



Lébényi ízörzök



Húsvéti játszóház



Hagyományosnak mondható játszóházunk, húsvét előtt sem maradhatott el. Mivel idén is korai időpontra esett az ünnep, így március 24-én tartottuk



a bölcsőde előtt a kisgyermek szokassák a közösséget. Az édesanyáknak is fontos, hogy egy kicsit kimozdulhassanak a megszokott otthoni közegből és akár ismerkedjenek a többi szülővel, vagy épp aktuális kérdéseiket, tapasztalataikat meg tudják beszélni.

Kovács Ildikó

Sokszoros véradókat ünnepeltünk



meg az alkotós délelőttünket. A gyerekekkel együtt készültünk az ünnepre és a tavaszra. Készítettünk húsvéti szalvéta tartót, csipeszállatkát és tavaszi virágot is. Természetesen nem maradtak el a közös játékok, mozisások és a hangos nevetések sem.

Kovács Ildikó



Április 22-én a Vöröskereszt Helyi Szervezete egy ünnepségre hívta a jubiláló véradókat. Az általános iskolások műsora után minden jutalmazott egy jelképes ajándékot vehetett át, mellyel köszönetünket fejeztük ki önzetlenségükért, hogy véradásaikkal segítenek beteg embertársaikon. A rendezvényen nem csak a véradókat ünnepeltük, hanem a leköszönő tagoknak is készültünk

Tavaszi Baba-Mama Klub



Városunk legkisebbjeire is gondolva, április 1-jén délután jöttünk össze az IKSZT épületében, hogy egy kicsit együtt játsszunk, beszélgessünk. A tipegők jókedvűen vették birtokba a játékokat, a szülők pedig mosolyogva figyelték csemetéiket, hogyan játszanak együtt a többi gyermekkel. Az óvoda gyerekekkel egy színes papírsárkányt is készítettünk, az anyukák, nagymamák szívesen ültek le az asztalhoz hogy közösen ragasztgassák össze a sárkányt. Ezek a délutánok remek alkalmat adnak arra, hogy még az óvoda, vagy épp



egy kis figyelmességgel. Horváth László a helyi szervezet elnöke és Biacsics Elvira búcsúzott el Horváth Sándornétól a szervezet titkárától és Gál László-né gazdasági ügyintézőtől, akik hivatalosan is leköszöntek tisztségükről. Az ünnepélyes pillanatok után a Civil Centrum nagytermében egy izletes estebédre invitáltuk a résztvevőket.

Jubiláló véradók névsora:

10-szeres véradók

1. Bendes Tamás
2. Farkas Margit
3. Finta Veronika
4. Grózer Katalin
5. Hajdú Dávid
6. Kaszás István
7. Kiss Dániel
8. Koller Tímea
9. Mester Norbert
10. Novák Melitta
11. Nyerges László
12. Nátz Imréné
13. Sándor Tamás
14. Sólyom Gábor

20-szoros véradók

15. Császár Annamária
16. Czank Imre
17. ifj. Fütty Miklós
18. Gruidl Viktor
19. Hoffmann Éva
20. Holczhammer Zsoltné
21. Kluiber János
22. Kókainé Hatos Judit
23. Szütsné Németh Eszter
24. Zug Bálint

30-szoros véradók

25. Horváth László
26. Horváth Tamásné
27. Jagadics József
28. Németh Zoltán

40-szeres véradók

29. Gunyhó Krisztián
30. Horváth Béla
31. Máté László
32. Pozsgai Péter
33. Unger László

50-szeres véradók

34. Csepi Józsefné
35. Csepi Sándor
36. Fütty Gyula
37. Harcsi Csaba

60-szoros véradó

38. Németh Károly



nagyon örültünk, hogy megtelt a ház nagyterme. A tanfolyamot 3 mentős, Molnár Judit, Gősi Zoltán és Szentesi Bertalan tartotta.

Két részben folyt az oktatás, egy hosszabb elméleti rész után következett a gyakorlati ismeretek elsajátítása. A lázgörcstől a fulladásig, a félrenyeléstől a mérgezésig, az égéstől az allergiáig és még sorolhatnám tovább a témákat. Minden olyan témát, helyzetet körüljártunk, ami egy családban, a kisgyermek körül előfordulhat. Ezért is örültünk, hogy a szülőkön kívül, nagyszülők,



óvónők, dajkák és pedagógusok is részt vettek ezen a „gyorstalpaló” tanfolyamon. Ugyan voltak megdöbbentő, sőt néha azt mondanám, hogy sokkoló részek, képi anyagok is az előadásokban, de pont ez volt a céljuk az előadóknak, hogy kicsit felkészítsék a hallgatóságot, hogy vészhelyzetekre, ahol a percek is számíthatnak, mit kell tenni, hogy nagyobb baj ne legyen



addig is, míg a mentő kiérkezik. Amit nem győztek hangsúlyozni, hogy a gyermek és egyéb baleseteknek a 75%-a megelőzhető lenne egy kis odafigyeléssel! Az előadások alatt is láthattunk gyakorlati bemutatót, de a rövid kis szünet után, mindenki kipróbálhatta a modelleken a csecsemő és kisgyermek újraélesztését, az idegen test eltávolítást (félrenyelésnél). Nem is olyan egyszerű beavatkozások ezek, de ha valaki tudja ezt alkalmazni életet menthetnek.

Úgy gondolom, hogy aki részt vett ezen a tanfolyamon hasznos ismeretekkel gazdagodott és ugyan remélem, hogy soha nem lesz éles helyzetben senkinek sem szüksége az itt halottakra, de ha mégis, akkor beugranak majd ezek a gyakorlatok.

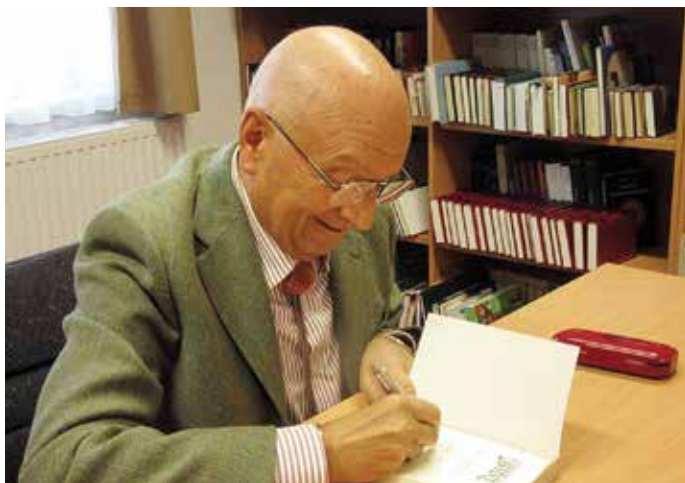
Kovács Ildikó

Mit tegyünk?



Mit tegyünk, amíg megérkezik a mentő? címmel szerveztünk elsősegélynyújtó tanfolyamot Virághné Horváth Zsuzsanna védőnővel. Az előadások főként gyermekes szülőknél, nagyszülőknél, illetve olyan személyeknek szóltak, akik kapcsolatban vannak gyerekekkel. Az ingyenes elsősegélynyújtó tanfolyamot a Magyar Gyermekmentő Alapítványnak köszönhattük, hiszen az ő munkatársai végezték az elméleti és gyakorlati oktatást. Védőnő figyelt fel Magyar Gyermekmentő Alapítvány oldalán a kiírásra, miszerint kihelyezett tanfolyamokat tartanak országszerte. Egyeztetések után 2016. április 16-án, a Közösségi Házban került megrendezésre a tanfolyam, ahol a létszámstop miatt 100 fő tudott részt venni. A jelentkezők száma felülmúlta elképzeléseinket, de

Író-olvasó találkozó Lőrincz L. Lászlóval



2016. április 16-án, szombaton, 16 órától a Jókai Mór Községi Könyvtárban találkozhattak a rajongók és érdeklődők a méltán népszerű íróval. A rendezvény a dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár támogatásával valósulhatott meg! A találkozó az író könyveinek dedikálásával vette kezdetét. Fiatal koromban mindent megadtam volna azért, hogy kedvenc íróimmal: Karl May-jal vagy Franz Kafkával találkozhassek. Most, szerencsére, én vagyok abban a helyzetben, hogy sok sok olvasóm szeretne velem találkozni, feltenni néhány kérdést, kicsit többet tudni rólam, és azokról az érdekes országokról, ahol jártam. -Mesélte a kora ellenére meglehetősen fiatalos külsejű, energikus fellépésű író. Az író-olvasó találkozók és a dedikálások lehetőséget



teremtenek a találkozásra, és mindig örömmel tölt el olvasóim ragaszkodása és szeretete. -mondta, majd részletesen elmesélte miként lett író. Előadása bővelkedett humoros elemekben, amit a közönség jóízű nevetéssel díjazott.

Íme rövid életrajza a teljesség igénye nélkül:

Lőrincz L. László — Leslie L. Lawrence, illetve Frank Cockney néven is ismert író, orientalista, műfordító 1939. június 15-én született Szilvásszentmártonon. Középiskolai éveit Kaposváron, a Cukor— és Édesipari Technikumban fejezte be, majd az ELTE BTK történelem-mongol szakán szerzett diplomát 1962-ben. Később a Magyar Tudományos Akadémia Orientalisztikai Munkaközösségének tagja, a Kelet-kutató intézet tudományos főmunkatársa, az ELTE előadója. 1967 óta a nyelvtudományok kandidátusa.

Tanulmányai során hosszú éveket töltött a Távol Keleten, ösztöndíjasként tanult az ulánbátóri Állami Csojalszan Egyetemen, valamint a bonni Friedrich Wilhelm Egyetemen.

1966-ban nősült, két gyermeke van: lánya, Lőrincz Judit Livia 1971-ben született, fia, Lőrincz Márton 1973-ban.



A tibeti és a mongol folklór és irodalom, valamint e népek történelme képezi tudományos munkásságának fő területeit. Mintegy 100 tudományos cikke jelent meg e témakörökben, ezen kívül burját és mongol eposzokat fordít. Írói tevékenységét ifjúsági regények írásával kezdte. Igazán népszerű íróvá azonban a nyolcvanas évek elejétől megjelenő tudományos fantasztikus regényei, valamint a Galaktika folyóiratban megjelent sci-fi novellái tették. Ezeket a Lőrincz L. László néven megjelentetett műveket Galaktika-díjjal és Arany Meteor-díjjal jutalmazták.

Leslie L. Lawrence írói álneven kiadott első munkája, a Sindzse szeme hozta meg számára az országos népszerűséget. E néven publikált, többségében keleti tárgyú kalandregényeiben ötvöződnék a biztonsággal kezelt tudományos ismeretek és a kutatások során felhalmozott tapasztalatok, az író ismeretterjesztő szándéka, valamint a fordulatos, izgalmas cselekmény.

E kettősség - a tudományos háttér és az élvezetes olvashatóság - adja művei igaz értékét.



Munkájának része és szenvedélye az utazás, a mai napig is lehetőség szerint regényeinek minden helyszínét felkeresi, hogy az adott országot és az ott élő népek kultúráját minél tökéletesebben megismerhesse.

Később a résztvevők által feltett kérdésekre adott kimerítő és alapos válaszaival aratott sikert a résztvevők körében. A kérdések elsősorban a könyvekben felvetett tudományos problémákra vonatkoztak. Elmondta, hogy minden könyv megírása előtt igyekszik az aktuális témában naprakészen tájékozódni, hogy könyve ne csupán kitalációkra épüljön, hanem megalapozott tudományos háttérrel is rendelkezzen.

Elmondhatjuk hogy jól sikerült író-olvasó találkozóra került sor, amelyet remélhetőleg még sok hasonlóan sikeres rendezvény fog követni.

Domsits Mihályné könyvtáros

Majális



Az idei majálisnak is a sportpálya adott otthont. Az időjárás „kardja”, mint minden szabadtéri rendezvénytől ott lebegett a fejünk felett, de szakadó eső csak késő estére érkezett meg, úgyhogy nap közben zavartalan időben tölthettünk el egy kellemes délutánt együtt.



Kora délután elsősorban a gyerekeknek készültünk különféle izgalmas „műsorszámokkal”. 16 órától egy újdonság várta az apróságokat, egy 14 méter hosszú felfújható akadálypályán mérhették össze ügyességüket, tombolták ki magukat. A Lébényi Motoros Egyesületnek köszönhetően ismét alka-



lom nyílt a motorozásra, és itt le is szűrhetjük hogy ezt nem tudják megenni a gyerekek. Mindig hosszú sorokban várják, hogy felpattanhassanak egy-egy nagy járgányra. E közben a Lébényi Önkéntes Tűzoltó Egyesület is egy újdonsággal készült, egy vizes szereléses bemutatót láthattunk a sportpályán. A látványos szerelések, oltások után a vállalkozó szelleműek fel is próbálhatták a tűzoltóruhákat. Ezt követően a zenés gyermekműsor után a Pulzus TSE táncbemutatója következett, majd retró dallamok csendültek fel a színpadon, ahol Abba, Neoton slágerekkel utazhattunk vissza a múltba. Az



esti fellépőnk is egy kicsit már a retro vonalba tartozhat, ugyanis Dobrády Ákos a TNT frontembere kezdett bele a sokak számára kedvenc dalokba. Nem maradhatott ki a Titkos üzenet és a Kicsi gesztenye sem a repertoárból,



hogy csak néhányat említek. És mintha az ég is tudta volna, hogy másnap mindenkinek munkanap, este 8 után szó szerint leszakadt az ég. Ezért és a



másnap munka miatt sokan hazasiettek, de akik maradtak, nem bánták meg, mert egy nagyon jó bulizhattak a Royal Táncdallamokkal, akik az ismert hazai és külföldi slágerekkel készültek nekünk.

