



XIII. évfolyam 4. szám

# NYIRlevél



2011 december

**Önkormányzati hírek** - Tisztelt Nyirádiak! A karácsonyt megelőzően advent idején, az egész éves hajtás és küzdelem után békesség költözik belénk. Lelkünk ünneplőbe öltözik, szeretetet sugárzunk egymás irányába. A szentestén pedig érzelmeinket nem titkolva ünnepel együtt a család, közösen énekelve a Mennyből az angyalt. Ilyenkor végiggondoljuk az év eseményeit, történéseit, felkészítjük magunkat a jövőre. Röviden most ezt teszem az önkormányzat vonatkozásában is.

2011-ben 20 ülést tartottunk, 8 rendeletet és 92 határozatot alkottunk. Az idei évben különböző tételek alapján 177 millió forint állami támogatást, 15 millió forint szociális célú kiegészítést kaptunk. Helyi adóbevételeinkre 36 millió forintot terveztünk. A saját és intézményi bevételek, melyek döntő részben az étkezési térítési és a bérleti díjából áll össze, közel 10 millió forint. A kiadásaink teljesítéséhez 7 millió forint működési hitellel terveztünk, mely a jelenlegi ismereteink alapján a be nem folyt, nagy adótartozások és a pályázati támogatások folyósításának elhúzódása miatt várhatóan több lesz.

Intézményeink zavartalanul működtek, bár a dologi kiadásokat visszafogtuk. Köszönöm valamennyi intézményvezető és a dolgozók egész éves munkáját.

Növekedtek a szociális jellegű kiadásaink is, e célra 25 millió forintot fordítottunk. Idén összesen 30 főt foglalkoztattunk közfoglalkoztatás keretében. Segítségükkel sikerült az intézmények működését zavarmentessé tenni, emellett elmondhatom, hogy az idén az intézmények és a közterületek folyamatosan rendezettek voltak.

A faluműködés fenntartása mellett önkormányzatunk határozott célja pályázatok segítségével fejlesztések megvalósítása.

14.601.000 Ft pályázati támogatással és 3.600.000 Ft önerővel valósult meg az alsó tagozatos iskola épülete fűtésének, vizesblokkjának a felújítása, a világítótestek cseréje, új, korszerű bejárati ajtó beépítése. Hátra van az épület hőszigetelése és színezése, melyet a tavaszi szünetre terveztünk.

A házi komposztálás elősegítése, komposztáló ládák beszerzése ugyancsak nyertes pályázatunk volt. A pályázati támogatás 9.100.000 Ft, a hozzáadott önerő 481.250 Ft. Minden igénylőt kielégítettünk komposztáló láda biztosításával, korlátozott számban még mindig tudunk adni.

18.800.000 Ft-ot fordítunk a művelődési ház külső felújítására, udvarának rendezésére. A sikeres Leader pályázaton 15 millió Ft-ot nyertünk, a fennmaradó 25 % az önkormányzati önerő. A beruházást megkezdtük, az idei évben 1 millió Ft értékben készült el az épület megsüllyedt ÉNy-i sarkának aláalapozása. A felújítás befejezését 2012 tavaszára tervezzük.

Önerőből aszfaltoztuk le a Nyírfa utcát 4.300.000 Ft értékben, és 950.000 Ft-ot költöttünk a játszótéri eszközök helyreállítására. Ha a rongálások a játszótéren tovább folytatódnak, akkor nem tudunk fejleszteni, mert a javításokat kell finanszírozni.

Három képviselő-társam – Nagy Gábor, Németh András, Andrónyi Miklós – által felajánlott képviselői tiszteletdíjból sikerült a felső tagozatos iskolaépületben két osztálytermet teljesen felújítani 1.200.000 Ft értékben.

2012. január 1-jétől Nyírád és Szóc Községek Önkormányzatainak Képviselő-testületei közös körjegyzőséget hoztak létre. Az erre vonatkozó megállapodást a két önkormányzat megkötötte. A képviselő-testületek egyhangúlag Lovasi Erikát választották körjegyzőnek. Gratulálunk, és sikeres, eredményes munkát kívánunk neki!



Végezetül köszönetemet fejezem ki a képviselő-testület tagjainak munkájáért, segítségéért, valamint a polgármesteri hivatal apparátusának lelkiismeretes munkájáért.

Valamennyi Nyirádi Lakosnak és Szeretteinek áldott, békés karácsonyt, boldog és eredményes, egészségben megélt, gazdag újévet kívánok.

*Sarkadi-Nagy András polgármester*

## Veszprém Megyei Önkormányzat hírei



**Veszprém Megyei Prima-díjátadó ünnepség a Megyeházán** - A Vállalkozók és Munkáltatók Országos Szövetsége Veszprém Megyei Szervezete immár hetedik alkalommal rendezte meg a PRIMA PRIMISSIMA rendezvénysorozat keretében a VII. Veszprém Megyei Prima Díj díjátadó ünnepségét november 11-én, a Megyeházán. Az ünnepségen Kovács Norbert, a megyei közgyűlés alelnöke is részt vett.

A Demján Sándor által megálmodott díj mára kiteljesedett, s szinte a teljes hazai bankszféra, illetve vállalkozói kör csatlakozott a kezdeményezéshez. A támogatók - gazdálkodószervezetek és magánszemélyek - nélkül a rendezvénysorozat nem lenne megtartható. A javaslattevők köre és a díjra felterjesztettek száma is egyre bővül, egyre többen élnek a jelölés lehetőségével, hangzott el a megyei Prima-díjak pénteki átadóünnepségén. Csomor Gábor, a Vállalkozók és Munkáltatók Országos Szövetsége (VOSZ) ügyvezető igazgatója beszédében kiemelte: megtiszteltetés találkozni a megye legjobbjával, a művészeti, tudományos és sportélet kimagasló alakjaival. Nehéz helyzetben van a magyar gazdaság, ezért még nagyobb elismerés illeti a mecénásokat, támogatókat. Veszprém megye a második körben csatlakozott az országos kezdeményezéshez. Gazsi Attila, a VOSZ Veszprém megyei elnöke utalt rá, a díj célja, hogy a magyar értelmiség, a szellemi és tudományos élet eredményeinek megőrzését szolgálja.

A megyei Prima-díj nyertese Géczy János költő, tanszékvezető egyetemi docens (magyar irodalom kategória), dr. Szabó Éva, a veszprémi Csolnoky Ferenc Kórház osztályvezető főorvosa (magyar tudomány kategória) és a Kabóca Bábszínház, illetve annak vezetője, Székely Andrea (magyar közművelődés kategória). A közönségdíjat idén első alkalommal adták át. A díjat Albóciné Ábrahám Gabriella építésmérnök vehette át (magyar építészet kategória).

A Veszprém megye vállalkozása 2011 mikro- és kisvállalati kategóriában - az Erste Bank különdíjának nyertese Sári Lajos, az Informax Kft. ügyvezető igazgatója.

### 21 éve alakult a Veszprém megyei közgyűlés – Ünnepi közgyűlés a Megyeházán

A Veszprém Megyei Önkormányzat Közgyűlése december 15-én ünnepi keretek között, emlékezett huszonegy évvel ezelőtti alakuló ülésére a Megyeházán tartott közgyűlésén.

Ünnepi beszédében Lasztovicza Jenő kiemelte, a megyerendszer a magyarság történelmének ezer éve szerves része. A megyei közgyűlés elnöke hozzátette: az önkormányzati rendszer átalakulóban van. A kormány a történelmi hagyományok szellemiségéhez méltó, de a modern kor kihívásainak megfelelő, hatékony közigazgatási rendszert készül megalkotni, amelyben az emberek az államhoz kapcsolódó ügyeik intézését a lakóhelyükhöz lehető legközelebb, leggyorsabban, legegyszerűbben és leghatékonyabban tudják megoldani.

