintek száma legfeljebb 2

(3) Az építési övezetben kialakítandó telkek beépítésekor a lakó utcák felőli előkert 5 m, a Budai út irányából 15m, az oldalkert 3,5 m, a hátsókert 8,5 m.

a) Kerti építményt, a terasz és a kerti szabadlépcső kivételével, csak építési helyen belül lehet helyezni.

(4) Az építési övezetben épületlezáras vegyes tetővel is megvalósítható, a magastető tetőhajlása legfeljebb 15-30° között lehet.

a) Az építési övezetben megengedett tetőfedés anyagai: cserép, természetes pala, faszindely, korszerű tetőfedő anyagok. Nem alkalmazható a kavicsolt lemezfedés, a bitumenes zsindely és felületkezelés nélküli alumínium lemez, nádfedés. A tetőfedés színei csak a természetes építőanyagok színeivel megegyező színekben alkalmazhatók.

b) Az övezetben csak egyszerű tető alkalmazható, toronyszerű kiemelés nem létesíthető. Álló tetőablak, tetőfelépítmény külső vetületi hossza nem haladhatja meg a tetőfelület külső vetületi hosszának 1/3-t.

c) Az épületek homlokzati felülete legalább 40%-ban vakolt legyen, homlokzatburkolásra alkalmazható anyagok a homlokzati felület legfeljebb 60%-án: téglá, természetes kő, műkő, látszóbeton, korszerű burkoló anyagok a természetes építőanyagok színeiben.

d) Az övezetben pince, terepszint alatti épületrész, terepszint alatti építmény, bekötő közművezetékek kivételével, nem létesíthető.

e) Az épületek statikai és akusztikai tervezésénél figyelemmel kell lenni a gyorsforgalmi út építési technológiájából fakadó kedvezőtlen hatásokra (rezgés, zaj).

(5) A telkek zöldfelületein, 100 m<sup>2</sup>-enként 1-1 db nagyméretű lombos fa telepítendő a használatba vétel idejéig. A Budai út mentén, a szabályozási terven jelölt telekrészekben, a Budai úti közterületi telekhatártól számított 15m széles előkertben a meglévő növényállomány megőrzendő, vagy háromszintes zöldfelület (gyep, cserje, lombkorona szint) alakítandó ki. Az előkertben a tereplejtés nem változtatható meg, burkolt felület nem létesíthető.”

## 6.§

A HÉSZ a 31. § táblázata a KEL-5 jelű övezet sorát követően, a következő sorral egészül ki:

| Építési övezet | Szinterületi mutató | Beépítettség (%)     | Építménymagasság (m) | Zöldfel. arány (%) | Kialakítható telekterület (m <sup>2</sup> ) | Kialakítható telekszélesség (m) |
|----------------|---------------------|----------------------|----------------------|--------------------|---|---------------------------------|
|                | legfeljebb          | legfeljebb/ legalább | legfeljebb/ legalább | legalább           | legfeljebb/ legalább                        | legalább/ legalább              |
| lke-6          | 0,5                 | 25/-                 | 6,5/-                | 50                 | -/720                                       | -/16                            |

## 7.§

A HÉSZ a 33. § /1/ bekezdése a c) ponttal egészül ki:

/1/ A közlekedési és közművelhelyezési területek a településen:

- közlekedési és közművelhelyezési terület (K) és
- fásított közlekedési terület (KF),
- közműlétesítményt, közműépítményt befogadó telek övezete (KÖ-km jelű).

## 8.§

A HÉSZ a következő 35/A. §-sal egészül ki:

### „35/A. §

(1) A KÖ-km jelű, telekigényes közműlétesítményt, közműépítményt befogadó övezetben közműlétesítmények, közműépítmények helyezhetők el (pl.: gázfogadó, zárt épített ivóvíztároló, szennyvízátelelő, házas-trafó).

(2) A KÖ-km jelű övezetben a telekalakítás, terepszint alatti és terepszint feletti beépítés szabályait az adott közmű technológiája és védőtávolság igénye határozza meg.”

## 9.§

A HÉSZ a következő 36/A. §-sal egészül ki:

„Zöldterület, zöldterületi létesítmények Z-kk övezete

### 36/A. §

(1) A Z-kk jelű övezet zöldterületi közkert, melyben elhelyezhetők a pihenést és a testedzést szolgáló építmények (pl.: sétaút, pihenőhely, gyermek játszóeszközök, tornapálya, utcabútorok). Az övezetben épület nem építhető, a beépítési mérték 0%.

(2) A legkisebb zöldfelületi arány a telek 65%-a. A zöldfelület, a közkert kertépítészeti terv alapján valósítandó meg.”

## 2. Záró rendelkezések

## 10.§

(1) E rendelet 2012. 09. 01. napjától hatályos.

(2) Jelen rendelet hatálybalépésével egyidejűleg, a HÉSZ 1. mellékletét képező B jelű belterületi Szabályozási Tervlap és a HÉSZ 2. mellékletét képező 1-9 jelű kültérületi Szabályozási Tervlap rendelkezései a módosítással érintett területeken hatályukat veszítik, helyébe a HÉSZ 5. mellékletét képező, a SzTm-1 jelű szabályozási terv módosítása lép.

(3) Jelen rendelet a hatályba lépést követő 30. napon hatályát veszti.

Paksi Imre  
polgármester

Hegedűsné dr. Hovánszki Tímea  
jegyző

# PÁLYÁZAT

## menetrendszerinti személyszállítási szolgáltatás ellátására

Pilisborosjenő Község Önkormányzatának Képviselő-testülete Pilisborosjenő Község közigazgatási területén (Budapest-Csillaghegy - Pilisborosjenő Fő út) helyi, autóbusszal végzett menetrendszerinti személyszállítási szolgáltatás ellátása, ezen kívül a szükséges menetrenddel kapcsolatos információk, jegyek és bérletek árusításának biztosítása céljából

## pályázatot ír ki.

A személyszállítást előre meghatározott menetrend szerint kell végezni.

A részletes követelményrendszert, az alkalmassági feltételrendszert, a pályázaton való részvétel feltételeit a [www.pilisborosjeno.hu](http://www.pilisborosjeno.hu) honlapon lehet megtekinteni.

## Olvasói levél

Budapestről hazafelé mindig megállók az ürömi buszmegállóban és felveszem a haza igyekvőket. (Hiszen onnan már mindeki Pilisborosjenőre szeretne hazajutni.)

Pár embert elvittem a múltkor is, köztük egy idős férfit, aki elmondta, hogy őt még életében nem vitte női sofőr. Siettem megnyugtatni, hogy még a nagyapám is, aki keveset dicsért, elismerően nyilatkozott vezetői képességeimről. Nem sokkal később igyekeztem a gyerekekkel valahova, amikor valaki megérinti a karomat hátulról, hogy "Emlékszik rám?". Mondtam, hogy persze, de azért a keresztnevét elárulhatná. Hát így ismerkedtem meg egy kedves falumbelivel.