Kovács Ildikó

Közös programok



Anyák napja alkalmából a Hagymányörző Orchidea Klub tagjai lepték meg az időseket a klubban ünnepi műsorokkal.



Gyönyörű dalokat, szívhez szóló verseket hallhattunk tőlük és tavaszi virágcsokkokkal üdvöztették meg az édesanyákat. Sokak szemébe csillant meg a meghatottság könnye és gondoltak vissza szüleikre. Mindenki feléledtek a múlt emlékei, így a délután folyamán sok visszaemlékezést hallhattunk. Köszönjük szépen a műsorukat és a barátságukat.



Közös programjaink kapcsán még szót érdemel a rétes sütés is. Mivel a Városnapon rétest sütnek az asszonyok, a klubban tartották a főpróbát. A feladatok kiosztása után érdekes volt látni, hogy a sok-sok tapasztalt háziasszony hogyan áll össze a folyamatok során. Almás, cseresznyés, káposztás, szilvás rétes került ki a kezeik közül és a sütőből. Nagyon jól sikerültek, kívánom, hogy sokan tudják majd megköstolni a lébényi főzőnapon.

Takáts Tímea

HoldKórusok Találkozója



„Lehet élni zene nélkül is. A sivatagon át is vezet út. De mi (...) azt akarjuk, hogy az ember ne úgy járja végig élete útját, mintha sivatagon menne át, hanem virágos réteken.” (Kodály Zoltán)

2016. május 21-én, a Vox Angelica kórus ismét nagyszabású kórustalálkozót rendezett a lébényi Szent Jakab templomban és a Templom téren. A tavasz újra éneklésre csábított bennünket, de nemcsak a mi kórusunkat, hanem nagy örömünkre szolgál, hogy egyre többen hallgathattuk egymást és énekelünk együtt a HoldKórusok Találkozóján. A rendezvényt, amelyen 6 kórust láttunk vendégül, 2014 óta harmadik alkalommal rendeztük meg, így már mondhatjuk, hogy hagyományt teremtettünk.

Az este folyamán az érdeklődők a következő kórusokat hallhatták: Szent Cecília kórus Dunaszegről, Halmos László Énekegyüttes Mosonmagyaróvárról, Tatai Szent Kereszt templom vegyeskara, Szent Krisztina Kórus Mosonmagyaróvárról, Vissz-Hang Vegyeskar szintén Mosonmagyaróvárról, (az előbb említett két kórus együtt is énekelte egy közös darabot), Pro Cantata kórus Kisberről és a lébényi Szent Jakab templom Vox Angelica kórusa.

A meghívott kórusok között voltak olyanok, akik már énekeltek velünk itt Lébényben, nagyon örültünk neki, hogy ismét elfogadták meghívásunkat. Különös örömmel láttuk a mosonmagyaróvári Szent Krisztina kórust, akiket első alkalommal hallhattunk templomunkban. Nem kisebb öröm számunkra az sem, hogy a dunaszegi kórus most már harmadik alkalommal énekelte ezen a rendezvényünkön, tehát minden eddigi meghívásunkat elfogadták.

A templomban tartott koncertek után az est a Templom téren folytatódott. Az est zárásaként elhangzó kórusmű mellé már a telihold és a rengeteg gyertya fénye adta a díszletet, így hangzott el Szűz Mária köszöntésére a több mint 100 főből álló hatalmas összkar kánonja.

800 éves templomunk egy tartalmas, színes este változatos koncertjeinek a helyszíne volt, és bízunk benne, hogy ebből mindannyian magunkkal tudunk vinni valamit a kevésbé színes hétköznapokba is.

Szeretnénk a Vox Angelica kórus nevében köszönetet mondani mindazoknak, akik munkájukkal segítettek a rendezvény szervezésében és lebonyolításában. Köszönjük a kórusoknak, hogy elfogadták meghívásunkat, munkájukkal készültek a mai estére, hangjukkal pedig gazdagították a találkozót. Bízunk benne, hogy jövőre ismét együtt énekelhetünk!

Nyerges-Zombó Katalin

Gyereknap



Az elmúlt évekhez képest idén, ismét a sportpályán várhattuk a gyerekeket egy igazi, csak nekik és csak róluk szóló délutánnal. Az önkormányzati támogatásnak és a Pálya Büfének köszönhetően május utolsó szombatján a gyerekek birtokba vehették a sportpálya területét. A rendezvény megszervezéséhez nagyon sok segítséget, támogatást kaptunk, melyet ezúton is szeretnénk megköszönni.



Délután 16 órára vártuk a gyerekeket a „tombola vadászatra”. Gondoltunk újítunk egy kicsit és ahogy láttuk, ez be is bejött ☺. Az esti tombolahúzásra ugyanis nem lehetett tombolát vásárolni, hanem meg kellett érte dolgozni. 5 különböző feladat teljesítésével lehetett szelvényhez jutni. Az egyik



helyszínen a Lébényi Önkéntes Tűzoltó Egyesület tagjainak köszönhetően ki lehetett próbálni a „célba oltást”, a másik helyszínen ismert dalok szövegét kellett kiegészíteni, aztán lehetett segíteni Hamupipókének a válogatásban, volt ügyességi pálya és szelfzés is. Mire a tombolahúzás időpontja elérkezett, addigra mind az 500 jegy elkelt. A gyerekek teljesen komolyan vették a feladatokat és a vadászatot, meglepő módon nem csak a kisebbek, de a nagyok is belevetették magukat a munkába. Ezzel párhuzamosan lehetőség volt motorozásra, agyagozásra és ugrivázásra is, sőt egy kutyás bemutatót is megnézhettek az érdeklődők. A bemutatóért köszönet Preier Tamásnak. 18 órakor vette át a színpad a központi helyszínt, ugyanis a Hungarocky Egyesület tanítványai léptek fel. A sokszínű bemutatójukon



a kicsi formációktól a profi versenyzőig igyekeztek felvonultatni a tanítványait, nem véletlenül, hiszen ősszel velük indul újra az akrobatikus tánc oktatása Lébényben. A látványos műsorszámok után, következett a tombolahúzás, ahol több, mint 100 nyereséget várta a gyerekeket. Azoknak a gyerkőcöknek sem kellett szomorkodnia, akiknek nem volt szerencséjük a húzásnál, hiszen rájuk is gondoltunk, mert minden gyermek, aki részt vett a tombolahúzásban, egy kis ajándékot kapott. 18 óra 30 perckor egy félig hazai fellépőt hallhattunk a színpadon, ugyanis Fekete Dávid volt a nap sztárfellépője. Közben a pályán kezdetét vette a foci, ami sajnos nem múlhatott el kisebb-nagyobb sportsérülések nélkül, de szerencsére már gyógyulnak a focistáink és nagy szerencsére a helyszínen volt dr. Csákány Adalbert háziorvos és Ramóna is, akik gyorsan intézkedtek és ellátták a sérüléseket. A 2016-os gyereknapot egy késő estig tartó tinidiszkóval zártuk.



Akik támogatták a rendezvényt és köszönettel tartozunk nekik: Lébény Város Önkormányzata, Pálya Büfé, Egyesület Lébényért, Lébényi Pékség, Coop Bolt-Lébény, Élőné Fehérvári Andrea, Gast Vital Kft., Horváth cukrászat, Lébényi Motoros Egyesület és a Lébényi Önkéntes Tűzoltó Egyesület. Külön köszönet Csákány Adalbert doktor úrnak és Ramónának a segítségért! A rendezvény szervezői: Pálya Büfé – Laki Ibolya és Kovács Tibor, valamint Kovács Ildikó
Jövőre veletek ugyanitt!



Kovács Ildikó

Városnap, avagy Lébényi Ízörző Napok

Ahogy az év eleji beszámolómban ígértem, új köntösbe öltöztettük idén városnapunkat. Mivel tavalyi évben nagy sikere volt a közös főzésnek, így idén e köré épült fel a városnap, ezért is kapta a Lébényi Ízörző Napok elnevezést. Az időpontokat és a helyszíneket is megváltoztattuk, de remélem ezt jól is tettük.

Június 24-én, pénteken kezdődött el a Lébényi Ízörző Napok íz és stílus kavalkádjája. A pénteki napon inkább a populárisabb zene és étek kaptak helyet, míg a szombati napon inkább a népi, folklór és a hagyományok vették át a kulcsszerepet. De a részletekről beszéljenek a képek!







Lébényi ízek és ízörzőik:

Kolb-Ász Mesterek Lébény	Velős-pacal pörkölt
Lébényi Öregfiúk	Sertés pörkölt
Első Lébényi Lokálpatrióta Egyesület	Vadpörkölt
Szabad Tűzi Főzők Lébényi Baráti Társasága	Barackos gombóc
Tulipánok Baráti köre	Chilis bab
Vöröskereszt Helyi Szervezete	Paprikás krumpli
Lébényi Liszt Ferenc Vegyeskar	Slambuc
Lébényi Önkéntes Tűzoltók Egyesülete	Csülök pörkölt babbal
Lébényi Kézilabda és Szabadidő SE	Lecsó+ grillkolbász
Hagyományörző Orchidea Klub	Rétes
Lébény SE	Csülök pörkölt
Lébényi Lovasok Lébényért Egyesület	Borsós tokány
Lébényi Amatőr Színhátszó és Kulturális Egyesület	Cigány lecsó
Nyugdíjasok Lébényi Egyesülete	Gulyás leves, Kukorica kása
Rábca-Menti Vadásztársaság	Vaddisznó pörkölt
Lébényi Pékség	Langalló

Ízörző Napok támogatói:

Lébényi Pékség	Horváth Cukrászat
Virágsziget Virág-és Ajándékbolt	Frühwirth Zsuzsanna
/Hálám Veronika/	Élőné Fehérvári Andrea
Kollár József	Erika kozmetika - Gősiné Erika
Hangyál Miklósné	Erika kozmetika - Csordás Karolina
Németh Annamária	Pedro Büfé
Kinga bolt	Nádor József – Áruház
COOP bolt	Lőrincz Szilárd (Dohánybolt, Teke Bár)
CBA Lébényi üzlete	Lébényi Motoros Egyesület
Pálya büfé	Lébényi Önkéntes Tűzoltó Egyesület
Modrovich Petra	
Limp Ágnes /Ági Kozmetika/	
Csilla boltok	
Lisztes Söröző és Étterem	
Némethné Ruzsa Krisztina	
Steininger Imre - Jimmy	
Holzinger János	
Mágia Tours	

Kovács Ildikó

Hőseinkre emléztünk



2016. május 29-én, vasárnap a II. világháborús emlékműnél tartotta Lébény Város Önkormányzata a Hősök Napi ünnepségét. A megemlékezés ünnepi műsorát a Lébényi Liszt Ferenc Vegyeskar állította össze, akik műsorukkal emelték az ünnepség fényét. A Himnusz dallamai után Lenzsér Józsefné szavalata következett, majd Németh Zoltán képviselő úr beszéde hangzott el. A koszorúzások előtt Tóth Márta zongorajátékát és a Lébényi Liszt Ferenc Vegyeskar dalsókrat hallgathattuk meg. Az önkormányzat helyezte el elsőként a koszorúját az emlékmű talapzatánál, majd a civil szervezeteknek és a tisztelt megemlékezőknek is lehetősége volt leróni tiszteletüket a hősek előtt.



Ahogy már az évek alatt hagyománnyá vált a II. világháborús emlékműtől az I. világháborús szoborhoz vezetett útunk, ahol a megemlékezők elhelyezhették koszorújukat az I. világháborús hősök tiszteletére emelt emlékműnél is. Köszönjük a szép műsort a Lébényi Liszt Ferenc Vegyeskar tagjainak és karnagyuknak.

Kovács Ildikó

„Itt a nyár!” kézműves tábor



Idén szerveztük meg 8. alkalommal a hagyományos kézműves – és szabadidő táborunkat, melynek a Közösségi Ház adott otthont. A tábor ideje alatt igyekeztünk újdonságokkal, érdekes technikákkal megismertetni a gyerekeket. Az egyszerűbb és gyorsabban elkészíthető tárgyak mellé azért becsempészünk olyan alkotásokat is, melyek bonyolultabban és hosszabb idő alatt készültek el, de ezek a kihívások egyik táborozó kedvét sem szegték. Készültek szappanok, színes homok díszek, faliképek, szörfölő macskák, virágok, tűzött díszek, meghívók... A hatalmas udvar adta lehe-



tőségeket és a gyönyörű nyári időt kihasználva sokat voltunk a levegőn és igyekeztünk az apróságokat kellő képpen lefárasztani, bár néha kétségeink támadtak a felől, hogy a nevelők, vagy a gyerekek dőlnek ki előbb... Ebédeinket a Lisztes étteremben fogyasztottuk el egy nap kivételével, amikor is az udvaron található kemencében sült meg az ízletes langallónk, amit köszönünk Németh Zoltánnak. Egy másik délután a kürtös kalács sütőt próbáltuk ki. Elmondhatom, hogy az ebédek közül a táborozók ezeket a falatokat szerették a legjobban. A tábor utolsó napján került sor a csillám tetkőzésra és a táborzáró ünnepségünkre. A gyerekekkel először egy kis közös



bulit csaptunk, emléklappal, ajándékokkal, sütizzel, majd egy kiállítást nyitottunk meg az elkészült kincsekből, ahová a szülőket is szeretettel vártuk. Miután mindenki végignézte rögtönzött tárlatunkat egy „Kispajtások!” felkiáltásra lecsendesedtünk és kezdődhetett a vetítés. A vidám pillanatok megörökített képekből készült összeállítást - néha hangos nevetések közepette - nézhették végig a családok, mellyel zártuk a 2016-os táborunkat. Köszönettel tartozom a sok munkáért Csillának, Ibolyának, Csengének, Boginak, Vikinek, Szilárdnak és Petrának.