Az ünnepi ülés keretében kerültek átadásra hagyomány szerint a Veszprém Megye Érdemrendje kitüntetések. A 2011-es évben az elismerést Dr. Barsi Balázs, ferences rendházfőnök, Prof. Dr. Bárdos Jenő nyelvész professzor, habilitált egyetemi tanár, az MTA doktora és Professzor Dr. Nagy Attila János centrumvezető főorvos vehették át. Köszöntőikben mindhárman kiemelték munkatársaikat, pályatársaikat és növendékeiket, akikkel együtt ezeket az eredményeket elérhették és örömlükben, nehézségeikben osztozhattak velük. A kitüntetettek tiszteletére az ünnepi hangulatot megalapozó műsorban Dsida Jenő: Psalmus Hungaricus c. művét hallhatták a vendégek Oberfrank Pál színházigazgató kiemelkedő, magával ragadó előadásában, majd az átadásokat követően a Légierő Zenekar Katona János alezredes karmester irányításával és Zsilinszky Cecília énekhangjával bővülte el a jelenlévőket.



**Elkészült a pápai Várkertfürdő új gyógyászati részlege** - Ez év januárjában indultak, és december 16-án fejeződtek be a Pápai Várkertfürdő bővítésének építési munkái. Ennek keretében új medencék, csúszdatorony, és egy modern, 1500 négyzetméteres, kétszintes gyógyászati részleg készült el.

A Közép-Dunántúli Operatív Program által támogatott pályázat segítségével létrehozott beruházás teljes összege 1 milliárd 71 millió forint, ebből közel 428,5 millió forint volt az unió és a magyar állam által nyújtott támogatás.

Az átadást megelőző sajtótájékoztatón Kovács Antal, a Pápai Termásvízhasznosító Zrt. vezérigazgatója ismertette a projekt, illetve az elkészült létesítmények főbb adatait, majd Dr. Kovács Zoltán országgyűlési képviselő ismertette a sikeres pályázat előzményeit. Lasztovicza Jenő, a megyei közgyűlés elnöke hangsúlyozta, a fejlesztés összhangban van a megye egészségügyi koncepciójával, majd dr. Áldozó Tamás polgármester üdvözölte az új létesítményekkel bővülő Várkertfürdőt és a város turisztikai kínálatának jelentőségét.

A bejárat előtt kifeszített nemzeti színű szalagot dr. Kovács Zoltán, Lasztovicza Jenő, Pál Béla országgyűlési képviselő, Áldozó Tamás és Kovács Antal vágta át. Az átadást követően a vendégek megtekintették a létesítményt, és leleplezték az alkalomnak elméletet állító márványtáblát. Az új gyógyászati részleg a pápai gyógyvíz tulajdonságaira építve, szakképzett személyzettel, modern eszközökkel biztosítja a gyógyulni vágyók igényeit.

## Gyermekvilág



A Nyitnikék Óvoda nagcsoportosai októberben verses, zenés műsorral köszöntötték a Szociális Segítő Központ időseit az intézmény születésnapja alkalmából szervezett rendezvényen.

Október 26-án ismét megrendeztük a tornateremben a már hagyománnyá vált **„Te is játsz velünk!” sportnapot**. Jó hangulatban együtt mozoghattak ovisaink testvéreikkel, szüleikkel, nagyszüleikkel.



Novembertől elindult az **„ovis foci”**, melyen heti rendszerességgel vehetnek részt gyermekeink. **Mencseli István** segítségével ismerkednek a játék szabályaival.

**Óvodai egészségfejlesztési program keretében Piller Gabriella** védőnő tartott játékos foglalkozásokat ovisainknak a fogápolás és az egészséges táplálkozás fontosságáról.



Gyermekeinknek adventi naptárral kedveskedtek a Szociális Segítő Központban lévő idősek. Sok –sok szép karácsonyi történetet, verset „csomagoltak” mindannyiunk nagy örömeire a saját kezűleg díszített, színes borítékokba.

Ebben az évben is ellátogatott az óvodába a Mikulás. A barátságos „öreg” két krampusszal érkezett. A gyerekek versekkel, dalokkal köszöntötték vendégeinket. Nagy izgalommal, tágra nyílt szemekkel csodálták meg a hatalmas,

ajándékokkal megrakott kosarat, és boldogan vették át az édességgel teli csomagokat.

Az elmúlt hónapokban óvodánk több interneten meghirdetett játékra nevezett be, melyen a gyermekeknek játékokat, illetve az intézmény számára hasznos felszereléseket lehet nyerni.

2011. december 31-ig a **[www. vízmegtakarítás. hu](http://www.vizmegtakaritas.hu)** oldalon folytatódik az óvodákat segítő akció, ahol víztakarékos adagolókat nyerhet intézményünk. Akik ebben segíteni szeretnének naponta egyszer szavazhatnak : NYITNIKÉK ÓVODA, NYIRÁD SZÉCHENYI U. 36. Támogatásukat köszönjük!



*A Nyitnikék Óvoda dolgozói nevében  
szeretetteljes karácsonyi ünnepeket, és  
boldog új évet kívánok!*

## A SZOCIÁLIS SEGÍTŐ KÖZPONT HÍREI

2011. október 24-én, 14:00 órától ünnepeltük az **Idősek Klubja 30. születésnapját**, mely egyben a jelenlegi Szociális Segítő Központ intézmény elődjének is tekinthető.

Az Idősek Klubja Öregek Napközi Otthona néven 30 éve, a megyében is ritkaságnak számítóan, hivatalosan 1981. szeptember 1-jén, ugyanebben az épületben nyitotta meg kapuit. Az akkori vezetőség az Idősek Klubja beindításával bizonyította szociális érzékenységét, szolidaritását, közösséget vállalt az idősokkal, s összefogásban önzetlenül segítő kezet nyújtott. Így van ez napjainkban is.

Úgy gondolom, Nyírád nagyon szerencsésnek mondható, hiszen ez a folyamat a hosszú évek alatt, 30 év alatt sem szakadt meg, a társadalmi változások, a falu anyagi lehetőségeinek változásai ellenére is folytatódott. A falut irányító vezetők, polgármesterek, képviselő-testületek is magukénak vallották ez elvet, s a lakosság körében segítőkre, támogatókra találtak. Ennek köszönhetően figyeltek, figyelnek a felmerülő szociális problémákra, s a szükségleteknek megfelelő szolgáltatásokat biztosították, biztosítják az arra rászorulóknak. Így bővíthetett az 1981. évi Öregek Napközi Otthona mára 5 szolgáltatást biztosító Szociális Segítő Központtá. Meglátásom szerint a falu vezetése 30 éve összhangban van intézményünk jelenlegi mottójával: „A feléd nyújtott kezet csak megfogni szabad. Elengedni vétek, eldobni átok, hisz egymásba simuló kezek tartják össze a világot.”



A jeles évforduló alkalmából klubtagjaink, a klub működésének 30 éve során érintett, még élő idősök, volt dolgozók és a fenntartó részéről megjelentek töltöttek együtt néhány kellemes órát. Polgármester úr köszöntő beszéde után egykori dolgozók, Gáti Zoltánné és Schatt Istvánné segítettek felidézni a 30 év történetét, emlékeit. A **múltidézés**t segítette a folyosón helyet kapott fénykép- és újságcikk kiállítás, valamint az idők során készült néhány alkotás, hímzés, terítő, varrott párna... előtérbe helyezése is. (A hét során lehetőség volt a fellelt egyéb kép és hanganyag megtekintésére, meghallgatására is.) Az aktívabb klubtagok verses, dalos műsorral engedtek bepillantást nyerni életükbe, mindennapjaikba, s köszönték meg jelképesen a 30 évnyi törődést. A műsor végeztével a Klub udvarába **emlékfát** ültettünk, majd kötetlen beszélgetéssel, emlékezéssel, nótázással, falatozással folytatódott a délután. Külön örömünkre szolgált, hogy közöttünk volt, s van Tóth Józsefné Mariska néni, aki egyike volt az alapító tagoknak, s 30 éven keresztül szinte minden napja nagy részét az Idősek Klubjában töltötte, s tölti most is. Ezúton is kívánok neki jó egészséget, hosszú életet, még sokáig jöjjön közénk!