Bíztatok mindenkit, hogy akár a faluból kimenet a művház előtti „telekocsi” táblánál, akár hazafelé az ürömi megállóban, álljon meg és vigyen magával az ott várakozó emberekből. Nekem mindig nagy élmény.

F.I.

# Faliújság

## Környezetvédelmi tábor

Reichel József Művelődési Ház és Könyvtár

Augusztus 27-31-ig

Várunk mindenkit, aki szeret sokat mozogni, szeretné megismer-  
ni az erdők élővilágát, vagy csak egyszerűen szeretne egy játékkal teli  
hetet a szabadban tölteni az iskolakezdés előtt!

### Részletes program:

|                 |   |
|-----------------|---|
| 27. (hétfő)     | Kirándulás az Ezüst-hegyhez. Ismerkedés különleges ásványokkal. Számháború.                                   |
| 28. (kedd)      | Kirándulás a Nagy Kevély- hegyhez. Számháború.  |
| 29. (szerda)    | Kirándulás Csobánkára. Ismerkedés a környezetvédelem kérdéseivel. Számháború.                                 |
| 30. (csütörtök) | Kirándulás a Háziréti-tóhoz. Ismerkedés a környező állatvilággal. Állati kvíz és állatos játékok. Számháború. |
| 31. (péntek)    | Kirándulás a Kövesbérci erdőbe. Ismerkedés a növényvilággal. Számháború.                                      |

Részvételi feltételek: 7-16 éves kor, megfelelő kondíció

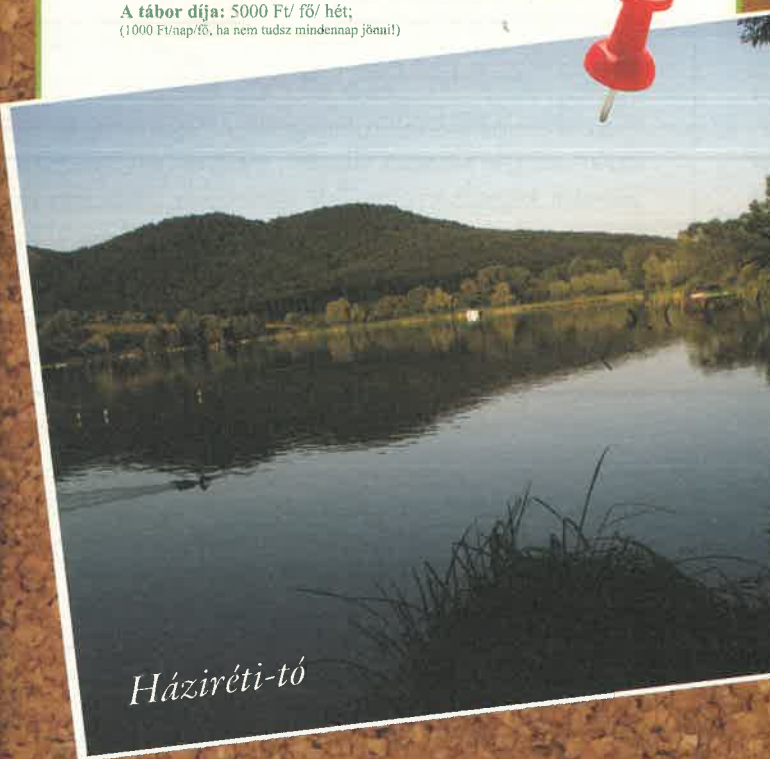
Étkezés: otthonról hozott hideg étel

Maximális létszám: 30 fő

Jelentkezni: email: pbjmuvhaz@gmail.com; 06-30 596-7573

A tábor díja: 5000 Ft/ fő/ hét;

(1000 Ft/nap/fő, ha nem tudsz mindennap jönni!)



Háziréti-tó



**2012. június 18-tól**  
egész nyáron 5 napos turnusokban  
(hétfőtől-péntekig)  
**napközis tábort**  
szervezünk.

**Programjaink:**  
kézműves foglalkozások,  
heti egy alkalommal kirándulás a környéken,  
és sok-sok játék.

**Ár: 18.000,- Ft/hét teljes ellátással.**

**2097 Pilisborosjenő, Fő út 2.**

**Jelentkezés:**

**Stampf Eleonóra 06/30 369 4065**

## Amalimpia

Felhívjuk a figyelmet, hogy **augusztus 4-én**  
Pilisszentivánon rendezünk versenyeket.  
Kispályás labdarúgás, 7 m-es rúgóverseny,  
fekvenyomás, valamint atlétika: 100 m-es futás,  
400 m-es futás, 4x100 m-es családi váltófutás,  
súlylökés és kislabdahajítás versenyszámaiban mérhetik  
össze erejüket az érdeklődők.

Kispályás labdarúgásban előzetes nevezésre van  
szükség / nevezési határidő: július 29. / a többi  
versenyszámban a helyszínen is lehet nevezni,  
de a tervezhetőség miatt kérjük, hogy akinek  
lehetősége van rá, nevezzen online a honlapunkon.

**Augusztus 11-én** Pilisvörösváron a Schiller  
Gimnáziumban rendezzük a férfi asztalitenisz,  
valamint a sakk, kosárlabda, kézilabda, röplabda  
és magasugrás döntőket. Ezen sportágakra nevezési  
határidő: augusztus 5.

**Minden sportolni vágyót szeretettel várunk!**  
Engerth Csaba

Az eseménysorozatról készült fotókat a facebook  
oldalunkon láthatják, az eredmények honlapunkon  
a [www.amalimpia.hu](http://www.amalimpia.hu) tekinthetik meg.

# V.

## Pilisborosjenői Várjátékok

2012.  
Szeptember 8.

11h

„JÁRD KI LÁBAM, JÁRD KI MOST!”  
V. Nemzetiségi Néptánc fesztivál

12h

VITÉZ LÁSZLÓ  
ÉS AZ ÖRDÖGÖK  
FABULA

13h

BARANTA BEMUTATÓ

14h

NAGY AKAROK LENNI!  
FABULA

15h

ETHNOSOUND  
dzsembe és derbuka workshop  
közös dobolás

16h

VITÉZ LÁSZLÓ ÉS AZ ÖRDÖGÖK  
FABULA

17h

I. TÖRÖK HASTÁNCVERSENY  
GÁLÁJA

18h

KALÁKA koncert

19h

S.A.G.A középkor harci technikája,  
orvoslása, életmód bemutatása

21h

MAGMA TŰZSZÍNHÁZ

Aprók  
Bástyája

Középkori  
Vigasságok

Kirakodó-  
vásár

Történelmi  
Bajvívás

Ízek Világa és Borkóstolás

[www.pbj-varjatekok.eoldal.hu](http://www.pbj-varjatekok.eoldal.hu)

A fotó forrása: <http://www.pbj-varjatekok.eoldal.hu/fenykepek/nincs-megadva-rovat/kepek/i-pilisborosjenoi-varjatek-051.jpg.htm>



## NYÁRI TÁBOROKRÓL MESÉLÜNK

Amikor arra vágysz, hogy egy jó csapatban legyél, amikor rájössz, hogy kicsiny faludat alig ismered még, vagy amikor csak a tavalyi szám- háborúk ízét szeretnéd feleleveníteni – a kudarcok és játékos-ösztönös csalafintaságok árán is –, ha a természetjárást nem unod még, s ha a makramézás és kincskeresés évről évre idecsábít, akkor találkozunk (rajtad áll, hogy évente kétszer vagy egyszer): gyerekek, Éva néni állandóan, segítőtje változó, idén Viki és Melinda volt.