Ezúton szeretném megköszönni Kovács Gábor polgármester úrnak, Wandraschek Ferenc alpolgármester úrnak, Németh Zoltán, Bujtás László és Császár Béla képviselőuraknak az anyagi támogatásunkat, valamint a Horváth Cukrászoknak az izletes süteményeket, mellyel utolsó nap megleptek minket.

Kovács Ildikó

Szent Jakab Nap Lébényben

Július 24-én és 25-én érkeztek meg idén is Lébénybe Szent Jakab zarándokai. A zarándokokat a római-katolikus egyházközség hívei ízletes gulyással és talán még ízletesebb házi süteményekkel várták, melyekbe szívüket-lelküket is belesütötték. A fogadók már reggel óta sűrögtek, hogy a fáradtan megérkező vándorokat méltó képpen fogadhassák.

Harangzúgás jelezte a lébényieknek a zarándokok megérkezését, akiket a helyi asszonyok egyházi énekekkel köszöntöttek a templom kapujában. A zarándokok hada megtöltötte szép templomunkat, majd közös éneklés és ima után következhetett a zarándokútlelvélbe áhított utolsó pecsét elkérése. Az ölelések, üdvözlések és az ízletes ebéd elfogyasztása után a tornateremben masszörök készültek a zarándokok fogadására, akik már nagyon

várták, hogy vehessenek egy frissítő zuhanyt és hogy a masszörök egy kicsit enyhítsenek az út során keletkezett húzódásaikon, a cipő, vagy éppen a súlyos hátizsák okozta fájdalmakon. A délutáni közös búcsúzkodás, templomi áhítat után, 18 órakor kezdődött az ünnepi szentmise, melyen a Szent Jakab templom „Vox Angelica” kórusa gyönyörű énekeit hallgathatták meg a hívők. A szentmisét követően került sor a Lipovics János művész által készített bronzkagylók megáldására, melyet Gögh Tibor plébános úr áldott meg. Az első napot a Lébényi Liszt Ferenc Vegyeskar koncertje zárta, a második napon a lébényi citerások műsorával zárult a 8. Szent Jakab Nap Lébényben.

Kovács Ildikó



Búcsúzás



A 2015/16-os nevelési év végén nemcsak a nagycsoportosainktól búcsúztunk el. Búcsút vettünk két nyugdíjba vonuló kolléganőnkől Horváth Sándorné, Erzsike óvónénitől és Boda Lászlóné, Ica óvónénitől is. A búcsú mindig kettős érzelmű: elválás a régitől, és indulás egy új felé. Búcsúzók óvodapedagógusaink számára újabb kapuk nyílnak, miközben e mostani is csak jelképesen csukódik be mögöttük, hiszen egy óvónéni mindig óvónéni marad. Erzsike és Ica utolsó munkában töltött napján megállhattunk egy röpké időre, hogy



megköszönhessük virágokkal, versekkel, énekszóval, emlékek felidézésével óvodapedagógusainknak a gyerekekért végzett felelősségteljes több évtizedes munkáját. A munkát, amelyben fontos volt számukra a gyermek szeretete, tisztelete, testi, lelki egészsége, biztonsága és fogékonysága. Erzsike óvónéni lébényi lakos lévén több mint négy évtizede 1975. február 1-től a mai napig dolgozott óvónőként a Lébényi Óvodában. 2003 szeptemberétől 28 éves tapasztalattal a háta mögött a csoportvezetés mellett óvodavezető-helyettesként, majd



2012-13-as nevelési évtől óvodavezetőként dolgozott. Ica óvónéni kisebb kitérővel szintén sok évet volt közösségünk tagja. 1975 nyarán, mint főiskolai hallgató nevelte 2 hónapig a lébényi kisgyermeket. Majd a diploma megszerzése után 1976-1978-ig novákpusztai lakosként a lébényi „Kinti” Óvodában dolgozott. Egy kis tapolcai kitérővel, és 21 év elteltével, 1999-ben visszatért intézményünkbe, ahol hajdanán gyakornokként kezdte óvónői pályafutását. Kedves Erzsike és Ica! Nyugdíjba vonulásotok alkalmából szeretettel köszöntünk. Köszönjük az együtt töltött éveket, hogy mindig számíthattunk Rátok. További jó egészséget kívánok magam és a Lébényi Óvoda, Egységes Óvoda-Bölcsőde dolgozóinak nevében!

*„Az életed egy új fordulatot vesz,
Egy régi ajtó zárul be előtted.
De ne félj, hiszen ez nem a vég,
hanem egy kezdet, egy új, ismeretlen kép.
Soha ne felejtse el, kik téged szeretnek.
Soha ne fordíts háttal az embereknek.
Szeresd a szépet, keresd a jót!
Ha szükséged van ránk, mi mindig itt vagyunk!” /Tislerics Renáta/*

Kovátsné Uray Tímea

Óvodánktól elbúcsúzók, leendő első osztályosok névsora:

Angermayer Péter
Asztalos Enikő
Barabás Ervin
Biró Roland
Burián Balázs
Fördös Dávid
Fülöp Norbert
Gáncs Zalán
Gyurós Marcell
Hencz Gergő
Horváth Dina
Horváth Gerda
Kopéna Ádám
Kovács Ákos Botond
Kovács Emma
Kovács Viktória
Lakatos Milán
Lébényi-Pető Ádám
Lőrincz Petra
Makai Gábor
Nakovitz Dániel
Pálfi Georgina
Pintér Nelli
Porcsalmy Natasa
Simon Gábor
Simon Laura
Stergerits Hedvig
Szarka Bulcsú
Takács Jázmin
Torma Zsófia
Tóth Barnabás
Wenezs Benjamin

Iskolai hírek...



Nem is olyan régen írtunk arról, hogy becsengettek iskolánkba és most újabb tanévre hív a csengőszó. A következőkben a bankett és ballagás vidám – szép pillanatait látják az Olvasók, emellett az évszázó és a kitűnő tanulók névsora is helyet kapott. Az elmúlt tíz hónap dolgos napjai is megleve-



nednek, legalábbis a végeredmény: az idei tanév versenyeredményei, és egy hosszú, tartalmas kirándulás napjai is: Határtalanul! - Erdélyben. Majd a nyári táborok izgalmas pillanatai is meglevenednek. Legelőször azonban a német munkaközösség visszatekintője következik:



A 2015/2016-os tanévben a német nemzetiségi nyelvet tanuló diákok számos tartalmas, hagyományokat felelevenítő, illetve a nyelvtanulást segítő programon vehettek részt. Ezek közé tartozott, a már hagyományosnak nevezhető lampionos felvonulás, melyen az iskola szinte minden diákja jelen volt. A 3. és az 5. osztály decemberben Halbtturnba utazott a karácsonyi piacra. A 6. és 7. osztályos tanulók pedig tavasszal a bécsi technikai múzeumban töltötték el egy élvezetes délutánt. Ebben az évben is megrendezésre került a 7. osztály nyelvi versenye, mely szép eredményekkel és reméljük örömteli jutalmakkal zárult. A tanév végén megtartottuk német nemzetiségi és nyelvi táborunkat is a 2. 3. és 4. osztályos tanulók részvételével. Ezeknek a programoknak és kirándulásoknak egy része minden bizonnyal nem valósult volna meg, a Lébényi Német Önkormányzat anyagi támogatása nélkül, melyért mindannyiunk nevében ezúton is szeretnénk köszönetet mondani

Horváth Tibor elnök úrnak és képviselő társainak. Köszönetünket szeretnénk még kifejezni dr. Angyalics Attila képviselő úrnak és Kovács Gábor polgármester úrnak, hogy nagylelkűen támogatták német táborunkat, minek köszönhetően az idei évben is két ausztriai kirándulás színesíthette a programot. Köszönettel: a programokon részt vevő összes diák és tanár nevében a Lébényi Általános Iskola német munkaközössége

Határtalanul! Erdélyben 2016.

1.nap



2016. május 31-én este 10-kor szüleink sűrű könnyhullatása közepette indultunk el a lébényi iskola elől. A légkondicionált luxusbusszal, amin minden volt csak úgy nem. Az éjszaka gyorsan telt el mert szórakoztattuk egymást, ezért az első megállónkon Királyhágón alig tudtuk leszállni a buszról megnézni a napfelkelését. Itt fél órát töltöttünk és mikor felültünk a buszra mindenki elaludt. Második megállónk Körösfő volt ahol a harangozó segítségével juthattunk be a református templom belsejébe és ennek a templomnak a jellegzetessége a fazsindelyes tető volt. A templom szomszédságában lévő Vasvári Pál emlékhelyen szalaggal emlékeztünk meg róla. A következő megállónk Kolozsvár volt. A Kolozsvári főtéren megcsodáltuk Mátyás király szobrát ahol csoportképet is készítettünk. Utána Márton Áron erdélyi püspök szobrát koszorúztuk meg. A Szent Mihály templomát is megnézhetjük, ami nagyon nagy és szép volt. Mátyás király és Bocskai István szülőháza is a közelben volt. A kolozsvári városnézésünk a Házsongárdi temető keresésével zárult. Apáczai Csere János sírját is megleltük hosszas keresés után. Visszasétáltunk a buszhoz és irány Szék, amely magyar település, táncairól, népviseletéről és románkori templomáról is híres. Ellátogattunk a szépen felújított és átépített iskolába, ahol a hetedikesek és tanáraik meséltek az ottani életéről. Majd ellátogattunk a tájházba ahol népszokásokról hallottunk, bútorokkal, viseletekkel ismerkedhettünk meg. A tájházzal szemben a templom következett az 1250-es évekből, ahol ma is külön ülnek a templomi padokban a Felszeg, Csipkeszeg és Forrószeg lakói kor és nem szerint. Parajdra 3 óras buszozás után érkeztünk meg, ahol a várva-várt szállásunk volt. Újabb izgalmak, ki-kivel hol aludjon. Ez is elrendeződött. Következett a vacsora.

2. nap



Tanáraink reggel 7-kor keltettek minket. 7:30-kor már vártak minket a reggelivel. Esőben indultunk el a napi programjainkra, amelyek az eső miatt megcserélődtek a péntekivel. Így az első megállónk a paradisi sóbánya lett. Lefelé nagyon sok lépcső vezetett, miután leértünk csodálatos látvány fogadott minket. A sóbarlangban töltöttük a délelőttünket. Játékkal, tornával, pingpongozással, nézelődéssel és vásárlással. Délután indultunk tovább a Gyilkos-tóhoz és a Békás-szoroshoz, egy 3-4 km-es túrára. A zuhogó eső sem állíthatott meg bennünket, habozás nélkül vágunk át a sáros barlangon is, hogy megérkezzünk a száraz, meleg buszunkba. A hosszú túra után ismét Parajd felé vettük az irányt. A szállásunkra 19:45-re érkeztünk, és negyed óra múlva már éhesen vártuk az ingyencs ételeket. Vacsora után mindenki visszavonult a szobájába, és elkezdődhetett a szabadprogram.

3. nap



Reggeli után az első megállónk Korond volt. Korondon a helyi templomot és az iskola előtti emlékművet néztük meg. Esőkabát hiányában felvásároltuk az egyik üzlet esernyő készletét is. A második megállónk Szejkefürdő volt, ahol végig sétáltunk a székely kapu soron. Végül megkoszorúztuk Orbán Balázs sírját. Tovább indultunk Farkaslakára ahol a Tamási Áron emlékművet koszorúztuk meg és elénekeltük a Székely Himnuszot. Erdélyben rokonainkra is gondoltunk és felvásároltuk az ottani üzletek kínálatát. Fehéregyháza volt a következő megállónk, ahol Petőfi szobránál és a Honvéd emlékműnél koszorúztunk és énekeltünk ezek után a Petőfi Múzeumot tekintettük meg, ami mindenkinek nagyon tetszett. Tovább indultunk Segesvárra itt megmászunk a 178 lépcsőfokból álló diáklépcsőt. Utána Apor Vilmos keresztelő templomába és szülőházához mentünk ahol szalaggal és koszorúval emlékeztünk rá. Ezután egy rövid belvárosi séta következett, Drakula gróf szülőházával és az óratoronnyal. A nap utolsó megállója Szováta volt ahol egy rövid kellemes sétát tettünk meg a sós és édes vizű tavak körül, a sós sziklátat is megmászunk. A nap végén Parajdon megvacsoráztunk, a szobánkban még szórakoztunk egy kicsit majd eltettük magunkat másnapra.

4. nap



Reggeli után bepakoltunk a buszunkba és elindultunk a Tordai-hasadék felé. A legenda szerint Szent László Torda mellett harcolt a kunokkal. A túlerővel szemben azonban vissza kellett vonulnia a hegy irányába, de

a kunok üldözőbe vették a magyar sereget. Szent László feltekintett az égre, és Istenhez fohászodott; ebben a pillanatban a hegy kettéhasadt. (Szent László lovának patkónyomai a hasadék felett állítólag ma is látszanak.) Sajnos a lábnyomokat nem láthattuk, de a több km-es túrát végig jártuk. Nagy örömünkre az utolsó napra kisütött a nap, bár a talaj sáros és csúszós volt. A Hesdát-patakon nem kelhettünk át, mint terveztük, mert nagyon megáradt, de ihattunk a jóízű forrás vizéből. Rövid buszozás után megérkeztünk az utolsó megállónkra, Torockóra, amely a szép házaival a világörökség része lehetne. Már messziről láttuk a Székelykő 1129 m magas tömbjét, amit a csapat fele kemény, kitartó munkával csúszva-mászva, nem habozva, lobogó hajjal megmászott. A kilátás gyönyörű volt, kár, hogy nem láthatta mindenki. Csodálatos élményekkel gazdagodva, vidáman indultunk haza majd hajnali 2-kor fáradtan érkeztünk meg. A busznál szüleink vártak minket, már alig várták élménybeszámolóinkat.