### → **Idősek Klubja:**

- Szeptember 12-én, Mária napkor **Sümege kirándultunk**, a felmerülő igényekhez alkalmazkodva a ferences templomban részt vettünk a reggeli szentmisén. Utána a Népkerthben néztük meg a nemrégiben felavatott fa szoborcsoportot, majd a vár tövében sétáltunk, a várcsárdában üdítőztünk, benéztünk a lóistállóba és karámokban lévő állatokat is megeztettük.



- Október hónapban az **Idősek hetére** készültünk, - az idősöknek szánt programsorozat zajlott. A hét megnyitójaként a **30. születésnapot** ünnepeltük. Kedden a **helyi általános iskolások** és a **óvodások**, valamint a dolgozók köszöntötték műsorral az idősöket. Klubtagjaink a figyelmességük viszonzásául, köszönetük kifejezéséeként Katica alakú díszpárnát, és díszes virágcserepet készítettek.



Szerdán délelőtt **dr. Huszágh Livia háziorvos** látogatott el hozzánk, aki aktuális egészségügyi problémákról, valamint az egészséges idősödés művészetéről beszélt. Szerdán délután **dr. Tolnai Pál** tartott előadást gyógynövények témában, melyet az általa gyűjtött növényekkel szemléltetett is, s köszönjük a helyi könyvtárnak ajándékba hozott, dedikált könyvet is. Csütörtökön délelőtt a **helyi általános iskolások** leptek meg bennünket egy kedves színdarabbal, délután pedig **Sásné Döme Ildikó** köszönthetjük körünkben, aki ízelítőt adott a

különböző masszázsfajtákból. Pénteken **Vrábel Terike néni** érkezett, aki szintén múltidézés témakörben beszélgetett a régi népszokásokról, ünnepkörökhöz kapcsolódó eseményekről, történekekről...

Ezúton is szeretném megköszönni mindenkinek, aki szabadidejét, erejét áldozva hozzájárult az idősök hetének sikeres lezajlásához. Az előadókon, meghívott vendégeken kívül köszönjük az iskolásokat és az óvodásokat felkészítők munkáját, a konyhának a pogácsát. A Klub szépüléséért külön köszönetet mondunk Németh Józsefné Margit néninek, aki függőnyeink megvarrását vállalta.



- November utolsó napjai és december elseje **adventi naptár** készítéssel telt.

Klubtagjainkkal közösen különböző óvodás korosztálynak szóló meséket, verseket, énekeket válogattunk össze, melyek elsősorban a télhez, Mikuláshoz és a Karácsonyhoz kapcsolódnak. Az adventi időszak napjaira bontva rajzolt, díszített, számozott borítékba tettük és egy táblára rögzítve vittük át a helyi óvodába, ahol nagy örömmel fogadtak minket. Így is szeretnénk volna megköszönni az Óvoda, az óvónők és gyermekek intézményünk, időseink iránt tanúsított tiszteletét, szeretetét, együttműködését.

- December 7-én klubtagjaink **mézeskalácsot** sütöttek, december 8-án mézeskalácsot díszítettek. A karácsonyi **dekorációk készítése** és az intézmény díszítése december hónapban folyamatosan történik.



- December 13-án kedden **Tapolcára kirándultunk**, ahol felvettük a kapcsolatot a Tapolca Város által fenntartott Idősök Klubjával. Szívesen fogadtak bennünket, feltehetően baráti kapcsolat alakul ki a két Klub tagjai között. Vendéglátásukat január hónapban szeretnénk viszonzni, előzetes egyeztetés alapján. Közös sétát tettünk a fő téren, ahol bepillantottunk a város karácsonyi készülődésébe, megnéztük az állatokat, az élő nagyságú betlehemet, majd a tónál száraz kenyérral etettük a halakat. Nagyon szép időnk volt, mindannyian jól éreztük magunkat.

- December 15-én, csütörtökön Klubtagjaink a gyermekeknek szóló **játszóház előkészületeiből** is kiveszik a részüket, ugyanis ők gyúrják és szagatják a mézeskalácsot, valamint só-liszt gyurma figurákat gyártanak előre további díszítésre.

- **„Közös karácsonyunk”** december 20-án 9 órakor kezdődik, melyet beszélgetéssel, énekléssel fogunk tölteni.

### → Gyermekjóléti és Családsegítő szolgáltatások:

A már tradicionális karácsonyi játszóház 2011. december 19-én, délután 14:00 órától lesz a Művelődési Házban, melyre sok szeretettel várjuk a játszani, kreatívkodni, kézműveskedni vágyó gyermekeket és szüleiket egyaránt.

### → Étkeztetés:

2011. december 22 – 2012. január 2 a KONYHA NEM ÜZEMEL, így az étkeztetés utolsó napja 2011. december 21., szerda, az első napja pedig 2012. 01. 02., hétfő. Kérem, étkeztetésüket a fentiek tükrében megszervezni szíveskedjenek.

### → Házi segítségnyújtás:

Házi segítségnyújtásban részesülő ügyfeleink részére előzetes igényfelmérés alapján a két ünnep között is biztosítjuk szolgáltatásainkat, így senki nem marad ellátatlanul.

### **Párbeszéd a szeretetről**

- Tulajdonképpen hogy terem a szeretet? – kérdeztem egyszer anyát.
- Magról vetik - nevetett rám.
- És honnan szerzik hozzá a magot?
- Nem kell azt vetni, szerezni. Belőlünk magunkból pereg. S megfogom a tenyér simogatásában, a szem pillantásában, minden ölelésben.
- Öntözni nem is kell?
- Dehogynem. Jó szóval.
- Nem könnyel?
- Ments ég. A könny sós, és a só kimarja a kis szeretetpalánta hajtásait.
- Hát palántázni kell a szeretetet?
- Palántázni bizony. Elültetni még a szikes talajba is. Mert ha nem terem szeretet, kihűl a föld.
- Úgy érted, hasztalan a nap heve, ha belülről nem fűt semmi se?
- Igen, így értem, mert emberközpontú világban élek, és emberként gondolkodom.
- Elsősorban mi hát a szeretet?
- Biztonság. Ha szeretnek és szeretsz, mindig van szövetségeseid.
- És mi a szeretet másodsorban?
- Erő. Ha feltöltődsz vele, könnyebbnek érzed a batyut, mit az élet a válladra rakott.
- Szeretni mégsem mindig boldogság. Néha gyötrelmem.
- Az élet már ilyen.
- Mégis érdemes szeretni?
- Csak azt érdemes.



**Minden Kedves Olvasónak kellemes, békés karácsonyi ünnepeket és boldog újesztendőt kívánok a Szociális Segítő Központ dolgozói és magam nevében!**

*Molnárné Farkas Rita családgyógyász, intézményvezető*



Tisztelt NYIRlevél Olvasók! Ezúton köszönöm, hogy nálunk vásárolta meg a méhészeti termékeket. Mindannyiuknak békés, boldog karácsonyt, eredményekben gazdag újesztendőt kívánok!