A tábor minden évben nyitott kapukkal várja a (leendő) diákokat, falubelieket és akár a falubeliek ismerőseit. Játékos feladványok, közös bográcsozások, számháborúk – tavaly minden nap kitört a számok háborúja, idén azért volt, hogy csak minden másnap –, kincskeresések, fonások és makramézások. A zárónapon pedig ki-ki érdeme szerint érdemrendben részesül (süti, oklevél, kézfogás és a büszkeség nyomát hagyva a szívekben).

*Utolsó napon, pénteken,  
főzőverseny kövesbércen,  
fiúk lányok egymás ellen,  
ugyanaz készül mégis más,  
mindenki győztes nem vitás!*

**Környezetvédelmi-kirándulás táborunkat  
augusztus 27-től megismételjük,  
ne feledd, várunk téged, itt a helyed!**

### Játszunk színházat, mert játszani jó!

A társas élvezetek egy hét után sem érnek véget. A könnyed, napfényben úszó túrák után a kemény (de örömteli) munkával teli neonfényes vakációé a főszerep. Amikor bárkiből válhat főszereplő, de egy biztos: színházban a helye mindenkinek.

Napról napra egy varázstér teremtődik, ahol közösen több darab megalkotásán munkálkodunk. Kellékesek, díszletkészítők – és főleg a közönség – ráérezhet, hogy szó sincs „háttér” munkáról: minden munka gyümölcse és alkotó keze előtérbe helyeződik.

Egymás személyiségéről, képességeiről még többet megtudunk, rengeteg (önismereti) játék és készségfejlesztés tesz próbára bennünket, hogy jobban megismerjük saját határainkat – s azokon átlépve egy másik personát fedezzünk fel magunkban.

5-től 16 éves korig színes a paletta, az ifjú színészgárda adja magát, a rendező (Éva néni) dúskálhatnak a tehetséges, csillogó szemű „kínálatban”, önkéntes hadban.

A hétfő mindig a bevezetőé, a szerepek és feladatok megbeszéléséé, majd minden egyes nappal egyre több és több kihívás és változás elé nézünk; a szövegek pedig napról napra rövidülnek, különösen az utolsó nap lámpalázában, 7 óra munkálkodás után a gyerekek otthon még tovább finomítanak „magukon”, és szorgalmasan tanulják

20-30-40 gyerkőcnek és kamasznak van egy visszatérő élménye – évente akár kétszer is. Júniusi, augusztus háziújsákok természetjárásokon vehetnek részt (Halastó, Nagy-Kevély, Kövesbérc, Mackó-barlang, hogy csak párat említsék a kínálatból), s évről évre nyomon követhetik kicsiny falunk természeti kincseinek változásait.



Környezetvédelmi, földrajzi, kémiai, fizikai és biológiai ismeretekkel is gazdagodhatnak; tudáspróbákban tehetnek tanúbizonyságot az ismeretek beépüléséről – mindent a saját bőrükön megtapasztalva. A tárgyi tudáson kívül talán még hasznosabbak és emlékezetesebbek a táborban szövődött barátságok, bajtársi helyzetek, erkölcsi és lelki helytállások, fufangok, ügyességek, „együtt-rezgések”, meglepetések és meglepődések, kacajok és reményteljes várakozások.

## Kézműves tábor július 9-13.

Nagy örömmre idén is sokan jelentkeztek a kézműves táborba, ahol mindennap más-más technikákkal ismerkedhetnek meg a gyerekek.

Hétfőn: kosárfonás,  
kedden: agyagozás,  
szerdán: batikolás és virágszövés,  
csütörtökön: tűzzománc készítés és  
pénteken: nemezelés.

Egész héten folyamatosan gyöngyfűzés és csomózás. Mindenki talál kedvére való bütykölést, a hétvégére egy gyönyörű kiállítás keletkezik az itt készített munkákból, kis ízelítőt majd az intézmény földszinti folyosóján elhelyezett vitrinben láthatnak.

Intézmény munkatársain kívül a tábor segítői:  
Csíkszenimihályi Réka-tűzzománc;  
Ilyés Boglárka- agyagozás; nemezelés  
Gelányi Szilvia-gyöngyfűzés  
Bereczki Melinda-spatula és papírhajtogatás

egy vagy több szerepük szövegét. Péntekre marad a hab a tortán, a munka legfinomabb része és egyben legnagyobb kihívása. Eljön a várt 18 óra, és fény vetül a képzeletbeli színpadra, ahol mesék, humoreszkek, versek és improvizációk elevenednek meg. Négy nap eredménye lesz egy-két óra varázslat.

Hogyan? Máris vége? 365 napot kell még várni a következő alkalomig?  
Utóhátás: fejszongás, ingerdömping, és hiány, hiány, hiány.  
Már csak 272 nap...



### Ismét Zamárdi augusztus elején, ahol a színházi játszás folytatódik...

Minden évben immár 20-dik alkalommal, Zamárdiban rendezik meg augusztus első hetében a pest megyei színjátszó táborát 140 gyermek és 20 felnőtt részvételével. Ebben a szaktáborban 8 csoportban dolgoznak a gyerekek, s az előadást vasárnap bemutatják egymásnak és a lelátogató szülőknél. Elsősorban a Weöres Sándor országos gyermekszínházi versenyen részt vett és arany- vagy ezüstminősítést kapott csoportok tagjai vehetnek részt a táborban. Büszkén mondhatjuk, hogy Pilisborosjenőről már 6. éve vihetünk gyermekeket. Ebben az évben a Pilisborosjenőért Alapítvány nagy rendezvény sátrát is letelepítettük, hogy a színpad fölé „igazi” színházi helyzetet teremtsen. Köszönetet szeretnénk mondani Trunk Zsoltnak, aki a szállítását a kisteherautójával megoldotta és Bújdosó Zoltánnak a sofőrnek, aki vasárnap és hétfő hajnalban a szabadidejét feláldozva segítette, hogy minden pontosan a helyére kerüljön.

### Csiszár Hanna 4. osztályos kislány köszöntő verse a kirándulás táborra indulónak!

Mendegél az aprónép  
Szenvedve, de célba ér.  
Vizünk gyakran majd felforr!  
Jégkocka csak álom volt!

Hátizsákunk olyan nehéz,  
százezer dagadt tehén.  
Napvégére büdösek leszünk,  
alig várjuk, hogy lefűrödjünk.