(Dóra Diána, Horváth Alexandra, Kovács Boglárka, Prémus Martina 7. b)

Német tábor



"Az idei német tábor a lovagkorról szólt. Az első nap 5 csoportra osztottak minket, és megkaptuk az első lovagias feladatot: csapatzászlót kellett készíteni. Záporoztak az ötletek, amelyek alapján végül minden csoport mutató zászlót alkotott. Az ebéd is érdekes volt, minden nap királyt és királynőt választottunk, és ők láttak vendégül minket, lovagokat."

Orosz Luca

"A kedvenc feladatom a várépítés volt, kartondobozból, WC papír gurigákból, színes papírokból és még sokféle ötletes alapanyagból csináltuk meg a saját lovagi várunkat. Készült rá bástya, vártorony, lett várárok felvonóhíddal, sőt még szökőkút is. Építkezés közben nagyon jó hangulat kerekedett, beszélgettünk, viccelődtünk és még énekeltünk is."

Hunyadi Dorca





"Második nap lovagi tornát tartottunk, a helyszín az edzőpálya volt. Jó volt a szabadban mozogni. Kicsit melegünk volt, de jól szórakoztunk. Sokat nevtünk egymáson."

Limp Boglárka

"Szerdán a schönbrunn-i kastélyba kirándultunk. Nagyon tetszett, amikor beöltözhettünk korabeli ruhákba. A fiúk viccesen néztek ki. A játékok is nagyon jók voltak."

Limp Levente

"Nagyon örültem, hogy idén is részt vehettem a német táborban. Nekem a Family Parkos kirándulás tetszett a legjobban, mert sok játékot ki lehetett próbálni, többször is fel lehetett ülni mindenre. A Pegazus volt a kedvencem. Sokat nevtünk egész nap. Remélem jövőre is lesz német tábor, szívesen mennék újra."

Steininger Lili

"A tábor utolsó napján, pénteken a mi csoportunk Rita tanár nénivel kakaós kiflit és csigát sütött. Az előkészített hozzávalókból tésztát gyúrtunk, amit kinyújtottunk és kakaóval töltöttünk meg. Sütőben aranybarnára sütöttük. Izgatottan vártuk, hogy elkészüljön a finomság. Délután közösen ettük meg a nap során elkészült csemegéket. Nagyon finom volt, azóta már itthon is kipróbáltuk ezt a receptet."

Börzsei Benedek

2015-16-os tanév kitűnő tanulói



Alsó tagozat:

1. osztály: Boda Bálint, Halász Luca, Kemény Dalma, Kovács Kata, Kozicz Máttyás Gábor, Lencse Balázs, Limp Roland, Steininger Kitti, Takács Csongor, Wandraschek Villő

2. a osztály: Gyurós Janka, Lenzsér Szabolcs, Páder Péter, Schmitzhofer Lóránt, Sólyom Szófia

2.b osztály: Halász Alexa, Károlyi Attila, Kozselszky Niké, Limp Zsolt, Pálfi

Barnabás, Rum Annamária, Takács Emese, Tóth Gitta

3. a osztály: Fütty Bálint, Holchammer Fanni, Kemény Csaba, Orosz András János, Tamás Viktória

3.b osztály: Csepi Eszter, Pálfi Szabolcs

4. a osztály: Angyalics Léna, Harczi Gergő, Hunyadi Dorka, Limp Levente Zoltán, Sólyom Bendegúz András, Unger Léna

4.b osztály: Rum Ágota Flóra, Schmitzhofer Pál, Papp Ádám, Preier Zoé
Felső tagozat:

5. a osztály: Csaplár Kata, Ferenczy Áron, Kuti Anna Dzsesszika, Tóth Emília, Tóth Gréta,

5. b osztály: Böröczki Sára, Klujber Diána, Sárvári Bori, Takács Flóra,

6. a osztály: Banyó Korina, Hatos Gergő, Konrád Zsófia, Rum Veronika,

6. b osztály: Orbán Kata, Steininger Virág,

7. a osztály: Börzsei Kristóf,

7. b osztály: Kovács Barna, Kovács Boglárka, Szabik Levente,

8. a osztály: Sárvári Fanni.

Recept-ötlet napraforgóból

- előkészületek: egy hét és elkészítési idő: egy hét -



41 gyermek,

7 felnőtt szervező,

4 kamasz szervező,

1 nagyobb iskolaépület,

1 menzaépület,

1 ugrálóvár,

3 gofrisütő,



Különleges hozzávalók: gyöngy, memória, papír, ragasztó, olló, színes ceruza, zsuporka-fólia, szendvics-sütő, krepp-papír, sajtosdoboz, hurkafa, dekorgumi, gipsz, festék, ecset, póló, táskák, ruhafesték, vetélkedő, verseny, csillám-sablonragasztó, kifestők, Nyári Krónika, alma, sós rágsálnivaló, fagyó, jókedv, vidámság, napsütés...és készen is van a Napraforgó Alkotótábor!

A Lébényi Általános Iskola és AMI 2015-2016-os tanév legjobb versenyeredményei

Verseny megnevezése	Tanuló neve	Eredmények (helyezés)		
		területi	megyei	országos
Mosonszolnoki Általános Iskola nyelvtan-helyesírási verseny	Kuti Anna Dzsesszika 5. a.		7.	
	Takács Flóra 5. b.		8.	
	Rum Veronika Luca 6. a		1.	
	Wenezs Tamara 6. b.		3.	
	Börzsei Kristóf 7. a.		6.	
	Kovács Boglárka 7. b.		3.	
Mosonmagyaróvári Móra Ferenc Általános Iskola pályázata prózairás kategóriában	Sárvári Fanni 8. a.		1.	
	Hunyadi Dorka 4.a.	1.		
Ötvenévi Általános Iskola: hangos olvasási verseny:	Rum Annamária 2. b.	1.		
	Csepí Eszter 3. b.	1.		
	Rum Ágota Flóra 4. b.	1.		
nyelvtan-helyesírási verseny:	Tóth Kristóf 3.a	1.		
levelezős meseismerő verseny:	Unger Léna 4.a	3.		
Papp Ádám 4.b		1.		
	Sólyom Bendegúz 4. a	7.		
Gerencsér Éva magyar nyelvi verseny	Unger Léna 4. a	7.		
	Kovács Aida 4.b	5.		
	Rum Ágota Flóra 4.b	2.	2.	
„Hegyalján innen, Sokorón túl...” népmesemondó verseny	Csaplár Kata 5. a		különdíj	
Tudásbajnokság Megyei Döntő	Gunázer Krisztián 5. a		9.	
-anyanyelvi verseny:	Kuti Anna Dzsesszika 5. a		4.	
	Tóth Gréta 5. a.		6.	
- biológia verseny:	Bereczky Natália 6. b		6.	
	Pásztor Ildikó 8.a		1.	
Simonyi Zsigmond Kárpát-medencei helyesírási verseny	Rum Veronika 6. a		6.	
	Wenezs Tamara 6. b		10.	
Országos Honismereti Tanulmányi Verseny	László Csaba 5. b		12.	
	Böröczki Máté 7. b		17.	
	Kobaltz Leonhard 7. a		11.	
A Mária Rádió, a Nemzeti Színház, a Magyar Művészeti Akadémia és a Magyar Szín-Játékos Szövetség minősítő versenye	Lébényi Gyermekszínhátszók			ezüst
XXIV. Országos Weöres Sándor Gyermekszínhátszói Fesztivál, Győr	Lébényi Gyermekszínhátszók			ezüst
Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár József Attila Művelődési Háza: Bálint-napi vers-és prózamondó verseny	Klujber Diána 5.b.		különdíj	
TITOK Történelem Országos Levelezős Verseny	Bereczky Natália 6.b., Steininger Virág 6. b.			39.
	Orbán Kata 6.b., Wenezs Tamara 6.b.			32.
Zrínyi Ilona Matematikaverseny	Pál István 6.b.		17.	
Kalmár László Országos Matematika verseny	Harci Gergő 4. a		6.	
	Sólyom Bendegúz 4. a		11.	
	Dornai Patrik 5. a		11.	
	Pálfí Tünde 5. b		11.	
	Pál István 6. b		6.	
	Börzsei Kristóf 7. a		11.	
	Harci Gergő 4.a.		9.	
Kockakobak Országos Verseny	Papp Ádám 4.b.		19.	
	Rum Ágota Flóra 4. b.		13.	
	Schimtzhofer Pál 4. b.		11.	
	Sólyom Bendegúz 4. a.		6.	
	Dornai Patrik 5. a		11.	
	Ferenczi Áron 5. a		22.	
	Kuti Anna Dzsesszika 5. a		12.	
	László Csaba 5. b		4.	
	Mező Dominik 5. a		15.	
	Páder Dániel 5. a		17.	
	Pálfí Tünde 5.b.		2.	16.
	Limp Mirella 6. a		20.	
	Pál István 6.b.		3.	55.
	Wenezs Tamara 6. b		19.	
	Holenda Barnabás Regionális Matematika verseny	Harci Gergő 4.a.		5.
Papp Ádám 4.b.			11.	
Rum Ágota Flóra 4.b.			11.	
Sólyom Bendegúz 4.a.			6.	
Jedlik Ányos Középiskolai Csapatverseny - matematika	8. a: László Fruzsina, Sárvári Fanni, Takács Marcell	1.		
Marót Rezső Matematika verseny	Pál István 6.b.		4.	
Országos Logikaverseny	László Csaba 5. b			regionális 12.

Verseny megnevezése	Tanuló neve	Eredmények (helyezés)			
		területi	megyei	országos	
Varga Tamás Országos Matematika verseny	Börzsei Kristóf 7.a		14.		
	Kovács Barna 7.b.		22.		
	Szebik Levente 7.b.		11.		
	Sárvári Fanni 8.a.		7.	21.	
Szigetközi Népdaléneklési Verseny, Győrzámoly	Orbán Gergő 4.a			különdíj	
	Rum Ágota 4.b			1.	
	Böröczki Sára 5.b			1.	
	Kovács Ábel 5.a			3.	
	Orbán Kata 6.b			1.	
Mosonmagyaróvár Kistérségi Fuvolaverseny	Ferenczi Alíz 4.b	ezüst			
	Banyó Korina 6.a	ezüst			
	Kalmár Virág 9.o	ezüst			
Barsi Ernő Népdaléneklési Verseny	Steininger Virág 6. b	arany			
	Kovács Boglárka 7. b	arany			
	Rezeda Énekegyüttes	arany	arany		
„Fújdogál a szél...” Nemzetközi Népdaléneklési Verseny	Rum Annamária 2.b			bronz	
	Csepi Eszter 3.b			bronz	
	Orbán Gergő 4.a			ezüst	
	Rum Ágota 4. b			arany	
	Böröczki Sára 5.b			ezüst	
	Klujber Diána 5.b			bronz	
	Kovács Ábel 5.a			ezüst	
	Orbán Kata 6.b			arany	
	Steininger Virág 6.b			ezüst	
	Kovács Boglárka 7.b			ezüst	
	Klujber Dorina 8.b			ezüst	
	Novák Kíra 8.b			arany	
	Ribizli Énekegyüttes: Angermayer Heidi, Kozselszky Niké, Limp Zsolt, Németh Lotti, Rum Annamária, Csepi Eszter, Holchammer Fanni, Limp Szabina, Pálfi Szabolcs, Szebik Emese				arany
	Csiripiszli Énekegyüttes: Rum Ágota, Böröczki Sára, Klujber Diána, Kovács Ábel, Limp Regina, Pálfi Tünde, Sárvári Bori, Orbán Kata, Dóra Diána				arany
	Bíborka Énekegyüttes: Orbán Kata, Klujber Dorina, Novák Kíra, Mező Roxána				arany
	Rezeda Énekegyüttes: Bereczky Natália, Hatos Eszter, Kovács Boglárka, Rum Veronika, Steininger Virág, Szebik Viola				arany
Forgórozsa népművészeti Ki-Mit-Tud?	Csepi Eszter 3. b		ezüst		
	Rum Ágota Flóra 4. b		ezüst		
	Orbán Gergő 4. a		ezüst		
	Kovács Ábel 5. a		ezüst		
	Orbán Kata 6. b		arany		
	Csiripiszli Énekegyüttes		arany		
	Lébényi Citerazenekar		ezüst		
Ribizli Énekegyüttes		arany			
KÓTA Győri Éneklő Ifjúság Országos Minősítő Hangverseny	Metrum Gyermekkar			arany diploma	
Fölszállott a páva...országos tehetségkutató verseny	Csiripiszli		továbbjuttak		
KÓTA Országos Népzenei Minősítő Verseny	Csiripiszli	kiváló			
Fehér Galamb Országos Népzenei Verseny Budapest	Lébényi Zenekar			arany	
Diákolimpia Amatőr Kézilabda Bajnokság, Ásványráró	III. korcsoport: Banyó Korina, Bereczki Natália, Böröczki Sára, Csaplár Kata, Farkas Nikoletta, Klujber Diána, Kovács Laura, Nemes Kasszandra, Orbán Kata, Steininger Virág, Takács Flóra, Takács Noémi, Takács Vivien	3.			
Diákolimpia Amatőr Kézilabda Bajnokság, Ásványráró Amatőr Kézilabda Bajnokság, Kimle	IV. korcsoport: Farkas Nikoletta, Fehérvári Kamilla, Heizer Natália, Horváth Luca, Klujber Dorina, Mező Roxána, Novák Kíra, Simon Míra, Szij Regina, Unger Laura	3.			
Diákolimpia Amatőr Kézilabda Bajnokság, Öttevény	IV. korcsoport: Barabás Dániel, Csaplár Pál, Halász Kristóf, Kovács Barna, Kovács Dominik, Kobaltz Leonhard, Lencse Benjamin, Limp Marcell, Szabó Zsolt, Szebik Levente,		4.		
Diákolimpia Kispályás Labdarúgás	III. korcsoport: Csaplár Bálint, Csaplár Bence, Ferenczi Áron, Grúber Ákos, Harci Gergő, Kovács Ábel, Kovács Barna, Kránitz Péter, Máté Péter, Mező Dominik, Papp Máté, Pintér Zsolt, Takács Dávid	Körzeti elődöntő: 1, körzeti döntő: 1, megyei elődöntő: 2.			
	IV. korcsoport: Barabás Dániel, Böröczki Máté, Csaplár Pál, Kovács Barna, Limp Marcell, Papp Máté, Szabó Zsolt, Szebik Levente	2.			
Futsal Bajnokság, Dunakiliti	IV. korcsoport: Barabás Dániel, Böröczki Máté, Csaplár Pál, Kovács Barna, Limp Marcell, Szabó Zsolt,	4.			