**Varga Zoltán méhész**

## ENERGIAITALOK

Az energiaitalok fogyasztása sajnos az utóbbi időben nagyon elterjedt lett már a fiatalok között, általános iskolások között is. Mostanában felméréseket végeznek az előfordulási gyakoriság felderítésére, hogy a későbbiekben egységes szakmai elveket tudjanak megfogalmazni.

A fogyasztás részben érthető, hiszen manapság a fiatalokra is nagy terhek hárulnak, nagyok az elvárások, a világ felgyorsult.

Ezzel próbálják magukat felturbózní, a teljesítményt fokozni, a fáradtságot elűzni. A következményekkel nem számolva döntenek magukba a "mérget".



Néhány fontos információt osztanék most meg!

### Az energiaitalok összetétele és szervezetre gyakorolt hatása:

- **Cukrok**, *cukorra bomló más anyagok*: gyorsan felszívódó energiaforrás, a koffeinnel együtt gyorsítják az agyi működést és az anyagcserét.

Mellékhatás: hasmenés, **kiszáradást okoz!**

Bő folyadékpótlásra van szükség mellette: ásványvíz, gyümölcsle

- **Koffein**: szűkíti a perifériás ereket, de tágítja az agyban lévő ereket /Több vér kerül az agyba/. Átmenetileg élénkít, felpörget: felgyorsul az anyagcsere, a kiválasztás, a szív működés, nő a vérnyomás. Hosszútávon: túlfáradást, mivel nincs plusz tápanyagbevitel

- **Szénsav**: „felturbózza” a koffein és cukrok élénkítő hatását azáltal, hogy a garat nyálkahártyáját picit megmarja, így gyorsabban felszívódnak az összetevők. A gyomorban a savtermelés a záróizmok feszítése miatt refluxot (savvisszacorgás a garatba) alakíthat ki, hányinger, hányást produkálhat.

Éhgymorra TILOS!

- **Taurin**: természetes aminosav, idegrendszerre serkentőleg hat, ún. emelkedettség-érzést okoz, serkenti az anyagcserét- megítélése az orvostudományban vitatott.

- **B vitaminkomplex**: többek között segíti az energiahordozó szénhidrátok, zsírok lebomlását, szervezetbe való beépülését, az agyi energiafelhasználást, a fehérjeszintézist, és hasznosítást.

Magas koffeinbevitel esetén a szervezet napi igénye a B vitaminkomplex iránt nagyban megnövekszik

### Hatások:

„Gyors dopping” hatás: felpörgés, élénkség, hangulatjavulás, kitolja a fáradtságtűrés küszöbét, szívdobogás érzés, vérnyomás, pulzusszám emelkedés, hányinger, hányás.

### Utóhatások, rendszeres fogyasztás során kialakult hatások:

- A felpörgés után depressziós tünetek: pl. kedvetlenség, életuntság, apátia, síráskényszer, félelem
- Vérnyomás hirtelen csökkenése, szédülés, álmoság
- Fizikai legyengülés a túlterhelés miatt és a valódi tápanyagbevitel híján
- Hasmenés
- Gyomorpanaszok, refluxbetegség
- A túladdagolás halálhoz vezethet

### ALKOHOL + ENERGIAITAL = ÉBERRÉSZEGSÉG

Koffein élénkítő hatása miatt sokkal később érezhető az alkohol nyugtató hatása, az illető nem érzi, hogy valójában milyen állapotban van, még tovább iszik! Sokkal hajlamosabb felelőtlen döntést hozni pl. autóvezetéssel kapcsolatban!

### Egészségünk védelme és megőrzése érdekében az alábbiak fontosak:

☉ A 18 éves kor alatti gyerekeket oktató, ellátó intézmények területén ne értékesítsenek, és ne fogyasszanak ilyen italokat!

☉ A szülők ne adjanak gyermekeiknek energiaitalt, és figyeljenek arra, hogy azok lehetőleg ne is fogyasszanak ilyen terméket!

☉ Az energiaital nem pótolja a napi folyadékbevitelt, ezért senki ne igya azt üdítőital vagy víz helyett!

☉ Várandós nők és szoptató anyák ne fogyasszanak energiaitalt! A túlzott koffeinbevitel a magzat, vagy a csecsemő szervezetébe juthat, egészségre káros hatású.

☉ Nem szabad együtt fogyasztani az energiaitalokat alkohollal, gyógyszerekkel, étrend-kiegészítővel, kábítószerekkel, egyéb tudatmódosító szerekkel! Ez kiszámíthatatlan, előre megjósolhatatlan következményekkel járhat.

☉ Intenzív fizikai terhelés, sporttevékenység során fogyasztott energiaital életveszélyes szívritmus-zavarhoz vezethet.

© Körültekintés az internetes rendelés során! A világhálón illegálisan forgalomban lévő energiatalokhoz is hozzá lehet jutni. Ezek a termékek félrevezető jelöléssel lehetnek ellátva, illetve a magas koffeintartalom túlmenően egyéb, egészségre káros összetevőket is tartalmazhatnak, amelyek súlyos megbetegedéshez, akár halálhoz is vezethetnek.

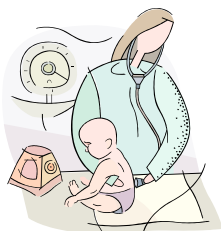
#### **Ne feledje!**

- Az energiatal által előidézett mesterséges pörgés megterheli a szervezetet, felborítja a normál életritmust, ami újabb és újabb energiatal fogyasztására ösztönözhet. Az ördögi kör vége egy kimerült, energiáját vesztett szervezet lesz, amely egészségkárosodáshoz vezet.
- Az egészséges életmód, a rendszeres fizikai aktivitás, az egészséges táplálkozás, a megfelelő mennyiségű alvás biztosítja az igazi energiát és jelenti az egészség megőrzését!

Zárszóként ezúton kívánok mindenkinek **BÉKÉS KARÁCSONYI ÜNNEPETEK ÉS BOLDOG ÚJ ÉVET!**

*Köszönettel: Piller Gabriella védőnő*

### **GYERMEKORVOSI TANÁCSADÁS**



**Major Zsuzsa doktornő, gyermekorvos a következő időpontokban jön Nyirádra a tanácsadóba:**

**2012. január 2. szabadság miatt elmarad**

**2012. február 6., március 5., április 2. 8 - 10.30 között**

## **Advent**

Jelentése – a várakozás, eljövétel.

A várakozás alatt készülődünk lelkiekben és látható, megfogható külső dolgokban is. Takarítunk, díszítünk és sütünk, főzünk. Sajnos egyre több család van, ahol nem telik gazdag karácsonyra, finomságoktól roskadó asztalra. A szeretet szempontjából lényegtelen, hogy olcsóbb vagy drága, egyszerű vagy bonyolult fogásokkal készülünk, mert szeretetet nem árulnak egyik üzletben sem. Ez vonatkozik az ajándékozásra is. Számomra sokkal értékesebb volt a kézzel készített meglepetés, mint az üzletben megvásárolt ajándék. Évekig megőriztem gyermekeim óvodáskorú, aranyos karácsonyi ajándékait (ami természetesen a helyi óvó nénik és dadus nénik érdeme is) visszaemlékszem a boldog-mosolygós arcukra, hogy ezt az ajándékot ők hozták nekünk.



Heltai Jenő egy nagyon kedves verséből idézek:

„Hová lett ez az isteni kenyér,  
Megy azért volt, hogy mindenkinek  
Jusson belőle egy karéj?  
Alig maradt belőle egy decemberre való,  
Egy napra való,  
Egy karácsonyestre való,  
Talán imádkozni kellene!  
Vagy visszanezve arra, mi mögöttünk van,  
Mégfogni egymás kezét  
Összebújni, egymást megölelni  
És utolsó szikrájából annak, mi bennünk emberi  
Új tüzet rakni a jövőhöz  
És friss kenyérsütéshez.”