Jó sok helyen jártunk már,  
De még több erdő vár ránk ám.  
Minden nap csak számolunk,  
hogy megvagyunk-e, de megvagyunk!

Megint vár a nagy kaland,  
Nyár végén is túrázunk,  
Iskola előtt jót játszunk!  
Túrára fel kiscsapat!

Bereczkiné Szendrey Éva



## ISKOLÁS LESZ A GYERMEKEM...



### Érett, vagy nem érett? Hogyan segítsen a szülő iskolába készülő gyermekének?

Minden szülő életében vannak és lesznek olyan időszakok, amikor tudatosabban, intenzívebben éli meg a szülői hivatását. Ennek oka lehet a családi életben bekövetkező változás, testvér születése, válás, új kapcsolat, költözés. Ilyen változás az intézményváltás is (bölcsőde, óvoda, általános iskola, továbbtanulás közép- majd felsőfokú iskolákba). Véleményem szerint az általános iskolába kerülés az egyik legjelentősebb mozzanat, főleg ha az elsőszülött gyermek teszi meg ezeket a fontos lépéseket. Azt tapasztalom, hogy az óvodai nagycsoport vége felé nagyon sok szülő, hozzátartozó a vidám, játékos, kedves gyermekét egyre többször figyelmezteti, hogy

*"az iskolában nem lehet már így viselkedni!"*

*"ilyen csúnya rajznak nem örül majd a tanító néni"*

*"aki ezt nem tudja kirakni, még nem lehet iskolás!"*

### Mi szükséges az eredményes iskolakezdéshez?

A sikeres iskolakezdés feltétele, hogy a gyermek tiszta artikulációval, megfelelő szókinccsel és fejlett nyelvtani rendszerrel rendelkezzen. Természetesen ez nem jelenti azt, hogy ezek hiánya, vagy hibás működése esetén gyermeke mindenképpen kudarcra van ítélve. Sokkal inkább figyelmeztető jel, mely befolyással lehet a sikeres iskolakezdésre és a későbbiekben tanulási nehézséggé fajulhat.

### Miért fontos a pontos artikuláció?

Nyelvünkben minden hanghoz egy-egy betű rendelődik. Ezért, ha valamelyiket helytelenül ejti gyermeke, nagy valószínűséggel olvasásban és írásban is téveszteni fogja azt. Különösen akkor veszélyes a helyzet, ha ő maga észre sem veszi,

ha rosszul ejti a hangot. Tehát probléma esetén nagyon fontos, hogy időben logopédushoz kerüljön gyermeke. Mit jelent az "időben" kifejezés? Az első találkozás a logopédussal 5 - 5 1/2 éves korban már indokolt lehet következetes tévesztés esetén. Problémamentes fejlődés esetén is - jó esetben - áttesik minden gyermek az óvodai logopédus által végzett szűrővizsgálaton. Higgyék el azért, mert logopédus foglalkozik gyermekükkel, nem kap semmiféle stigmát a jövőre nézve, és munkájának áldásosságát rövidesen élvezni fogják mindnapjaikban. Fontos azonban a mindennapos gyakorlás. A logopédus egyedül nagyon kevés. Gyermekeinek Önre is szüksége van!

### Mit jelent a megfelelő szókincs?

Az első szavak megjelenése után a szókincs gyorsan fejlődni kezd. Jellemző, hogy először a főnevek, majd az igék jelennek meg a kisgyermek beszédében. Körülbelül háromszor annyi főnév van a beszélni tanuló gyermekek szókincsében, mint amennyi cselekvésre, történésre utaló szó. Fontos, hogy a gyermekek megfelelő szókinccsel rendelkezzenek - ennek hiánya is olvasási problémákhoz vezethet. Ha nem ismeri a szavakat, nem fogja érteni, hogy mit is olvas. A tanítványaim között is volt nem egy - magas IQ-val rendelkező -, akinél a szegényes szókincsre vezethető vissza a diszlexia. Mit tehetnek ennek elkerülése érdekében? Töltsenek minél több időt együtt gyermekükkel: társasozzanak, meséljenek, kiránduljanak közösen, közben pedig hívják fel gyermekük figyelmét minden apróságra.

Tapasztalom, hogy fogalmazás és nyelvtan órákon a szavak mondattá fűzése óriási gondot jelent sok gyermek számára. Jó játék lehet - harmadik osztályos gyermekeknek -, ha egy mondatot "feladarabol" szavakra. Gyermekeinek az a feladata, hogy helyes sorrendbe téve a szavakat, elolvassa az eredeti mondatot. Az alacsonyabb szószámú mondatot könnyebb sorba rendezni, így a fókuszosság elvét betartva fejlesztheti gyermekét.

### Megfelelési vágy

Tudom, senki sem akart rosszat. Talán ahogy ki mondta, eszébe is jut, hogy nem kellene mumusnak beállítani az iskolát, pláne nem a tanítót, aki az elkövetkező napok nagy részét együtt fogja tölteni gyermekünkkel. Ám a szülő is ember, s szeretné, hogy könnyen és eredményesen vegye az akadályokat gyermeke. Ezért aztán a jó szándék szinte határtalan, pénzt, fáradságot nem kímélve akár hetente újabb feladatlappal rukkolnak elő, a játék, amit megvesznek csak fejlesztő jellegű lehet, különben mit sem ér.

Néhány szempont jutott eszembe, a teljesség igénye nélkül, hogy szülőként mire kell odafigyelni a családi játékos együttlétek alkalmával.

- Mennyire összerendezett gyermeke elemi mozgása? A kúszás, mászás, lábujjon, sarkon, talpélen való járás, a szökdelés pontos kivitelezése. Ennek gördülékenysége könnyű írás- és olvasástanuláshoz vezethet.
- Jó gyermeke egyensúly érzéke? Ennek meggyőző jelenléte a mindennapi játék során fejlett idegrendszerre utal. Bizonytalanság esetén gyakorolhatják a vonalon járást (szőnyeg egyenes mintáján), "pincérkedést" tálcával.
- Meg tudja-e nevezni a testrészeit? A legbiztosabb pont a saját testünk, ezért ha az bizonytalan, minden azzá válik. Az olvasás technikai elsajátításának egyik alapja a saját testen való magabiztos tájékozódás.
- Helyesen használja-e a névutókat? (alatt, fölött, mögött...)
- Képes-e adott mozdulatokat illetve alakokat térben (pl.: építés) és síkban (pl.: rajz) leutánozni? Ezen a területen szép eredmények érhetők el a „szobrászós” játékkal.
- Megfelelő-e a szem-kéz koordinációja? Ezt könnyen megfigyelhetjük, ha megkérjük gyermekünket, hogy csukott szemmel érintse meg az általunk megnevezett testrészét. Célba dobó játékokkal nagyon könnyen fejleszthető ez tulajdonság. (babzsákkal, labdával...)