Verseny megnevezése	Tanuló neve	Eredmények (helyezés)		
		területi	megyei	országos
Diákolimpia Mezei Futóverseny Dunasziget	Török Bernadett 3.b	29.	csapatban 3	
	Horváth Vanessza 4.b	14.		
	Kovács Aida 4.b	2.		26.
	Limp Boglárka 4.a	5.		
	Kemény Csaba 3.a	32.		
	Harci Gergő 4.a	3.	20.	
	Mók Bence 4.b	15.		
	Schmitzhofer Pál 4.b	30.		
	Sólyom Bendegúz András 4.a	9.		
	Kovács Laura 6.a	16.		
	Orbán Kata 6.b	13.		
	Rum Veronika 6.a	22.		
	Sipos Csenge 6.b	44.		
	Steininger Virág 6.b	42.		
	Hatos Eszter 6.a	43.	csapatban 7.	
	Böröczki Sára 5.b	32.		
	Csaplár Kata 5.a	34.		
	Klujber Diána 5.b	35.		
	Kovács Alíz 5.a	37.		
	Gruber Ákos 5.b	3.		
	Kovács Ábel 5.a	22.		
	Máté Gábor 5.a	26.		
	Máté Péter 5.b	28.		
	Kobaltz Alexander 5.a	31.	csapatban 5.	
	Pintér Zsolt 5.a	43.		
	Deribó Izidor 6.b	40.		
	Hatos Gergő 6.a	12.		
	Kránitz Péter 6.b	18.		
	Takács Dávid 6.a	13.		
	„Petőfi Kupa” Futóverseny, Győr-Ménfőcsanak	Sólyom Szófia 2.a	27.	
Csepi Eszter 3.b		24.		
Horváth Vanessza 4.b		17.	csapatban 3.	
Kovács Aida 4.b		2.		
Limp Boglárka 4.a		7.		
Plachy Fanni 4.b		19.		
Prémus Kevin 2.a		15.		
Kemény Csaba 3.a		25.		
Harci Gergő 4.a		10.		
Kovács Laura 6.a		19.		
Limp Mirella 6.a		34.		
Orbán Kata 6.b		21.		
Rum Veronika 6.a		35.		
Gruber Ákos 5.b		49.		
Kovács Ábel 5.a		43.		
Deribó Izidor 6.b		39.		
Hatos Gergő 6.a		12.		
Takács Dávid 6.a		26.		
Czank Elektra 7.b		25.		
Simon Míra 7.a		31.		
Pásztor Ildikó 8.a		21.		
Fecskó András 6.b		32.		
Halász Kristóf 7.a		39.		
Kobaltz Leonhard 7.a	38.			
Szakács –Ampli Rómeó 7.a	36.			
MAHART Rajzverseny hajózás témában	Panyi Fanni 8.b.			elismerő oklevél
Duna Ismerettár Országos Verseny	Bokor Balázs 7.a, Börzsei Kristóf 7.a., Kovács Boglárka 7.b.			2.
Győr-Moson-Sopron Megyei Katasztrófavédelmi Igazgatóság pályázata: „Szelfi Szent Flóriánnal”	Kovács Boglárka 7. b.		díjazott	
„Norm, az északi...” Cinema City országos rajzpályázata	5. b osztály			díjazott

Most egyszerűbb a családi otthonteremtés

A Lébény-Kunsziget Takarékszövetkezetben minden érdeklődőnek segítünk a **CSOK** (Családok Otthonteremtési Kedvezménye), illetve a hozzá kapcsolódó **állami támogatással nyújtott lakáshitelek** ügyintézésében.

A legalább 3 meglévő vagy vállalt gyerekkel rendelkező, új lakást, házat építő vagy vásárló családok **10 millió Ft összegű CSOK-ra**, és legfeljebb **10 millió Ft összegű, kedvező kamatozású kamattámogatott hitelre** jogosultak, ha megfelelnek a feltételeknek.

A 3-nál kevesebb meglévő vagy vállalt gyerekkel rendelkezők is jogosultak CSOK-ra és államilag támogatott lakáscélú hitelre.



A tájékoztatás nem teljes körű és nem minősül ajánlattételnek. További részletekért és feltételekért kérjük, forduljon ügyintézőinkhez vagy keresse fel kirendeltségeinket. A hirdetésben szereplő családok otthonteremtési kedvezménye Magyarország Kormánya által nyújtott támogatás. A hirdetésben szereplő hitel a Magyarország Kormánya által nyújtott családok otthonteremtési kedvezménye támogatáshoz kapcsolódik.

Győrben: Bajcsy-Zs. u. 13. Tel: 96/618-650, Jókai u. 12. Tel: 96/319-359, Váróret - Gyóni Géza sétány 4.

Vidéken: Lébény Tel: 96/564-440, Abda Tel: 96/350-065, Kimle Tel: 96/572-041, Kunsziget Tel: 96/485-025,

Mosonszentmiklós Tel: 96/564-462, Öttevény Tel: 96/485-067, Börcs Tel: 96/553-067, Ikrény Tel: 96/457-051

A Gyermekünkért Alapítvány díjazottjai a 2015-16-os tanévben

Az általános iskola tantestülete, diákönkormányzata s a Szülői Munkaközösség által 1991-ben létrehozott Gyermekünkért Alapítvány a 2015-16-os tanév végén is kitüntető díjakkal, jutalmakkal és közös programjaik anyagi támogatásával jutalmazta mindazokat – tanulókat és tanuló közösségeket – akik az év során végzett munkájukkal, eredményeikkel ezt kiérdemelték. Az elmúlt év őszén a személyi jövedelemadó felajánlható egy százalékából alapítványunk 304.966 forint támogatást kapott. Részint ebből az összegből, részint az alapítvány saját anyagi eszközeit felhasználva a tanév végén a kuratórium összesen 520.000 forint értékben jutalmazta, támogatta az arra érdemes tanulókat és gyermekközösségeket.

A díjakat s jutalmakat Tóth Lászlóné, az alapítvány kuratóriumának elnöke az iskola tanévzáró ünnepélyén adta át.

I.) A beérkezett kérelmek, javaslatok alapján a kuratórium az alábbi közösségi programok költségeihez járult hozzá:

- 15.000 forinttal támogatta az iskola színjátszó csoportjának közösségépítő programját.
- 35.000 forint támogatást kapott a második A és a második B osztály színházberletek vásárlásához.
- 35.000 forintot támogatásban részesültek az alsó tagozatos napközisek az Ugriparkba tervezett túrájuk megszervezéséhez.
- 45.000 forinttal járult hozzá a kuratórium a citerás-népekes szakkör továbbképzési célú nyári táborozásához.
- 45.000 forinttal segítette a hatodik A és hatodik B osztályosok háromnapos táborozását.
- Tanulónként 2500, összesen 105.000 forinttal támogatta a negyedik A és B osztályosok, s 120.000 forinttal a hetedik A és B osztályosok tanév végi kirándulását.

II.) A kiváló közösségeknek adományozható kitüntető díjak:

A legjobb osztálykereteken kívül működő csoport 50.000 forintos jutalmát az iskola Metrum Gyermekkarának, valamint a kórushoz szorosan kötődő hattagú Rezeda Énekegyüttesnek /Bereczky Natália, Hatos Eszter, Kovács Boglárka, Rum Veronika, Steininger Virág, Szebik Viola/ adományozta az alapítvány kuratóriuma. (A kórus és az énekegyüttes vezetője László Balázs)

III.) Egyéni díjak, jutalmak:

1. Az elmúlt tanév végén az alapítvány kuratóriuma – a tantestület javaslatára – úgy határozott, hogy a továbbiakban egyéni jutalommal ismeri el az egy tantárgy vagy tantárgycsoport tanulása terén elért kimagasló tanulói teljesítményeket. A jutalom az alsó és felső tagozatban is három-három kategóriában – humán tárgyak, reál tárgyak, művészeti tárgyak – adományozható. Összege 15.000 forint.

A beérkezett javaslatok alapján a kuratórium az alábbi egyéni jutalmakról döntött:

a.) Humán tárgyak kategóriája:

A magyar nyelv és irodalom, valamint a történelem tantárgy terén elért kiváló tanulmányi és versenyeredményeiért egyéni jutalomban részesült Rum Veronika 6. A osztályos tanuló. (Tanárai Fülöp Lajosné és Gyúros Tamara)

b.) Reál tárgyak kategóriája:

A jutalmat – megosztva – a Duna Ismerettár Verseny országos döntőjében második helyezést elért csapat tagjai, Bokor Balázs 7. A, Börzsei Kristóf 7. A és Kovács Boglárka 7. B osztályos tanulók kapták. (Felkészítő tanáruk Bujtás László)

c.) Művészeti tárgyak kategóriája:

A 15.000 forintos jutalomban szólóénekesként és szólóciterásként megyei és országos versenyeken elért kimagasló eredményeiért Orbán Kata 6. B osztályos tanuló részesült. (Tanára Horváth Krisztina)

2. Az alapítvány legrangosabb elismerését, a PRO SCHOLA DÍJ bronzplakettjét s a vele járó 25 000 forint pénzjutalmat – kiemelkedő szorgalmáért, kimagasló tantárgyi és versenyeredményeiért – Sárvári Fanni 8. A osztályos tanulónak ítélte oda az alapítvány kuratóriuma.

Az alapítvány – az elismerésben részesült diákok és közösségek nevében is – köszönetet mond mindazoknak, akik adójuk egy százalékának felajánlásával segítették szervezetünk működését, s így módon az arra érdemes tanulókat és gyermekközösségeket jutalmazását, programjaik anyagi támogatását lehetővé tették. Kérjük a kedves szülőket, adójuk 1 %-ával segítsék munkánkat a jövőben is!

Kiszeli Lajos

az alapítvány kuratóriumának titkára

Lébényi ÖTE életéből



Nagy örömmel tudatom a kedves újság olvasókkal, hogy az előző Lébényi újság megjelenése óta az egyesületünk a következő rendezvényeken vett részt.

Megjelentünk az április 9-én tartott szemétszedésen, ahol a szemétszedésen kívül sikeresen megmentettünk egy lesérült egerészölyvet is. Sikeres tűzoltó kismotorfecskenő szerelés versenyszám bemutatót tartottunk egy gyerek és egy felnőtt csapattal a Lébényi Majálison. A Lébényi Gyereknapra is kaptunk meghívást, ahol a tűzoltó autót és a felszereléseket lehetett megtekinteni. Valamint egy speciális céltáblára löhettek puttolyfecskenő-sugárral a gyerekek tombola jegyekért. Május 29-én mi is megemlékeztünk a Hősökről egy-egy koszorúval.

Az előző újságban említett Területi Tűzoltó Versenyen részt tudtunk venni három csapattal. A verseny két versenyszámból áll és három eredmény születik. A gyerek csapat staféta versenyszámban 7., kismotorfecskenő szerelés 4. és összesített 5. helyezést, a felnőttek staféta versenyszámban 6., kismotorfecskenő szerelés 7. és összesített 15. helyezést és az ifi csapat staféta versenyszámban 4., kismotorfecskenő szerelés 1. és összesített 2. helyezést érték el.

Ebben az évben június 1-ig az egyesületünk két tüzesetnél volt, a Lébényi Római utcában és az M1 autópályán, valamint két műszaki mentésünk a Lébényi Fő úton és Lébényi Fűzfás közben.

A nyáron tervezünk még egy versenyen részt venni két csapattal, Moson-szentmiklóson a Tűzoltó 7próbán mely június 25-én kerül megrendezésre. Gyerekekkel kirándulást és egy kempingezést szeretnénk. A káresetek szak-szerű felszámolása érdekében pedig folyamatos továbbképzéseket szervezünk a beavatkozó állományunknak.

A kedves lakosok figyelmébe szeretném ajánlani, hogy a támogatásunkra vasgyűjtésbe és alumínium italos dobozok gyűjtésbe kezdünk. A felajánlásokat a 0670/3600401-es telefonra, vagy a k.zoli85@freemail.hu email címre lehet jelezni. Az alumínium dobozokat pedig a szertár előtt elhelyezett szelektív gyűjtőbe is el lehet helyezni! Köszönjük előre is a felajánlásokat. Valamint szeretnénk megköszöni az adó 1% azoknak, akik az egyesületünk javára ajánlották fel!

Fel szeretném hívni a kedves gazdálkodók figyelmét az aratás előtti kötelező tűzvédelmi gepszemlére!

Kozselszky Zoltán

2016-os trianoni megemlékezés



Mint az első alkalommal, úgy most is hangzúgással kezdődött a megemlékezés, melyet a Himnusz közös éneklése követett. Vitéz Nátz Zsolt narrátorként rövid tájékoztatást adott a jelenlévőknek.