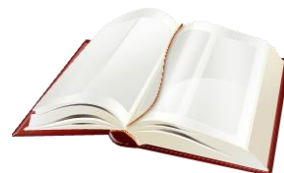
*Áldott, békés, szép karácsonyt kívánok minden olvasónak,  
a könyha dolgozói nevében is!*

*Hockné Kárer Gyöngyi élelmezésvezető*

**Községi Könyvtár** - Kedves Olvasók! Ebben a kusza, szorongatott világban nehéz ünnepre várni. Sokan mondják: világunk ünneptelenné üresedett. A régi világban a Mindenség parancsa és az esztendő rítusrendszere szabályozta a családok, a közösségek életét. S így az ünnepek meghittek, lélekemelőek voltak. (A szegények körében is.)

Ma félretoljuk az egyszerűt, a megszenteltet, s helyette saját dicsőségünkre kitaláljuk a látványosat, a csábosat, ami szinte csak a testet szolgálja. A lélek pedig az ilyen ünnepek mellett tovább didereg.

Az ünnepteremtéshez megvan ma is az út, csak vissza kell találni hozzá. Az útra találáshoz segítenek a könyvek is, a jó (!) könyvek; a megszenvedett történeteket megírt versek, regények. És mindenekelőtt, a könyvek könyve, a Biblia.



Szeretettel biztatok Mindenkit: olvassanak minden nap! Elég egy történet, egy vers, egy Ige-hely, egy olyan írás, amely a lelket megérinti. Olvassanak, hogy ne hunyjon ki a lélek, hogy legyen éhe nemcsak a kenyérnek, de a szépnek és az igaznak is.

Az itt közreadott írásokkal kívánok minden Földimnek, minden Olvasónak áldott, boldog karácsonyi ünnepeket és békés, reményteljes új esztendőt!

**A könyvtár nyitva: kedden és csütörtökön 14 – 19 óráig.**

*Vrábel Miklósné megbízott könyvtáros*



### **Mészáros László: Karácsonyi legenda**

Fenn a hegyekben már aludt a világ. Máté megállt a hóba halkult erdő fenyői között. Levette fövegét... Kettesben voltak az Úrral. – Karácsony napja van - kezdett alkuba -, egyetlen fiad születése napja. Neked is örömneped. Juttass belőle, Uram, ha csak egy cseppet is...

- Kinek a javát keresed, Máté? – hozta a szél a végtelenből.  
- A népemért esdeklek. Hogyan merném zaklatni másként felséges színed mennybéli nyugtát?  
- Ismerheted az égi rendelést. Szenvedés az igazak tisztulása. – A szél elállt egy villanásra.

- Megfáradtam én meg – csillan csalókan Máté szeme. – De én székely vagyok.
- Talán a székely más, mint a magyar?
- Hogy volna más – szabadkozott Máté riadtan. – Izzéig-csontjáig magyar. Csak több egy kicsivel.
- Igazságodra leltél, Máté – korholta az Úr szelíden. – Ezért egy kicsivel több a szenvedésetek is.

### **Feleki Sándor: Karácsonyest**

Sóhajtva hányszor száll a lelkem  
A mult időkre vissza, vissza.  
Olyan volt akkor a karácsony,  
Mint szép mese, oly szüzi tiszta.  
Kicsinyek, nagyok vágyva lesték.  
Hol vagytok régi, szép karácsonyesték!

A gond felhői messze szálltak,  
Fényben ragyogott minden ablak.  
Szegény s gazdag a zöld fenyőkre  
Százféle cifraságot raktak.  
Bevont mindent aranyszín festék.  
Hol vagytok, régi szép karácsonyesték!

Ólmos, ködös most a december,  
S ólmos, ködös lett most a lélek.  
Az emberi szivekbe' lopva  
A gyűlölségnek lángja éled.  
Hordjuk a gondok nagy keresztjét.  
Hol vagytok régi, szép karácsonyesték!

De hitünk azért ne veszítsük!  
Ne csüggedjünk! Majd jóra fordul.  
A boldogság nótája zeng majd  
Minden szívből, minden bokorbul.  
Jóság, szeretet újra lesz még,  
És lesznek régi, szép karácsonyesték!

## Nyirád Községi Sport Egyesület hírei

**Tisztelt Sportszerető Nyirádiak!** Közeleg az évvége, ennek apropójaként szeretném Önöket tájékoztatni a Nyirád Községi Sport Egyesület működéséről, eredményeiről, kudarcairól.

**FENT ÉS LENT:** Felnőtt csapatunk fantasztikusan kezdte az őszi bajnoki szezont, *Schneider Zoltán* edző vezetésével sziporkázó játékkal sorra nyerte meg a mérkőzéseit, többször vezették a tabellát, egy ideig a 4. hely volt a legrosszabb helyezésünk. Aztán a Zalahaláp elleni hazai mérkőzésünkön jött a hidegzuhany (kikaptunk), azóta nem talált magára a társaság, még öt vereséget szenvedtünk, így az őszi szezont a 9. helyen zártuk.

**Megjegyzés,** ha csak egy mérkőzést tudtunk volna nyerni, akkor a 4.-5. helyen végeztünk volna, sajnos még a szerencse is elpártolt tőlünk. Három fordulóval a bajnokság vége előtt *Hlavács Gyula* vette át a felnőtt csapat irányítását, sajnos egyelőre nem jönnek az eredmények.

**FELNŐTT KERET 2011-2012:** *Reitler Dávid, Csáky Tamás, Réfi Patrik, Homlok Tamás, Nagy Patrik, Németh Roland, Hock László, Berkes László, Lengyel Zsolt, Orsós Sándor, Hock Tibor, Kocsis Attila, Varga Ádám, Tarcsa János, Mencseli István, Szabó Tamás, Gosztonyi Gábor.* A tervezett cél 1-5 helyezés.

### IFJÚSÁGI CSAPATUNK (11-19 ÉVES

**KOROSZTÁLY):** Fantasztikusan szerepet az ifi csapat, *Horváth József* (Szpanyek) edző vezetésével 10 győzelem, 2 döntetlen, 32 ponttal vezetik a tabellát, 7 ponttal megelőzve a második helyezettet így a **NYIRÁDI IFI csapat ŐSZI BAJNOK lett.**

Gratulálunk a csapat minden játékosának - *Diós Gergő, Kovács Péter, Mencseli Krisztián, Hardi Richárd, Orsós Sándor, Horváth Alex, Nagy Patrik, Oswald István, Orsós Aurél, Csáky Tamás, Németh Ákos, Gelencsér Máté, Ihász-Kovács Zsolt, Vastag Richárd, Szabó Richárd, Schneider*

*Martin, Süle Aurél Tibor, Tarcsa István, Illés Balázs* -, és edzőjének. Továbbá gratulálunk **Orsós Sándornak**, aki **22 góljával** a Nyugati Csoport őszi évad ifjúsági **gólkirálya** lett.