- Megfigyelések, válogatások során felismeri-e az azonos alakokat, színeket, nagyságokat, mennyiségeket? (Ezt segíti a különböző színű és nagyságú kockák válogatása)
- Megye-e a szétszedés és újra összerakás?
- Van-e türelme másokat meghallgatni? Tud-e kérdezni?
- Be tud fejezni logikusan és önállóan egy elkezdett történetet?
- Tud-e szabályok szerint viselkedni a mindennapi életben és a játékban egyaránt?

### Házi feladat!

Sok szülő elköveti azt a hibát, hogy közvetlenül iskolakezdés előtt trenírozza gyermekét a rá váró feladatokra. Azt gondolom, hogy az iskolába lépés sikere nem annak a három hónapnak a megfeszített munkáján fog múlni, ami az óvodát elválasztja az általános iskola első osztályától. A siker az elmúlt hat év tudatos, gondoskodó szeretetben történő fejlődés záloga lesz majd. Ezért, inkább tegyen mindent úgy, mint eddig! Játsszanak, beszélgessenek, meséljenek, rajzoljanak, mozogjanak, és nevéssenek nagyokat önfeledten!

### Sok sikert kívánok!

KT



# Otthonunk a falu

## DE NEHÉZ AZ ISKOLA TÁSKA...

**Több mint 30 éve kezdtem az iskolát, még emlékszem az első kék nejlón iskolaköpenyemre, a kék tornadresszre és dorkó cipőre. A füzet hátoldalán a szorzótábla, nekem is volt redőnyös-emeletes tolltartóm, az uzsonna textilszalvétában. A papírszalvéta ritkaságnak számított, ezért én is nagy becsben tartottam a szalvétagyűjteményem. Az iskolai könyveket és füzeteket a szabványos kék csomagolópapírba csomagoltuk, rányaltuk a vignyettát, fehér alapon dupla piros szegéllyel.**

Mi is történik napjainkban? Az áruházak már júliustól elkezdik az akciókat. Természetesen tömegével vannak márkás és különböző film- és mesefilm-szereplőkkel tarkított iskolaeszközök, alkalmazkodva a mai kedvencekhez. Ha meglátja a gyermekünk a szépen csillogó menő tankönyvborítót, elég nehéz lebeszélni róla. És előbb-utóbb a pénztárnál kötünk ki.

A legolcsóbb tanszerek egy része viszont használhatatlan vagy nagyon hamar tönkremegy, ami nemcsak azt jelenti, hogy újat kell vásárolni, hanem bosszantó is. Ha hozzáadjuk a pénztárcakímélő darabokhoz a plusz időt, utazási költséget, lehetséges, hogy egy kicsit jobb minőségű áruval jobban jártunk volna.



Általában az iskolák többsége megadja, hogy milyen eszközöket kérnek egyes tantárgyak oktatásához. Ha nem kapnánk ilyet, érdeklődjünk az iskolában, vagy várjuk meg az első tanítási napot. Érdekes szem előtt tartani, például egy első esetben, hogy szükség van-e drága 12 darabos színes ceruzára, amikor csak a kék-piros postairon szerepel a listán...

Sokan választják a nagy áruházakat, ahol szinte mindent meg tudunk vásárolni, de a „bőség zavarában elveszhetünk”. Azoknak, akik nem érnek rá végigjárni az áruházakat vagy feleslegesnek tartják a mászkálást azért, hogy egy-két forintot spóroljanak, a közeli papír-írószer boltot ajánljuk. Kisebb boltokban ugyan kevesebb a választék, de könnyebb a gyerekeknek is választani és kevésbé csábulnak el a prémium kategóriás termékektől.

Hasznos tipp, ha az áruházakban kiválasztanak egy-egy darabot, aztán interneten is utánanézhettek az áraknak. Sokszor az internetes boltokban jóval olcsóbban hozzájuthatunk iskolai eszközökhöz, akár közvetlenül a gyártótól is vásárolhatunk.



Ami biztosan kell, az iskolatáska. Az újonc iskolakezdőknek sporthátizsákot, oldaltáskát vásárolni nem praktikus. Az oldaltáska bár divatos, de egy ideig kerüljük még, hiszen a féloldalas terhelés a gerinc és az izomzat torzulásához vezethet. A sporthátizsák háta nem merevített, ezért hasonló következményeket okozhat. Ezek inkább akkor jöhetnek inkább szóba, ha a gyerek már a felső tagozatba jár, a terheléshez jobban hozzászokott. Maradjunk inkább a hagyományos, téglalap formájú, merevített táskáknál.

Aranyszabály: a táska súlya ne haladja meg a gyermek testsúlyának tíz százalékát! Sok szülő azonban azt is elfelejti, hogy ellenőrizni nem csak a gyermekük jegyeit, hanem a táska vállpántjait is kell. A rosszul megválasztott iskolatáskát a gyermek 175 napon keresztül hordja, így valóban „de nehéz az iskolatáska”, ahogyan Demjén Ferenc is énekl.

Érdekes végig gondolni, hogy minek kell befelé. Jó, ha legalább két rekeszből áll az iskolatáska, így a könyvek,



füzetek nem keverednek össze. A több rekesz azért is praktikusabb, mert a füzetek, könyvek nehezebben gyűrődnek össze bennük, és könnyebb belepakolni. Jó, ha van az elején vagy oldalán külön zseb az uzsonnának, innivalónak, bérletnek, papírzsebkendőnek. A táska legyen könnyű, megfelelően kiképzett formájú, legyenek széles, párnázott pántjai, hiszen a nebulóknak általában sok mindent kell majd nap mint nap cipelnie.

Pakoljanak be együtt a nebulóval, figyeljenek az egyenletes súlyelosztásra. A nehezebb tanszereket pl. merev borítású könyvek, mappák, atlaszok közvetlen a hátrészhez kerüljenek, a könnyebb, kisebb eszközöket a táska első részébe tegyék.

Vásárláskor mindenképpen próbáltassuk fel a táskát a gyermekünkkel, mert a méretet könnyen elvéthetjük, és az sem biztos, hogy a gyermekünknek is az tetszik, ami nekünk. Egy jó minőségű iskolatáska több tanévet is kibír, a következő tanévben felrészíthetjük például egy trendi figurás kulcstartóval. Ha nem akarjuk megvenni az éppen aktuális mesefigurás iskolatáskát, próbáljuk elmagyarázni, hogy pár hónap múlva más figurák jönnek, és „tök ciki” ilyet hordani vagy ajánlunk fel más jutalmat, ha lemond róla.



A tolltartókból is óriási a választék. Van fémből készült, henger alakú, emeletes, és sorolhatnák még. Persze a leglátványosabb az emeletes, teletömve filccel, színesekkel, körzővel, ceruzával, radírral, hegyezővel, vonalzóval, szögmérővel, órarenddel. Ki tud ennek ellenállni? Pedig ezek rossz minőségű írószerekkel vannak töltve, ezért nem leszik a terhet rólunk, hanem megduplázzák azt. Válasszunk olyat, amibe nem ömlesztve kerülnek bele az íróeszközök, hanem áttekinthetően, így könnyen feltűnnek a hiányosságok a szülőknek is.