Elmondta, hogy az ideai megemlékezésre a három történelmi egyház képviselőit kértük fel. Személyes benyomásaik megismertetése volt a cél.

A tárogatón Horváth György, a kultúra lovagja, Nagyasszonyunk Hazánk reménye című egyházi himnuszt adta elő.

Ezt követően pedig Rum Veronika 6. osztályos tanuló: Ambróczy Lászlóné Adósunk

Európa c. versét szavalta el, nagy átéléssel, amit tapsal jutalmaztak a jelenlévők. Majd Koháry Ferenc evangélikus lelkész mondott áhitatot, és megemlékező beszédet. Majd a nemzetek hányadtatásai között vont párhuzamot példaként a hallgatóságunk.

Tisztelendő urat, Gögh Tibor római katolikus plébános követte, aki Csallóközből, Gútáról származik. Megosztotta személyes tapasztalatait, amit gyerekként és ifjúként megélt. Ezzel már el is mondta az anyaországba kerülésének történetét. A betelepítésekéről, az akkori helyzetről, félelmekről beszélt. A csodálatos magyar nyelv háttérbe szorításáról, a tanulási lehetőségek beszűküléséről, a szlovák nyelv előtérbe helyezéséről, ami az új körülményhez próbált igazodni. Az érzelmi reakciók az ott élőkben, és a megemlékező plébánosban nyomot hagytak. Elmondta, hogy Isten egy olyan világot alkotott sok nép, sok kultúra, és nem lehet cél, hogy egymás ellen harcoljunk, egymás elől igyekezzünk az embereket elhalászni, egymás földjét igyekezzünk megszerezni. Hanem hinnünk kell abban a bibliai gondolatban, hogy az Isten nem véletlenül teremtett ide minket, nem véletlenül születünk meg ezen a földön itt és most, nekünk ez a nyelvünk, ez a kultúránk, ez a történelmünk, ezzel azonosultunk, ez érintett meg minket, ebben nőttünk fel, ebben bontakoztattuk képességeinket, és ha ezt valaki el akarja venni, az olyan mintha a lélek legszentebb kincsei után nyúlna. A szülőföld, az anyanyelv már a csengése is olyan, mint ami a lélek legmélyebb rétegeiben gyökerezik, s ha valaki szemet vet ezekre az értékekre, akkor nem lehet csodálkozni azon, hogy gyilkos indulatokkal találkozunk az olyan emberrel aki csak telepes, betolakodó.

Őrökre benne élnek és élni is fognak ezek a benyomások, ameddig Plébános Úr csak él. Becsüljük meg ezt a földet, anyanyelvet amivel felnőttünk. Az anyanyelv, szülőföld a legértékesebb kincsek közé tartozik. A felvidéki szülőföldet még gondolatban sem lehet elfelejteni.

Vitéz Albert András tápszentmiklósi református lelkész, aki Erdélyből származik, következett. Fájdalmas lélekkel, de megtisztelve emlékezik a 96 évvel

ezelőtti gyalázatos békediktátumról, ahol el akartak tüntetni bennünket. Miérték tolnak fel bennünk és újra csak miérték. Tiszta lélekkel összetörten ugyan, de tiszta tekintettel, egyenes gerinccel építjük jövőnket. Isten szent ígéjének tükrében, értékeljük és elemezzük a magyarság sorstragédiáját, így fejezve ki mélységes fájdalmunkat. Isten iránti bizodalunkat, reménységünket, a hajdani nagy Magyarország újrateregetéséért, helyreállításáért és a Kárpát-medencei magyarság újraegyesítéséért, fennmaradásáért. Minden magyar felelős a másik magyarért, mindegy hogy szegény vagy gazdag. Egy a múltja, egy a jövője. A nemzeti tudatból táplálkozni tudjunk.

Lelkész Úr az alábbi sorokkal zárta beszédét:

Magyar Hiszekegy

„Hiszek egy Istenben, hiszek egy hazában:

Hiszek egy isteni örök igazságban,

Hiszek Magyarország feltámadásában! Ámen.”



Orbán Kata tanuló éneke következett, Esküszünk címmel. Majd Böröczki Sára, Klujber Diána, Novák Kíra, Orbán Kata citera kísérettel adták elő a Korán reggel c. dalt. A tanulók után a koszorúzás következett, Horváth György tárogató zenéjének kíséretében.

Lébény Város Önkormányzata: Dr. Tóth Tünde jegyzőasszony
vitéz Wandraschek Ferenc alpolgármester

Kárpát-medencei Vitézi Rend: vitéz Báló László
vitéz Wandraschek Ferenc

Lébény Motoros Egyesület: Asztalos Sándor
Imre Zoltán

Jobbik Lébényi Szervezete: Farkas László
Fehérvári Szabolcs

Lébényi végzős diákok: Fehérvári Kamilla
Grúber Richárd

Első Lébényi Lokálpatrióta Egyesület: Németh József
Wandraschek Péter

A Szózat közös éneklésével zárult a megemlékezés.

Ezzel a néhány gondolattal, ami a megemlékezésen elhangzott próbáltam az előadók véleményét megismertetni azokkal, akik nem tudtak a megemlékezésen részt venni.

v. Wandraschek Ferenc

A Lébényi Motoros Egyesület olasz élménybeszámolója

Az idén is megrendezésre került, saját szervezésben, az Egyesület éves nagy túrája, amely ezúttal Olaszország Toscana tartománya felé vette az irányt. Ügyelve arra, hogy az árak és a színvonal minél magasabb szintet képviseljen, többszörös egyeztetés után, megszületett a végső forgatókönyv. Tudva, hogy az út közel ezer kilométer lesz, eleve kétnapos oda- és visszaúttal számoltunk, illetve a tengerparton öt napra foglaltunk szállodát. Motoron ugyanis örültség lenne ilyen hosszú utat egyszerre megtenni. Mi motorozni szeretünk nem száguldozni.

Aztán elérkezett a várva várt június 25-e. Szép napos időben indultunk útnak és tudtuk, hogy ez még csak a kezdet. Lévéni motorokról szó nagyon sokat számít az időjárás ahhoz, hogy minden a tervek szerint haladjon. Az utunk szinte végig autópályán haladt ezért az első napi 550 kilométer elérhető volt. Többszöri megállás, 1ebéd és tankolás után megérkeztünk az első szálláshelyre, amely már olasz részen az Alpok lábánál volt. Gyors ismerkedés a házigazdával, utána pedig elfoglaltuk a szobáinkat. Nos, az ottani étkezési szokások merőben eltérnek az itthon megszokottól és ez egész utunk során végigkísért.



Vacsora az első szálláshelyen.

Egy nem éppen kiadós vacsora és egy szintén kívánnivalót hagyó reggeli után beindultak a motorok és elindultunk Toszkána felé. Rendelkezvén némi helyismerettel, délben megálltunk Ferrarában és egy kiadós ebédet követően nekivágtunk az Appennineknek. Sokunkat várakozással töltötte el ez a hegyvidéki motorozás és nem is csalódtunk. Bologna és Firenze között elképesztően szép, festői tájakon haladtunk keresztül.

Késő délutánra elértük a következő szálláshelyet ahol 5 éjszakát töltöttünk el. A szálloda tiszta és rendes volt, de a klíma csak akkor működött, ha a tulajdonos úgy ítélte meg, hogy meleg van. Mindazonáltal kellemesen tudtunk aludni, de mint mindenhol itt is az árban benne lévő reggeli (mindennap ugyanaz a választék) okozott némi csalódást. A következő nap pihenéssel a Ligur tengerpart megismerésével és strandolással telt.

Kedden a tervek szerint elindultunk a mindössze 20 kilométerre lévő Pisába. Azt tudni kell, hogy Olaszországban előnyben részesítik a kétkerekűeket. Ezek szinte mindenhol akadálytalanul behajthatnak, nincs parkolási díj és a külön nekik kialakított parkolók közelebb vannak a frekvenciált helyekhez. Így hát Pisában szinte a dóm tér közvetlen közelében parkoltunk ingyen. Nos, a Dómot 1094-ben kezdték el építeni, csak később került mellé a keresztelőkápolna és az akkor még egyenes, ferde torony egy része, ami persze csak nagyon lassan készült el, mert akkoriban Pisa még önálló államnak számított és különböző háborúk miatt majd 100 évig hozzá sem nyúltak. Pazar látvány volt.

Gyönyörűen rendben és karbantartott a Dóm tér. Látszik, hogy mindent megtesznek a látványért. Szinte mindenféle náció képviseltette magát. A belépő egy kicsit húzós de van úgynevezett „Happy Hour” amikor nem kell a jegyért fizetni.

Úgy beszéltük meg hogy szerdán Firenzébe megyünk és többek között megnézzük az Uffizi képtárat is. A szállásunktól mintegy 80 kilométerre lévő Firenze közlekedése, mondjuk úgy, hogy a motorozáshoz szokott embert is



Az előtérben a keresztelőkápolna mögötte a Dóm és a háttérben a ferde torony

meglepte. Motorok és robotok ezrei a forgalomban és mindenki siet valahova. Szóval elképesztő volt. Viszont motorral egészen a képtár árnyékáig sikerült bejutni és a parkolásért sem kértek pénzt. A belépőjegyet előre foglaltuk így sorbanállás nélkül sikerült bejutnunk a múzeumba.

A képtár megszámlálhatatlan ismert és kevésbé ismert festők és szobrászok műalkotásait mutatja be. Szerintem az is csoda, hogy ezt valakik rendszerizni tudták. A képtár és Firenze látnivalói az egész napot betakarták és bár szerettük volna még az Akadémia képtárat is megnézni, egyszerűen nem fért bele a napba.

Csütörtökön, szabadon választott program volt. Néhányan strandoltak, vásároltak, sétálgattak és néhányan a nyakukba vették a toszkán hegyeket. Felkeresték a Lucca nevű festői kisvárost és óriási élményekkel tértek vissza. Lucca városa kevésbé ismert viszont annál szebb volt.

A kisváros nevezetessége még például, hogy itt található Puccini szülőháza. A toszkán hegyimotorozás felejthetetlen volt.

Pénteken elindultunk Udine felé ahol az utolsó szálláshelyünk volt. Az út meglehetősen nyugodtan telt, leszámítva a 34 fokot és egy kis dugót Bologna mellett. A szállás egy bortermelő gazdánál lett lefoglalva és nem is okozott csalódást. Mindenki meglegedésére megkóstoltuk a finomabbnál finomabb olasz borokat.



Az utolsó szállás a borosgazdánál

A hazafelé vezető utunk másnap, egy kisebb záport leszámítva zökkenőmentesen telt. Mintegy 2500 kilométert tettünk meg balesetmentesen és rengeteg élménnyel tértünk haza. A képek csak kiragadottak a sok száz közül, de ha valakit érdekelnek, akkor meg lehet nézni őket előzetes egyeztetés után. A túra természetesen nagy szervezést kívánt, de az élménydús napok mindent megértek. Jövőre is minden bizonnyal megrendezzük a túrát egy más helyszínre, más országba. Ha valaki esetleg csatlakozna hozzánk az természetesen megteheti.

Bence György (Gyula)

Kézilabda



Városunk kézilabdás életében a 2016. év nagy változásokat hozott a korábbi esztendőkhöz képest.

Kronológiai sorrendben először egyesületünk tavasszal a bajnokság második felének sikeressége érdekében, egy nívós és színvonalas négyes tornát rendezett. Szép számú nézősereg előtt sikerült lebonyolítanunk a kupát. A második helyet szerezte meg csapatunk, mint utólag kiderült a bajnokság aranyérmese mögött (Győrújbaráti KC).

A lányok kemény és kitartó munkával készültek a tavaszi folytatásra, ahol 2015 október 10. óta nem találtak legyőzőre.

A bajnokságra sikeréhesen, nagyon motiváltan készültek a lányok. A 12 mérkőzéses alapszakaszából 9 győzelem, 1 döntetlen és 2 vereség volt a mérleg, ami azt jelentette, hogy a megyei női kézilabda legjobb nyolc csapata közé került az LKSZ SE. A negyed döntőben Répcelakkal csaptunk össze és kettős győzelemmel jutottunk be a megyei (Final Four) négyes döntőjébe. A döntőbe jutáshoz nehéz mérkőzés várt ránk.

Győrújbarátra kellett utazni ahol 5 gólos sikerrel várhattuk a visszavágót. Hazai pályán sajnos a Győrújbarát csapata 9 góllal jobbnak bizonyult és így ők kerültek a döntőbe! Ez a vereség azt is jelentette, hogy 10.10-től 04.16-ig nem talált legyőzőre női csapatunk és egy hosszú győzelmi sorozat ért véget. A 3. helyért Fertőszentmiklós csapatával először idegenben majd itthon kellett felvenni a küzdelmet! Sajnos mindkét mérkőzésen az ellenfél jobbnak bizonyult és így a 4. helyezést érte el egyesületünk a 15 csapatos bajnokságban!

Mindenkinek szeretnénk megköszönni a sok biztatást. Külön öröm számunkra, hogy hazai mérkőzéseken szinte telt ház előtt kellett a soros mérkőzéseinket játszani!

Köszönjük a fanatikus szurkolóinknak, hogy idegenbe is sokan elkísérték a lányokat és buzdították őket.

Reméljük jövőre közösen, még ennél is jobb eredményeket tudunk elérni.

Hajrá Lébény, hajrá katicák!