**BOZSIK PROGRAM 2011:** Ebben az évben is részt vettünk három alkalommal Tapolcán a Bauxit sporttelepen az újjászervezett Bozsik Fociprogramban. Három korosztály képviselte községünket U-7 évesek, U-9 évesek, U-11 évesek. A látottak alapján elmondhatjuk nagyon sok tehetséges, ügyes kisserác rúgja a labdát Nyirádon, csak többet és rendszeresen kellene velük szakmailag foglalkozni. Az alábbi gyermekek vettek részt a versenyeken: *Erdei Gergő, Tasner Valentin, Fazekas Gergő, Boros Ákos, Csekő Marcel Vendel, Varga Kristóf, Molnár Ádám, Bodó Partik, Vajda Attila, Tóth Imre, Molnár Dénes, Marczona Dávid, Szilágyi Dominik, Kiss Tamás, Farkas Ruben, Szilágyi Szilárd, Szabó Richárd Bence, Németh Kristóf Noel, Reiner Gergő, Csalló Krisztián.* Az említett nevek közül mindenki a Nyirád KSE igazolt játékosa. Néhány alkalommal, lányokkal is kellett erősíteniünk, ők pedig *Andrónyi Réka, Patkó Vivien, Harsányi Zsófia, Tóth Fruzsina.* Köszönjük lányok! A szervezésben és felügyeletben segítségemre voltak: *Marton Mónika, Szalai Sándor, Németh Roland, Hlavács Gyula, Hardi Richárd, Papp Attila.* Köszönet nekik!

**2011. december 2-án** 6-7 éves gyermekekkel részt vettünk a Tapolcai Sportcsarnokban rendezett „Mikulás-kupán”, ahol a második helyezést értük el 6 csapat közül. A kupán és az oklevélen kívül a rendezők mikuláscsomaggal kedveskedtek a gyerekeknek. Résztvevők: *Boltó Partik, Barcza Martin, Darabos Róbert, Szilágyi Dominik, Tasner Valentin, Vajda Attila*. Gratulálunk Picik!

Egy kicsit segítettünk: 21 db SMS-t küldtünk 6.500,- Ft értékben az „Éhező gyermekek” megsegítésére országos felhívásra.



**KÖSZÖNET:** Itt szeretném megköszönni minden nyirádi szurkolónak, akik szívvel-lélekkel szurkoltak a csapatoknak, biztatják a fiúkat, a minél jobb eredmény eléréséhez. Különösen szeretnék köszönetet mondani Vastag Tamás családjának, akik ha esik, ha fúj nem csak hazai, de minden vidéki mérkőzésen ott vannak és támogatják a csapatot.

Köszönöm a Pártoló Tagok támogatását: *Hock Jenő, Hoffmann István, Offenbek István, Varga Béla, Varga Béláné, Horváth Zoltán, Vers András, Molnár Ferenc, Szabó Kálmán, Horváth Jenő (Béke utca)* 3.500,- Ft/fő pártolókártya megvásárlásával támogatták Egyesületünket. Továbbá köszönet a *Ferencziné Hoffmann Ilona* vezette Nyirád Községért Közalapítványnak, akik (sajnálatos betörések miatt) 50.000,- Ft-tal támogatták Egyesületünket.

Köszönetemet fejezem ki *Molnárné Budai Angelikának* a NOE Balatoni Régió titkárának, valamint a Nyirád és Térsége Nagycsaládosainak Közhasznú Egyesülete elnökének, aki sportcipőkkel, pólókkal, tisztítószerrel támogatta Egyesületünket.

Köszönet *Szabó Lászlónak*, aki 2 mázsa műtrágyával járult hozzá a pálya minőségének javításához.

Köszönöm *Császár László* Tapolca Város Polgármesterének támogatását, aki 22 db sportszár és 15 db jelölő póló vásárolt Egyesületünknek.

Köszönet *Hockné Kárer Gyöngyi* élelmezésvezetőnek az önzetlen segítségéért.

Végezetül köszönet Nyirád Község Polgármesterének, Képviselő-testületének, valamint a Polgármesteri Hivatal dolgozóinak.

*Kérem, engedjék meg, hogy a magam és az Egyesület vezetősége nevében minden nyirádi lakosnak az ünnepekre való tekintettel kellemes karácsonyt, boldog új évet, erőt, egészséget kívánjak!*

*Fermos László Nyirád KSE elnöke*



**AKCIÓS ÁRON** (akár félévig fél áron) rendelhető kábel TV, internet, telefon szolgáltatás a PR-Telecomtól. **Keressen fel és rendelje meg helyben!** Ugyanitt Napló napilap megrendelhető akciós áron, ajándékokkal. Szakácskönyvek + mesekönyv 1500 Ft/db áron rendelhető.

**Borbély Andrásné** Nyirád, Alkotmány u. 55.  
tel.: 06-70-366-92-83; 06-88-235-302; e-mail: [nelcso@citromail.hu](mailto:nelcso@citromail.hu)

## Veszprém Megyei Mozgássérült Egyesület Nyirádi Csoport



Kedves Mozgássérült Tagok, Tisztelt Olvasó!

A Veszprém Megyei Mozgássérült Egyesület Nyirád csoport tagjai, hozzátartozói, meghívott vendégei örömmel emlékezhetnek vissza a 2011-es évre, hiszen számtalan programon és kiránduláson vehettek részt.

A programok közül csak néhányat szeretnénk az olvasók figyelmébe ajánlani:

A gyógy illetve meleg vizes fürdők látogatásában Sárvártól, Borgátán át, Zalaszentgrótiig volt lehetőség.

A Borgáta üdülőben többször főzhettünk, megszállhattunk, pihenhetek mozgássérült tagjaink hozzátartozóikkal.

Természetesen a néprajzi látnivalók és múzeumok látogatás sem kerülte el figyelmünket.

Mohácsi busójárás (világörökség része) már több éve a programunk között szerepel, és járhattunk a Kőszegi ostromnapokon, valamint Zalaszentgróton az ország első szabadtéri múzeumába Göcsejben is (Márton nap alkalmából).

A színházlátogatások még színesebbé és felejthetlenebbé tették az éves programjainkat, hiszen a nőnap alkalmával a Csókos asszony c. előadást láthattunk a Petőfi Színházban, valamint a Pannon Várszínházban nézhettük meg a Liliomfi c. előadást.

Természetesen nagy hangsúlyt fektettünk a helyi rendezvények látogatására, mivel idős mozgássérültek számára elérhetőbb, és sokkal könnyebben látogatható.

A helyi rendezvények közül szeretnénk kiemelni a Veszprém Megyei Mozgássérült Egyesület 30 éves Jubileumi műsorát, amit a helyi önkormányzat, önkormányzati dolgozók, az egyesület, és civil szervezetek, magánszemélyek és nem utolsósorban a csoport tagjai segítségével jöhetett létre.

A megye mozgássérültjei közel 270 fő érkezett a műsorokra, ahol a köszöntők, a finom ebéd, és nem utolsósorban a délutáni színes programok tették felejthetlenné az októberi találkozót.

Az évzáró karácsonyi összejövetelünket is Nyirádon rendezhettük meg és a település polgármestere Sarkadi Nagy András köszöntője után a csoport klubvezetői és Kovács Tibor csoportvezető értékelték az idei év programjait.

Értékelni talán nem is igazából kell, hiszen a programok és az élmények, valamint a növekvő létszám tükrözi az elvégzett szorgos munka eredményét.

Ezúton is szeretnénk megköszönni az önkormányzat, a klubvezetők, civilszervezet vezetőinek, és nem utolsósorban a mozgássérült tagjaink egész éves támogatásukat, segítségüket.

Köszönjük mindazon magánszemélyek segítségét, munkáját, akik bármilyen módon a csoport rendezvényeihez, sikeres évéhez hozzá járultak.



Természetesen várjuk 2012-ben is a tagjainkat, hozzátartozóinkat, leendő tagjainkat.

*A vezetőség nevében kívánunk mindenkinek  
Békés Karácsonyi Ünnepeket és Boldog Új Évet,  
Jó egészséget!*

*Kovács Tibor csoportvezető*

## „Iskola a Gyermekünkért” Közalapítvány

Kedves Olvasók! Az „Iskola a Gyermekünkért” Közalapítvány ezúton szeretné minden tisztelt támogatójának megköszönni, hogy bizalma jeléül adójuk 1 %-át a Közalapítványnak adományozták. Ennek összege 2010. évben 209.000 Ft, 2011. évben 164.740 Ft volt. A Közalapítvány céljainak megfelelően az alábbiakban felsorolt támogatásokat nyújtotta, és a 2012. évben is hasonló módon szeretné támogatni az Önök jóvoltából az iskola tanulóit.