**Az iskolakezdés minden évben görcsökkel teli indul, de ha tudatosan ráhangolódunk, könnyebbé válhat. A legfontosabb, hogy érezzék a gyerekek, hogy az ő véleményük is számít. A tanévkezdéshez olyan kellékeket vegyünk, amelyeket szeret, hisz motíváló hatású lesz a tanulás során, komoly hatással bír az érdeklődésére és így, hosszú távon a jövőjére is.**

### Pár hasznos tipp az iskolakezdéshez:

- **A tanévkezdés előtt beszéljessen együtt a család az iskolakezdésről.** Fontos, hogy a gyermek elmondja, mit érez, mit vár az iskolától. Támogassa és biztosítsa gyermekét, hogy a szülő mindig mellette áll. Tartsanak egy utolsó igazi nyári szabadnapot.

- **Fokozatos visszatérés az iskolai rutinra.** Nyáron nem voltak kötelességek, ezért fárasztó és kimerítő a tanulónak az újfajta mindennapok. Ezt megelőzhetjük, ha már augusztus közepétől fokozatosan felváltjuk a késő fekvéseket és késői felkeléseket korai ágyba bújásra és korai ébredésekre.

- **A tanszervásárlás előtt érdemes a fiókokat, régi eszközöket áttekinteni, rendezni.** Szelektálni kell mi az, ami még felhasználható. Lehet, sok hasznos dologra akadunk. A tankönyvek közös becsomagolása szintén segít ráhangolni a gyermeket, válasszunk állítható, vágható öntapadós védőfóliákat.

- **Az új tanév új hobbikat hozhat.** Előre egyeztessék le, melyek azok a szakkörök, foglalkozások amikre akar járni gyermekünk. A szezon elején a kölykök zsonganak a hobbiktól, de csak annyit érdemes beállalni, ami nem terheli és a teljesítményét sem befolyásolja.

- Segítsen gyermekének nap mint nap helyesen **bepakolni az iskolatáskát.**

- **Csináljanak egy üzenőfalat** otthonukban, ahova a fontos eseményeket illetve szükséges információkat fel lehet írni.

- **Esténként tartsanak beszámolót** a másoknak. A gyermek is mesélje el a nap legfőbb eseményeit és nekünk szülőknek is ezt kell tennünk, így lesz kiegyensúlyozott a családnak.

DK



## Nagy melegben

A hőség elsősorban az időseket, a szív- és érrendszeri betegségekben szenvedőket, továbbá azokat veszélyezteti, akiknek valamilyen krónikus alapbetegségük van. A hőségben általában csökken a vérnyomás, alacsonyabb lesz a pulzusszám, gyengül a koncentráció, lankad a figyelem. Még klimatizált autókban is meghosszabbodik a reakcióidő, nagyobb a balesetveszély. A szervezet sokszor nem tud megküzdeni a hőséggel, kiütések, ödéma alakulhat ki. Súlyos esetben a beteg hőgútát kap, amely az agy és a vese működési zavarához, károsodásához vezethet. Életveszélyes állapot, ezért ha a napszúrásnál észlelt tünetek mellett tudatavart, eszméletvesztést vagy görcsrohamot is észlelünk valakin, feltétlenül forduljunk orvoshoz. Addig, amíg a szakszerű segítség megérkezik, a hőgútát szenvedettet helyezzük árnyékba, hűvös környezetbe, és hideg borogatással hűtsük bőrét. Idősek, kismamák, ha tehetik nagy melegben megterhelést jelentő tennivalóikat - köztük a nagy bevásárlást - inkább a hűvösebb

órákra időzítsék. Autóban még néhány percre, lehúzott ablak mellett se hagyjanak őrizetlenül kisgyermeket, de éppúgy kell ügyelni medence és vízpart mellett, hiszen könnyen próbálják ők is lehűteni magukat.



### Miért fontos a folyadékpótlás?

- A testünk 60%-a víz. A nap folyamán veszített folyadékot pótolni szükséges, legalább 2-2,5 liter folyadékra van szükségünk
- A nem kielégítő folyadékfogyasztás nem csak szomjúság érzetet, hanem fejfájást is okoz és a koncentrációs képesség csökkenését is eredményezi.

### Mit érdemes fogyasztani?

- Fogyasszunk vizet, mert a víz (csapvíz, ásványvíz) a legjobb szomjoltó. Egzotikus országokban tartózkodva kerüljük a csapvíz fogyasztását, és az ebből készült jégkockát se tegyük a pohárunkra
- Limonádét (lime- vagy citromkarikákkal ízesítve, cukor nélkül)
- Frissen facsart vagy 100%-os gyümölcslevet, zöldséglevet
- Koffeinmentes, illetve gyümölcssteákat hűtve, legfeljebb kevés mézzel édesítve

### Milyen italokat, ételeket kerüljük?

- Cukros üdítők, szörpök, gyümölcsitalok, tejeskávé, ízesített tejkészítmények (legfeljebb heti 1-2 pohárral fogyaszthatók) fogyasztása nem ajánlott.
- Az alkoholnak, az energiatartalnak és a koffeinnak vízhajtó hatása van, ami miatt megnőhet a folyadékigény.
- Kerüljük a túl zsíros, fűszeres, nehéz ételeket (pl. bő zsiradékban sült hús, pörkölt, lángos, fánk).
- Gyomorrontás esetén bő folyadékfogyasztás és diéta ajánlott (kétszersült, keksz, főtt burgonya).

### Ha kimegyünk a szabadba

- Mindig legyen nálunk elegendő mennyiségű folyadék és harapnivaló (pl. friss, mosott gyümölcs, teljes kiőrlésű keksz)!

- Sport, játék, kirándulás alkalmával kifejezetten figyeljünk a bőséges folyadékbevitelre, különösen gyermekek, idősek és a keringési rendszer betegségében szenvedők esetében!
- Romlandó élelmiszereket tartalmazó ételeket csak hűtőtáskában tároljunk!



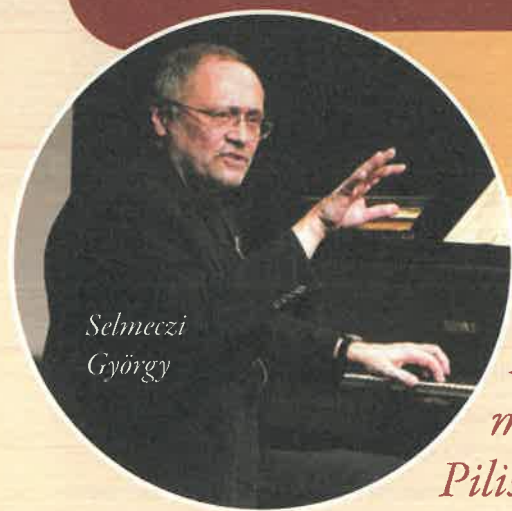
### Hogyan javíthatjuk közérzetünket?