Utánpótlás hírek

Kézilabda Tábor Lébény 2016

Idén immár másodikszor szerveztük meg az öt napos kézilabda táborunkat. Hétfőn és kedden napi két edzéssel töltöttük a napot. Szerdán az Audi ETO Aréna vendégei voltunk, ahol egy edzésen vettek részt a táborozók. Csütörtökön a Réti Vendégház meghívásának tettünk eleget egy kerékpártúrázással egybekötve. Pénteken kirándulni indultunk Veszprémbe! Az Európa szerte híres oroslánbarlangba a Veszprém Arénába tettünk látogatást, ahol először a serleg termet majd a hazai öltözőt, konditermet, ajándék boltot nézhettük meg. A legnagyobb élményt az aréna küzdőterére való belépés jelentette! Ezután egy finom ebédet elfogyasztva a helyi állatkertet látogattuk meg. Hazaérkezés közben a buszon mindenki a legjobb élményeit mesélte. Mi pedig örömmel nyugtáztuk, hogy idén is mindenki sok emlékekkel gazdagodott és talán még jobban beleszerelmesedett ebbe a sportágba.

A napi ebédünket a GastVital KFT, gyümölcsöket a Csilla ABC, a szomj oltás-

ra az ásványvizet a CBA Lébény, rostos üdítőt és a hűsítő jégkrémet a Pálya Büfé, ebéd utáni fagyaltot a Fehérvári Fagyizóknak, a finom házi fánkot és strandolást a Réti Vendégháznak, az ízletes péksüteményeket, szendvicseket a Lébényi Pékségnek köszönjük! A fő támogatóinknak pedig a Lébény-Kun-sziget Takarékszövetkezet és Lébény Város Önkormányzatának a segítségét a tábor megvalósításához!

Köszönjük!



LKSZ SE utánpótlás képzés

Örömmel jelenthetjük be, hogy Lébény városában immár nem csak labdarúgásban, hanem kézilabdában is elkezdődött az utánpótlás nevelés! Eddig az Audi ETO KC és a Mosonmagyaróvár KC NB 1-es klubok felügyeletei mellett zajlottak sportcsarnokunkban az általános iskolás lányok felkészítése.

2016.07.01-től már hivatalosan is a Lébényi Kézilabda és Szabadidő Sportegyesület kötelékéhez tartoznak az utánpótlás korú lányok!

Fontos megemlíteni, hogy nem csak **Lébényből** hanem egy kis mikróteréséget kialakítva, **Tárnokrétiből, Mecsérről, Mosonszentmiklósról, Kimléről** is járnak hozzánk edzésekre!

A létszám közel 50 fő! A gyerekekkel szakképzett edzők foglalkoznak az életkori sajátosságoknak megfelelően heti négy, három és két edzéssel. A 2016-2017. évadban már országos bajnokságokon fogják összemérni tudásukat különböző korosztályokban (U13, U11, U9).

A gyerekek versenyztetése, felkészítése anyagilag is több terhet ró az egyesületre. Ezért az úgynevezett TAO-ra (társasági adó) kiírt pályázatra, a Magyar Kézilabda Szövetségnél adtuk be egy több mint 16 000 000 Ft-os pályázatot. Ehhez Lébény Város Önkormányzata segítségével tudtunk pályázni, hisz az önerő biztosításában ők segítenek!



Továbbá több szponzori felajánlás is érkezett, akiknek szeretnénk ezúton is megköszönni, hogy támogatnak bennünket és segítik a munkánkat.

A gyerekek szeptember közepétől fognak versenyszerűen mérkőzéseket játszani. Ez év májusától az egyesületünk egy saját web oldallal működik!!!!

A részletes információk, képek az oldalon már elérhetőek mindenki számára!

Web cím: lksze.hu

Tisztelettel:

LKSZ SE vezetősége

Dal Ünnepe



Az idei évben rendhagyó módon nem az Iskola udvarán tartottuk meg koncertünket, hanem az IKSZT hűs falai között. Vendégeink Szlovákiából Nagymegyerről és Bösről érkeztek. A koncert jól sikerült, a dalosok szívvel-lélekkel énekeltek, míg karnagyaink a megszokott mozdulatokkal, átszemléltetve vezényelték a műveket. Amikor év elején eldöntöttük, hogy a helyszín az IKSZT lesz, nem is gondoltuk, hogy a könyvtárban elhelyezett TV készüléknek mekkora szerep jut: a foci EB-n akkor este játszott a Magyar válogatott csapata. Egy szívvel drukkolt minden jelen lévő a piros, fehér, zöld színeit képviselő csapatnak. Az Önkormányzat sátrát is birtokba vettük, hiszen a vacsorát ott fogyasztottuk el, majd az éjszakába nyúló baráti beszélgetés helyszíne lett.

Köszönet az Önkormányzat támogatásának!

L.L.F.V.

Régen történt

V. rész

100 éve,

1916. július 27-én katonai célokra elvitték az evangélikus templom nagyharangját, s a két legnagyobbat a katolikus harangok közül. Elszállításuk napjának delén 20 percig zúgtak a harangok – búcsúztak a falu lakóitól. Németh Károly lelkész az evangélikusok elrekrivált harangjáról a következőket jegyezte fel naplójába: A harang 1863-ban készült. Felirata felül: „Öntötte Seltenhofer Frigyes 1863. Sopron”, alul: „Öntette a lébényi evang. gyülekezet”. Ára 393 forint 50 krajcár volt.

Dr. Kokas János plébános feljegyzése szerint a katolikus templom 567 kilogrammos nagyharangját a Nasarenus Rex felirat mellett Szent József s egy név szerint nem azonosított másik szent domborművű alakja, a 223 kilogrammos kisebbik harangot a Gegossen von Friedrich Seltenhofer in Oedinburg (Öntötte Seltenhofer Frigyes Sopronban) felirat és egy feszület díszítette.

Az elszállított harangokért az érintett egyházak kilogrammonként 4 koronára kárpótlást kaptak.

95 éve,

1921-ben megkezdődött az előző év novemberében született 1920. évi XXXVI. törvény végrehajtása, az ún. Nagyatádi-féle földreform. A törvény szerint a nincstelének 600 négyszögöl házhelyet és legfeljebb 3 hold földet kaphattak, míg a kisbirtokosok meglévő földjeiket legfeljebb 15 holdra egészíthették ki. A közalkalmazottak és a gazdatisztek 1-1 holdat igényelhetek.

A Wenckheim-uradalom földjeiből megváltás ellenében igénybe vett, s térítés ellenében a nincsteléneknek juttatott, 1-2 holdas parcellákra tagolt határrészt ma is „proletárföldek” („poletárok”) néven ismerik a lébényiek. Most, 1921-ben került sor az 1919-ben megígért, ám akkor elmaradt házhelyjuttatásra is, ekkor mérték ki a mai Vörösmarty utca házhelyeit.

Személyi változások

Ez a nyár több változást is hozott a Lébényért dolgozók személyi állományában. A nyár elején távozott tőlünk Szilágyi Dániel a Községi Házból. Az ő munkakörét részben Laki Ibolya vette át, illetve hamarosan, mint polgármesteri referens, egy új kolléganő érkezik a hivatalba (az újság következő számában kerül majd sor az ő bemutatására). Nyugdíjba vonulása miatt elköszöntünk Gyurós Pétertől, akinek a munkakörét július 1-től Frank István vette át. Szintén nyugdíjba vonulás miatt megkezdte felmentési időszakát Horváth Sándorné, vezető óvónő. Helyére Kovácsné Uray Tímea került.

K.G.

Köszönet hangján

Szeretném megköszönni a lébényieknek, civil szervezeteknek, intézményeknek, önkormányzat dolgozóinak, a műszaki brigád dolgozóinak a közös 35 évet, együttműködést. Külön szeretném megköszönni a képviselő-testületnek, Kovács Gábor polgármester úrnak a testületi ülésen tartott megható búcsúztatást. Ezúton kívánok mindannyiunknak jó egészséget, boldogságot, hosszú életet.

Gyurós Péter, a műszaki brigád volt csoportvezetője

95 éve,

1921 tavaszán a lébényi katolikusok – az első világháború éveiben elrekrivált harangjaik pótlására – két új harang megrendeléséről határoztak. Beszerzésükre az 1920. évi hitközségi adókulcs tiszteresét, 200.000 koronát szavazott meg a hitközség, melyhez a Wenckheim-uradalom további 30.000 koronával járult hozzá. A márciusban megrendelt új harangok szeptember 1-jén megérkeztek, 3-án felszerelték őket, s aznap már harangoztak is velük. Dr. Kokas János plébános a parókia leltárában a következőket jegyezte fel róluk:

„Sz. Jakab harang, Patr. Hung. és Sz. Jakab domborművű képeivel, 513 kg. Öntötte Slezák L. 1921. Budapest. Jézus szíve harang, Jézus Szíve és Sz. István képeivel, 145 kg. Öntötte Slezák L. 1921. Budapest.” A két harang közel negyedszázadig, 1944-ig szolgálta a katolikus közösséget. A második világháború már a végéhez közeledett, amikor – akárcsak elődeiket 1916-ban – katonai célokra igénybe vették őket. Pótlásukra 1969-ben illetve 2005-ben került sor, így ma már ismét négy harang szolgál a Szent Jakab templom tornyaiban.

90 éve,

1926 nyarán a képviselőtestület új községháza építéséről határozott. A kivitelezés költségeit a vadászberleti díjból fedezték. Az építési megbízást versenytárgyalás alapján Soukal János győri vállalkozó nyerte el, aki az ősz folyamán be is fejezte a munkálatokat, s átadta a megrendelőnek a kész épületet. Amikor a hivatal új helyére költözött, a régi községházát felújították, s főutcai szárnyában a postahivatal, a templom felőli részében – ahol ma virágbolt működik – a csendőrség kapott helyet.

A 90 éves községháza jelenleg is a polgármesteri hivatal székhelyéül szolgál.

85 éve,

1931 februárjában Lébény képviselőtestülete a Szent Antal kápolna mögötti erdőrészt csere útján megszerezte a római katolikus egyháztól, s a birtokába került területet a szomszédos, községi tulajdonban lévő földdarabbal egyesítve kialakította a falu új sportpályáját. A vármegyei testnevelési felügyelőség – mely a korábban az Erdőház mellett ill. a Szigetekben kijelölt pályák minőségét és célszerűségét több ok miatt is kifogásolta – az új létesítményt „az ifjúság testi nevelésére alkalmasnak” minősítette.

A községi sportpálya jelenleg is az ekkor kijelölt helyén működik.

Kiszeli Lajos

Konfirmáció



Május 22-én lezajlott az evangélikus gyülekezetben a konfirmációi vizsga és istentisztelet, amelynek során 10 gyermek részesült az áldásban és először vehetett úrvacsorát.

Helyreállították az evangélikus templom karzatát



Újra régi fényében ragyog templomunk süllyedés után helyreállított karzata. Köszönjük az e célra adott adományokat és a Lébényi Önkormányzat jelentős anyagi támogatását!

Örömteli és áldásos volt a VISZ napközi tábor



Idén is úgy kezdődött, mint tavaly, a Vasárnapi Iskolai Szövetség vezető munkatársai megkeresték az egyházmegye jó néhány gyülekezetét és felajánlották, hogy július 11-15. között egy héten át biblikus foglalkozásokat tartanak a gyermekek számára.

A szolgálatot egy hét felkészülés előzte meg, amelynek során mintegy 35 fiatal a Rábcakapi Evangélikus Táborban vértette fel magát a foglalkozásokra. Lébényben is minden reggel játékkal indult a napközi, majd áhítat következett. Utána éneklés volt, majd egy-egy bibliai történetben mélyedhettek el a gyermekek, miközben akár maguk is szereplőivé váltak az elbeszélések. Fontos volt a bibliai igék kívülről való megtanulása. Az igék családtagoknak, vagy ismerősöknek való elmondásával pontokat lehetett gyűjteni. Külön öröm volt, hogy a foglalkozást Margaret Ann Bash amerikai misszionárius is meglátogatta, aki egyébként alapítója ennek a szervezetnek.

Kertészné Iványi Ágnes a táborozás vezetője elmondta, hogy nagy hangsúlyt fektetnek arra, hogy a gyermekek bátran merjenek beszélni Jézus Krisztusról. Nagyon meg volt elégedve a gyülekezet tavalyi fogadókézségével és segítségével, ezért szívesen jöttek idén is.

A megyében több helyen is volt napközi foglalkozás, pl. Rábcakapin, Ötvenyén, Győrben, Győrújbaráton, Ménfőcsanakon, Bőnyön.

A gyermekek nagy örömmel jöttek a foglalkozásokra. Nehéz volt a búcsú, de reméljük, hogy a szép napok emléke és áldása sokáig megmarad.

Koháry Ferenc

Indiai fejmasszázs

Az indiai fejmasszázs-ként ismert eljárás Siatsu, a hagyományos masszáz és az akupunktúra elemeit alkalmazza a felső hát, a vállak, a karok, a nyak, a fej, és az arc ellazítására. Egy átlagos kezelés 30 percet vesz igénybe, ami alatt a páciens végig ülve marad. A kezelésnek semmilyen mellékhatása nincs, igény és hajkorona szerint olajjal és olaj nélkül is alkalmazható.

Az indiai csoda jótékony hatásai:

- Kitűnő stressz, és feszültségoldó
- Élénkíti a vérkeringést
- Erősíti az immunrendszert
- Ellazítja a görcsös és fájó izmokat
- Megnyugtat
- Eltávolítja a szennyező anyagokat a sejtekből
- Friss oxigént juttat a sejtekbe
- Hatásosan kezeli a fejfájást, migrént és az álmatlanságot

"Őrizd meg nyáron szerzett barnaságod!"

BARNÍTÁS ÉS BŐRFIATALÍTÁS EGYBEN COFFE LOVE COLLATAN CSÖVEKKEL!

A CollaTan szoláriumcső 618-633 nm-es tartományban létrejövő sugárzással olyan piros fényt hoz létre, ami a bőr mélyebb rétegeibe hatolva serkenti a kollagén újratermelődését.