A Közalapítvány 2010. évi támogatásai:	A Közalapítvány 2011. évi támogatásai:
Országos tanulmányi versenyek útiköltsége	Országos tanulmányi versenyek útiköltsége
Jutalomkönyvek vásárlása (Ki mit tud? Erzsébet királyné Olvasópályázat)	Jutalomkönyvek vásárlása (Ki mit tud?)
Gyermeknap költségei	Gyermeknap költségei
Civil Nap gyerekprogramjainak támogatása	Minden tanuló osztálykirándulásához 1.000 Ft/fő támogatás
Könyvek vásárlása (Iskola legjobbja pályázat)	Iskola legjobbja pályázat, könyvek vásárlása
Interaktív tábla, projektor vásárlása, beszerelése	Nyári napközis tábor támogatása
	Csángó tábor támogatása

*A kuratórium nevében áldott, békés, boldog karácsonyi ünnepeket, és eredményekben gazdag, boldog újévet kívánunk mindenkinek!*

Tisztelettel: Illés Olga elnök



## Rókadombi Horgász Egyesület hírei

A hűvösödő és rövidülő nappalok ismét azt jelzik számunkra, hogy eltelt egy esztendő. Ez abból is látszik, hogy most már csak elszántabb társaink járnak ki egy kis „damil áztatásra”. Így év végén mérleget kell készítenünk az elmúlt évről. A nyár eleji megrázkódtatáson lassan túltettük magunkat, hisz egyesületünknek működnie kell. Az év folyamán több alkalommal telepítettünk halat a tóba. A bevezetett 6 kg-os ponty tilalom eredménye is látszott, már az idén szép számban fogtak horgászaink 8-12 kg-os pontyokat. A tavunkat látogató vendég-horgászok száma mintegy 200 fővel emelkedett a tavalyi mélyponthoz viszonyítva. A horgászbál helyett ebben az évben zenés délutánt tartottunk Márióval, ahol a jelenlévők jól szórakoztak. Bekapcsolódtunk, tevékenyen részt kívánunk venni a tervezett Nyirádi Civil Ház kialakításában, hiszen egyesületünknek szüksége lenne egy helyiségre, ahol ügyintézésünket, fogadó óráinkat kulturált körülmények között tarthatnánk. Itt szeretném tájékoztatni tisztelt nyirádi Társainkat, hogy a Polgármester úr ígérete szerint, amíg az iroda el nem készül, a fogadóóráinkat a Művelődési Házban tarthatjuk.

**2012. január 16-tól - 2012. március 31-ig:**

hétfő-szerda: 16<sup>00</sup>-17<sup>00</sup> óra

szombat: 11<sup>00</sup>-12<sup>00</sup> óra

**2012. április 1-től – 2012. június 30-ig:**

szerda: 16<sup>00</sup>-17<sup>00</sup> óra

**2012. július 1-jétől:** minden hónap 1. szerdáján 16<sup>00</sup>-17<sup>00</sup> óra

között várjuk tagjainkat.

Mivel e rövid összegzés az év utolsó számában jelenik meg, így horgásztársaim és a magam nevében kívánok **KELLEMES, SZERETETTELJES KARÁCSONYI ÜNNEPEKET ÉS SIKEREKBEIN GAZDAG, BÉKÉS, BOLDOG ÚJ ESZTENDŐT!**

Vajai László megbízott vezető

## Nyugdíjas Klub beszámolója

A nyári pihenések az őszi munkák után a klubfoglalkozások megkezdődtek. Beszélgetésünk a kirándulásokra is visszatért és a kártyázás sem maradt el. Lángos sütéssel segítettünk a falu rendezvényein – falunapon, valamint a motoros találkozón.

Többen részt vettünk, mint meghívottak az Idősek Klubjának 30 éves közös ünnepségén, ahol az idősek műsorát, az iskolások, óvodások köszöntőjét, egészségügyi problémákról házi orvosunkat, a gyógynövényekről pedig dr. Tolnai Pál előadását hallgattuk meg.

Mindenszentek ünnepére a temetői hősök emlékmű körüli takarítást, virágültetést elvégeztük.



Szomszédolásunk minden évben él, ahol most mi voltunk a vendéglátók, fogadtuk a Csabrendeki nyugdíjas klub tagjait. Örömmel készültünk e napra, vendégeket is hívtunk, köszönjük, hogy itt voltak velünk. Kedves hangulatos műsort hoztak a szomszédtagok. Az énekeket citerával kísérte az előadó, ami nekünk szép és új volt. Vastappsal jutalmaztuk, fimon vacsora, jó zene, tánc mellett hamar elrepült az idő, viszontlátás reményében búcsúztunk.

Ebben az évben is szeretnénk megköszönni a támogatóink segítségét. Azok, akik elmaradtak, köszönjük munkájukat, emlékezzenek az együtt töltött szép napokra, jó egészséget kívánunk nekik. December a szeretett ünnepe, mi is közös énekkel készülünk.

*Békességet, boldogságot, csengő szót és gyertyalángot  
Ajándékot, szeretetet, s mindent ami fontos nektek,  
Mindenkinek Kellemes Karácsonyi Ünnepeket kívánunk,*

*Klub vezetői és tagjai nevében*

## KÖZÉRDEKŰ KÖZLEMÉNY

**A Somló Volán egy új járatot indított (vont be) 2011. december 11-től Sümeg és Nyirád között a tömegközlekedésbe.**

**7755 SÜMEG-CSABRENDEK, NAGYTÁRKÁNY autóbuszvonalat Nyirád, fordulóhelyig meghosszabbították.**

- a 453 sz. járat közlekedését Csabrendek, Nagytárkány aut.vt. és Nyirád forduló között kiterjesztik az alábbi menetrend szerint.
- 418 sz. járat közlekedését Nyirád, forduló és Csabrendek Nagytárkány, aut. vt. között kiterjesztik az alábbi menetrend szerint

### 7755 Sümeg-Csabrendek,Nagytárkány-Nyirád

453	Km	SOMLÓ VOLÁN Zrt.	418
⊗ 10 45	0,0	Sümeg, aut. áll.	⊗ 11 54
∩ 10 46	0,7	Sümeg, jéggyár	∩ 11 53
∩ 10 49	1,7	Sümeg, szeszfőzde	∩ 11 50
∩ 10 51	2,7	Sümeg, újhegy	∩ 11 48
∩ 10 52	3,9	Bárdiótag	∩ 11 47
	7,8	0,0 Nyírespusztai elág. [3]	∩ 11 42
∩ 11 01		2,5 Nyírespuszta	∩
	7,8	0,0 Nyírespusztai elág. [3]	∩ 11 42
∩ 11 04	8,3	0,0 Csabrendek, Nagytárkányi elág.	
		1,7 Csabrendek, Szociális Otthon	∩ 11 38
∩ 11 08		3,2 Csabrendek, N.tárkány, aut. vt.	∩ 11 36
∩ 11 10		1,7 Csabrendek, Szociális Otthon	∩ 11 33
∩ 11 12		0,0 Csabrendek, Nagytárkányi elág. [4]	
	8,3		∩ 11 31
∩ 11 19	9,3	Deákipuszta	∩ 11 27
∩ 11 22	14,2	Nyirád, lakótelep	∩ 11 25
⊗ 11 24	15,1	o Nyirád, ford.	⊗ 11 25

## Megelőzési tanácsok az ünnepi időszakra

Karácsony közeledtével beindul a vásári forgatag is. Minden városban és településen jelentősen megnövekszik a kereskedelmi forgalom. Azonban ilyenkor nemcsak a vásárlók és a kereskedők, hanem a bűnözők aktivitása is fokozódik. A gyanútlan, elővigyázatlan vásárló könnyen bűncselekmény áldozatává válik. Különösen a zseblopást, a táskából és a gépkocsiból való lopásokat, gépkocsi feltöréseket kell kiemelnünk. A helyszínek közül pedig a vásárokon, a buszpályaudvarokon, parkolóban és a boltokban kell különösen körültekintőnek lennünk. A lopások során nemcsak az ellopott pénz a kár, hanem az eltulajdonított iratok ismételt beszerzése, az ügyintézésrel kapcsolatos idő, energia és pénz is komoly veszteséget okozhat.