- Reggelire fogyasszunk sovány tejet vagy tejterméket, friss zöldséget, gyümölcsöt, teljes kiőrlésű gabonafélékből készült kenyeret vagy péksüteményt
- Tízórára és uzsonnára válasszunk a friss idénygyümölcsökből, zöldségekből (nyersen natúr formában vagy salátaként elkészítve, illetve kompótként vagy turmixként, cukor hozzáadása nélkül).
- Ebédre, vacsorára a hideg gyümölcslevesek is üdítően hatnak a nagy melegben (minél kevesebb cukorral édesítve és tejszín helyett kefir vagy joghurtot használjunk). Ha nem édes ízre vágyunk, készíthetünk hideg levest idényzöldségekből is, pl. sóska-, zöldborsó-, vagy paradicsomlevest.
- Részesítsük előnyben a sovány húsokat, halakat, köretnek nyers, párolt vagy főtt zöldségeket, friss, könnyű salátát együnk.
- Desszertként fogyaszthatunk joghurt és friss vagy fagyasztott gyümölcsök keverékéből, háziilag készített jégkrémet.
- Zuhanyozzunk le többször is langyos vízzel! A klímát nem érdemes 28 Celsius-fok alá tekerni

- Amikor a levegő hőmérséklete a szabadban 35-39 Celsius-fok körül van, akkor a szobában 28 fok az ideális. Hűvösebbre nem tanácsos állítani az otthoni, irodai klímát, mert ha kimegyünk a szabadba, a hirtelen hőmérsékletváltozás megterhelő lehet.
- Óvatosan kell bánni a ventilátorokkal is, nem ajánlatos úgy beállítani a készüléket, hogy közvetlenül ránk fújja a levegőt - bár kétségtelenül ez a kellemes -, mivel ez megfázáshoz és kiszáradáshoz vezethet.
- Viseljünk könnyű ruhát!
- A nagy hőségben viseljünk világos színű, bő szabású, pamut öltözetet, fejünket és arcunkat védjük széles karimájú kalappal, és ne feledkezzünk el a napszemüvegről sem.
- Ha mégse viseltünk kalapot, és a napon való tartózkodás után a gyermekek vagy magunkon fejfájást, hányingert, szédülést, dezorientáltságot tapasztalunk, mindenképpen gondoljunk napszúrásra.
- **A strandolók kötelezően viseljenek a napszemüveget és a legalább 30 faktoros naptejet használjanak!**
- A hazai ajánlások szerint legalább 30-40 faktoros naptejet kell használnunk.
- A „vízálló” napkrém is csak egy ideig véd, például törölközéssel a védőréteg jelentős részét ledörzsölhetjük magunkról, ezért gyakran kenjük magunkat a fényvédő krémmel.
- Ne felejtjük el, hogy a gyerekek bőre különösen érzékeny a napsugárzásra, ezért rendkívül könnyen leégnek.
- Ne hagyjunk senkit elaludni a tűző napon.



# Weindorfer Musikabend



Selmeczi György

Nyáresti  
muzsika  
Pilisborosjenőn



A Mahler dal kapcsán hallhattunk arról a bécsi eszményről, amely századunk emberére is átöröklődött a zene által. Ez után következett Selmeczi Gábor és (a művész úr unokaöccse) zenészbartáinak örömmzenélése. Szinte minden darabot mosolyogva adtak elő! Az Altwiener Tanzmusik és a Schönbrunner Waltzer megszólaltatásával nagy sikert arattak. S zárásként Bátoriné Éva művésznő egy bordalt énekelt, mely a boldogságról és az életörömről szólt.

Engedjék meg nekem – mint a közönség egy tagja – erről az estéről a magam nézőpontjából írjak le néhány gondolatot. Nem vagyok zenekritikus, zeneértő, csak „zeneérző” ember. Úgy gondolom, a zene érinti legmélyebben az embert. Az érzelmek a tudatalatti énből, mint a sodró ár úgy törnek fel a hangok, dallamok hatására. Ezen az estén „újraéltém” lázadást, lármás keresést, de a békét és a megnyugvást is megtaláltam.

A hangok elvarázsoltak egy régmúlt korbá, melyet újra megtalálhatunk, amikor együtt vagyunk, mint egy nagy család. Amikor együtt örülünk, s harmóniát kapunk a zene által olyan emberektől, akik maguk naponta megtalálják ezt a békét és harmóniát, amikor leülnek hangszereik mellé és zenélni kezdenek. S hogy sok embernek ugyanez, vagy hasonló volt a műsor után az érzése, ezt azért tudom, mert odamentem Györgyihez beszélgetni. Nagyon sokan jöttek még hozzá érdeklődni, hogy lesz-e még a jövőben ilyen kellemes este és mikor?

A hangulatos Tájház udvarán, a fehér székekkel és a lobogó gyertyák fényével gyönyörű volt ez az este, úgy láttam a sok zenére nyitott embert öröm és boldogság töltött el. Hálás köszönetet mondok érte a Selmeczi Család minden tagjának és művész barátainak, valamint az est szervezőinek.

Kovácsné (Marcsi)

Tisztelt Pilisborosjenői Lakosok!

2012. szeptember 10-én (hétfő) este 8 órai kezdettel  
Selmeczi György művész úr és családja,  
valamint művésztársai ismételtén jótékonysági koncertet  
adnak a Német Nemzetiségi Tájházban (Fő utca 49.),  
a Tájház javára,  
ahova minden érdeklődőt szeretettel várnak.

2012. július 9. este. A falusi estékben béke van. Az este a megérkezés (hazaérkezés) ideje. Nincs rohanás, nincs sietés. Eljött a pihenés, a kikapcsolódás ideje. Mint ezen az estén, melyen Selmeczi György – zeneszerző, zongoraművész és karmester – és családja, valamint művésztársai koncertet adtak falunk Német Nemzetiségi Tájházában, a Tájház javára.

A Német Nemzetiségi Önkormányzat köszönettel fogadta a művész úr megkeresését és felajánlását és partnereként - Perlinger Györgyi a NNÖ képviselője és segítői – igyekeztek, jó szervezéssel és gasztronómiai háttérrel hozzájárulni a szép estéhez. Az est főszereplői: Selmeczi György zeneszerző és művésztársai, Bátoriné Éva Liszt-díjas, érdemes művész, énekesnő és Selmeczi Gábor zenészbartáival voltak.

Este 8 órától, csaknem 2 órán át megtelt a Tájház levegője a zene varázsával. Selmeczi György minden előadott zenedarab előtt néhány szóban ismertette a mű (művek) helyét a zeneirodalomban. Elmondta, hogy ezeket a műveket abban időben a családi összejöveteleken játszották, gyakran apa – fiával, vagy lányával.

Ő Mozart F-dúr szonátáját – négykezes – lányával, Selmeczi Borbálával adta elő. Ezután Bátoriné Éva művésznő énekelt Mozart Figarójából, majd Schubert: Margit a rokkánál című dala következett. Schubert: F-moll fantázia című művét azért szeretném külön megemlíteni, mert a művész úr erről a műről beszélve megkülönböztetett szeretettel említette Szöllősy András nevét (Kossuth- és Széchenyi-díjas magyar zeneszerző, zenetudós), aki mindennap meghallgatta ezt a művet. Szöllősynek ezt volt a „Mi Atyánk”-ja haláláig.