A Coffe Love CollaTan csövek természetesen UV tartományban is sugároznak, így rendszeres használatával bőre ragyogóan barna és gyönyörűen feszes lesz.

SEXI CACAO CSÖVEK A SEXY BARNA BŐRSZÍNÉRT!

100%-os kakaóbarna bársonyos bőrszín, intenzív pigmentáció és D-vitamin képzés. A fejlesztésnek köszönhetően még több UVA a maximális mélybarnító hatásért!

A sugárzási erő maximuma a legerősebb szolárium csőből!

Némethné Ruzsa Krisztina
Lébény, Szabadság u. 57.
06-70/252-0921



Egészségpercek – XXIV. rész

Psziché II.

A pánikbetegségről

A múltkori cikkemben írtam a depresszióról, most szeretném folytatni a pánikbetegséggel, mint szintén a pszichét érintő téma. A pánikroham egy átmeneti erős félelemérzet vagy rossz közérzet, ami hirtelen jelentkezik, max. fél óráig tart és látszólag nincs kiváltó oka, ebben különbözik más szorongásos betegségtől. Pánikbetegnek hívjuk azokat, akiknél a roham megismétlődik. Oka nem tisztázott, a kémiai ingerületátvivő anyagok (neurotranszmitterek) csökkent mennyiségét feltételezik kiváltó okként. A legtöbb pánikbeteg halálfélelemről, érzelmi és viselkedésbeli irányításvesztésről, megőrülésről és vegetatív idegrendszeri tünetekről (izzadás, remegés, pulzus-, vérnyomásemelkedés, légzési problémák, mellkasi szorító érzés) számol be. Hirtelen következik be, gyorsan zajlik le és szakaszokban ismétlődhet, ez különbözteti meg más típusú szorongásos betegségtől. Azok, akik szorongásos betegségben szenvednek, gyakran élnek át pánikrohamot, bár mint írtam, nem mindig van összefüggésben más ilyen jellegű zavarokkal. A pánikbetegség együtt járhat más pszichés problémákkal is. A klinikai depressziót, az alkoholizmust és a drogfüggőséget gyakran hozzák vele összefüggésbe. Az öngyilkossági kísérletek száma is nagyobb a pánikbetegek körében. A pánikbetegség hosszabb ideig, hónapokig, évekig is tarthat, ez a kezelésétől függ. Kezelés nélkül addig rosszabbodhat, hogy a normális és önálló életvitel is romolhat, a munkaképesség csökkenhet és a beteg életminősége romlik.

Ez a betegség a személyes kapcsolatokban (házasság, baráti társaság) és a szociális helyzetekben (társas kapcsolatok, társaság, találkozók) is komoly problémákat okoz. Bár az is előfordul, hogy magától (spontán) gyógyul a beteg, de általában addig nem múlik el, amíg az egyén nem kap kimondottan a pánikbetegségre megfelelő kezelést (ez nem feltétlenül kell hogy gyógyszeres legyen). Általában fiatal felnőttkorban (20-25 év) jelentkezik először. A nőket kétszer akkora valószínűséggel érinti mint a férfiakat. De a férfiak nehezebben fordulnak orvoshoz és inkább saját maguk próbálnak kilábalni ebből. Azok, akik a kezdet kezdetén fordulnak segítségért, azoknál hamar elmúlnak a tünetek. Fontos megemlíteni, hogy esetleg más betegséget álcázva is jelentkezhet.

Leggyakoribb tünetei: halálfélelem, menekülési vágy, segítségkérési vágy, felgyorsult szívverés, emelkedett pulzusszám, ájulásérzés, légszomj (úgy érzi a beteg hogy a belégzés neheztelt, nem kap levegőt), ok nélküli mellkasi szorító érzés, izzadás, zsibbadás, szédülés, émelygés, hányinger, fura érzés az arcon, kézen, lábon, gyomortáji gyengeségérzet, hasfájás, hasmenés, gyomorgörcs, kipirulás vagy hidegrázás, álomszerű érzés, olyan mintha az egyén nem lenne kapcsolatban a saját testével, vagy az idővel vagy a térrel (mintha üvegfallal lenne az illető és a külvilág között), önmagába való bezáródás érzése, néhány pillanattal zuhanás érzése, rettegés az irányítás elvesztésétől, félelem a megőrüléstől, az illető butaságot cselekszik, öngyilkosságot kísérel meg, remegés, reszketés, súlyos esetben az önkontroll képességének elvesztése, sikoltozás, kiabálás, elfutás is előfordulhat. Érdekesképp megemlítem, hogy egy lezajlott rohamra való visszagondolás -hogy az akkor milyen rossz volt- kiválthat egy újabb rohamot. A beteg még évekkel később is pontosan fel tudja idézni az első rohamát. A veszély az, hogy egy ördögi kör alakulhat ki, mivel a rohamoktól való félelem következtében állandósul a szorongás, erre válaszként egy fóbiás elkerülő magatartás a válasz, vagyis kerüli azokat a helyeket ahol a rohamok jelentkeztek, ez viszont depresszióhoz vezethet és a folytonossággal a folyamatból egyre erősebb kör lesz. A pánik-

roham néhány perctől akár fél óráig is eltarthat. A tipikus roham -mint említettem- intenzív, de létezik az ún. atípusos pánikroham is, félelemérzet nélkül, kizárólag testi tünetekkel.

Következésképpen az életminőség romolhat, beszűkülhet és elkerülő lehet a magatartásforma, szociális elszigetelődés léphet fel, munkaképtelenség alakulhat ki. A rohamoktól való félelem következtében egy tartósan fennálló generalizált szorongás, fóbiás panaszok, depresszió léphetnek fel, a betegségek beépülhet az énképbe (vagyis hogy én nem egészséges hanem beteg vagyok) és kialakulhat az ún. neurotikus személyiség. A vegetatív tünetek közül a vérnyomásemelkedés tartóssá válhat. A pánikbetegség az állandó magas stresszhormonszint miatt a szív- és érrendszeri betegségek kockázatát növeli. A kezeletlen betegeknek fennáll a szakszerűtlen öngyógyítás veszélye. Súlyos panaszok esetén az utcára való kimozdulás is nehezített, ezáltal az orvos felkeresése is. Mivel a pánikbetegség lelki, szellemi és testi tünetei jellemzőek lehetnek más betegség tüneteire is, ezért a betegség kimondása előtt alapos kivizsgálást kell végezni és a szervi okok kizárása után mondható ki a diagnózis: pánikbetegség. Ennél a betegségnél is fontos hogy a beteg bízson az orvosában és ne érezze hogy panaszait félvállról veszik.

Kezelése: enyhe fokú esetben a pánikrohamot még tudja kontrollálni a beteg, így a gyógyszeres kezelés nem feltétlenül szükséges. Ami segíthet az a B-vitamin, magnézium, folsav, gyógyteák, citromfű, macskagyökér, komló. Ha a szorongás mellé hangulati zavar is társul, akkor orbáncfű is alkalmazható. Gyógyszerek és gyógynövények együtt csak a kezelőorvos beleegyezésével szedhetők. Rendszeresen visszatérő rohamok megelőzésére benzodiazepán hatóanyagú gyógyszert írhatnak fel, viszont nagy a hozzácsökés esélye, ezért csak kezdetben és kis adagban adja az orvos. Hosszú távú kezelésre antidepresszánt ír fel a szakorvos, rendszeres ellenőrzés mellett (ezek a gyógyszerek a triciklikus, SSRI, MAO gátlók és a szerotonin, noradrenalin és dopamin szintre hatnak). A gyógyszeresedés mellékhatása is jelentkezhet, ilyenkor lehet hogy gyógyszert kell váltani. A jól bevált gyógyszerek hónapokig biztonsággal szedhetők, de hatásuk a szedés kezdete után csak hetekkel jelentkezhet. A gyógyszer abbahagyása is csak fokozatos csökkentéssel lehetséges, azonnal abbahagyni nem szabad. Enyhe esetben a gyógyszerek helyett pszichoterápiás kezelés, az ún. kognitív terápia lehetséges, vagyis hogyan csökkenthető a szorongás, vagy pedig a csoportterápia is egy kezelési forma. Bizonyos esetekben a hagyományos pszichoanalízis segíthet feltárni a lelki háttérrel és segíthet megszabadulni a pánikrohamtól. Egyéb kezelési mód a rendszeres testmozgás (endorfin/boldogsághormon/ szabadul fel), egészséges és változatos táplálkozás, a testsúly normalizálása, koffein, nikotin, alkohol kerülése, fényterápia (napi 1-2 óra), életmódváltás, stresszcsökkentés, relaxáció, jóga, autogén tréning, szociális segítség, családtól, barátoktól kapott lelki támogatás, egyedül élőknek a telefonos lelkeségély vonal. Megfelelő kezeléssel az állapot gyorsan javul és a teljes tünetmentesség is elérhető. De az éltmódbeli változtatásokat meg kell tartani hosszú távon is. Ha esetleg újra kialakul a pánikbetegség, azonnal orvoshoz kell fordulni. Példa erre a betegségre az "Isten nem ver Bobbal" c. film vagy a "Monk" c. sorozat.

Minden kedves Olvasónak jó egészséget kívánok:

Tamás Eszter
dipl. egészségügyi munkatárs

IKSZT hírek

Az IKSZT, Jókai Mór Községi Ház és számítógépterem (eMagyarország Pont) nyitva tartása az alábbiak szerint változik **2016. augusztus 22-től.**

IKSZT Községi Ház

Nyitva tartás

- Hétfő: 08:00-18:00
- Kedd: 12:00-18:00
- Szerda: 08:00-18:00
- Csütörtök: 08:00-12:00 és 16:00-21:00
- Péntek: 08:00-12:00 és 16:00-18:00
- Szombat: 9:30-18:00
- Vasárnap: 14:00-15:00

Jókai Mór Községi Könyvtár

Nyitva tartás

- Hétfő: szünnap
- Kedd: 12:00-18:00
- Szerda: 9:30-12:00 és 12:30-18:00
- Csütörtök: 9:30-12:00 és 13:30-21:00
- Péntek: 9:30-12:00 és 12:30-18:00
- Szombat: 9:30-12:00 és 13:00-18:00
- Vasárnap: szünnap

Számítógépterem (eMagyarország Pont)

Nyitva tartás

- Hétfő: szünnap
- Kedd: 14:00-18:00
- Szerda: 14:00-18:00
- Csütörtök: 10:00-12:00 és 16:00-21:00
- Péntek: 10:00-12:00 és 16:00-18:00
- Szombat: 12:00-18:00
- Vasárnap: szünnap

HIRDETMÉNY

MAGYARORSZÁG KÖZTÁRSASÁGI ELNÖKE
ORSZÁGOS NÉPSZAVAZÁST
TŰZÖTT KI.

A népszavazásra feltett kérdés:

„Akarja-e, hogy az Európai Unió az Országgyűlés hozzájárulása nélkül is előírhasssa nem magyar állampolgárok Magyarországra történő kötelező betelepítését?”

A SZAVAZÁS NAPJA:

2016. OKTÓBER 2.

A SZAVAZÁS 6.00 ÓRÁTÓL 19.00 ÓRÁIG TART.

NÉVJEGYZÉK

A választópolgárok a névjegyzékbe történt felvételükről **2016. augusztus 15-ig** értesítést kapnak.

SZAVAZÁS

A magyarországi lakcímmel rendelkező választópolgár személyesen szavazhat.

A szavazás napján lakóhelyétől távol tartózkodó választópolgár **belföldön** az általa megjelölt településen átjelentkezéssel, **külföldön** Magyarország külképviseletein adhatja le szavazatát.

Átjelentkezést 2016. szeptember 30-án 16.00 óráig, a **külképviseleti névjegyzékbe** vételt **2016. szeptember 24-én** 16.00 óráig lehet kérni a valasztas.hu oldalon, illetve levélben vagy személyesen a lakóhely szerint illetékes helyi választási irodától.

Részletes tájékoztatásért látogassa meg a valasztas.hu weboldalt, vagy forduljon a polgármesteri hivatalban működő választási irodához.

Nemzeti Választási Iroda



Recept klub

Két emelet boldogság

Tészta:

- 40 dkg liszt
- 12 dkg porcukor
- 15 dkg margarin
- 1 tojás
- 1,5 csomag sütőpor
- annyi tejföl, hogy gyúrható legyen

Krém:

- 4 csomag vaníliás pudingpor
- 1 liter tej
- 25 dkg margarin
- 30 dkg porcukor
- 2 evőkanál kakaópor
- rum
- 2 csomag zselés cukor
- 2 csomag babapiskóta

Csokimáz:

- 10 dkg étcsokoládé
- 3 evőkanál étolaj

A tészta hozzávalóit összegyűrjük, és három egyenlő részre osztjuk. Kinyújtjuk gáztepsi méretűre (30 x 40 cm), majd a tepsi hátán, 180°C-on kb. 10 perc alatt világosra sütjük a lapokat egyenként.

A krémhez a pudingokat a tejben megfőzzük, majd kihűtjük. A margarint a porcukorral alaposan kihabosítjuk, majd a vaníliás krémhez adjuk, és jól összekeverjük. A krémet két részre osztjuk. Az egyik felébe belekeverjük a kakaóport és a rumot, a másik feléhez adjuk a felaprított zselés cukrot.

Az alsó lapra simítjuk a kakaós krém felét, majd babapiskótával kirakjuk, és rásimítjuk a többi barna krémet. Erre teszünk egy új lapot, erre simítjuk a fehér krémet, majd befedjük a harmadik lappal. A mázhoz a csokit és az olajat összeolvasztjuk, majd elosztatjuk a sütemény tetején. Egy éjszakára hűtőbe tesszük.

Császár Eta receptje az Eta hagyományos tortái oldalról.