### A zsebtolvaj csak az alkalomra vár!

„Vadászterületei” különösen a bevásárlóközpontok, vásárok, autóbussz pályaudvarok, tömegközlekedési eszközök. Általában nem egyedül dolgozik, hanem két-három társával együtt. Egyikük a eltereli a kiszemelt áldozat figyelmét, társa a tolvaj tevékenységét fedezi (pl. véletlenül meglöki sértettet), egyikük figyel az esetleges „lebukást is okozható veszélyhelyzetekre” és egy kijelölt személy pedig átveszi a zsákmányt és eltűnik vele, így, ha a sértett kérdőre is vonja a tolvajt, esetleg rendőri intézkedés is történik, annál nem találják semmit.



### Az alábbi tanácsaink betartásával elkerülhető az áldozattá válás, illetve csökkenthető az okozott kár:

- Nagyon figyeljen értékeire, ha forgalmas helyen, tömegben tartózkodik, vagy ha utazik!
- A pénztárcáját, bankkártyáját, mobiltelefonját tegye biztonságos helyre ( pl.: kabát belső zsebe)!
- Ne tartson magánál sok készpénzt, csak annyit, amit konkrétan a vásárlásra szán, azt is egymástól elkülönítve tárolja!
- A bankkártyát és a PIN kódot, banki internetes ügyintézéshez szükséges kódjait, felhasználónevét soha ne tartsa egymás mellett!
- Ajánlott válltáskájának szíját testén keresztbe akasztva, és a táskát maga előtt fogva, vagy szorosan a teste és a karja közé szorítva közlekedni!
- Ne tartson okmányokat, értékeket hátizsák, hátitáska külső zsebeiben, és ne vigyen magával „felesleges” iratokat, kártyákat (pl. útlevelet, többféle bankkártya, hitelkártya)!
- Tervezze meg vásárlást és a költségeket, a fizetés módját!
- Vásárláskor, az áru válogatásakor, nézelődéskor soha ne tegye le táskáját, pénztárcáját a pultra vagy a bevásárlókocsiba, ne hagyja azokat felügyelet nélkül!
- Tömegközlekedési eszközön fel- és leszállás közben táskáját, csomagját lehetőleg szorítsa magához!
- Gyorséttermekben, nyitott terű kávézóknak ne akassza a székre táskáját, kabátját, mindig tartsa azokat szem előtt!
- Ha hosszabb időn keresztül gyanúsán viselkedő személyt lát maga mellett, ellenőrizze értékeinek meglétét!

### Mit tegyen ha bűncselekmény áldozatává vált?

- Haladéktalanul tegyen bejelentést a 107-es vagy 112-es telefonszámon.
- A rendőrök kiérkezéseig a helyszínt ne hagyja el, azt lehetőleg ne változtassa meg!
- Gondolja át milyen tárgyakat, iratokat loptak el öntől és „állítson össze egy listát” azokról.
- Összpontosítson arra, hogy az elkövetőről minél pontosabb személyleírás tudjon adni.
- Amennyiben eltulajdonították bankkártyáját, hitelkártyáját, vagy mobiltelefonját, azokat haladéktalanul tiltassa le.
- Ha a lakáskulcsot, gépkocsi kulcsot is elvitték, akkor cseréltesse le a zárat.
- Áldozatvédelmi segítség és felvilágosítás miatt minél gyorsabban keresse fel az illetékes Megyei Kormányhivatal Igazságügyi Szolgálatát.

### Bármely információkérésrel kapcsolatban forduljon hozzánk a következő elérhetőségeken!



Veszprém Megyei Rendőr-főkapitányság  
Bűnügyi Igazgatóság - Bűnmegelőzési Osztály  
8200 Veszprém, Bajcsy-Zsilinszky u. 2., Pf. 80

Telefon/fax: 06-88/544-683  
E-mail: [elbir@veszprem.police.hu](mailto:elbir@veszprem.police.hu)

Kiadásért felel: Futtató Norbert r. őrnagy osztályvezető



## GÓLYAHÍREK

Örömmel számolunk be arról, hogy az elmúlt három hónapban **3** kisbabával gyarapodott Nyirád lakossága. Megszületett

**Lakatos** András és Horváth Ilona kislánya **Martin**  
**Kiss** Tibor és Fekete Ramónai kislánya **Tibor Milán**  
**Lakatos** Imre és Tóth Csilla kislánya **Imre**



**SOK ÖRÖMÖT ÉS JÓ EGÉSZSÉGET KÍVÁNUNK MINDANNYIUKNAK!**



## HÁZASSÁGKÖTÉS

**Somodi Márk** és **Galambos Mária**

kötöttek házasságot legutóbb Nyirádon.

Gratulálunk, és szívből kívánjuk, hogy életre szóló társaik legyenek egymásnak!

## ELHÚNYTAK

Az elmúlt időszakban 8 nyirádi lakosoktól vettünk végső búcsút:

**Tóth István** 97 éves,  
**Szabó József** 71 éves,  
**Madar Bálint** 69 éves,  
**Fejes István** 89 éves,  
**Fekete Miklósné** Buzás Magdolna 77 éves,  
**Tóth János** 87 éves,  
**Lisztner Ferenc** 65 éves,  
**Nesic Gyula** 89 éves korában hunyt el.

**A hozzátartozóknak őszinte részvétünk!**

*Kovács Károlyné anyakönyvvezető*



*Nyirád Község Önkormányzata Képviselő-testülete és valamennyi dolgozója nevében minden kedves NYIRlevél olvasónak békés, meghitt karácsonyi ünnepeket és sikerekben gazdag, boldog új évet kívánunk!*

**Sarkadi-Nagy András polgármester**

**Lovasi Erika jegyző**

Ezúton értesítem a község lakosságát, hogy a polgármesteri hivatalban a két ünnep között – **2011. december 27-től 31-ig – az ügyfélfogadás szünetel.** Sürgős esetben a hivatal ajtajára és hirdetőablájára kifüggesztett tájékoztató szerint érhetők el az ügyintézők.

*Lovasi Erika jegyző*

Alapító, kiadó és a kiadásért felelős: Nyirád Község Önkormányzata  
 8454 Nyirád, Szabadság u. 3. tel./fax: 88/235-001  
 e-mail: nyiradph@vnet.hu  
 Nyilvántartási szám: 3.4.1.1787/1999.  
 Megjelenik háromhavonta, 750 példányban  
 Sokszorosító szerv: Kölcsey Nyomda Kft.

Sokszorosítás helye, ideje: 8300 Tapolca, Batsányi u. 1.

Megrendelés száma: 2011. december 22. 373-10/2011.  
 Felelős szerkesztő: Nagy Gábor  
 Szerkesztőbizottság tagjai: Kovács Károlyné  
 Sarkadi-Nagy András  
 Kovács Károlyné  
 Némethné Vratnik Irén