Szó esett itt Schubert drámai és szélsőséges világáról, valamint korai haláláról és a szépség esztétikájáról is! Az F-moll fantázia – melyet Selmeczi György feleségével, Kincses Margittal játszik 20 éve (most is) – minden elmondott szót tükrözött a hangok megszólaltatásával. A drámai fordulatok után mindig egy különösen lágy dallam ismétlődik, melyben szinte elcsitulnak a hangok, és életre kel a béke és a harmónia.



## Megbízható védelem a pilisi régióban is!

A G4S, a világ vezető biztonsági szolgáltatásokat nyújtó vállalata, a pilisi régióban is készen áll ügyfelei legmagasabb színvonalú védelmére. A G4S számos eszközzel, a nap 24 órájában biztosítja az Ön és környezete nyugalmat, értékeinek védelmét. Mi azért dolgozunk, hogy riasztórendszerünkkel és távfelügyeleti szolgáltatásainkkal a lehető legnagyobb anyagi és személyi biztonságban érezhesse magát.



- + ingyenes távfelügyeleti csatlakozás, halasztott fizetési konstrukció
- + gyors hibaelhárítás, komoly műszaki háttér
- + 15 perces kivonulás az ország egész területén
- + nemzetközi, elismert háttér, Magyarországon 18.500 aktív ügyfél
- + ügyfélközpontúság, állandó, közvetlen ügyfélszolgálat
- + egyedi kedvezmények, konstruktív megoldások, rugalmasság

## Riasztórendszerünk már 990 Ft-tól elérhetőek!



Egyedi szolgáltatási akcióink igénybeviteléhez keresse kollégáinkat a 06-40/200-444 kék számon, vagy írjon az [akcio@hu.g4s.com](mailto:akcio@hu.g4s.com) e-mail címre.

Erre az oldalra egyszer még nagy szüksége lesz!

G4S Távfelügyelet – Biztonság - Érték

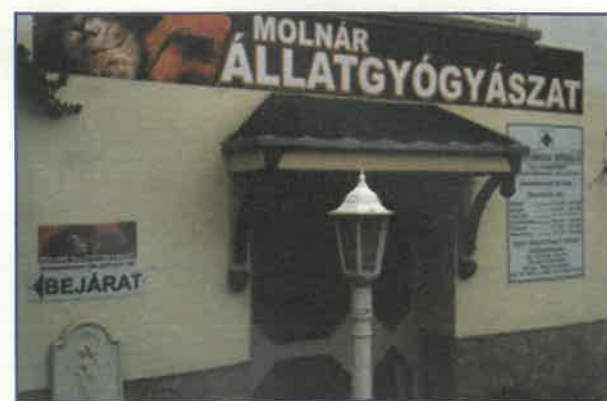
## MOLNÁR ÁLLATGYÓGYÁSZAT ÉS HOMEOPÁTIA

Hatósági feladatokra jogosult állatorvos



Solymár, Pilisvörösvári u. 17.  
Terstyánszky u. 23. sarok  
Rendelési idő: kedd, csütörtök 14-19h  
hétfő, péntek 17-19h, szombat 09-12h

Dr. Molnár Attila: 06-30-9846-692  
Ifj. Dr. Molnár Attila: 06-30-9642-160  
Rendelő: 06-26-360-919  
Ünnepnapokon telefonos ügyelet: 06-30-9642-160



B-ANGEL Biztonsági Szolgálat 10 éve az Önök biztonságáért!  
24 órás távfelügyelet - kivonulószolgálat

Ez a szórólap a szerelési költségből számított

50%-os kedvezményre jogosít

KIVONULÓSZOLGÁLATTAL!



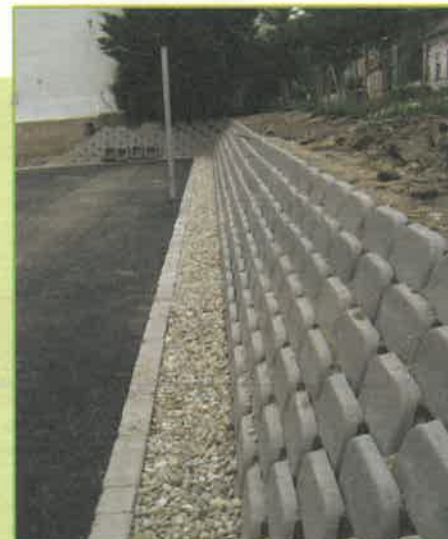
4 DARABOS INFRÁS SZETT URH ADÓVAL EGYÜTT

38.000 Ft  
+ szerelés 9.000 Ft  
(csak szórólapkedvezménnyel)

Az árak ÁFA-t nem tartalmaznak

B-ANGEL  
24 órás távfelügyelet  
gépjárműfelügyelet

Hívjon minket: +36 30 9 60 70 65  
Email: [papp.zsolt@b-angel.hu](mailto:papp.zsolt@b-angel.hu)  
Web: [www.b-angel.hu](http://www.b-angel.hu)



Tisztelt Pilisborosjenői Lakosok!

Lelkes szülők és az iskola munkatársainak összefogásával az iskola udvarán két sportpálya építése valósult meg. Egy kis csoport – ebben a gazdaságilag nehéz időben – mert dönteni afelől, hogy egy alkalmilag adódó, nagyon kedvező árajánlatra igent mondtak úgy, hogy az idő szűkössége miatt nem volt lehetőségük a közösség véleményét kikérni. A munkálatok bizalmi hitellel épültek, ami egészen pontosan annyit jelent, hogy a teljes eddig felmerülő költséget – 2,8 millió forintot – és a még ezt követő 2-300 000 forintos beruházási tételt e csoport vállalta előteremteni ez év decemberéig. Minden bizonnyal lehetett volna sokkal átgondoltabban és körültekintőbben végezni ezt a munkát, de akkor most 7-10 milliós összegről kellene beszélnünk. Ezúton kérjük meg Önöket, amennyire lehetőségük engedi, járuljanak hozzá pénzádományukkal a pályák építési költségeihez.

Egyéni befizetőknek:

Általános iskola számlaszáma:

**1 1784009-15441465**

Cégeknek, vállalkozásoknak:

„Nebuló – a pilisborosjenői iskolásokért”

Alapítvány számlaszáma:

**65700093-10119501**

Köszönettel: a szervezők

Részlet Király Katalinnak,  
az iskola testnevelő tanárának a leveléből:

„Mikor megtudtam, hogy ez tényleg meg fog valósulni épp egy Tescoban vásároltam és jókorát sikítottam örömben. :) Szinte semmi esélyét nem láttuk, hogy ez tényleg létrejöjjön, de mégis bíztunk és hittünk és reméltünk és dolgoztunk... Én most felajánlok 10 000 forintot erre a célra. A pálya támogatására pedig decemberig havonta 5 000 forintot.”